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：闫珈溯

日期：　　年　　月　　日

PJXT

基本信息

学生基本情况

姓名：	闫珈溯	性别：	男	学籍号：	G210703200505132416	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_12

家庭成员信息

关系：	母亲	姓名：	李晔	工作单位：	锦州市凌河区市场监督管理局	联系电话：	15941608415
关系：	父亲	姓名：	闫崇	工作单位：	锦州市凌河区房屋征收办公室	联系电话：	18641635588

个性特长

兴趣爱好：	篮球
突出特长：	无

人生规划

报考专业：	计算机
未来职业：	软件开发

担任学生干部情况

担任时间：		卸任时间：		担任职务：		班级：	

高中阶段校级及以上获奖情况

获奖时间：		奖励名称:（等级）		奖励部门：		班级：	

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
1	榴花街道五里一社区	公益劳动	清理小区楼道杂物和广告	集体活动	已公示	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
1	课题研究	中学生消费观研究	3	A	张育旗	已公示	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）	186	186	187
	体重（千克）	80	78	85

	胸围（厘米）	102	101	108
身体机能	视力（左）	4.8	4.8	4.8
	视力（右）	5.0	5.0	5.0
	心率（次/分钟）	100	105	105
	血压（mhg）	110/75	112/73	110/76
	肺活量（毫升）	5432	5500	5532
《国家学生体质健康标准》测试成绩	1000 米（男）（分.秒）	4 分 08 秒	4 分 09 秒	4’11
	800 米（女）（分.秒）			
	50 米跑（秒）	7.8 秒	8.0 秒	8.23
	坐位体前屈（厘米）	11 厘米	7 厘米	-3
	立定跳远（厘米）	235 厘米	245 厘米	255
	引体向上（男）	9 个	12 个	15
	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	张育旗	张育旗	张育旗
	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
高一	高一入学时，陌生的同学和老师，新的一切，让我感到不安，随之而来的紧张学习更让我无所适从，但毛主席说过：“世上无难事只怕有心人”，在一段时间的自我调整以后，终于克服困难，进入到学习状态，以后，我还遇到各种各样的困难，我都会尽我最大的努力，永攀高峰！	
高二	首先说的是学习效率不高。因为之前在家上网课，所以开学以后的一段时间，听课的效率不高，大部分时间都是自习课不再抽时间巩固，或者相对于听课效率高的同学来说，我所用的时间比他们可能长，但学习效果不一定比他们好。 上课有时走神，也许是因为上课听不懂就不想听或者觉得没有意思，上课就会走神，这就会使本来就效率不高的课堂更加低效率。 后来向学习好的同学请教经验，又调整了自身，状况有所改变。	
高三	学习效率不高。因为之前在家上网课，所以开学以后的一段时间，听课的效率不高，大部分时间都是自习课不再抽时间巩固，或者相对于听课效率高的同学来说，我所用的时间比他们可能长，但学习效果不一定比他们好。 上课有时走神，也许是因为上课听不懂就不想听或者觉得没有意思，上课就会走神，这就会使本来就效率不高的课堂更加低效率。	

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

PJXT

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	社会劳动类	社会服务	电子产品销售		沈阳奥汀科技有限公司	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	光阴似箭，转眼我的学习生活已过去三个多月了，在这段学习生活中有过 汗水，有过喜悦，也有过迷茫，但我始终坚持不懈，不畏困难，取得了进步，积累了经验，总结了教训，使自己有所成长和提高，也为今后的学习生活奠定了基础。对我在这段时间的状况，我总结了一些我的进步和不足。 进入高中，面对着繁重的学习任务，我能保持端正的态度，每天能以较好 的精神面貌面对学习和生活，坚持当日事当日毕。在高中的学习中，我渐渐培养了自主学习的能力，能在老师上课前做好预习工作，上课认真听讲，积极配合老师。课后及时完成作业，做好复习工作。在班集体里，我与同学们相处融洽，尽量多的结交朋友，在学习生活中互相帮助，互相促进，并积极参加集体的活动。 但是，我也存在一些缺点和不足之处。我在学习上不够主动，遇到难题经常退缩，不积极解决，没有经常去问问题。时间安排不合理也是我的一大坏毛病，没有很好地利用时间和效率不高致使我经常“开夜车”，不但使身体疲劳，也影响次日的学习。时间的利用问题成了我学习的一个绊脚石。今后我会制定时间表，合理的规划时间，提高对时间的利用率。而且我对平时的错题回顾做得还很欠缺，导致有时出现做过的题还不会的情况。以后要认真改错题并经常积累，反复练习。 以上是我总结出的一些我在本学期的大体情况，我要以此为明鉴，保持好的，改正不好的，不断鞭策、改进自己，力求在以后的学习和生活中都做得更好。 在今后的学习中，我要学习的新知识和高梯度的题越来越多，以后的课程 也会越来越困难，但是我会吸收这次考试带给我的经验教训，以更好的精神面貌去迎接新的学习生活。	你思维敏捷，见解独到，课堂因你而添了生气。你学习认真，肯钻肯问，不甘人后更为老师赞赏;任劳任怨也是你的优点，希望你能保持并发扬你的优点，努力为自己开创一片灿烂的前景。	张育旗
2	高一下学期	从学习方面讲，这学期分了文理，使学习的目的性更明确了。我选择了文科，文科背诵的内容很多，并且需要灵活运用，这就要求我们要勤于背诵，并且多读书，在这方面我还有所不足，有待提高。本学期	该生学习勤奋，劳动积极，乐观自信，乐于助人。	张育旗

		的教课进度比之前要快，并且需要自己自主理解的内容更多了，学习不再是一味的听老师教受，而是学要自己钻研，理解。对于文科的学习，起初我多少有些不适应，但伴随着一学期的学习，我也渐渐可以跟上老师的步调，并掌握一定学习方法。 对于考试，我主要存在两大不足，一是速度慢，这与我平时写作业就拖拖拉拉是分不开的，要想就这点有所改进，我首先就要提高自己的作业速度以及写字速度。另外在考试时，我总热衷于死扣某道难题，所以一旦陷入某个难题中，就一定打不完卷，这也是急需改正的坏毛病。而第二大不足就是马虎。这是我从小传承下来的坏习惯，改正有一定难度，所以要想改正，只能循序渐进，考试时尽量保持镇定，仔仔细细答每一道题，尽量保证会的题不出错误。除此之外，个别知识点的薄弱也急需改进。考试的目的不是分数，而是检测我们一段时间内的学习情况，所以找到知识点的漏洞，加紧学习，弥补不足，才是我们真正的目的.		
3	高二上学期	1、高二要改变心态，认识学习的重要性，积极主动去学习。高二学习需要定目标，学习有一个方向，懂得梳理自身学习情况，以课本为基础，结合自己的笔记、试卷、掌握的薄弱环节、存在的问题等，合理的分配时间，有针对性、具体的去去攻克、落实。 2、学习掌握速读记忆的能力，提高学习复习效率。速读记忆是一种高效的学习、复习方法，其训练原理在于激活脑、眼潜能，培养形成眼脑直映式的阅读、学习方式。 3、要学会整合知识点。把需要学习的信息、掌握的知识分类，做成思维导图或知识点卡片，会使大脑、思维条理清醒，方便记忆、温习、掌握。学会把新知识和已学知识联系起来，不断糅合、完善知识体系。促进理解，加深记忆。 4、做题要学会反思、归类、整理出对应的解题思路。遇到错的题目收集，每个科目建立一个独立的错题集等等。	该生学习勤奋，劳动积极，乐观自信，乐于助人。	张育旗
4	高二下学期			
5	高三上学期			

毕业鉴定

学生自我陈述	随着高考的结束，昭示着我即将毕业了。高三这一年的努力学习，就是为了能够以一个更好的成绩来迎接这一刻，但是当这一刻到来了，却又有一点不舍。时间过的是真的快，在不知不觉中，三年的时间就过去了。 在这三年，在学业上，我自认为是以一个还算优异的成绩毕业的。当初考进这个学校的时候，是以一个不错的成绩考进来的，现在毕业了，成绩跟我刚刚进来的时候差不多。虽然可能这三年都没有很大的进步，但是对我自己来说，这个成绩也是比较满意的，我的父母对我的这个成绩也是比较的满意。我偏科的情况还是比较的严重的，语文、数学、生物、化学的成绩在班上都是中等偏上的，

	但是英语只能够刚刚及格，物理连及格线都达不到。因为有这两门课在拖后腿，所以我的成绩一直都上不去，但好在整体水平处于班级的中等位置。这三年，我的时候可以说是多姿多彩，每一天都是不同的，永远对明天充满着希望。这三年我成长的速度真的是很快，相信我在之后一定能够很好的适应大学生的身份，以一个好的态度去迎接我的大学生活。		
日　期	2023-02-28		
教师毕业评语			
教师姓名		日　期	

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					A	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	必修	A	2	A	2	A	1			A	1	A	2			

与健康	选修															
	选择性必修															
音乐	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					A	1									
	选择性必修							A								
美术	必修	A	1	A	1	A	1									
	选修					A	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

社会实践活动图片

PJXT

PJXT