

高一上期末自我总结(优秀5篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

高一上期末自我总结篇一

转眼间，高中的第一个学期已经过去，我的学习进步了很多。我能够做到上课专心听讲，认真完成作业，又不会的问题主动询问同学我也认识到自己的不足，如对学习内容缺乏系统的整理，复习起来不知从哪里下手；体育锻炼不够积极等。

我自尊心强，尽力做好我所能的事；我学习自强，逐渐离开家长的羽翼；我严格自律，考场上展现真实水平；我勤奋学习，打破沙锅璜到底；我有爱心，收养流浪小狗；我乐于助人，他人有难必伸出援助之手；我关心集体，集体就是我的家我会努力做得更好。

无论过去是失败还是成功。忘记以前的成功与失败，我们只需要把经验和教训铭刻于心。要有进步的决心，千万不要骄傲，应该再接再厉，争取取得更好的成绩，取得更大的进步。应该振奋精神，争取迎头赶上。

我积极参加集体活动，学习勤奋，追求科学，思想健康向上。我与他人团结互助，约束自己的行为，尊重身旁每一个人的想法。

我比较热爱球类运动，所以在课余时间总会让姐姐陪我玩玩羽毛球。不过我不太喜欢跑步，我还是需要多加练习呀！

我有健康的审美情趣，不追求和接受低级、庸俗的东西。而

且对艺术学习有兴趣，具有创新意识。我不仅认真完成美术作业，还参加了“服装设计”的选修课。

研究性学习，我很感兴趣的一项内容。我与同学共同确定并探讨了一个课题。我探讨的过程中学习到了很多有用的知识，还增强了同学之间相互合作的能力。

金秋时节，学校组织了社会实践活动评价。我参观了中国解放军三军仪仗队和北京航天科普教育基地。我领略了解放军的风采，参与了一些具有挑战性的项目。虽然一开始我很害怕，但后来我战胜了自我，完成了挑战。

我十分热爱绘画，也参加过一些绘画比赛，获得过奖励。

我十分热爱绘画，虽然没上过什么辅导班，但是画出的画还是比较好看的。美术课我认真学习，绘画作业都精心构思。

高一上期末自我总结篇二

一年的高中生活，使我增长了知识，也培养了我各方面的能力，为日后我成为社会主义现代化建设的接班人打下了坚实的基础。

本人诚实守信，环境意识，自信、自尊、自强、自律、勤奋、有爱心、乐于帮助他人。遵纪守法、诚实守信、维护公德、关心集体。遵守公共秩序、爱护公物、维护公共设施 and 公共卫生的情况。乐于参加集体活动，能够为实现集体目标付出努力。品德优良善于与他人合作共同完成任务。能评价和约束自己的行为，善于与他人交流和分享，尊重并理解他人。

有良好的行为习惯学习目的明确，有理想，善于发现提出问题，努力尝试多种方式解决问题，学习态度端正，能主动学习，有强烈的求知欲和好奇心能有目的的收集与整理使用信息，有独立学习与研究问题的能力，独立思考，合作探究，

虚心请教。

认真完成作业，学习目的明确学习目标明确，有理想，与同学能够完美的合作，共同完成学习任务，学习态度端正，学习方法恰当，会从失败中找经验正确认识同伴的优缺点，了解同伴的客观评价，能合理调控自己的情绪约束自己的行为。有科学的保健意识方法，能够尊重同伴观点，理解同伴处境，多交一些知心朋友，融合关系。与同学老师关系融洽能正确认识自己的优点与不足，自尊，自信，自己做自己能够完成的事，挑战自我，对错误要虚心请教。

善于与人交流仪表大方，举止文明，去感受生活中的美具有一定审美能力具有一定的审美能力，能表现美能感受到生活中的美有一定的审美能力聪明伶俐用在我身上一点也不夸张，清纯活泼是我可爱的内在因素。我热爱学习，尊敬师长，劳动积极，对一切新事物充满了好奇，强烈的求知欲为我打开了广阔的知识世界，在浩瀚的知识海洋里，我相信我会用理想为舵辛勤做桨，划向成功的彼岸有适合自己的科学的锻炼方法，有科学的保健意识，身体状况，卫生习惯良好，能够承受一定的压力。

每天坚持锻炼，正确面对挫折坎坷。热爱运动，身体健康有科学的锻炼方法和一定的运动技能。热爱运动，身体健康，心态积极向上。但是，通过两年的学习，我也发现了自己的不足，也就是吃苦精神不够，具体就体现在学习上“钻劲”不够、“挤劲”不够。

高一上期末自我总结篇三

高一的第一个学期就这样紧张而有趣的结束了。

一) 学习

我学到了很多知识，懂得了许多的概念。

学习态度比较端正。能够做到上课认真听讲，不与同学交头接耳，不做小动作，自觉遵守课堂纪律；对老师布置的作业，能够认真完成；对不懂的问题，主动和同学商量，或者向老师请教。我还学会了许多学习方法，对电影有了极大的兴趣，看了许多各种类型的电影。懂得了不同地区的文化，而且在欣赏中英语水平有了提高。

数学：立体几何掌握的不是很好，假期要努力提高，高考中这一方面占许多的分数，大约17—20分，所以这个不容忽视。

语文：能够很好的跟上老师思路，对高考的题型有较深刻的了解。在选题上，我会选择实用类文本，我对这个题型还不是很熟悉，所以要多练习。

英语：对英语老师用英语讲课时有些重要的词汇听不到，所以要提高听力，多看英文电影。物理，化学，生物：因为我以后是要学习理科的，所以理综合一定要认真听讲，本学期我有一点懒惰，在于不爱背化学方程式，物理是我的弱科，一定要多做题。

文综合：能够做到认真听讲，这样即可，会考时能够做到及格，跟上老师思路。假期要把书都看一遍。

这学期的期末考试成绩不是很理想，离心中的目标还很远，仍需继续努力，抓紧自己的学习。知识无止境，探索无止境，人的发展亦无止境，我还有很多的知识需要学习。

二) 学习方法及态度

高中的学习与初中有许多不同。初中时代我们被老师催着赶着向前走。而高中更注重自主学习，老师讲的不再满足我们的需要。我能认真对待考试，考前认真复习。另外，积极阅读有关书籍和资料，扩大自己的知识面，有较强的求知欲，学会了自我反省，检查，提前预习的学习方法，但是错题本

总结的并不是很好，下学期继续改正。

三) 纪律与内务

四) 遗憾、

目标已经定好，向浙江大学进发吧。

五) 人格塑造

本学期我参加了许多个活动，我认为参加活动是必要的，我也去了许多公开课，学到了许多周边知识，对中国的政治人文经济有了许多的了解。

我不爱跟别人说话，所以我参加了英语课前演讲和午检，使我对语言类有了很强的自信，我的第三志愿是北京师范大学，所以当老师就是要学会与他人交流，我觉得这方面我做的不好，别人谈哈利波特，我都不懂，没有与人的共同感，所以假期要提高文学文化素养。买了几本书，对侦探学要有一定的研究，不能沉溺于网络，认真按计划进行。

高一上期末自我总结篇四

在高一下学期末我的主要收获是：

在学习上：

我深知学习的重要性。面对知识就是力量，科学技术是第一生产力的科学论断，我认为离开了知识人将是一个一无是处的废人。中学时代是学习现代科学知识的黄金时刻，我应该抓住这个有利的时机，用知识来装饰自己的头脑，知识是无价的。首先，合理安排时间，调整好作息时间，分配好学习、日常生活、玩的时间。时间是搞好学习的前提与基础，效率和方法更为重要。其次，要保质保量的完成老师布置的作业，

老师布置的作业一般是她认为很重要的知识，具有很高的价值，应认真完成。认真对待考试。另外，积极阅读有关书籍和资料，扩大自己的知识面；经常提出问题，与同学讨论，向老师请教；搞好师生关系，使师生相处得融洽和睦。

在平常的生活上：

我从来没有和同学发生过摩擦，也不顶撞老师，何老师相处得很融洽。我在学校和校外都主动与老师问好。我当老师如知己。

我在数学方面有所进步，我克服了很多困难：

公式背不会，审题不到位，计算常出错，答题没单位。

我的成长经历：

我自从上高一以来，就逐渐的改变我以前的学习习惯来适应高中的学习生活。我发现高中的老师比初中的老师更乐业，往往每节课都拖堂，根本讲不完，而且老师讲课讲得津津有味，都打下课铃了我们都没有注意到。……高中的同学与以前的大不相同，我们互帮互助没有一点怨言，我们互相调侃没人红脸，我们互相学习没有歧视。

我与家长的关系也越来越好，每次我都很礼貌的打招呼，而且我家长很明理，从来不和我急，都耐心说教，我也虚心接纳。

我的体育很好，我很喜欢锻炼，每次体育课训练我都认真对待，因此我的体育课成绩很好。

在大街上常常会看到一些学生穿着打扮怪异，发型“独特”，这只会给人们一个感觉：他们不是好学生。

其实他们不是不好，就是他们的审美观念不同罢了，可我从从来不像他们那样穿着打扮，我的校服上也没有一丝用笔写过的痕迹，当然我的头发也符合学生标准。

在这学期的期中考试中，尽管我取得一些成绩，但离心中的目标还甚远，仍需继续努力，抓紧自己的学习。知识无止境，探索无止境，人的发展亦无止境，还有很多的知识需要我学习。

学习态度比较端正。能够做到上课认真听讲，不做小动作，自觉遵守课堂纪律；对老师布置的课堂作业，能够按时完成；对不懂的问题，主动和同学讨论，或者向老师请教。

改进办法是：

为了改进学习方法，我给自己订了一个学习计划：

(1)做好课前预习。也就是要挤出时间，把老师还没有讲过的内容先看一遍。尤其是语文课，要先把生字认会，把课文读熟；对课文要能分清层次，说出段意，正确理解课文内容。

(2)上课要积极发言。对于没有听懂的问题，要敢于举手提问。

(3)每天的家庭作业，做完后先让家长检查一遍。把以前做错了的题目，经常拿出来看一看，复习复习。

(4)要多读一些课外书。每天中午吃完饭，看半个小时课外书；每天晚上做完作业，只要有时间，再看几篇作文。

(5)抓紧一切时间来巩固当天老师讲的知识内容，以达到学习效率。

高一上期末自我总结篇五

xx的第一个学期就这样结束了。迎来了盼望已久的假期。

时光飞逝，斗转星移。转眼成为高一一班一员已半年多了。回首这半年的点点滴滴，朝朝暮暮，心中顿生了许多感触。这半年中经历的每一天，都已在我心中留下了永久的印记，因为这些印记见证我这样一个新生的成长。在过去半年的内，通过不断地学习，我收获了很多。时间就是这么无情头也不回的向前走着，而我们却在为了不被它丢下死命的追赶着。是的，谁都不想被时间丢下。而我们也随着时间的流逝一点一点的成长。而美好的纯真随着风雨的磨灭化成了成熟。或许这正是成长的代价。回想自己还是考生的那段日子，显得是那么的遥远。我在憧憬中懂得了来之不易的珍惜；在思索中了解了酝酿已久的真理；在收获后才知道努力的甜美。突然觉得自己似乎明白了许多事情，但是仔细琢磨后又不尽然……原来过去所见所识都是那么的偏见而又肤浅，以前的天真似乎在一瞬间幻化成无知和可笑，我想谁又不是这样的呢？或许在以后也回嘲笑现在的渺小……我们不得不笑着回首我们所走过的路。：

出勤情况：请了一次病假。拉下一天的课希望下学期争取做到全勤本学期没有迟到的情况。

在日常生活上：以前我是一个衣来伸手饭来张口的小孩子，而通过7天军训生活和这半年老师和同学们的帮助，使我养成了独立性，不再娇生惯养，现在我已经能做一些力所能及的家务了。

在学习上：我深知学习的重要性。面对二十一世纪这个知识的时代，面对知识就是力量，科学技术是第一生产力的科学论断，我认为离开了知识将是一个一无是处的废人。以资本为最重要生产力的“资本家”的时代将要过去，以知识为特征的“知本家”的时代即将到来。而中学时代是学习现代科学知

识的黄金时代，中国的本科教育又是世界一流的，我应该抓住这个有利的时机，用知识来武装自己的头脑，知识是无价的。首先，合理安排时间，调整好作息时间，分配好学习、工作、娱乐的时间。时间是搞好学习的前提与基础，效率和方法更为重要。其次，要保质保量的完成老师布置的作业，老师布置的作业一般是她多年教学经验的总结，具有很高的价值，应认真完成。认真对待考试，考前认真复习。另外，积极阅读有关书籍和资料，扩大自己的知识面；经常提出问题，与同学讨论，向老师请教；搞好师生关系，师生相处得融洽和睦；抓住点滴时间学习一些其它专业领域的知识，知识总是有用的。在这学期的期中考试中，尽管取得一些成绩，但离心中的目标还很远，仍需继续努力，抓紧自己的学习。知识无止境，探索无止境，人的发展亦无止境，我还有很多的知识需要学习。

在纪律方面，基本可以做到：尊重教师，同学之间可以真诚相待；能遵守学校各项纪律，遵守公共秩序，遵守社会公德；不迟到、不早退、不旷课；上学穿校服；举止文明；有良好的卫生习惯，不乱扔废弃物。

我将结合这个小结回顾过去，确定未来的发展目标，我对未来充满信心。自然，这需要老师们的精心培养和同学们的真诚帮助。