

# 高三综合素质评价生涯规划(通用6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 高三综合素质评价生涯规划篇一

### 1、道德素养

我遵守公共秩序，乘坐公共交通工具主动购票，给老、幼、病、残、孕及师长让座，不争抢座位，观看演出和比赛，不起哄滋扰，做文明观众，举止文明，不说脏话，不骂人，不打架，不赌博。不随地吐痰，不乱扔废弃物。到按时到校，不迟到，不早退，不旷课，不随意打断他人的讲话，不打扰他人课堂学习工作和休息，妨碍他人要道歉，尊重教职工，见面行礼或主动问好，回答师长问话要起立，给老师提意见态度要诚恳。

上、下课起立向老师致敬，下课时，请老师先行，使用礼貌用语，讲话注意场合，态度友善，要讲普通话。接受或递传物品时要起立并用双手。我未经允许不进入他人房间、不动用他人物品、不拆看他人信件和日记，诚实守信，言行一致，答应他人的事要做到，做不到时表示歉意，借他人钱物要及时归还。不说谎，不骗人，不弄虚作假，知错就改，爱护公用设施、文物古迹，爱护庄稼、花草、树木，爱护有益动物和生态环境，认真值日，保持教室、校园整洁优美。我爱护校舍和公物，不在黑板、墙壁、课桌、张贴栏等处乱涂改刻画。借用公物要按时归还，损坏东西要赔偿，遵守宿舍和食堂的制度，爱惜粮食，节约水电，服从管理，生活节俭，不互相攀比，不乱花钱，学会料理个人生活，自己的衣物用品收放整齐。

## 2、公民素养

我维护国家荣誉，尊敬国旗、国徽，会唱国歌，升降国旗、奏国歌时要肃立、脱帽、行注目礼，遵守国家法律，不做法律禁止的事。公共场所不喧哗，瞻仰烈士陵园等相关场所保持肃穆，遵守交通法规，不闯红灯，不违章骑车，过马路走人行道，不跨越隔离栏。我还对违反社会公德的行为要进行劝阻，发现违法犯罪行为及时报告，不参加各种名目的非法组织及非法活动。遵守网络道德和安全规定，不浏览、不制作、不传播不良信息，爱惜名誉，拾金不昧，抵制不良诱惑，不做有损人格的事。

## 二、课堂学习与创新

### 1、课堂学习能力

我认真预习、复习，主动课堂学习，按时完成作业，考试不作弊，制定并落实有效的课堂学习计划，能通过多种渠道、多种方式课堂学习，有对自己的课堂学习过程和课堂学习结果进行反思的习惯，作业质量优，阶段性考试、考查成绩良好，课堂学习意志品质良好，能对自己行为进行评价与约束。

### 2、实践能力

我能综合动用所学知识进行研究活动，实验、实践等课堂学习环节表现良好。

### 3、创新能力

我能通过交流、探索等活动不断获得新的知识，自主发现问题，独立解决问题。

## 三、合作与交流

## 1、善于合作

我能主动合作，并能体验合作的愉快，乐于参加集体活动，顾全大局，珍视集体荣誉，能与他人一起确立目标并努力实现目标。尊重并理解他人的观点与处境，能够在合作中明确自己的责任，并履行自己承担的职责，与他人共事善于求同存异，并能正确评价和约束自己的行为。

## 2、乐于交流

我乐于参加集体活动，乐于交流，谦虚、真诚，乐于接受同学、师长合理的建议，能以恰当的方式表达自己的意愿和建议，愿意与他人分享自己的经验和成果。

## 四、运动与健康

### 1、体育运动

我积极参加体育活动，体育课、体育活动中表现良好，掌握两项运动技能。

### 2、身体健康

我具有健康的身体，体检情况良好，精力充沛，环境适应能力良好，讲究卫生，养成良好的卫生习惯。

我还注意安全，珍爱生命，不吸烟，不喝酒，拒绝毒品，生活有规律，按时作息，珍惜时间，合理安排课余生活，坚持锻炼身体。

### 3、心理健康

我热爱生活，积极进取，性格开朗，自尊自重，能够比较正确地认识自己的人际关系状况，正确对待与异的交往，能够建立对他人的积极情感反应和体验，与老师、同学、家人等

有较为良好的人际关系。

我还能够以积极的态度面对现实并适应环境，能识别和抵制不良的社会影响和各种诱惑，能够比较正确地认识自己和悦纳自己，情绪比较稳定，大多数时候能保持较好的心境和心态，思维活跃，兴趣广泛，勇于克服困难，有一定的自制力和调节能力。

## 五、审美与表现美

### 1、审美

我能感受、欣赏、珍惜生活、自然、艺术和科学中的美，衣着得体，穿戴整洁、朴素大方，情趣健康，不看色情、凶杀、暴力、封建迷信的书刊、音像制品，不参加迷信活动，我还树立了健康审美观念，有健康和审美情趣，不追求和接受低级、庸俗的东西。

### 2、表现美

我积极参加音乐、美术等课程的课堂学习，积极参加艺术活动。

## 高三综合素质评价生涯规划篇二

在日常生活或是工作学习中，我们经常会被要求写一份自我评价，自我评价在很大程度上还会自我督促，促使我们维持自我的一致性。你知道自我评价怎样写才规范吗？下面是小编为大家收集的高三综合素质自我评价范文，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

1、道德品质与公民素养：本人，热爱祖国，遵纪守法。在家里，经常帮助家长做家务。在学校与同学相处能够以诚相待，

信守承诺，能够主动帮助老师组织各种活动，有一定的组织能力。能够积极参加各项活动，参与并组织班级的各种课内外活动，活动中与同学能够和睦相处，关心集体，有很强的集体荣誉感。乐于帮助别人，在各种劳动中积极肯干，不怕脏，不怕累。

2、学习态度与能力：学习态度端正，目的明确。各科成绩还算可以，上课能够认真听课并积极参与讨论，能够主动完成各项学习任务，自觉，独立地完成各科作业。自我管理 with 自立能力强。

3、合作交流与探索：我具有很强的团队精神，很乐于参加集体活动，珍惜集体荣誉，维护集体利益，我能表达个人观点，我的人际关系也很融洽。热爱生活，喜欢观察生活，为了发展我的实践能力，我会参加一些活动，不但可以认识一些朋友，还可以开拓视野。做事认真负责，在各项工作中，能把同学们团结到一起，善于与他人协同“作战”，社会实践能力强，对新事物接受能力快，乐观向上，爱好广泛，并能努力做好每一件事。能够积极上进并主动挑战一些困难。

4、运动与健康：平时注意锻炼身体，喜欢打篮球，乒乓球，游泳等，经常组织同学与其它班级同学打比赛。遇事冷静，不冲动。

5、审美与表现：高中三年我学到了很多知识，学习能力与方法有了很大的提高，在各种活动中也锻炼了自己的组织能力与协调能力。但是我也深刻认识到自己有一些不足，在学习中还是容易马虎。我一定会克服自己的缺点，每一件事情都会做的更好，做一个对国家对社会贡献大的人。

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。

## 高三综合素质评价生涯规划篇三

本人在校热爱祖国，尊敬师长，团结同学，乐于助人，是老师的好帮手，同学的好朋友。我学习勤奋，积极向上，喜欢和同学讨论并解决问题，经常参加班级学校组织的'各种课内外活动。

在家尊老爱幼，经常帮爸爸妈妈做家务是家长的好孩子，邻居的好榜样。

高中三年我学到了很多知识，思想比以前有了很大的提高，希望以后能做一个有理想，有抱负，有文化的人，为建设社会主义中国做出自己的努力。

当然我也深刻认识到自己的不足，字写的不是很好，有时候做事情会只有三分钟热情，我相信只要克服这些问题，我就能做的更好。

本人能自觉遵守中学生守则，积极参加各项活动，尊敬师长，与同学和睦相处，关心热爱集体，乐于帮助别人，劳动积极肯干，自觉锻炼身体，经常参加并组织班级学校组织的各种课内外活动。

本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力。

学习之余，走出校门，本人珍惜每次锻炼的机会，与不同的人相处，让自己近距离地接触社会，感受人生，品味生活的酸甜苦辣。

## 高三综合素质评价生涯规划篇四

1、道德品质与公民素养：本人，热爱祖国，遵纪守法。在家里，经常帮助家长做家务。在学校与同学相处能够以诚相待，

信守承诺，能够主动帮助老师组织各种活动，有一定的组织能力。能够积极参加各项活动，参与并组织班级的各种课内外活动，活动中与同学能够和睦相处，关心集体，有很强的集体荣誉感。乐于帮助别人，在各种劳动中积极肯干，不怕脏，不怕累。

2、学习态度与能力：学习态度端正，目的明确。各科成绩还算可以，上课能够认真听课并积极参与讨论，能够主动完成各项学习任务，自觉，独立地完成各科作业。自我管理 with 自立能力强。

3、合作交流与探索：我具有很强的团队精神，很乐于参加集体活动，珍惜集体荣誉，维护集体利益，我能表达个人观点，我的人际关系也很融洽。热爱生活，喜欢观察生活，为了发展我的实践能力，我会参加一些活动，不但可以认识一些朋友，还可以开拓视野。做事认真负责，在各项工作中，能把同学们团结到一起，善于与他人协同“作战”，社会实践能力强，对新事物接受能力快，乐观向上，爱好广泛，并能努力做好每一件事。能够积极上进并主动挑战一些困难。

4、运动与健康：平时注意锻炼身体，喜欢打篮球，乒乓球，游泳等，经常组织同学与其它班级同学打比赛。遇事冷静，不冲动。

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。

## 高三综合素质评价生涯规划篇五

我是一名即将毕业的高三学生，在陈经纶中学学习的几年时间，我学到了丰富的知识，通过老师们的耐心帮助，也使我在各方面都得到了完善与发展。在这里我学会了独立，在困难面前不后退。而每解决一个问题，克服一个困难，都使我

得到了提升。我相信，只要有足够的自信，百倍的努力，就一定能够战胜各种艰难险阻，通向成功的彼岸。

三年的学习生活，让我逐步树立了正确的人生观和价值观，不断走向成熟。我对知识充满渴望，对理想的实现有了目标的追求，造就了我日趋成熟的思想，培养了我务实进取、做事认真负责的作风和良好的团队精神。

正因如此，在高中阶段的学习过程中，我能够比较认真对待每一门课程，认真预习，积极复习，不断改进学习方法，制订学习计划，合理安排时间而且我喜欢阅读我把学习当成获取知识，丰富自己的乐事，对它充满了兴趣。

在道德品质上，我关心了解时事，具有国家和民族自豪感，遵纪守法，尊敬长辈、老师，团结同学。举止文明，热爱劳动，乐于助人，自觉爱护卫生，并用寒暑假时间参加社会实践。我春节后在社区捡爆竹皮，在图书馆整理图书，在博物馆做向导等等。

我诚实守信，做事讲原则，说到做到，不推卸责任，有自制力，做事坚持有始有终。有合作精神，态度认真，专心，勇于迎接挑战。学习态度积极，不逃避困难，虚心向同学请教，爱钻研。我很有自信，但不自我。为人诚恳，性格阳光，有进取心，坚持脚踏实地。

作为xx中学的学生，转眼间我已经在陈经纶中学这所近九十年的老校度过了将近六年时光。这短短的几年中，我已经从一名普通同学，逐渐成长为能够独立创新地开展全校学生工作的一名德、智、体、美、劳全面发展的优秀经纶学子。这几年中，我做过班里的组长，语文课代表，我一直尽心协助老师，为同学们服务，做好自己的工作，并在擅长科目上起带头作用，不让老师费心。对于同学们的困难，我总乐于帮助，有问题了，我也耐心解答，所以在班里也很有人缘。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 高三综合素质评价生涯规划篇六

该生在校遵守学校各项规章制度，讲文明懂礼貌，保持班级和校园环境卫生。遵守国家法律及交通法规，尊老爱幼，谦恭礼让。非常关怀国家大事，有为报效祖国而学习的远大抱负。学习上严谨，仔细刻苦，有钻劲，学习主动，对学问有奇怪心，努力克制各种困难。擅长与同学沟通，共享学习阅历，并努力与他人合作完成一些任务。为人宽容大度，和同学相处友善。乐观参与各项体育活动，在其中表现良好。讲究卫生，衣着得体，朴实大方。

喜爱通过听音乐和看书陶冶情操，通过各种运动，锻炼身体磨练意志。乐观参与各种艺术活动，表现优秀，在班级文艺及宣传工作中发挥重要作用。自尊自重，能正确熟悉和悦纳自己。是一个品德优秀的学生。高三综合素养评价该生诚恳守信没有哄骗他人的言行，勇于践行自己的诺言，负责任地完成自己所担当的任务。关怀集体有剧烈的集体荣誉感，热心组织或乐观参加校、班、团队活动；主动担当各种为集体效劳的工作，自觉履行对班级集体的义务。学习态度端正，学习兴趣深厚，有剧烈的求知欲和奇怪心。课前仔细预备，

上课乐观思索，课后主动请教。敬重他人的权利和意见，擅长站在他人的角度理解其观点与境况；擅长多角度思索他人遇到的问题。敬重对方，急躁倾听对方的观点并留意吸取有益的信息；虚心承受他人的忠告和建议；喜爱体育运动，具有强身健体的意识。仪容仪表干净，质朴大方；文言雅行，精神饱满，富有朝气；能自主地美化环境；着装符合中学生身份。该生是一名综合素养优秀的高中生。