# 高三综合素质自我评价免费(实用9篇)

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-12-29

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。高三综合素质自我评...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**高三综合素质自我评价免费篇一**

本人学习成绩优异，勤学好问，刻苦钻研，在学习过程中不断总结，能融会贯通，发挥思维敏捷，理解能力强的优势，力求做到精益求精，多次取得文科一、二名的好成绩，并参加数学、英语、生物竞赛班，努力为校争光。荣获省第xx届中学生生物竞赛xx赛区三等奖，在高三年全国高中数学赛中获xx省三等奖，全国优胜奖。

在日常生活中，我十分重视锻炼身体，具有良好的心理和身体素质，体育成绩优秀，体锻达标。我兴趣广泛，热爱生活，尤其喜欢唱歌和绘画，曾在年段书法比赛和手抄报比赛中获奖。热爱劳动，能认真负责做好每一次值日生工作。

经过三年学习，我在德、智、体诸方面都取得了长足的\'进步，但也清醒地认识到自己的不足之处，学习还应更细心，防止因审题粗心而失分，争取在高考中发挥自己的最好水平，向祖国汇报。

**高三综合素质自我评价免费篇二**

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、国微，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，能对自我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。

**高三综合素质自我评价免费篇三**

珍贵的三年的高中生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下高中三年的得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我考进高中时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，不想考上好的大学，然而很快我就明白了，高中需努力认真的学习。在老师的谆谆教导下，看到周围的同学们拼命的学习，我也打消了初衷，开始高中的学习旅程。懂得了运用学习方法同时注重独立思考。要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古话说的好，授人以鱼不如授人以渔，我来这里的目的就是要学会“渔”，但说起来容易做起来难，我换了好多种方法，做什么都勤于思考，遇有不懂的地方能勤于请教。在学习时，以“独立思考”作为自己的，时刻不忘警戒。

随着学习的进步，我不止是学到了课本知识，我的心智也有了一个质的飞跃，我认为这对于将来很重要。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。老师们的谆谆教导，使我体会了学习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。我在三年的高中学习中，我认真积极参加每次实验，锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在三年中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。三年中，我读了一些名著和几本完善人格的书，对自己有所帮助，越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。

回顾三年高中生活，我很高兴能在同学有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在我有困难时我的同学们也无私的伸出了援助之手。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

社会实践能力有了很大提高。三年中，我参加了不少的校内活动和做过一些社会实践。参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。此外，还一直做班委和寝室长，对自己既是压力又是动力。我喜欢做一些社会活动，会让生活更丰富多彩，做过家教、志愿者、推销员和设计员等，有时会感到累些，但乐此不彼。

体育成绩一向很好。我的体质并非很出色，可是通过我的练习和对体育项目的理解，还是能很好的完成体育课的教授项目。我喜欢运动，基本对所有运动都感兴趣，尤其是足球。在三年之后的今天，我的球技有了质的提高，脚法和意识。我是从高一开始接触足球，起步比较迟，可进步很快，总能在同一水平的伙伴中踢一段时间后脱颖而出。我认为这可能是由于抱定了要踢好的决心，也许还有那么点运动天赋。踢足球不仅锻炼了身体，而且增强了团队精神和集体荣誉感。

个人认为这个世界上并不存在完美的人，每个人都有自己的优点缺点，但关键是能否正视并利用它们。三年来，我不断的自我反省，归纳了一些自己的优缺点。

我的优点是诚实、热情、性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成，记得有好几次，同学或老师约了我见面，我答应以后必定按时到达指定约会地点，即使有急事也从不失约，给他们留下了深刻的映像。由于待人热情诚恳，所以从小学到高中一直与同学和老师相处得很好，而且也很受周围同学的欢迎，与许多同学建立起深厚的友谊。在学习知识的同时，我更懂得了，考虑问题应周到，这在我的毕业论文设计中充分展示了出来。我这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果，正因为如此，我把自己的意志视为主要因素，相信只要有恒心铁棒就能磨成针。一个人最大的敌人不是别的什么人，而是他本身。这么多年来，我一直都是在跟自己作战，准确地说，是和自己的意志战斗。

现在回想起来，我确实比以前坚毅了许多，但我不会松懈下来的。以上这些优点，是我今后立身处世的根本，我应该继续保持，并不断以此鞭策自己奋发向上。

本人性格沉静，待人接物稳重大方，上进心强。刻苦专研，在困难面前不屈不挠，勇于向新的高度挑战。有理想、有远见。思维敏捷，接受能力较强。热爱学习，酷爱运动，充满活力，身体健康，能积极参加体育锻炼。尊敬师长，劳动积极，稳重大方，为人坦诚，热爱班级，工作上认真负责，学习上一丝不苟。喜欢参与集体活动，为实现目标付出努力。能够欣赏高雅的音乐以及绘画作品，并有自己独特的见解。

懂礼貌识大体，性格开朗，幽默风趣。坚忍不拔，奋力拼搏，从不退缩。不弄虚作假，真诚待人，不损人利己，言而有信，遵纪守法，了解并遵守国家的法律法规，遵守并维护学校的校规、校纪维护社会公德，文明礼貌，关爱弱者，善待他人。该生是一名综合素质优秀的好学生。

在思想上，爱国爱校，积极向上。我积极地参加学校所组织的活动与培训，认真参加团部所组织的政治学习，在学习生活中，我积极、主动、勤恳、责任性较强；我还注重课外活动的实习实践，多次在放假期间在敬老院等地以个人名义进行实习实践。在不断地学习中，自己的思想觉悟、理论水平、各方面的能力都得到较快的提高。

在行为上，以军人的风纪来严以律己，积极学习技能。在学习中，我抓住一切机会认真学习。在学习过程中不断总结，不断提高。三年来一直都以人为鉴，以己为鉴，时时以“爱心、耐心、细心”贯穿始终，关心每一位有困难的同学，搞好班级的每一次活动。总之，在这三年的学习中，我在学习水平上有了一定的提高，但是我在校学习中出现需要改进的地方还是比较多的。

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进步。作为跨世纪的一代，我们即将离别中学时代的酸甜苦辣，迈进高校往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，进步学习成绩，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。

本人学习态度端正，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。

课余时间参加《计算机编程》特长班的学习，并获奖。能够合理安排课余时间，按时起床，按时休息。在家上网查找学习资料后能够主动下线，不上不良网站上浏览，从没上过网吧，没有网瘾。能够节制自己看电视，自己整理房间和衣物，外出补课不用父母接送，自我管理和自立能力强。

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。

**高三综合素质自我评价免费篇四**

三年过去了，我们也马上步入人生的另一个阶段，在这里，我对我这三年的表现做一下自我描述。

我参与升旗仪式庄重得体，乐观参与劳动和社会实践活动，在九上，我参与了“文明伴我行”活动，劝导行人不要乱穿公路，以及在公交站点劝导乘客有秩序上下车。我遵守公共秩序和交通法规，爱惜公共设施。敬重师长，在学校见到教师主动问好，我礼貌待人，讲一般话。

我关怀时政，每天收看《新闻联播》节目，有环保意识。学习方面，我有有效的学习打算，并且勤奋学习。在九年级的学习中，我的.历次大考成绩均进入年级前一百名，并九上期中和期末中，获得了“优秀学生”的称号（奖状在这里）在第一次月考中，我取得了年级四十五名的好成绩。我会连续努力，信任我在中考中会取得更好的成绩。

我有团队意识，能够很好的溶于集体，我人际关系和谐，能够与同学们很好的相处。

我珍惜时间，按时作息，讲究卫生，不乱扔废弃物。体育方面，虽说我以前的体育成绩不是很好，但是在我的不懈努力下，我的各项体育成绩均有了明显的进步，并在每一次的冬季长跑评比中，都获得了“长跑乐观分子”的称号，信任，我会在体育中考中取得优异的成绩！

**高三综合素质自我评价免费篇五**

丰富多彩的三年高中生活即将结束，这3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。3年的高中生活，使我增长了知识，也培植了我各方面的能力，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。但是，通过3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。

当然，在我发现自己的不足后，我会尽力完善自我，培植吃苦精神，从而保证日后的学习成绩能有较大幅度的提高。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。

**高三综合素质自我评价免费篇六**

我这学期以来，在学校领导和老师的谆谆教导下，无论在德育、智育、体育等方面都有了的一定的进步。本学年我曾被评为xxx县“优秀共青团员”和县的“三好学生”。

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，按照《中学生日常行为规范》严格要求自己。认真学习《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：尊敬师长，团结同学，关系集体;坚持真理，修正错误，自觉抵御封建迷信和黄赌毒活动的影响;认真参加学校及班级组织的各项政治活动和文化娱乐活动;在思想上和行动上向团支部靠拢，并加入了中国共青团。

在智育方面。明确学习目的、端正学习态度。在学习过程中，勤奋刻苦、自强进取，努力学好各门功课，掌握科学的学习方法，合理安排时间，有惜时的良好的学习习惯。我全面地学习了本学年各学科的理论基础知识，同时把所学的理论知识应用于实践活动中，把所学知识转化为动手能力、应用能力和创造能力。还努力拓宽自己的知识面，培养自己其他方面的能力;积极参加学校及各学科所举办的各项科研活动。因此，各学科的成绩有了一定的进步，去年第一学期期末统考中，我获得了整体综合分第二名;本学期中段考整体成绩一等奖。

在体、美、劳方面。我十分重视体育课和劳动课，积极参加各项体育运动和劳动，不断地提高自己的身体健阿康水平，锻炼了自己的坚强意志，懂得了劳动能创造一切的道理，进一步培养和提高自己的审美能力。

校园就是一个大家庭。在这个大家庭中，我们扮演着被培养对象的角色。老师是我们的长辈，所以我对他们尊敬有加。同学们就像兄弟姐妹，我们一起学习，一起娱乐，互帮互助，和睦的相处。集体生活使我懂得了要主动去体谅别人和关心别人，也使我变得更加坚强和独立。我觉得自己的事情就应该由自己负责，别人最多只能给你一些建议。遇到事情要冷静地思考，不要急躁。不轻易的承诺，承诺了就要努力去兑现。生活需要自己来勾画，不一样的方式就有不一样的人生。在以后的\'学习生活中我讲继续努力，做一个德智体美劳全面发展的学生。

**高三综合素质自我评价免费篇七**

不以一番彻骨寒，怎得梅花扑鼻香。

三年时肖光如烟般散去，高中生活转眼即逝。而这消逝的时光也留给了我非同一般的充实感受。在这场没有硝烟的战争中，我哭过、笑过、伤心过、失落过。而正是这些平凡中的不玉教给了我努力拦，为理想奋斗的激情促使我不断奋时。

同时，乐观是其留给我最大的财富。永保一颗乐观心，在挫折中控寻珍贵，在日复一日的训练中寻求进步的路径。我相信，我奋斗过了，我便无悔。

高中生活，既有苦，又有乐，但我始终坚信，不以一番彻骨寒，怎得梅花扑鼻香。于苦难之中寻找提升自己的方法，锲而尔不舍，方可取一席之地。绝美的风景多在奇险的山川。三年的磨砺了我的意志，更打造了我的性格。

学习的过程是个寂寞的旅途，摘得寂寞之花的人才可体味生活的喜悦与芳香。

高中生活，我信我行。

**高三综合素质自我评价免费篇八**

该生善于在学习中反思、评价。能够结合所学不同学科的知识，运用己有的经验和技能，独立分析并解决问题有较强的自主学习和探究的能力和刻苦钻研的精神，思维活跃。关心集体有强烈的集体荣誉感，热心组织或积极参与校、班、团队活动;主动承担各种为集体服务的工作，自觉履行对班级集体的义务。

具有良好的人际关系。尊重他人的权利和意见。尊重对方，耐心倾听对方的观点并注意吸取有益的信息。积极参加学校组织的运动会和各种体育比赛。耐挫力强，意志坚强。身高、体重正常，身体协调性好。仪容仪表整洁，质朴大方;文言雅行，精神饱满，富有气;能自主地美化环境。着装符合中学生身份。积极参加班级或学校组织的与艺术相关的活动。该生是一名综合素质优秀的高中生。

**高三综合素质自我评价免费篇九**

我遵纪守法、遵守社会公德。尊老爱幼、互相帮助是我们的传统美德，因此，我从不干违法乱纪的事，不参与“中国式”过马路，不乱扔垃圾;文明礼貌，尊老爱幼，尊敬师长，团结同学，热爱集体，爱护公物，互相帮助，关心同学。在家孝敬长辈，做到“出必告、返必面”，经常帮助家长做家务，比如洗碗筷，擦地，做一些简单的饭菜。在车上主动给老弱病残等需要的人让座，随时力所能及地帮助需要帮助的人。

我热爱祖国，关心国家大事，以自己是一个中国人而感到自豪。载人航天成功、航母下海，奥运赛场上每当国歌奏响，国旗升起的时候，我的内心总是无比的激动，我与每一位热爱祖国的中国人一样，为那一时刻的到来而欢呼雀跃!

积极参加各项活动。参与并组织班级与学校的各种课内外活动，活动中与同学能够与睦相处，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。积极参加社会实践活动，常向老师咨询各种经济组织的架构以及经济组织与人员的权利与义务，为将来走进社会作准备。

学好本领才可能成为对社会有用的人。我一直在努力学习，学习态度端正，目的明确。课上认真听讲，主动参加讨论，课后按时完成作业。具有较强的自主学习能力，喜欢与同学讨论问题。能主动完成各项学习任务，成绩优良。

能够合理安排课余时间，按时起床，按时休息。在家上网查找学习资料后能够主动下线，不上不良网站上浏览，从没上过网吧，没有网瘾。能够节制自己看电视，自己整理房间与衣物，外出补课不用父母接送，自我管理与自立能力强。

我爱好比较广泛，具有好奇心，喜欢探究与思考问题，喜欢看“我爱发明”，具有一定创新意识。

我性格活泼开朗，生活态度乐观，积极向上，沟通能力较强，具有较强的团队精神，积极参加有益的集体活动，爱护集体荣誉，工作认真负责，具有一定的组织能力。能够主动帮助老师组织各种活动，各科老师都把我当成是他们的好帮手。

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。

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。

积极参加体育锻练，认真上好体育课，成绩合格。平时注意锻炼身体，喜欢打羽毛球与骑自行车，会利用空闲时间与假节日去打羽毛球与骑车锻练。身体健康，注重个人与环境卫生。心理健康，情结稳定，能够控制自己的情结在各种环境中扮演好自己的角色。

我喜欢音乐、电影与美术，着装整洁。有健康的审美情趣，懂得欣赏与顷听，不追求与接受低级、庸俗的东西。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找