

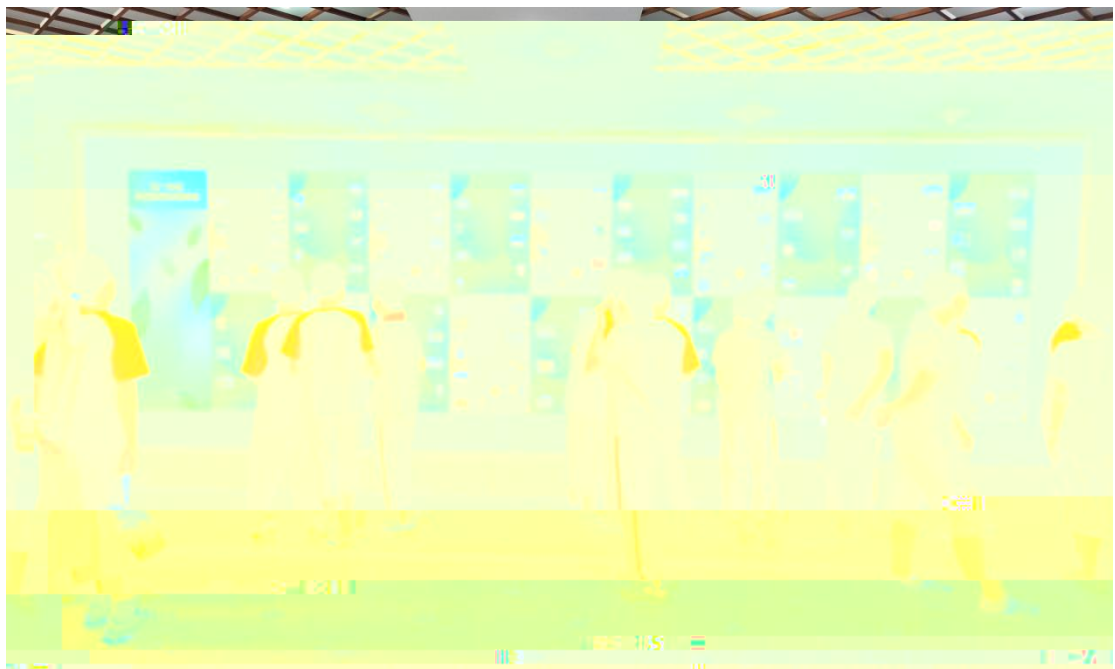
彰显个性 全面发展——初一年级优秀综评记录展示

回望 2021 的你
光

希冀 2022 的你

体 万
上







初一1班优秀综评展示

房子翔

开学伊始，我通过参加竞选开始担任班级的学习委员，内心既感到激动，又感受到压力。激动是自己能够被老师和同学们信任……我很开心有这个机会，也很愿意去承担这个职责，尽自己的一份力，希望我们的班级变得越来越好。



A1 团队服务

马俊熙

E2 实践活动

升入初一后我觉得自己长大了很多，在家中不再是等着家人来伺候的小少爷，我也可以为家人做一些事情了。这些事情也让我感受到，做这些事情要付出辛勤的劳动，自己会感到快乐。但是我懂得了姜珍信身边人的劳动成果，也体会到了他们不敷衍的工作态度。



张焱婧

B3 阅读和表达

在阅读书籍的海洋中，我以后会继续阅读更多的书籍，增长文学常识，丰富我的课余生活。也经常与同学进行交流领会了他人对文章的理解，与老师进行交流领会了老师深刻的内涵。



房子翔

A2 生物实验

有典型的负趋光性、假死性……只能在阴暗潮湿的地方生活来保持体内水分，这是进化不彻底的现象，也是远古两栖类生活习性的延续。

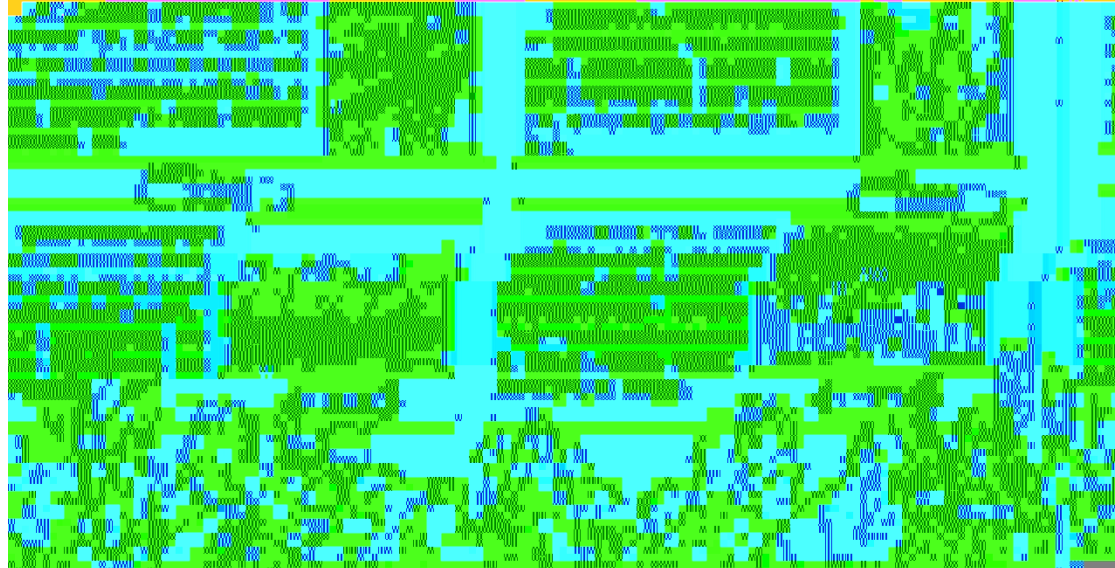
房子翔

魏子淳

从小字二年级，我就开始了架子的学习，坚持现在已经有七年的时间了……也曾因为辛苦想放弃，但是都因为喜欢坚持了下来。慢慢地架子鼓成了学习课程紧张之余的一项放松活动。打打鼓可以释放自己的压力。



生物课上老师让我们每人制作一个生态瓶。我买来了小鱼，又去陶然亭公园里，捞了些水草。我先将瓶子底部铺上小石子，灌满水后再将水草和小鱼放入其中，一个漂亮的生态瓶就制作完成了。



初一2班优秀综评展示

刘珈溪

B3. 阅读和表达

取道,“在深林的时侯,我又尝遍了鸟儿的
“待过清溪”透过这首诗,我看见了李白豪放不羁的
的性格……全诗气势豪迈,感情奔放,语言流
畅,具有很强的感染力。这首诗思想内容更为
深沉,艺术表现更为成熟。



王喻凡

G2. 体育运动技能

为庆祝附中120岁生日,学校举办了运动会。
作为一名运动爱好者,我积极报名参加了男子
1000米和立定跳远2个项目……我懂得了无论是
在比赛中还是学习中,输赢都是次要的,顽强拼搏、
奋发向上、永不服输的精神和品质才是最可贵的。



芦紫铭

B4. 学科实践

物课我们制作了生态瓶,通过观察我明
平衡的关键:在生态瓶内,小鱼以绿
藻为食,吸收绿藻光合作用放出的氧气……生



张家琦

2021年12月9日15:48:47

“天宫课堂”第一课正式开讲……中国
航天员们的太空授课,为我们开启
了神奇的太空之旅,他们发出的“中
国声音”感



践的航天精神、科学精

初一3班优秀综评展示

王子衡

我喜欢皮划艇运动，每年都会参加皮划艇训练。皮划艇有助于提升全身协调性，锻炼肺活量和全身肌肉的爆发力和耐力。



皮划艇训练非常艰苦，不过我都坚持下来了。经过几年的训练，我不仅增强了体魄，还学会了很高超的划艇技术，例如艇上和水下救援等。还获得了国际 ADA 二级证书。要知道这个证书在划水运动中最高就三级了。

陈志杰

E2. 实践活动

12月15日，在生物课上，作为讲解员为参观者讲解了整个展厅的生物细胞模型。在讲解过程中，我有点紧张，但我根据自己学过的知识，边看边讲。最后顺利完成了讲解任务。



初一4班优秀综评展示

邢翌然

01. 艺术活动

本学期我参加了校合唱团的文艺演出，在校庆120周年上进行了表演，我为自己能成为师大附中感到自豪和骄傲。



姚博文



03. 阅读和表达

闲暇时，我有阅读的习惯。这学期，我抽空阅读了《西游记原著》、《俗世奇人》……通过阅读……给我带来了乐趣，丰富了我的内心世界，还加深了与同学的交往……我们分别挑选作品中不同故事人物角度来叙述故事，让西游记变得更加有趣。

宋泽铭

02. 体育运动技能

我从4岁开始学习双板滑雪，参加了很多比赛，最好的成绩是北京市青少年滑雪锦标赛男子丁组的金牌……滑雪运动是项艰苦的运动……在比赛中，我们拼尽全力，有时也会有失误，或者成绩不理想，在这些挫折面前，我们从小学会了能正确看待胜利，也能正确看待失败和失误，比赛过后，继续努力地训练。



汪芷萱

A1. 团队服务

我参与了校广播站的选拔，成为了广播站主持人，并主持了校广播活动。能为全校同学服务，我感到非常光荣。



姚博文

04. 生活技能

为了更加合理的利用时间和空间，将零物品整齐摆放和方便存取，妈妈前几天从网上下单买了收纳筐。今天，我主动承担了收纳筐的安装工作……收纳筐真的很实用，储物空间变得宽敞了，而且找东西只需要几秒钟。



宋泽铭

十一期间，也和妈妈一起到秦皇岛参加了“为祖国升旗”帆船活动和中国国家帆船赛……我作为舵手和船长，表现还不错，经过4轮的比赛，最终获得了季军……我们以宿舍为单位参加每年的“为祖国升旗活动”。



初一5班优秀综评展示

于佳祺

10月29日，迎来了附中120周年校庆。我们年级全体学生参与，摆成爱心，热烈庆祝附中120周年。我们附中在过去的120年培育了30余位中国科学院院士和中国工程院院士，还有著名的数学家、物理学家等优秀的科学家们。身为附中人，我感到骄傲与自豪。



D1. 艺术活动

李佳铭

开学不久，学校就组织“关注消防 生命至上”主题安全教育活动，专业的消防员把一辆辆抢眼的消防车开进校园，我们得以近距离学习、感知这些“大家伙”……我突然间明白，我们之所以能够在窗明几净的教室里安心学习，是因为有无数消防员以及像他们这样的人在负重前行。

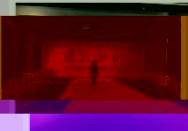


E1. 社会大课堂实践

陆博文

2021年12月11日，我和爸爸妈妈去了首都博物馆。我们参观了各种各样的展品……里面抗日战争的史料再现了中国人民在中国共产党的带领下，与日本侵略者进行了艰苦卓绝的斗争，使我深深感受到了先辈们

A2. 四个一



生活有多么的来之不易，需要我们格外珍惜！

王子赫

10月16日，我和妈妈、妹妹步行来到旁边的世纪坛展馆，没想到碰到了：遇见古埃及木乃伊展览……一直以为只有国王王后才能做木乃伊，没想到这里有士兵、贵族甚至还有儿童木乃伊……因为疫

B5. 研究性学习



情，无法出国看到国外的展品，但是能有机会近距离看到埃及木乃伊的展览，这个体验还是蛮独特的。

地入了和满手了形身有秋交融巴夫，日
象之“自然直生”

我生的时候，因同时时人家，心口排能体
好环境，为了我们共同的家园！

姚蕴宸

我是一个女孩子，从小就喜欢画画。从幼儿园开始，我就开始画画。上小学后，我参加了学校的绘画社团，在老师的指导下，我的绘画水平有了明显的提高。在绘画的过程中，我学会了观察、思考和表达。绘画不仅让我感到快乐，还让我学会了坚持和耐心。在未来的日子里，我会继续努力学习，不断提高自己的绘画水平，让绘画成为我生活中的一部分。

在绘画的过程中，我遇到过很多困难。有一次，我在画一幅人物肖像时，总觉得画出来的脸没有神韵。经过老师的指导和自己的反复琢磨，我发现问题出在比例搭配上。于是，我改变了原来的比例搭配，这样一画，画出来的画面比例适中，不大不小很有美感。绘画现在陪伴着我，我相信，以后也会，绘画会伴随着我的一生。

初一6班优秀综评展示

燕阳天

这两周,我在课余时间看了好多书。我认为看书可以放松心情。我比较喜欢看文学类的书,但是我也会看一些科学类的书。比如考试脑科学,这本书我的感受最深,有的时候,也可以和同学们一起分享这些书籍,这样别同学也能感受到读书的快乐!



03. 阅读和表达

宋佳阳

“我喜欢民族打击乐。”我从小学三年级就开始练习民族排鼓,获得了国家及北京市的许多奖项,专业考级也通过了10级。现在我开始练习马林巴和小军鼓,去年均已通过5级。老师说,练好民族排鼓、小军鼓和马林巴,以后无论是民乐团还是管弦乐团,都可以参与其中,为乐团尽一份心力!



04. 艺术活动

初一7班优秀综评展示

朱逸然

A1. 团队服务

2021年十月，我代表班级在升旗仪式上发言，发言的题目是《境界，将决定你人生的高度》，作为附中人，我认为人生如行路，要脚踏世俗的尘埃，仰望



王丽童

生物课学到细胞的时候，老师让我们回家制作一个细胞立体模型。第一次我用切削橡皮的办法制作了一个细胞立体模型，但因为不用细小



李柱洪

初一一年级讲附中人

B1. 艺术活动



在附中人演讲活动中，我有幸代表班级参赛，这也是自我蜕变的过程。一开始选择的人物为钱学森、赵世炎，但由于重复性太高，缺乏新意，我把钱学森替换为了吕彦直，这样在台上我得到95分的分数，位列二等头行列。我在台下认真定稿，多次和老师、同学一起讨论演讲稿的最佳方案。确定计划后严谨背稿，反复模拟演讲过程，以认真心态对待比赛。在演讲前中王疏浚一个细节：“阳光照在塔壁上像跳动的篝火”，有语病。在最后关头改为“阳光给塔楼镀上一层黄金”锻炼了我的语感能力。这次演讲不论成功与否，都是对我自己的一次考验。我非常喜欢附中的这种活动，他给予我更多信心。

冯敬尧

A2. 四个一

我利用一个周末的时间参观了中国国家博物馆的“古代中国”展，以一种“特殊”的方式畅游中国历史。展中陈列的历史文物，琳琅满目，数不胜数。从商周到秦汉，从魏晋到隋唐，从明清到民国，青铜器古朴而大气，书法端庄而秀丽，绘画优美而细腻，瓷器纯洁如玉滴。行在这一行行青铜器之间，商代工匠们打



胡嘉怡

B2. 艺术活动



初一8班优秀综评展示

黄月童

本学期最让我着迷的科学实践就是制作细胞膜结构，我在家想做个立体的，于是

科学实践



安瑞仪

喜欢花样滑冰，因为可以穿漂亮的表演服，



初一9班优秀综评展示

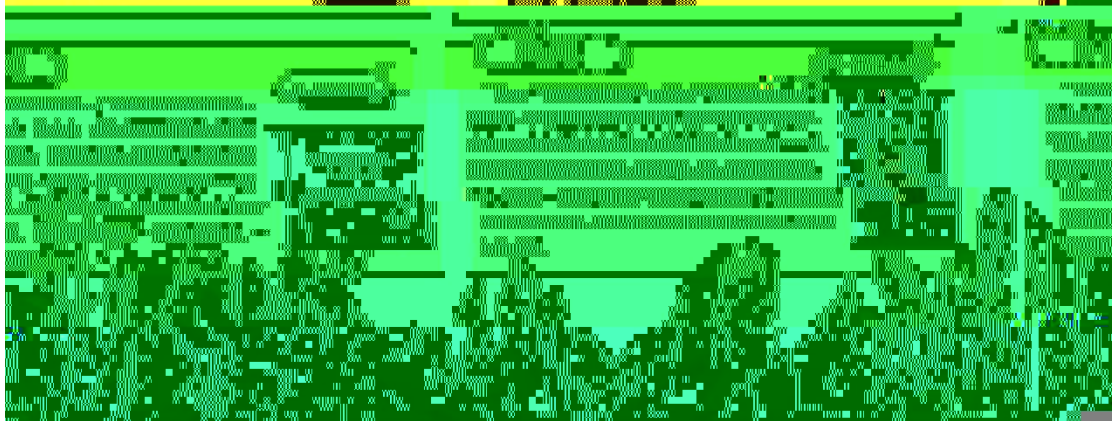
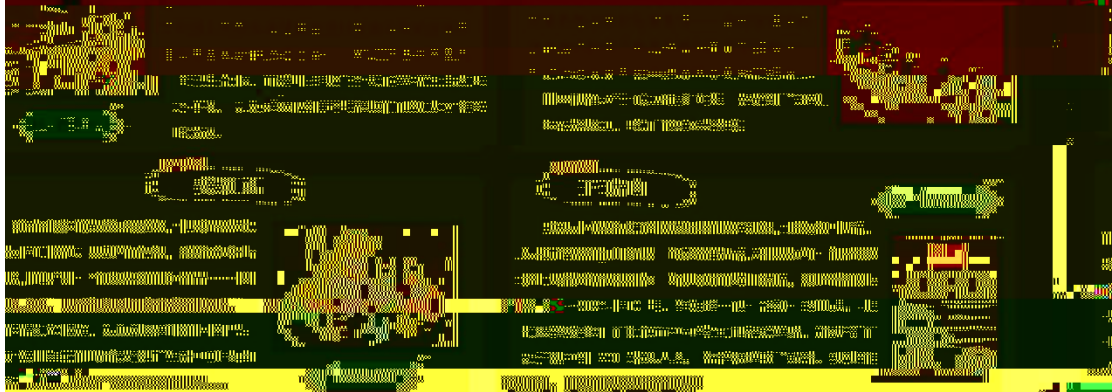
陈芊一

升入初中前我就听说附中的舞团非常优秀，我充满了期待，向往加入其中。在我来

01. 艺术活动

01. 兴趣爱好

邓焯微



初一10班优秀综评展示

孙琮越

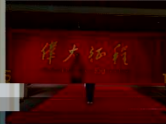
学校举行了消防安全教育体验活动。我有幸穿上了消防服，体验了消防员是如何工作的……突然，我注意到了肩膀上的按钮，按下之后发出了一阵绚丽的灯光和鸣笛声，消防员叔叔告诉我们：这是求救装置，队员昏倒时会自动发出警报。我的眼睛瞬间湿润了，他们是多么的不容易啊……

E1 社会大课堂



阳欣彤

我参观了首都博物馆“伟大征程—庆祝中国共产党成立100周年特展”展厅，展厅以中国共产党的诞生、土地革命、抗日战争、新中国成立四个历史时期为线索，向人们展现了中国共产党百年来的历程……我希望自己也能像烈士们一样成为一个有信仰、愿意为信仰付出一切努力的人，也



校园环境贡献自己应有的力量。我录制的垃圾分类视频在陶然亭街道开展的“童声”垃圾分类宣传活动中，



初一12班优秀综评展示

薄稀文

A1. 团队服务

陈宜可

E. 社会实践

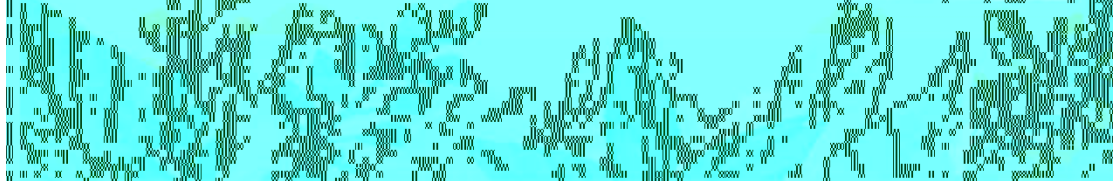
在团队服务中，我积极参与了学校的各项公益活动。通过组织义卖、环保宣传等活动，不仅锻炼了我的组织协调能力，也培养了团队合作精神。在社会实践方面，我参加了社区志愿服务，为老人提供陪伴和力所能及的帮助，深刻体会到了奉献的快乐和责任感。

在团队服务中，我担任了小组长，负责协调组员的工作。我们共同策划了“关爱老人”的主题活动，通过制作慰问卡、打扫卫生等方式，为老人们送去温暖和关怀。在社会实践方面，我参加了“环保小卫士”活动，深入社区进行垃圾分类宣传，提高了大家的环保意识。

在团队服务中，我积极参与了学校的各项公益活动。通过组织义卖、环保宣传等活动，不仅锻炼了我的组织协调能力，也培养了团队合作精神。在社会实践方面，我参加了社区志愿服务，为老人提供陪伴和力所能及的帮助，深刻体会到了奉献的快乐和责任感。

在团队服务中，我担任了小组长，负责协调组员的工作。我们共同策划了“关爱老人”的主题活动，通过制作慰问卡、打扫卫生等方式，为老人们送去温暖和关怀。在社会实践方面，我参加了“环保小卫士”活动，深入社区进行垃圾分类宣传，提高了大家的环保意识。

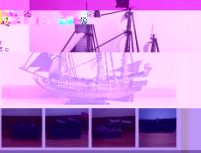
在团队服务中，我积极参与了学校的各项公益活动。通过组织义卖、环保宣传等活动，不仅锻炼了我的组织协调能力，也培养了团队合作精神。在社会实践方面，我参加了社区志愿服务，为老人提供陪伴和力所能及的帮助，深刻体会到了奉献的快乐和责任感。



初一13班优秀综评展示

刘艺阳

我从小就喜欢军事模型，经常利用课余、寒暑假时间组装各类模型……看着一个零件一件通过我的手逐渐组装成型，心中充满成就感。当我刚完成了一个海空舰艇模型的拼装……我深深感到自豪。拼装模型不仅让我了解到军事知识，还能锻炼动手能力，磨练我们的意志及耐心。



E2. 实践活动

蔡孟

在这周五，我参加了学校的元旦联欢活动……在这次活动中，我担任了其中一个惊喜环节的总策划，起初我觉得这件事很容易，写一下稿，把道具准备好就行了，但事实并不是这么简单，有很多工作需要。通过这件事我也学到准备周到，才能有好的结果。



初一15班优秀综评展示

王梓炫

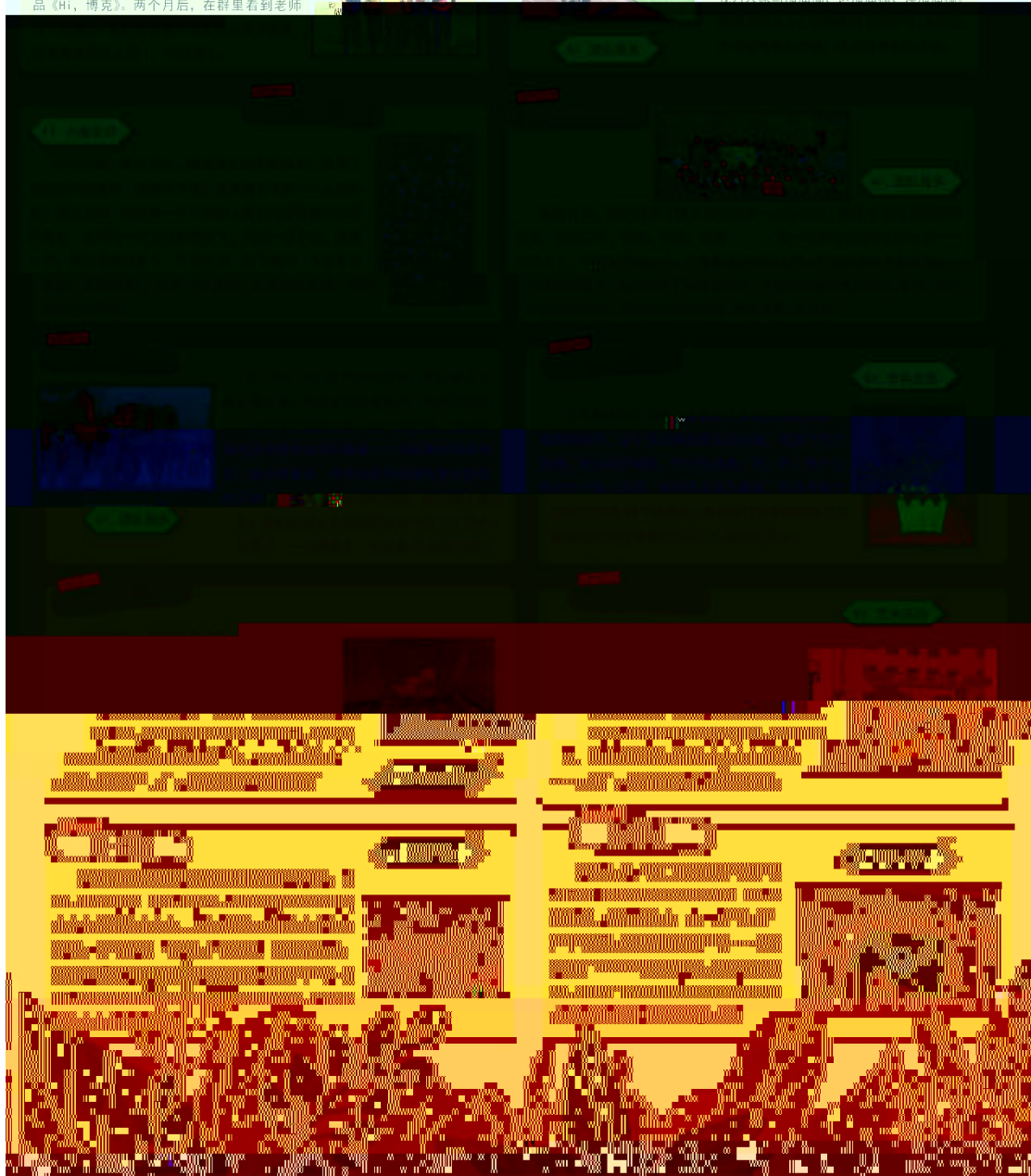
我很喜欢拍照，也经常喜欢研究电影是怎么拍摄出来的。2021年的暑假，我参加了启行教育组织的内蒙草原文化纪录片之旅，和12个同龄的小伙伴一起……10天后完成了小组作品《Hi，博克》。两个月后，在群里看到老师

社会实践



王子阳

你的汗水挥洒在跑道，浇灌着成功的花朵开放；你的欢笑飞扬在赛场，为班争光数你最棒……本次运动会，我虽然没有参加运动项目，但我是各个运动员坚强的后盾。我为大家写加油稿，送加油稿，递加油稿。



初一16班优秀综评展示

于耀

今天，我参加了由壹基金——儿童平安生存训练营与广艺家广内市民活动中心举办的志愿活动……我最喜欢的一个项目是海姆立克急救法。首先，如果噎食或者被呛到时可以……希望我能与用这些知识，帮助那些需要帮助的人。也希望有更多的人了解这些知识，避免悲剧的发生。

A4. 志愿活动



李若莹

今天我参加了班级活动——学生论坛，展示自己最喜欢的舞蹈。我喜欢跳舞，喜欢表演。可转念一想时间会不会来不及，最终我申请推迟两周演出，这可给了我信心……我终于用我的实力和成果告诉了大家：我作为舞蹈课代表是有实力的！我不是什么都不会的！



F1. 兴趣爱好

李泊宁

通过班级的学生讲坛活动，我提升了自己的口才能力，丰富了见闻，也体会到了努力的重要性。从一开始的紧张到后来的自信，让我明白了只要努力，就能克服困难，取得成功。



李泓霏

初入附中，便恰逢附中廿二十校庆。高兴之余，也迎来了我在附中的第一课“学习100个附中人的故事”。寻着前人的足迹，



初一17班优秀综评展示

范修瑞

星期六，我和同学们参加了一次垃圾分类志愿活动。我们一手拿着夹子，一手拿着塑料袋，走在小区里，仔细寻找着垃圾……虽然捡垃圾的时候很辛苦，受着冷风“吹”，要时时弯腰；但是，当我们看着小区

A4. 志愿活动



又恢复了原来干净整洁的样子时，心里高兴极了。感到这一上午过得十分有意义。我为保护社区环境贡献了自己的力量，也感受到了劳动带来的成就感和幸福。

黄昊琛

在12月11日，我和同学一起参加了椿树园的志愿者活动。在社区委员会集合后，我们每个同学都戴上了手套和袖标，拿着垃圾袋和夹子。消防员叔叔告诉了我



们使用灭火器的步骤和方法。我们照着叔叔教我们的方法，尝试使用了灭火器。之后，我们开始清理垃圾……这次活动我不仅为志愿者帮助清理了垃圾，打扫了环境，还学到了有关于消防安全知识，获得许多收获。

社会实践

刘景函



我自小热爱体育，小学期间就加入了学校田径队，期间相球专攻过中长跑和短跑。作为田径队的重点队员，我每天早晨6点45分准时到

王宇轩

12月11日，我和同学们一起在椿树园参加了“保护环境，受益你我”公益活动。活动开始时，一位消防员叔叔把同学们召集在一起，



进入中学以来，我们同时开设了多门课程，导致学校生活丰富多彩，同时充满挑战……通过这几个月与初中生活的磨合，我逐渐总结出一些学习经验：首先，要有高质量的听课效果，勇于发言，课上做有效笔记；其次，课下要高效率地完成作业，这样才能有更多时间复习；最后，还要注意多门课程并重，不可厚此薄彼……虽说有挑战，但是我希望自己能坚持做好，不负青春韶华。



了两次满分的好成绩，还获得过一等奖、冬奥知识竞赛一等奖、班级“学习标兵”奖、期中英语、生物学科优胜奖等……我浓厚的学习兴趣促使我在平时为之付出了许多。“认真听讲”“认真记笔记”“下课主动找老师询问不懂的问题，认真完成作业，勤于总结等等，使我取得了许多收获。考试时有幸运也有失误，也许一次考试并不能说明太多，但这些荣誉依然会激励我，鞭策我在未来的学习生活中付出更多的努力，向着更高的目标和挑战迈进。

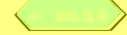


关歆

我们新一届附中人，刚刚迎接了附中120的生日……在录制校庆庆祝视频之前，我们两个班承担了码放椅子的任务。叠在一起的、散

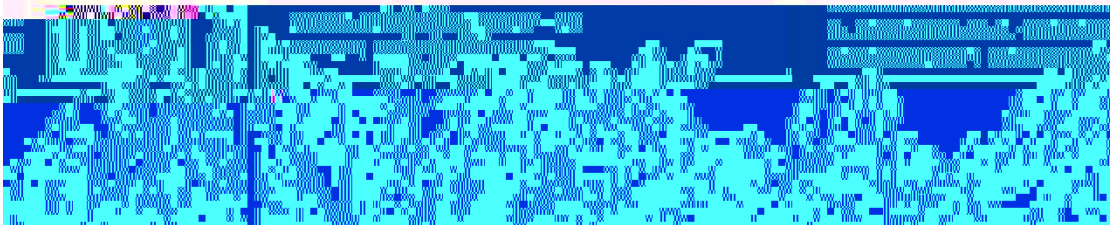


在四周的椅子，被同学们一手拿着一个放在正确的位置码放整齐……烈日照在同学们兴奋地脸颊上，汗珠晶莹剔透……



张鹤严

我和爸爸骑车去了北大红楼参观……它曾经是中国近代史上李大钊、陈独秀、李守常、鲁迅最早传播马克思主义和民主科学进步思想的重要场所……在这里，我重温了党史，并通过展示的图片、视频、VR等科技手段了解了那个列强侵华、



初一18班优秀综评展示

蔡悦怡

F7 实践活动

暑假里，爸爸带我去观看了皮影戏，并且自己亲自动手制作了皮影，还亲自表演了皮影戏。皮影戏是国家级的非物质文化遗产，用的道具是驴皮材质的，如果改用牛羊皮，表演的效果会大打折扣，只有驴皮才能做出有透明质感的道具。皮影戏的唱法主要分为两种：大嗓和小嗓。大嗓指男性的声音，小嗓指女性的声音。戏剧类型主要分为两种：文戏和武戏。文戏是指人物之间的对话，武戏则是关于打斗。我今天表演的是《白蛇传》。



石姚

如今回首，那一个又一个的夏天与你相识，到现在也有了两年多的时间。你在斑驳的木门里默默地诉说着千年前的故事，我聆听，确定你将是这一生中的欢喜……你多变的笔法，巧妙地结合了当时的社会背景。一个字中能看出多少中国古代宣传发扬的“谦”与“孝”的礼仪。为了接近你，我开始查阅你出现的时间，当时的重要历史事件，和百姓的思想文化……你的博大精深令我震撼，你的复杂多变令我赞叹，你的亲切自然让我喜欢。在成长的路上，愿你的陈情不再遗憾。

田紫瑄

每年的国际档案日是6月9日，今年我跟妈妈一起参观了北京档案馆的系列展览活动。听妈妈说，今年是中国共产党建党100周年，所以有幸观看“烽火——李大钊”。



王一迪

2021年12月12日，我和几位同学代表附中参加了“北京市中小学生定向越野比赛”……这是我第一次参加市赛，大赛确实和平时的训练赛不同，虽然路程遥远，但比赛过程非常有趣。





初一19班优秀综评展示

佟景涵

C2. 体育运动技能

今年冬天，我学会了单板滑雪，并通过了单板4级，虽然已有双板滑雪的经验，但还是摔了一次

徐雨桢

2021年11月11日，我参加了“世界儿童日”手抄报作品征集志愿服务活动。我首先上网了解了相关知识，通过这



承我们的传统文化，不让她遗落在时间的长河里，而是让大家去了解它！

留地展现出来！

张以乐

陈佳琦

2021年10月12日，我在少先队建队仪式上作为少先队员代表讲话，回顾学校发展的历史。

2021年12月4日，我来到了国家博物馆，在这里，我见到了历史书上的



初一20班优秀综评展示

楚子洵

2021年10月，经过班级讲附中人故事选拔，我很荣幸地代表20班参加了初一年级“继承与超越”主题征文比赛。我撰写的《续写青春芳华》讲附中人故事……到底是什么能够让一所学校非青非蓝……我以《践行立德树人教育

为使命，已经激励我自己。作为新的附中人，一定要以实际行动不负母校声誉。

A3. 三爱、三节

寇誉凡

G3. 发展目标 and 应对挫折

升入初中之后，体质健康测试增加了800米长跑这一项。对于我来说，无疑是最困难的一项

挑战。但我一直在努力练习，我坚信，我可以冲到3分35秒，取得最优异的成绩！

A2. 四个一

张博越

国画一词起源于汉代，是中国传统绘画形式，主要

李家和

我喜欢体育运动，校运动会上我参加了男子1000米比赛。在比赛前几天，我每天坚持跑步，

王淇

12月份，我们初一四个班利用体育大课时间到陶然亭公园跑步。这一天实在是冷，凛冽的寒风像刀子一样，还没到公园，我们的手和脸都已冻得通红……刚开始，我还能跟上大部队，到后来就有些吃力了……最后，我成功跑到了终点……这次陶然亭之行，让我认识到，其实许多困难并没有想象的那么难，只要坚持不懈，勇敢地面

对，一切“困难”都不再可怕！



陶然亭之行

罗嘉浩

2021年9月5日我参观了位于宛平城的抗日战争纪念馆。曾经在小说中听到过多次的南京大屠杀的照片呈现在眼前的时候，惨况还是让我震惊……我们的死难人数超过30万。这个惨痛的经历告诉我们懦弱就要挨打，只有强大起来才能不受欺负……梁启超说，少年强则国强。周总理说，为中华之崛起而读书。就在那里这两句话感受尤深。



参观抗战纪念馆

A2. 四个一

于柄轩

学校参加了科技人文节扫地机器人制作的活动。扫地机器人是一种智能家用电器。我一直非常好奇它“智”在哪里，所以我认真学习了扫地机器人运行的电路和控制原理，了解制作方法……最后经过调试，我的小机器人可以清除室内灰尘和垃圾“看门”的……正好这次比赛制作，我不仅感受到了这学的魅力，而且认识到要学习掌握科学原理，才



科技人文节

十月中旬，我参加了学校组织的“能”在哪里。比赛项目是制作一个能清除室内灰尘和垃圾的机器人。我不仅感受到了这学的魅力，而且认识到要学习掌握科学原理，才