

最新综合素质学生陈述报告(优质11篇)

实践报告是对实际操作中的问题和困难进行反思和整理的方式之一。读一些优秀的实践报告范文，可以了解行业、领域的最新进展和趋势。

综合素质学生陈述报告篇一

思想是行动的指南。作为一名党员，我一向严格要求，努力提升自我的价值观、人生观、世界观。坚决拥护党的路线、方针、政策，热爱发展中的中华人民共和国，热爱所从事的党支部工作，进取参加社会和学校组织的各种有益的活动。自觉遵守各种法律法规，遵守学校、院系的各项规章制度。在政治理论的学习中，认真听讲，深入思考，讨论中敢于大胆陈述自我的观点，与其他同志交流心得，目的是想经过交流获得更多的信息，以提高自我的思想认识，帮忙自我提高，使自我成长成为一个跟上时代步伐、贴合时代需要的社会成员。

优秀学生申请陈述自研一成为法学院09级党支部的一员，担任党支部组织委员以来，我遵循着以传播党的知识和有关的文件精神为目标，不断向同学介绍最新党团的方针和政策，以丰富的党团知识和理论，满足学生的思想教育和领悟的需要。我进取发展党员，组织了预备党员的党校学习活动和党员的日常交流活动，平时工作中注意工作方法，使党的工作生动、趣味。在工作中，我进取的与同学们进行沟通，并把优秀的学长学姐做为自我榜样，与他人互助合作，提高了党的凝聚力。在此期间的一系列工作锻炼了我的组织活动本事，领导本事和沟通本事，感激党支部给我很大的发展空间。

学生的称号。此外，我进取参与学术活动，参加了知识产权论坛、中国金融法治论坛、银行法年会等，并帮忙教师翻译外文环境法著作及法典草案。经过此次翻译过程，使我对环

境法产生了浓厚兴趣，并对环境立法有了更深的理解。

在班级里，我与同学们相处融洽。平时养成了批评与自我批评的优良作风，不但能够真诚的指出同学的错误缺点，也能够正确的对待同学的批评和意见。诚恳的理解同学的提议，从而不断的提高自我。日常消费中我生活俭朴，不铺张浪费，不乱花一分钱。此外，健康的身体是革命的本钱。所以在紧张的学习工作外，我还经常锻炼身体，比如练习瑜伽和打乒乓球。不仅仅有益于身心健康，并且也丰富了我的业余生活。

回首研究生期间，不仅仅圆了我的研究生梦，也尽力参加各种学术活动，努力取得优异成绩。而最值得欣慰的是经过参加党支部活动的巨大收获：合作沟通、相互理解、实事求是、换位思考，这些都使我获得了毕业后适应工作的很多可贵的本事。现将申请优秀学生干部，我要异常感激学校和学院领导的大力培养，教师的深入指导以及同学们在工作和生活中给我的支持和帮忙。今后我要更加严格的要求我自我，以求有更好的表现，用成绩见证青春的无悔。

综合素质学生陈述报告篇二

我品德兼优、性格开朗、酷爱生活，有较强的实践实力和组织实力，学习之余，走出校门，我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，品尝生活的酸甜苦辣。

我自上中学一年级以来，在学校领导和老师的谆谆教育下，无论在德育、智育、体育等方面都有了肯定的进步。本学年我曾被评为xx县优秀共青团员和县的三好学生。下面就是我一年来的详细表现。

在德育方面。一年来，我严格、自觉地遵守社会公德和学校的规章制度，根据《中学生日常行为规范》严格要求自己。仔细学习《思想政治》课，在学习《思想政治》课中，懂得

了真善美，学会了做人的道理：敬重师长，团结同学，关系集体；坚持真理，修正错误，自觉抵挡封建迷信和黄赌毒活动的影响；仔细参与学校及班级组织的各项政治活动和文化消遣活动；在思想上和行动上向团支部靠拢，并加入了中国共青团。

我全面地学习了本学年各学科的理论基础学问，同时把所学的理论学问应用于实践活动中，把所学学问转化为动手实力、应用实力和创建实力。

综合素质学生陈述报告篇三

4：能够积极参加各项活动，参与并组织班级和学校的各种课内外活动，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。

合作与交流

1：学习态度端正，目的明确。各科成绩还算可以，没有偏科现象，喜欢和同学讨论问题，自主学习能力强。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。

2：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，当别人的观点不受赞同时，我都会尊重他的观点，即使不对，为了不伤害他的自尊心，我会尊重和鼓励他。我善于与他人交流合作，每当我有快乐的事，我都会与朋友一起分享。我的人际关系也很融洽。我热爱生活，我喜欢观察生活，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。

3：我要努力找同学交流，了解同学们的所感所想，积极主动的和同学进行交流，与大家和谐相处。

学习与创新

1: 通过不断的学习,我也发现自己学习不足,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。当然,在我发现自己的不足后,我会尽力完善自我,培养吃苦精神,从而保证日后的学习成绩能有较大幅度的提高。

2: 我决心:1,树立一个信心:我能我行。2,创立一种学风:认真刻苦。3,凡事从“认真”开始,认认真真地读书,认认真真地上课,认认真真地做作业。4,学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。“天才出于勤奋”,“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟”,“宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来”这些格言说的都是这个道理。5,培养一个习惯:自觉自愿学业进步,贵在自觉。我们要在老师的指引下,培养自己良好的行为习惯、学习习惯和生活习惯。

3: 上进心强,刻苦钻研,在困难面前不屈不挠,勇于向新的高度挑战,善于把握自我发展的机会。在今后的学习生活中,还要学会有条不紊,提高工作效率,以期取得更大的成功!

综合素质学生陈述报告篇四

在过去的一年里,无论是从政治修养、理论学习、科学研究还是文体活动方面皆取得了丰硕的成果。主要从以上四个方面进行陈述。

本人热爱祖国,遵纪守法,拥护.....的领导。有良好的道德品质和礼貌行为,能进取参加学校组织的活动,关心团体并能在同学中起到模范带头作用。学习态度端正,有刻苦钻研的精神和独立思考解决问题的本事,课程考试成绩优良。

本人坚持以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导,拥护党的基本路线,贯彻党的大政方针。具有良好的社会公德、高尚的职业道德、优良的家庭美德,自尊、自信、自立、自

强。在平时的学习科研工作中切实起到了先锋模范的表率作用。

我深知，在研究生的第一年里学好理论知识是以后科学研究的基础，为此我在研究生第一年中，认真学习所选课程，不管是枯燥乏味的数值分析还是令人费解的计算机控制技术基础，我都能耐得住性子，课前认真预习，课间认真听讲，做好笔记，课后注意加强练习，期末考试取得了优良的成绩，平均成绩到达了良以上。

除了所学课程的学习，本人还结合本研究方向，借阅一些关于锂离子电池以及电动汽车储能装置管理系统方面的书籍，仔细阅读，对感兴趣的点注意记录。同时，本人经常阅读一些优秀的文学作品，这对本人人格的培养大有裨益。

在过去的一年里我主要是根据导师的指点从事锂离子电池热力学方面的科学研究。本人能够做到理论与实际应用相结合，为将锂离子电池的理论知识更好地运用到汽车制造中去做出自我应有的贡献。为了到达我的预期目标，我制定了详细的科研计划，皆到达了很好的效果。

接触导师研究的前沿专业领域，尽量做到对导师的研究理论有所了解，同时也要进行实践，参与到导师课题组的工作，如果条件允许，就尽最大努力完成一篇有水平的论文，这样能够大大减轻后面的研究压力。如果这些能够很好的完成，将为接下来一年半的研究工作打下了坚实的基础。

这样就在导师的指点下，开始接触锂离子电池热力研究，由于该研究刚刚起步，国内外研究相对较少，论文可是百篇，这就对我提出了较高的要求，那就敢为人先，勇于探索。在导师的帮忙下，我打起了自我的试验台架，并进行了初步测试，由于经验不足以往遇到过不少棘手的问题，可是经过不懈的改善，还是取得了很好的成绩。在过去的一年里，我在核心期刊发表论文一篇。

本人注意加强体育锻炼，根据本人身体需要进行自我选择，进行有规律的体育锻炼，以发展身体，增进健康，增强体质，调节精神，丰富文化生活和支配业余时间。如果天气允许的话，每一天绕同济大学慢跑一圈，平时还会跟同学一块打羽毛球、乒乓球等运动，具备较好的身体素质。

本人爱好中国传统民族乐器，如唢呐、葫芦丝等，参加上海交通大学笛艺社南区分社，经常为乐器初学者做技术指导。同时，经常参加笛艺社举办的演出，感觉这对于本人是一种很好的锻炼提升，在演出的过程中，即为同学供给了很好的节目，服务同学，又能提升个人的价值。

除此之外，在过去的一年里，本人进取参加社会志愿活动，做服务群众的志愿者，在志愿活动过程中，不仅仅认识到很多志同道合的朋友，还增强了个人的交际本事，同时对于个人的社会价值也有大幅度的提升。

综合素质学生陈述报告篇五

高中生活在不知不觉中飞逝而过，回想着三年的`高中生活，感到紧张、充实、令人难忘。我已经从懵懂的孩童长成了一位品学兼优的高中毕业生。

作为一名高中生，在学习中，我积极参加社会实践和文体活动，集体观念强，劳动积极肯干，尊敬师长，团结同学，严于律己，遵守校规校纪。逐渐形成了正确的世界观和人生观，继承了中华民族的优良传统，弘扬民族精神，有为民族振兴和社会进步做贡献的志向与愿望。

在学校，我有较强的集体观念，担任学生干部能很好地完成各种任务，掌握适应时代发展需要的基础知识和基本技能，学会收集、判断和处理信息，具有初步的科学人文素养、环境意识、创新精神与实践本事，具有强健体魄、顽强意志，形成积极健康的生活方式和审美情趣。初步具有独立生活的

能力，职业意识，创业精神和人生规划能力。初步具有面向世界的开放意识。

我的学习目的明确，态度认真，肯钻研，勤思考，学风踏实，时间观念强，诚实守信，思想上进，有理想，有抱负，各科发展全面。能够与同学和睦相处，勤学好问，有较强的独立钻研能力，分析问题比较深入、全面，在某些问题上有独特见解，学习成绩在班上一直能保持前茅，乐于助人，能帮助学习上有困难的同学。

在日常生活中，我经常锻炼身体，具有良好的心理和身体素质。我兴趣广泛，热爱生活，积极参加体育活动。热爱劳动，能认真做好每一次值日生工作。

经过了这三年学习，我学到了很多的东西，认识到了自己的不足，在学习上应该更加细心。在以后的生活与学习中，我将继续努力，完善自己，朝着自己的目标前进。

综合素质学生陈述报告篇六

1、学习态度端正，目的明确。各科成绩还算能够，没有偏科现象，喜欢和同学讨论问题，自主学习潜力强。上课能够认真听课并用心参与讨论，能够主动完成各项学习任务，自觉，独立地完成各科作业。

2、我具有很强的团队精神，很乐于参加群众活动，珍惜群众荣誉，维护群众利益，我能表达个人观点，当别人的观点不受赞同时，我都会尊重他的观点，即使不对，为了不伤害他的自尊心，我会尊重和鼓励他。我善于与他人交流合作，每当我有快乐的事，我都会与朋友一齐分享。我的人际关系也很融洽。我热爱生活，我喜欢观察生活，为了发展我的实践潜力，我会参加一些活动，不但能够认识一些朋友，还能够开拓视野。

1、热爱祖国，遵纪守法，以自己是一个中国人而感到自豪，祖国的每一点变化，都牵动着我的心。回归的日子，运动与健康：

2、我掌握了科学锻炼身体的基本技能，养成了良好的卫生习惯，用心参加学校、系和班级组织的各项体育活动，身体健康，体育合格标准达标。在心理方面，锻炼自己坚强的意志品质，塑造健康人格，克服心理障碍，以适应社会发展要求。

3、对于体育有很强热情，能够坚持每一天都锻炼身体，而且在上体育课的时候能够很好的完成老师布置的任务。

1、有健康和审美情趣，不追求和理解低级、庸俗的东西。对艺术学习有兴趣，具有创新意识。懂得欣赏和倾听。

2、聪明活泼，顽皮好动，课堂上只要认真听课，总能很快掌握；作业整洁书写认真

3、我懂得欣赏美，认识美，发现美，表现美。热爱美的事物，也参加各种的户外运动去欣赏和体验。

5、公民素养：严于律己、遵守公德、爱护环境、孝敬长辈

a关心国家大事，关心家乡建设，并参加力所能及的公益活动

b对违反社会公德和违规、违纪、违法行为能进行劝阻和及时报告

c遵守社会公德，注意保护环境，讲究公共卫生，不乱丢垃圾，尊重他人劳动

d爱护公共设施。不浪费粮食、水电、不破坏公物

e□尊敬老师，正确对待师生间的不同意见，能用恰当的方式与老师交流看法

f□珍爱生命，不吸烟、不喝酒。慎交网友，不进入营业性网吧

g□勤劳俭朴，孝敬父母，生活上

综合素质学生陈述报告篇七

进行分析和细化，对具体评价提出这样的要求：

(1) 教师不断引导学生学习评《·》价细则，使学生接受其中的评价标准，理解评价内容，并能按期要求操作。

(2) 学习评价细则，并能对照细则进行自检。

(3) 4月-5月由班主任组织全班同对照评价细则在校集中完成自我评价。

(1) 集中学习学校互评评价标准，做到每个同学全面理解评价内容。

(2) 同学之间能够运用互评细则相互监督、互相提示，达到共同依据评价细则规范自己。

(3) 班主任教师统一组织学生以小组（前后桌四个人）为单位在校内集中进行互相评价。

(1) 学生一年入学时召开家长会及时将学生的各项评价标准介绍给家长，并向家长宣传好评价的意义，让家长随时用评价标准引导、教育孩子。

(2) 利用每次家长会学习评级标准。

(1) 让全校教师对小学生综合评价有明确认识，并能将评价理念渗透到平是教育、教学中。

(2) 不断地用评价标准引导教育学生，并能用评价标准督促学生、规范学生。

(1) 学校评审委员会在新生入学后就要及时宣传综合评价工作的意义及学校评价细则，让学生、教师、家长了解评价内容，并将评价标准作为规范学生，教育学生的指导性纲领。

(2) 用评价标准跟踪、教育每位学生，并及时引导、教育学生。

(3) 评价委员会依据评价标准将对每个学生做好最后的总评工作，及时、公正、公平的寓意每个学生一个准确地评价，为学生升学奠定基础。

评价工作在测评领导小组、学生自己、学生家长、教师们的共同努力下接近尾声。通过这段时间的。评价，我们感到评价并不复杂，但它关乎与学生身心发展，是对每个孩子的公正定位。但在工作中，我们也存在许多值得思考的问题。如：1、我们学校规模大，学生多，每年的学生综合素质测评工作量大、任务重，如何在保证不影响其他工作正常开展的前提下圆满完成素质测评工作，将素质测评工作融合到学校的日常教育、教学工作中，还有待我们进一步研讨与落实。2、尽管我们在工作中已经做了大量的宣传，但还是有部分家长和学生不理解，认为是加重了学生的课业负担，如何在工作中消除这种观念也有待我们思考。3、在测评工作中，我们也确实遇到部分学生，文化课成绩相当优秀，但在测评项目上相对落后，如何在今后的工作中减少这种现象的存在，让这部分学生能得到全面发展，也是我们日后思考与落实的一个重要方面。

综合素质学生陈述报告篇八

本人获得20xx-20xx学年上海交通大学汽车学院研究生游学硕士奖学金，学习成绩优良，满足优秀学生的申请要求，特此陈述！

高中是我走向成熟的开始，在尊师辛勤培育下。我从幼稚走向成熟，使我成为一名有道德，有纪律，有文化，有理想的合格的中学生。

寒窗苦读十几年圣贤书，我收获颇多，特别是高中三年。看见有人跌倒，我回用那双还不完全成熟的手扶起他们，轻轻地把他们的眼泪擦干，告诉他们不在孤单。看见有人在街边乞讨，我回把自己的零花钱投到他们面前。我也懂得用温暖的微笑融化他人心中的寒冰，让人间充满爱。也明白了做人的道理。无论前方是风还是雨，坐一次人生的帆船，去成功的彼岸，自己掌舵。

作为中国人，我拥有一颗真诚的中国心，国徽是我今生的信仰，五星红旗是我永恒的骄傲。我也关心国家大事，学习时事政治，并对它们都有我自己独到的见解。

在学习上，我有明确的目标，积极心强，持之以恒，知难而进。不甘落后，我坚信，只要是我能想到的并相信的它终将成为现实。在课余时间，我博览群书，开阔视野，丰富头脑，不断充实自己。用带有青苹果味的笔芯记下我的成长经历，用点滴色彩斑斓装扮自己的生活，我相信学习是快乐的。学习是一个不断完善大过程，脚踏实地行走的过程，而不是虚度年华。“临渊羡鱼，不如退而结网”，得到了网，那么渔也是快乐的事。

青春是一朵美丽的花，高中的我们定格在了第十八枚花瓣，人生中的这段高中故事就要结束了。然而，毕业于我不是结束，而是另一个开始。一段路途走到终点便是胜利，只需记

住该记住的，带走该带走的，然后向下一个起点。在这天朗气清，惠风和畅的春光里，给自己一个承诺。用春天般绚丽的情思构建理想的阶梯；用夏阳般火热的激情升腾人生的温度；用秋叶般深沉的内涵熔铸豁达的品质；用冬雪般凛冽的锋芒刺破前进的最后屏障。

高中生活因有我而精彩，我因高中生活而充实。

综合素质学生陈述报告篇九

时光飞逝，不知不觉中，初中两年就要结束了，在这两年中，我认真学习，不放过任何一个问题，认真做好每一件事情，得到老师们的好评。在生活中，我与同学们相处融洽，在同学有困难时，我会及时伸出援助之手，给予他们帮助，为同学们排忧解难，在学习上，我耐心的为同学们讲解疑难问题。在课外活动时，我积极参与，和同学们一起为班级争光，得到同学们的一致认可。

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，当别人的观点不受赞同时，我都会尊重他的观点，即使不对，为了不伤害他的自尊心，我会尊重和鼓励他。我善于与他人交流合作，每当我有快乐的事，我都会与朋友一起分享。我的人际关系也很融洽、我热爱生活，我喜欢观察生活，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。下面是我对自身的一些评价：

从生活方面看：

1、我每天不管是午饭还是晚饭后回到宿舍见到阿姨，我都会打招呼，阿姨也非常喜欢我。

2、每天早上，我都是我们宿舍起得最早的，每当阿姨叫其他人起床时，我已经刷好牙、洗好脸了。在宿舍方面自认为表

现不错。

3、但也有问题存在，在晚上熄灯后还有讲话现象，总是要过一会儿才安静这和我的性格也有关系。

从学习方面看：

1、对于新开的科目物理，我较为重视，有什么不会我立刻去问老师，平时上课我也会认真听讲。从而在物理方面的学习我还是比较轻松的。

2、一直考得不太好的英语，在这一学期也有很大的进步。这学期我开始中式英语的学习，在我的努力和老师的帮助下，我的英语一下就从90分上下跃升至95分以上。减轻了我其他各门课的压力。

3、美中不足的是，我的传统优势项目数学在这一学期有所下降，甚至有一次考到了88分。我会总结经验教训，努力稳定我的各科成绩，使之平稳上升。

热爱体育，在平时更是注重锻炼身体，体锻达标。我的兴趣广泛，经常与他人一起运动。

综合素质学生陈述报告篇十

高一的第一个，带着少许的遗憾，匆匆忙忙地逝去了。面对突如其来的史地生和更为沉重的负担，我有点无所适从。还有作业的不断增多以及难度加大，使我很难兼顾各科，只能性地去。也总觉得不够用，做不了几道题就到十一点了。

直到下半学期，才慢慢由原来的被动挨打变成主动。这中间也有不少同桌的功劳，在她的督促下，我的学习有了很大改进。要更加努力，更加勤奋。

上学年，按惯例都会有艺术节和校运会。相比较而言，我的文艺才能远不及我的体育才能，所以我对校运会的贡献要比艺术节大那么一点点。

之所以说大一点点，因为我在校运会中报的两个都进不了前八，不能加分。只有在4x100米接力中帮了一点小忙，拿了第二名。至于艺术节，既无歌唱才能又无表演天赋的我，只好乖乖坐在台下当观众了。

高一级的级赛我也有参加，但由于状态不佳，没能带领球队更进一步，很可惜地只拿了第三名。不过，我们还有下一次，我们有能力有希望走得更远。

在罗浮山和大夫山的中，我们也发挥了互助的，共同地度过了的时光。总的来说，经过了这学期，在学习方面上有所适应，也在各科的学习中也逐渐找到了方法。另外，对于这个学期我的，个人认为不太满意，毕竟可以做得更好的地方太多了。

失败让我尝到了不少苦头，但不能阻碍我前进的步伐。这个学期的结束不意味着就此画上句号，短暂的只不过是让我们喘口气，仅此而已。

综合素质学生陈述报告篇十一

作为跨世纪的一代，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，我将努力完善自己，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。

我申请评选20xx-20xx学年优秀学生，根据个人的具体表现，特作一下陈述：

在过去的一年里，无论是从政治修养、理论学习、科学研究

还是文体活动方面皆取得了丰硕的成果。主要从以上四个方面进行陈述。

本人热爱祖国，遵纪守法，拥护中国共产党的领导。有良好的道德品质和文明行为，能积极参加学校组织的活动，关心集体并能在同学中起到模范带头作用。学习态度端正，有刻苦钻研的精神和独立思考解决问题的能力，课程考试成绩优良。

本人坚持以邓小平理论指导，拥护党的基本路线，贯彻党的政方针。具有良好的社会公德、高尚的职业道德、优良的家庭美德，自尊、自信、自立、自强。在平时的学习科研工作中切实起到了先锋模范的表率作用。

我深知，在研究生的第一年里学好理论知识是以后科学研究的基础，为此我在研究生第一年中，认真学习所选课程，不管是枯燥乏味的数值分析还是令人费解的计算机控制技术基础，我都能耐得住性子，课前认真预习，课间认真听讲，做好笔记，课后注意加强练习，期末考试取得了优良的成绩，平均成绩达到了良以上。

除了所学课程的学习，本人还结合本研究方向，借阅一些关于锂离子电池以及电动汽车储能装置管理系统方面的书籍，仔细阅读，对感兴趣的点注意记录。同时，本人经常阅读一些优秀的文学作品，这对本人人格的培养大有裨益。

在过去的一年里我主要是根据导师的指点从事锂离子电池热力学方面的科学研究。本人能够做到理论与实际应用相结合，为将锂离子电池的理论知识更好地运用到汽车制造中去做出自己应有的贡献。为了达到我的预期目标，我制定了详细的科研计划，皆达到了很好的效果。

首先，上半学期是巩固我本科阶段所学知识、丰富更多专业领域认识的阶段，因此对整个研究生的研究学习至关重要，

不能有半点松懈，学好一年级的所有课程是研究生阶段最基本的任务。优秀学生申请陈述其次，一年级的時候还必须接触到更多的前沿知识，这对接下来一年半的研究也是至关重要，所以，第一年在学好课程的同时必须尽快进入到导师的研究组。

接触导师研究的前沿专业领域，尽量做到对导师的研究理论有所了解，同时也要进行实践，参与到导师课题组的工作，如果条件允许，就尽最大努力完成一篇有水平的论文，这样可以大大减轻后面的研究压力。如果这些能够很好的完成，将为接下来一年半的研究工作打下了坚实的基础。

这样就在导师的指点下，开始接触锂离子电池热力研究，由于该研究刚刚起步，国内外研究相对较少，论文不过百篇，这就对我提出了较高的要求，那就敢为人先，勇于探索。在导师的帮助下，我打起了自己的试验台架，并进行了初步测试，由于经验不足曾经遇到过不少棘手的问题，但是经过不懈的改进，还是取得了很好的成绩。在过去的一年里，我在核心期刊发表论文一篇。

本人注意加强体育锻炼，根据本人身体需要进行自己选择，进行有规律的体育锻炼，以发展身体，增进健康，增强体质，调节精神，丰富文化生活和支配业余时间。如果天气允许的话，每天绕同济大学慢跑一圈，平时还会跟同学一块打羽毛球、乒乓球等运动，具备较好的身体素质。

本人爱好中国传统民族乐器，如唢呐、葫芦丝等，参加上海交通大学笛艺社南区分社，经常为乐器初学者做技术指导。同时，经常参加笛艺社举办的演出，感觉这对于本人是一种很好的锻炼提升，在演出的过程中，即为同学提供了很好的节目，服务同学，又能提升个人的价值。

除此之外，在过去的一年里，本人积极参加社会志愿活动，做服务群众的志愿者，在志愿活动过程中，不仅认识到很多

志同道合的朋友，还增强了个人的交际能力，同时对于个人的社会价值也有大幅度的提升。