辽宁省普通高中学生综合素质评价档案

学校：渤海大学附属高级中学

姓名：张思涵

日期：　　年　　月　　日

PJXT

基本信息

学生基本情况

姓名：	张思涵	性别：	男	学籍号：	G210702200503300213	入学年份：	2020
市：	锦州市	县（区）：	凌河区	高中：	渤海大学附属高级中学	所在班级：	2020_13

家庭成员信息

关系：	母亲	姓名：	潘宏健	工作单位：	中国石油锦州石化公司	联系电话：	17604061711
关系：	父亲	姓名：	张冬	工作单位：	河北丰宁中银富登村镇银行有限责任公司	联系电话：	13941689959

个性特长

兴趣爱好：	喜欢看书，爱好文史。
突出特长：	明礼崇德，擅长演讲。

人生规划

报考专业：	法学类或理工类。
未来职业：	法律工作者、公务人员、大学老师或科研工作者。

担任学生干部情况

担任时间：	2022-09-01	卸任时间：	2023-06-01	担任职务：	班长	班级：	2020 年 13 班
担任时间：	2022-03-01	卸任时间：	2022-07-25	担任职务：	班长	班级：	2020 年 13 班
担任时间：	2021-09-01	卸任时间：	2022-01-25	担任职务：	班长	班级：	2020 年 13 班
担任时间：	2021-03-03	卸任时间：	2021-07-25	担任职务：	班长	班级：	2020 年 13 班
担任时间：	2020-09-01	卸任时间：	2021-03-03	担任职务：	班长	班级：	2020 年 13 班

高中阶段校级及以上获奖情况

获奖时间：	2023-04-01	奖励名称：（等级）	校级一等奖	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2023-03-17	奖励名称：（等级）	优秀学生干部	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2022-09-07	奖励名称：（等级）	市级优秀团员	奖励部门：	锦州市教育局	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2022-05-01	奖励名称：（等级）	校级三好学生	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2021-03-01	奖励名称：（等级）	校三好学生	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2021-03-01	奖励名称：（等级）	期末考试二等奖	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2020-12-24	奖励名称：（等级）	第二次月考三等奖	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班
获奖时间：	2020-11-28	奖励名称：（等级）	期中考试三等奖	奖励部门：	渤海大学附属高级中学	班级：	2020 年 13 班

思想品德

序号	组织单位	活动类型	活动主题	活动形式	状态	是否有效

研究性学习

序号	课题类型	课题名称	学分	评定等级	审核教师	状态	是否有效

校本课程修习情况

课题名称	学期	年级	总学时数	期末成绩	学分	授课教师
生涯规划	上学期	高一	18	A	1	陈雯雯
生涯规划	下学期	高一	18	A	1	陈雯雯
青松文化	下学期	高一	18	A	1	侯宝松
青松文化	下学期	高二	18	A	1	候宝松

身心健康

项目|测试结果|年级		高一	高二	高三
身体形态	身高（厘米）	185	185	186
	体重（千克）	90	90	95
	胸围（厘米）	115	116	117
身体机能	视力（左）	5.0	5.0	5.0
	视力（右）	4.7	4.7	4.7
	心率（次/分钟）	80	78	79
	血压（mhg）	80	80	80
	肺活量（毫升）	3600	3600	3600
《国家学生体质健康标准》测试成绩	1000 米（男）（分.秒）	4 分 29 秒	4 分 00 秒	4’21
	800 米（女）（分.秒）			
	50 米跑（秒）	8.1 秒	7.2 秒	9.12
	坐位体前屈（厘米）	11 厘米	15 厘米	25
	立定跳远（厘米）	220 厘米	225 厘米	228
	引体向上（男）	10 个	18 个	10
	仰卧起坐（女）			
评价信息	评价等级	良好	良好	良好
	体育老师签字	刘江河	刘江河	刘江河
	班主任签字	芦瑶	芦瑶	芦瑶
	免于体质健康测试的情况说明			

运动经历

序号	参加体育比赛项目	级别	主办单位	名次或等级	状态	是否有效

获奖运动情况

序号	体育特长项目	等级	颁证单位	审核教师	状态	是否有效

心理素质

年级	心理素质展示	填写时间

PJXT

高一	高中生涯，我变得更加成熟稳重，现在放学回家，爸妈都说我长大了，会照顾家人了。 在性格上，以前的我很叛逆，不听劝、没有耐心、经常与爸妈吵架。但自从我经历挫折，同学跟我讲述了他的类似经历后，他说我跟他以前一样没有耐心、脾气很暴躁，只要别人一提给自己的意见，就会觉得不舒服。后来，我按照他说的方法，主动与爸妈交谈自己在学校遇到的开心的事或者不开心的事后，我主动询问他们是否能给我一些建议时，当他们再给我提出意见后，我并没有觉得不舒服，甚至是开始思考他们给的建议是否合适，而之前的总是与他们吵架的情况也消失不见了。我学会了控制自己暴躁的脾气，遇事也变得冷静。 在心态上，我的学习成绩有时不够理想，以前总是担心父母会因为成绩责骂我，所以我不仅脾气暴躁，心态也差，总是带有消极的情绪，但自从和父母和解后，我发现父母最大的想法是希望我能够健康快乐地成长，而在学习方面，是希望我能学到对自己有用的知识，学得好与坏，全凭我个人的努力，他们不会干涉，所以，当知道他们的想法后，我没有了之前的担心，心态变好了，情绪也变得积极后，我的成绩反而提升了，这也让我意识拥有良好心态的重要性。 在人际交往上，以前的我不合群，同学们都不愿意和我相处，甚至在我看来是孤立我，后来我经常参加学校组织的活动，发挥了我的特长，我才意识到自己之前的想法是错误的，当我主动问他们为什么不愿意接近我时，他们说是我看起来不想让人接近，所以才没人敢靠近我。后来，我抛开了自己之前的想法，开始主动与同学们交流，发现与人相处的乐趣，还能让自己的心情变得更加愉快，人也变得自信开朗了。 随着学习压力的增大，受到的挫折越来越多，我的承受能力也变得越来越强，以前一遇到挫折就颓废，现在是越挫越勇；心理接受能力也增强了，在竞争激励的学习氛围中，成绩的多少总会刺激自己的情绪变得时而低沉时而高涨，但我已经可以很好地控制这些情绪，不让它们影响自己的学习状态。	2021
高二	作为班长，我首先思想先进，积极投身实践，时刻准备为祖国奉献一分力量。开朗的我积极参加各种活动，学校举行的演讲比赛、“强国有我”等活动，我都积极参加。在课外，我和同学一起参加搞研究性学习，在顺应时代的前提下，探讨了我们最感兴趣的课题，这对我来说一样重大，因为它使我了解了社会，体验了社会。其他方面，由于兴趣爱好，我参加了运动会等比赛，为班级争光。 学习上我自觉认真，学习方法较灵活，能科学安排好时间，有竞争意思，分析问题解决问题能力较强。我课前做好预习，课堂上积极思维，大胆发表意见，配合好老师。能较高质量完成作业，课后及时复习。我对语言运用以及人际交往方面兴趣浓厚，并有志于向这些方面发展。具备较强的逻辑思维和判断能力，对事情认真负责，有很强的责任心和团队意识具备较强的组织协调能力，为人坦诚、自信、乐观、处事冷静，人际关系良好，具有一定的创新意识热情、性格活泼开朗的我，心理素质好，对待生活、工作乐观向上、为人真诚、坦率，善于人际关系，能吃苦耐劳，有较强的适应能力和自学能力，不易受外界环境的干扰。	2022
高三	高中快三年了，我树立了正确的人生观和价值观。善于与同学沟通，同他们建立良好的关系，尽最大的努力帮助他人，在生活中，我能够尊重师长，孝敬父母。我能够积极参加学校和社会上组织的有益活动，以丰富自己的课余生活。我集体观念强，劳动积极肯干。严于律己。学习目的明确，学习刻苦努力，能独立完成各科作业，学习成绩优秀。三年来，坚持出满勤，注重德、智、体全面发展，具有较好的综合素质。	2023

艺术素养

序号	参加艺术活动类型	艺术活动名称	获奖级别	主办单位	名次或等级	状态	是否有效

艺术素养信息获奖情况

序号	艺术特长项目	等级	颁证单位	审核教师	状态	是否有效

社会实践

序号	类别	实践形式	实践项目	指导教师	组织单位	状态	是否有效
1	社会体验类	社会服务	积极参与“三城联创”活动		锦州市太和区太和街道凌西居民委员会社区	已公示	有效
2	社会体验类	社会服务	体验抗疫护士工作		锦州市医科大学附属一院	已公示	有效

3	校园活动类	其他活动	请党放心，强国有我	卢瑶	渤海大学附属高级中学 2020 级 13 班	已公示	有效

期末总结

序号	学期	自我总结	教师寄语	教师
1	高一上学期	本学期，我被任命为班长，先后获得了月考三等奖、期中考试三等奖、期末考试二等奖的好成绩，并评为校“三好学生”。	该生学习态度端正，团结同学，尊重老师。积极参加学校的各项活动，表现优良。是老师的得力助手！	芦瑶
2	高一下学期	光阴似箭，日月如梭。似乎只是一眨眼高一的学习生活便已宣告结束，在这学期我逐渐感受到高中学习的紧张气氛，我觉得自己在一天天的成长，一点点的懂得坚定执着与刻苦努力。	你是一个心地善良的孩子，爱劳动，爱学习，有较强的集体荣誉感，积极参加体育活动，作业的质量有所提高，你知道吗？一份耕耘，一份收获。愿你在学习上多动脑，勤奋踏实些，争取不断进步。	芦瑶
3	高二上学期	这个学期，学习上我严格要求自己，注意摸索适合自己状况的学习方法，用心思维，发现解决问题能力有所增强，学习成绩有所提高。我还遵纪守法，尊敬师长，热心助人，与同学相处融洽。我有较强的集体荣誉感，努力为班为校做好事。作为一名团员，我思想进步，遵守社会公德，用心投身实践，关心国家大事。在团组织的领导下，力求更好地锻炼自己，提高自己的能力。	你聪明活泼，又有责任心，能较好的完成老师所布置的各项任务，上课发言积极，爱动脑筋，成绩优秀，希望在新的学期中，再接再厉！	芦瑶
4	高二下学期	这学期已结束了，在学习中有苦也有乐，在高中生活里有许多快乐的时光，在这里我学到了许多的知识，也了解了许多的东西，所以在以后的日子了我要更努力的去学习每一样东西，这样我的人生才是丰富多采的，在人生的乐章中写好每一页，做个优秀的团员，优秀的学生。	你学习认真，态度端正，能和老师同学建立良好的关系，习惯良好，有爱心，经常帮助同学解决生活中的问题，从不违纪。是一名合格的高中生。	芦瑶
5	高三上学期	回首这一学期，总的来说，是紧张而又充实的一个学期，虽然我的付出大于收获，但我总归还是有进步的。 过去的半年，是个值得珍惜的半年。我从知识海洋中又汲取了更多的知识，失败着、痛苦着，但我始终在前进。我相信：有付出就会有收获的，只是付出的早，收获的晚而已！ 过去的半年，学习中我注意总结、思考，认认真真看书，及时的预习，及时的总结自己不明白的问题，虽然考试成绩不太理想，但我是认真的学习过的，我觉得也没什么可遗憾的了。日常生活中，我注意团结同学，尊敬老师，爱护公物，积极打扫卫生，积极参加各种学校举办的活动。 过去的半年，我继续着为国做贡献的思想。努力学习，积极锻炼身体，为我即将开始的新学年打好知识基础，身体基础，争做优秀团员。 在即将到来的新学年，我会加倍努力，继续沿着三好学生标准，做个爱学习、爱劳动、尊敬师长、团结同学的好学生，继续沿着优秀团员的标准，做个有道德、有思想、有抱负的共青团员！	该生在校尊敬师长，不与同学吵架，爱护班级公物，积极为班级做好事，上课认真听讲，作业及时完成，但由于学习方法不对帮学业成绩不太理想，望今后应端正学习方法，争取好成绩！	芦瑶

毕业鉴定

学生自我陈述	时光流逝，丰富多彩的三年高中生活即将结束，这三年是我人生中最重要的一段里程，它将永远铭记在我的脑海里。

PJXT

	我衷心拥护中国共产党的领导，深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。热爱蒸蒸日上、迈着改革步伐前进的社会主义祖国，积极参加学校组织的各项活动，逐步提高自己的政治思想觉悟。作为班长，我能以身作则，严于律己，在同学中树立了好榜样，并能团结好班委，处理好班级的一切事务，是老师的得力助手。我多次代表班级和学校组织及参加各项活动，我为能生活在这样一个班级和学校而自豪。三年来，我在组织能力、语言表达能力有了长足的进步。多次被评为校三好学生和优秀学生干部。 学习上，我有较强的自学能力，勤于钻研，肯思考，合理安排好学习时间，理解能力强，思维敏捷，对问题有独到的见解。学习中摸索出一套符合自已的学习方法,脚踏实地,循序渐进,精益求精,学习效率高。三年来学习成绩优异,期中、期末考试等重大考试均名列年组前茅。我积极参加体育锻 炼,体育达标。 通过高中三年生活的锤炼。在德智体方面,我取得了长足的进步。从一个懵懂的中学生逐步成长为品学兼优的“四有”新人,但我有清醒地认识到自己的不足之处,体育虽然达标,但还须加强体育锻炼,提高成绩,在今后的学习中,我将不断总结经验,继往开来,在新时代更好地报效祖国。 请党放心，强国有我！
日　期	2023-04-08
教师毕业评语	你在学习上非常积极，成绩优异，尊敬老师，团结周围同学，平时能吃苦耐劳，有远大的理想，作为大班长工作认真负责，能在学习上去感染周围同学，老师希望你继续努力，相信你能取得更好的成绩。

教师姓名	芦瑶	日　期	2023-05-11

学习成绩

科目		期末考试成绩												学业水平考试成绩		
		高一				高二				高三				合格性考试	等级性考试	实验操作/听说/专业测试
		上学期		下学期		上学期		下学期		上学期		下学期				
		成绩	学分	成绩	学分	成绩	学分	成绩	学分	成绩	学分	成绩	学分			
语文	必修	A	3	A	3	A	2									
	选修									A	2	A	2			
	选择性必修					A	1	A	3	A	2					
民族语文	必修															
	选修															
	选择性必修															
外语	必修	A	3	A	3											
	选修									A	2	A	2			
	选择性必修					A	3	A	3	A	2					
数学	必修	A	3	A	3	A	2									
	选修									A	2	A	2			
	选择性必修					A	1	A	3	A	2					
思想政治	必修	A	2			A	2									
	选修															
	选择性必修					A	1	A	3	A	2					
历史	必修	A	2													
	选修															
	选择性必修					A	2	A	2	A	2					
地理	必修	A	2													
	选修															
	选择性必修					A	2	A	2	A	2					
物理	必修	A	2	A	2	A	2									
	选修															
	选择性必修					A	1	A	3	A	2					
化学	必修	A	2	A	2											
	选修															

	选择性必修					A	2	A	2	A	2					
生物学	必修	A	2	A	2											
	选修															
	选择性必修					A	2	A	2	A	2					
信息技术	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					B	1									
	选择性必修							A								
通用技术	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					B	1									
	选择性必修							A								
体育与健康	必修	A	2	A	2	A	1			A	1	A	2			
	选修															
	选择性必修															
音乐	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					B	1									
	选择性必修							A								
美术	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					B	1									
	选择性必修							A								
综合实践活动	研究性学习			A	3	A	3	A								
	社会实践			A	1	A	1	A								
劳动	志愿服务			A	1	A	1	A								
	技术校本					A	1	A								
学分小计		53				61				33						
学分总计		147														

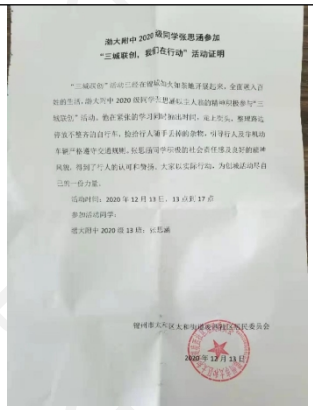
思想品德活动图片

运动经历活动图片

艺术素养活动图片

PJXT

社会实践活动图片



潍大附中 2020 级同学张思涵参加
"三城联创，我们在行动"活动证明

"三城联创"活动三经在潍坊大加紧地开展起来，全面进入百姓的生活，潍大附中 2020 级同学张思涵以主人翁的精神积极参与"三城联创"活动，她在紧张的学习和时间冲突中，走上街头，整理路边停放不整齐的自行车，检查行人捡拾手丢掉的杂物，引导行人及非机动车辆严格遵守交通规则，纠正清明节祭奠的社会责任感及良好的疫情风险，得到了行人的认可和赞扬，大家以实际行动，为创城活动尽自己的一份力量。

活动时间：2020 年 12 月 13 日，13 点到 17 点

参加活动同学：

潍大附中 2020 级 13 班：张思涵

潍坊市天平区大和街道东四村社区居民委员会

2020 年 12 月 13 日

社会实践活动 1 图片(1)

社会实践活动 1 图片(2)

社会实践活动 2 图片(1)

社会实践活动 3 图片(1)

社会实践活动 3 图片(2)

社会实践活动 3 图片(3)

社会实践活动 3 图片(4)