

最新高中档案综合评价高中生活的经历与体会(优秀5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

高中档案综合评价高中生活的经历与体会篇一

(一)

高中学习生活是我一生中最重要的阶段。这三年是我不断增长知识，开拓眼界的三年。

三年来，作为班长和纪委，我能以身作则，严于律己，组织纪律性强，工作认真负责，团结同学，获得老师和同学的一致好评，高三我们班被评为优秀班级，这是全班同学共同努力的结果，我为能生活在这样一个班级而自豪。获学校“三好学生”“优秀班干部”“校园自律之星”等称号，带领班级连续一学期获得校纪律流动红旗，认真负责好每节自习课，给同学们营造一个安静的学习环境。我勤学好问，学习上严格要求自己，成绩名列前茅，高二获“学习进步奖”等称号。

作为体育委员，我爱好运动，力求德、智、体全面发展。在素质教育实践活动中，获“社会实践标兵”称号。在校园“健康三十分”体育活动中，带领班级夺得跳大绳、颠球一等奖。

在为班级和同学的服务中，我不仅发现了自己无限的潜能，而且学会了许多生活和学习的技能，还积累了很多宝贵的经验，更为自己今后更好的学习生活打下了坚实的基础。

在这最后的中学生活里，我将努力完善自我，提高学习成绩，为几年来的中学生活划上完美的句号，也以此为人生篇章中光辉的一页。（这一篇是我自己的喔~~！）

高中生活的经历与体会

（二）

时光如同丝绸般悄无声息地从手中溜走，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。

高一是新鲜的一年，眼前的一切都是崭新的。不一样的老师、同学，不一样的环境还有不一样的课本。

进入文科班学习，在同学、老师的配合下，我迅速融入了班集体。酸甜苦辣，都汇在其中，高中生活因此也变得五彩缤纷，丰富多彩。

高二，升学压力越来越大，学习生活忙碌且辛苦，经过两年高中生活的洗礼，不仅增长了知识，也培养了我各方面的能力，为我日后走向属于自己的道路打下了良好的基础。

高三，冲刺的一年，我们都要加把劲，争取不能白白度过这三年，把学习当成最主要的事，努力好最后的这一段时间，我们就会登上成功的彼岸！

高中生活的经历与体会

（三）

我来到济南三中，和老师同学们一起体会精彩的高中生活，我深感荣幸。我学习勤奋多思，工作认真负责，积极参加劳动和社会实践活动，多次参加学校组织的体育活动并且获得

荣誉，我喜欢帮助同学，并且自己能得到乐趣。我一直注重品德修养，一直把“给自己留一个纯净的背影”当作自己的座右铭，因此我交到了很多好朋友并且有很好的人缘，得到老师和同学的肯定。

我一直以来担任班级的团支部书记一职，对待团支部里的工作认真负责。每次团支部里布置的工作我都及时传达，并且都会及时完成。我曾带领同学们参加“春天送你一首诗”活动并获得荣誉，带领同学们为聋哑儿童捐挂历，为四川灾区捐款捐物等等。

在高中生生活剩余的日子里，我会继续努力，争取走到更好！

高中生活的经历与体会

（四）

时光如梭，转眼即逝，当毕业在即，回首三年学习生活，历历在目：

三年来，一直担任学校学生会的纪检部部长，在班里担任学习委员和卫生组长一职，是市里的小记者，学校广播站的成员。

在学生会期间，组织“春天送你一首诗”“校园歌手大赛”“我行我播”等活动，锻炼能力，增长见识，使自己有信心面对以后遇到的挫折。

部”“社会实践标兵”，“校园文明之星”，朗诵比赛一等奖，大绳第一名等成绩。

我们即将告别中学时代的酸甜苦辣，迈入高校去寻找另一片更加广阔的天空。在这最后的中学生活里，我将努力完善自我，提高学习成绩，为几年来的中学生活划上完美的句号，

也以此为人生篇章中光辉的一页。

（七）

我在班级中担任宣传委员负责班级宣传事务和课外活动的组织以及团委的事务。在担任班干部为班级服务的过程中我学到了许多书本外的经验和体会，筹划宣传板报使我具有艺术欣赏力，组织活动培养了我组织和带头能力而在团内的活动使我具有了出谋划策的头脑。三年的高中生活让我从中感受到了许多。无论是队列比赛还是合唱比赛或者是体育竞赛都让我看到了集体的智慧，无论面对什么样的困难因为大家团结在一起都会迎刃而解，因而这些课外活动让我更加珍惜与同学们在一起的日子，学习方面，我从同学们学到了踏实认真的态度，只有摆正态度才能面对严峻的挑战，高中生活是人生中最灿烂的时光，花季和雨季我与同学们一同走过，在这个绚丽充满想象的时光中，我有许多朋友和恩师共同面对失败与胜利，在阴晴不定的日子里我们互相鼓励在紧张严峻的时刻里我们同舟共济，一起面对最后的考验。

（八）

我来到济南三中，和老师同学们一起体会精彩的高中生活，我深感荣幸。我学习勤奋多思，工作认真负责，积极参加劳动和社会实践活动，多次参加学校组织的体育活动并且获得荣誉，我喜欢帮助同学，并且自己能得到乐趣。我一直注重品德修养，一直把“给自己留一个纯净的背影”当作自己的座右铭，因此我交到了很多好朋友并且有很好的缘，得到老师和同学的肯定。

我一直以来担任班级的团支部书记一职，对待团支部里的工作认真负责。每次团支部里布置的工作我都及时传达，并且都会及时完成。我曾带领同学们参加“春天送你一首诗”活动并获得荣誉，带领同学们为聋哑儿童捐挂历，为四川灾区捐款捐物等等。

在高中生生活剩余的日子里，我会继续努力，争取走到更好！

（九）

回首高中生活，会不禁感叹时光的匆忙，高中生活，是充满了紧张和快乐的三年。与初中、小学不同，高中时的我们已经成熟了许多，对事情的看法和见解也变得更加深刻，这说明我们真的长大了。是时光磨练了我，是高中生活丰富了我。作为学生，品学兼优，三年的时间，我将学习放在首位，积极参加学校跳绳踢毽子比赛等活动，作为政治课代表，在自己学好政治学科的同时，也协助同学将政治学好，并且有良好的纪律和行为习惯，在性格上文静又不失大方。高中这三年，我得到许多：受到批评时我所做的不仅仅是听取，而是去反省去深刻的认识自己；受到委屈或是误解时，我所想要做的不是为自己辩解，而是用实际行动，让时间来证明自己；当自己的努力有所回报时，在自我欣慰的同时，还要记得先告诉自己这只是迈向成功的很小一步。这点点滴滴的经历心得，是三年一步一步走过的痕迹，而这三年里我所得到的，也远远超过了上高中前所希望得到的，因为我除了得到了知识，还有我的理想，真正的我（十）

高中生活的三年真的很精彩，我学到了很多，也经历了很多，随着高考的到来，我感到时间的紧迫，开始最后的拼搏。

从一个懵懂的小女孩，到一个品学兼优的中学生，经过三年的学习生活，我总结出一套适合自己的学写方法，合理安排自己的时间，学习认真，思维敏捷，善于质疑，析疑，解疑，对问题有独到的见解，脚踏实地，学习尽心尽力，对知识精益求精，学习效率，成绩优秀，善于总结经验，尊敬师长，曾担任物理课代表，工作认真，帮助同学，协助老师工作，督促同学学习，是老师的好帮手。

在素质教育实践活动中，表现出色，积极参加活动，荣获“文明实践标兵”。校组织的“健康30分”体育活动我积

极报名参加，获得女子排球第二名的优异成绩，集体跳大绳获得第一名，女子800米跑步也取得了出色成绩。

我为自己的梦想努力奋斗，拼搏着

（十一）

在这忙碌的高中生活中，不但获得了很多的知识，同时也感受到了学习中的快乐和班级的温暖，在这里，我交到了很多的朋友，听老师的谆谆教诲。在学习之余，老师会跟我们讲一些很有趣的事，真的感觉到老师和我们是一家人。除了在课堂上学知识以外，让我受益匪浅的是一周一次的班会，班会是课本以外的知识，老师的总结与事例总能让我受到很大的启发。我在这里展现了我的青春风貌，并获得了“社会实践标兵”的称号。我任班里的课代表，积极协助老师的工作，督促大家学习，是老师的小帮手。在这个大集体中学习，更让我体会到了集体的智慧和力量，正所谓我有一种想法，你有一种想法，交换后，我们的想法就多于两种。大家一起学习，一起相互鼓励，使我们的学习达到了事半功倍的效果，促进我们共同进步，在班内，我积极的帮助在学习上有困难的同学，帮助他们解答疑难问题，当他们豁然开朗的时候便是我最开心的时候了，因为我的帮助还是很有用的。我爱这里的生活，他让我成长，让我进步。

（十三）

回头看看，三年的高中生活即将成为永远的回忆，十八岁成人的喜悦还未淡去，可是却即将要面对同学各奔东西的分离。三年中有欢笑，有泪水，有挫折，有鼓励，但是不管以后的人生基调如何，我至少可以骄傲地说三年的高中生活是多彩的，是不悔的。

仍记得进入高中的第一天，坐在座位上，看着教室中可爱的同学们，傻傻地笑着，幻想着未来的美好，周围的一切对我

来说都是那么新鲜，那么有吸引力。而如今，当初的那份天真那份无邪早已殆尽，更多的是沉稳与淡定，缺少一种激情，却得到了一种踏实，或许今后的人生路已经不再允许我们漫步云端，需要的只是地面上每一步厚重的脚印。

今年我会高中毕业。今年是我的十八岁。

像是南国的雨，北国的沙，在特定的时间里做了特定的事，然后离开，最终把镜头留给蔚蓝的天空。天空下，一群迷狂的孩子仰头张望。

或许，今年的夏天格外寂寞。

（十四）

不知不觉进入高中阶段将近三年了，这其中有甘苦，但更多的是收获。非常幸运的是，上高中后就当上了卫生委员，并且一当就是三年。通过三年的锻炼，使我在各方面都有了提高。比如在统筹分工方面，以前可以说一窍不通，通过老师的指导和自己不断地摸索，在这方面的提高较大；通过自己和全班同学的共同努力，使班级的形象在全校师生面前得到了较好展示，班集体夺到过多次卫生流动红旗，受到学校领导的高度评价和表扬。在任卫生委员的同时，我还担任小组长。担任小组长一职使我得到了更多的锻炼，因为小组长负责的工作相对较琐碎，大到负责打扫卫生、对组员的分工，小到收作业，等等。担任小组长给了我一个学习管理的平台，是一个不断发现问题、解决问题的过程。通过学习摸索，使我的管理能力有了较大提高，同时，也使我变得愈发成熟。小组的成绩在班级各项评比中都有不错的表现。小组中的学习氛围浓厚，互帮互学，作为组长，我感到骄傲和自豪。

老师的言传身教，高尚的师德，将使我终生受益，这对我以后的人生将起到举足轻重的作用；在学习上，我学到了很多有益的知识，无论我今后从事怎样的职业，这都是我人生的

重要阶段；通过积极锻炼身体，使自己的身体素质得到增强，为以后更好的工作和学习打下了坚实的基础。高中三年，是一段特别温馨的时光，它会让我受益终生。

（十五）

高中三年生活即将随着我的成长而慢慢逝去，回顾这丰富多彩的三年学习生活，我已在老师的辛勤培育下成长为一名品学兼优的合格中学生了，这些日子将永远铭记在我心中。我热爱我们的党，热爱社会主义祖国，思想觉悟高，积极参加学校组织的各项活动以及学习小组，努力要求进步。在校，我模范遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》。尊敬师长，组织纪律性强，连续担任班学习委员等职务。工作认真负责，团结同学，发挥友爱互助的精神，多次被评为校三好学生、优秀学生干部，高二年还被评为市三好学生。

天资聪颖，学习认真自觉，理解和自学能力强，善于质疑、析疑、解疑。积极探索，总结出一套适合自己的学习方法。思维敏捷，懂得举一反三，学以致用，不断巩固已掌握的知识。高中三年以来学习成绩优异，名列年段前茅。积极参加各种兴趣小组，丰富自己的知识。我积极参加体育锻炼，体锻达标，还曾经代表班级参加校运会，并在接力项目为班争光。虽然高中三年来，我在各方面都有显著进步，但我也清楚地认识到自己的不足之处：钻研精神还不够。在今后的学习中，我相信我一定能克服这个缺点，以自己的所学所长更好地报效祖国。

高中档案综合评价高中生活的经历与体会篇二

时光如同丝绸般悄无声息地从手中溜走，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。

高一是新鲜的一年，眼前的一切都是崭新的。不一样的老师、

同学，不一样的环境还有不一样的课本。

进入文科班学习，在同学、老师的配合下，我迅速融入了班群众。酸甜苦辣，都汇在其中，高中生活因此也变得五彩缤纷，丰富多彩。

高二，升学压力越来越大，学习生活忙碌且辛苦，经过两年高中生活的洗礼，不仅仅增长了知识，也培养了我各方面的潜力，为我日后走向属于自我的道路打下了良好的基础。

高三，冲刺的一年，我们都要加把劲，争取不能白白度过这三年，把学习当成最主要的事，努力好最后的这一段时间，我们就会登上成功的彼岸！

高中档案综合评价高中生活的经历与体会篇三

我读完这作品的时候，我唯一佩服的是郝思嘉，她是一种被迫的勇敢和坚强。不可否认思嘉多元化的性格，为使命而战的顽强，自食其力而奋斗的能力也让我钦佩。战后回塔拉那些凄凉无着落的生活，那些一个个无助的眼睛，有失去了理智的父亲，过惯了小姐生活而身体又不是太好的两个妹妹，虚弱的梅利，一个三、四岁的孩子，还有两个婴儿，三个以前的黑人奴仆。这些人把所有的希望都放到她身上，没有她这些人都几乎无法生存。为了保住这片红土地，她以自己的幸福作为牺牲，虽然手段并不怎么光彩，但意义很重大。

但对于郝思嘉这个人物，我的另一种感觉是矛盾的，是讨厌却又不得不敬佩她。她是个非常有个性的人物，她一生中爱了两个男人，而她却没一个是了解的。如果她了解阿希礼，那她就不会爱他；如果她了解瑞特，那她就不会失去他。她一直以来是辜负瑞特的，她只是不停追寻着自己梦中的王子——阿希礼。她只是把自己爱的特点认为阿希礼有，她只是做了一件华丽的衣服，让阿希礼穿上，而后爱上他。而事实是，她爱的只是那件衣服。

对于她，我又是不得不佩服的，佩服她的坚强，佩服她对土地的执着，佩服她能在那中环境下放下以前所受的教育下田干活，佩服她能不顾社会上的言论而开创自己的事业。她生命有几个灵魂，一个是她的母亲。他的母亲是一位非常能干、温柔的典型贵夫人，是她最敬佩的人。可是，母亲为了救人而被传染伤寒，去世了。另一个，是她十几年来最爱的人——阿希礼。她能在逆境中站起来，有很大一部分原因就是阿希礼。她对阿希礼是异常执着的。还有一个，就是玫兰妮。在一起奋斗的十几年里，玫兰妮已经成为她生命中不可缺少的一部分了。

我觉得郝思嘉就像个小孩子一样，对自己想要的东西异常执着，而对自己所拥有的东西却不屑一顾。一面在拼命让自己幸福，一面又不断地把幸福推离，把爱人推向深渊。

郝思嘉爱的是阿希礼，可是，阿希礼却不要她。就像瑞特说的，阿希礼是个君子，只是生在了一个和他格格不入的时代。他还是用旧世界的游戏规则生活，只会撞得一鼻子灰。郝思嘉不了解阿希礼，所以她爱他，想尽一切办法得到他，而当她认清他时，她再也不爱他了。

郝思嘉是个矛盾体，可又有谁不是矛盾体呢？她在生命的道路上一路走来，当她面对困难时，她选择迎接，当她面对责任时，她选择担负，可当她面对爱的抉择是，起初，他选择蒙蔽自己，当她终于认清，要面对时，却已为时已晚。而她，在无能为力时，就会告诉自己，明天是新的一天，明天一切都会好了[tomorrowisanotherday]她在整个故事中，都是个充满生气、充满斗志的人。我最欣赏的，便是她的这句"tomorrowisanotherday."永远充满了希望，充满斗志，永远不会放弃，永远不会绝望。这份精神，是最值得我学习的。所以，每当我遇到困难、心情不佳时，我便告诉自己[tomorrowisanotherday]

书中另一个使我十分佩服的女性，便是玫兰妮。她是个外柔

内刚的女性，她几乎拥有了女性所能拥有的一切美德。正如瑞特说的，他是他所见过的少数贵夫人中的一个。她是坚强的，她是爱国的，她用她的心爱身边所有的人。当她丈夫打仗时，她在后方默默守候，做她力所能及的事，当北佬打进城而她又快要临盆时，她依然镇定，当她身体虚弱而没人下地干活快要没饭吃时，她和郝思嘉一样，放下过去所受的教育和优越感，拖着虚弱的身体下地干活，当她看到郝思嘉杀了一个北佬时，她没有惊慌失措，而是帮着掩埋尸体，搜查钱财，擦拭血迹，当战争终于结束，她痛恨的北佬士兵来到她门前要求照顾而她们自己也没有过多粮食时，她还是尽她所能地帮助他们，因为她希望在远方也有一个好心的北佬女人给她正在回家的丈夫一口饭吃。

如此一位坚强的女性，却又是如此的温柔善良和善解人意。她执着地相信郝思嘉和阿希礼，即使有人亲眼看见他们搂在一起，也执着地相信他们，保护郝思嘉。她明知自己的身体无法再承受生育的痛苦，却执着地要再为阿希礼生个孩子，最终离开了她爱了一辈子的亲人们。

真的是太伟大了，看着玫兰妮，使我想到许许多多的中国古代女性，她们也是如此的善良，任劳任怨，相夫教子，然后默默无闻地老去、死去。

整部书中，我最为喜欢的人物就是瑞特。他勇敢、执着，他能那么深地爱着郝思嘉十几年不变。他想保护郝思嘉，宠爱郝思嘉，照料郝思嘉，让她事事称心，而郝思嘉却拒绝了。他说过，再永恒的爱也会有磨光的时候，而他的爱，被郝思嘉愚蠢的固执磨光的。他的心，死了。当他女儿离开他时，他的心，再也回不来了。他说过，他从来没有那个耐心把剪碎的裤子缝好，再告诉自己这就和新的一样，自欺欺人罢了。碎了就是碎了，再也回不去了，即使修好，上面仍然留有裂缝，再也不是原来那条了。

瑞特是个复杂的人，他有良好的家世，但却仍和旧时代格格

不入，他有锐利的眼睛，可以在乱世找到自己的处身之道，他对国家有热情，即使他明知必败无疑，却仍在最后关头入了军。他爱郝思嘉，但他更了解郝思嘉，所以他从不说，只是通过行动表达，而郝思嘉却从来不想去了解他。最后，他绝望了，一次又一次的失望使他再也没有勇气再去尝试，他累了。

所以总的来说飘是一部相当不错的书，希望大家有时间也可以看看。明天又是另外一天。

高中档案综合评价高中生活的经历与体会篇四

你是否还记得，第一次参加军训，强忍着烈日骄阳；你是否还记得，第一次穿上制服，内心的一丝激昂；你是否还记得，第一次彻夜拉练，兄弟们的歌声嘹亮。对，这就是我们的军训生活。

金秋九月，硕果累累，带上父母的希望，心怀远大的梦想，我踏进了海事大学的大门。然而，在这里，给我的感受却是“蓝色梦想，灰色旅程”。

因为向往自由，我常想海事是一所有着海洋般热情与温柔，海纳百川的大学，我心中对未来充满了无限幻想和渴望，幻想我在蓝色的海洋里，沐浴着清爽的海风，解脱也许就在有希望的那一瞬间，我坚信在比天空还要广阔的地方，我们要比鸟儿更自由。

在理想的伊甸园过的大学生活却是这样的。

军训：夏天的阳光格外耀眼，闪的我都睁不开眼。午后影子被拉的好长好长，比以往整个夏天还要长。没有人在乎这样的阳光是否会晒黑你的皮肤，有的是你的自由被限制。每天都是在等待黑夜中结束，但我从没看清楚夜是怎样来临的，恍恍惚惚，浑浑噩噩。夜的来临，似乎也没有减少什么，大

家要一起拉歌，唱军歌，你要盘腿而坐，你要大声歌唱，就算你把嗓子喊哑，你要要坚持继续唱下去，你不能顾及你的淑女风范，你要尽显那河东狮吼般的“活泼与热情”。的确，在那时的我不理解为何每天要早早起床，为何被子要叠得四四方方……我不了解军训。

生活：从早到晚没有我们的时间。起床号响后，立即起床，按规定着装准备集合出操。出操完毕，集体就餐、集体上课、集体午休、集体上课、集体就餐、集体训练、集体自习，集合晚点名，熄灯就寝，等待下一天的号角。也许你觉得这没什么，不就是集体行动吗，那要是告诉你每一次的集体行动都要求做到统一步伐、统一摆臂的齐步走，要求你统一“喊”口号，要求你这样那样。的确，在那时的我不理解为何上课还要统一着装，为何列队走路还要放声歌唱……我不了解军训。

随着时间的推移，我不习惯开始变的习惯，我开始了解为什么要实施军训。

我了解了军训。军训——人总要在困难中磨练自己的坚毅品格，就如同阳光要多么努力的冲破云层的束缚，才能把温暖洒下人间。原来不是不允许你在乎你的皮肤护理，只是想让你知道你并不比男生弱小，你就是新一代红色娘子军。你不是不被允许停下来唱歌，只是想让你感受大家在一起时的快乐与温馨，想让你尽快融入这个大家庭。你不是不被在乎，只是你没有接受这种关爱的方式。你不是非要把被子叠的如此规整，只是想让你从中看到你的成熟与成长。

我了解了军训。生活——每一天，我们都在仰望着一面旗帜，艰苦卓越，是我们攻坚克难的航向；每一天，我们都在唱着一首歌谣，同舟共济，是我们勇往直前的力量；每一天，我们都在坚信一种理念，科学航海，是我们鹏程万里的臂膀；每一天我们都在流淌着一股热血，爱国为根，是我们亘古不变的衷肠。我们明白了那制服是我们的标志，它代表了我们的

的荣誉与骄傲，它提醒着我们要时刻保持作为军人的精神和品质，它代表着我们气势磅礴的美。我们明白了日常的训练是为了让大家有强健的体魄，增强整个团队的集体荣誉感，使整个团队更具有凝聚力。

我了解了军训。是军训生活使我们这些在黑夜里等待太久的向日葵获得阳光，使我们成长。是军训生活把我们的灰色旅程指向光明，让我们拥抱蓝色梦想，为国献心献力。

高中档案综合评价高中生活的经历与体会篇五

三年弹指一灰间，遥想那xx年的盛夏，迈着轻快的步伐步入二中，满怀憧憬；而今蓦然回首，却发觉自己已然将要离开，再次踏上征途。

高中的记忆应该从军训开始，军训中的酸甜苦辣建构了一个班级的脊梁，同学之间相互熟识，相互学习。记得刚开始自己特别想家，新环境的不适让我无所适从，但我告诉自己：我能行！开学的第一天我报名竞选学习委员，那时不知自己哪来的冲动，也许是一股好学的热血劲头吧，高中生活就这样开始了。

高一就是这样，感觉自己是个孩子，用新奇的目光环视整个校园，一切都是新的，一切都充满了新气象，学习生活交际活动，似乎多了许多自由，少了许多约束，可以更好的充实自我，发展自我。上了高二，我选择了文科，学业的压力逐渐袭来，新的班级，新的老师与同学，新的学习内容，既要适应又要提高，我有些茫然，有些失措，但好在坚持了下来，因为我知道，高三以及高考马上就要来了。果然，高三的生活非常单调，也非常辛苦，但是却不枯燥，经过高二盲从的洗礼，我发现我成熟了，跨过18岁的那一天，我对自己说：我是大人了。我要对自己负责任，尽管高三的生活压得人喘不过气来，但我知道：守得云开见日明，待到那繁花落尽，木叶繁盛的那一刻，也是我的又一个梦开始的地方。