



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信任……我必须尽心尽责。

我也很愿意去承担这个责任，尽自己的一份力，希望我们的班级变得更好。



E2. 实践活动

马俊熙

升入初一后我感觉自己长大了很多，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。

做这些事情让我体会到了劳动的快乐，自己会感到一种成就感。我也会体会到了做家务带来的乐趣，也让我体会到了为家人服务的快乐。

张翔博

我们从开学以来阅读了《朝花夕拾》和《西游记》等书籍，那一波三折的情节，生动形象的描写无一不让我深深陶醉在书籍的海洋中。我以后会继续阅读更多的书籍，增长知识，开阔眼界。



房子元

为学好生物实验，我找来空的矿泉水瓶……尽可能的模仿真实生活环境。天热后我带着手电筒在草丛里寻找昆虫。通过生物实践课的学习，我才知道鼠妇昼伏夜出，具



初一2班优秀综评展示

刘珈溪

B3. 阅读和表达

取道，在深远的时域，我又去幽温了子。《将进酒》透过诗羊读，我手回柔鸟外醉不醒的性格……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沉，艺术表现更为成熟。



王喻凡

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。

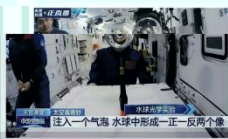
芦紫铭

B4. 学科实践

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，小鱼以绿藻吸收绿藻光合作用放出的氧气……生食物及气体皆可以不断的循环使用。实践课有趣生动，让我们在实践观察中的科学知识，印象深刻。



张家琦



2021年12月9日15:40，中国空间站“第一课”正式开课。神舟十三号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”感染着我们身边的每一个人，也让伟大的航天精神、科学精神在更多人的心中生根发芽！

徐晨皓

李梓毓

A2. 四个一

2021年12月31日，我们在班里举行了元旦联欢会。文艺部部长设计了一个非常有趣的环节……这个活动让我们之间互相更加

今天去了中国铁道博物馆（酒仙桥）。我们先去

A3. 三爱、三节

关无羊涵

张茗卓

B3. 阅读和表达

运动会中，我担任旗手，走在同学感觉班集体的精气神似乎都聚集在集体的牌子上。胳膊酸了，我还是要稳，我首先要走出我们祝我们班的同学在比赛中都



我读过一点英语书，《The Giver》是我最爱看的一本书。这个书中的世界的一切都没有色彩，没有区别。社区里没有天气变化，永远是晴天……社区里没有嫉妒、仇恨、厌恶、愤怒等反面情绪。在书中我看到了很多我从来没有见过的生词，这让我积累了许多好的词句型。

在学校的的最前面，我坚持，脚下的步子初一二班的精气获得好成绩！

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，我不仅锻炼了体



C2 体育运动技能

陈志杰

12月15日，我在课间操时，作为讲解员为参观者讲解了整个展厅的生

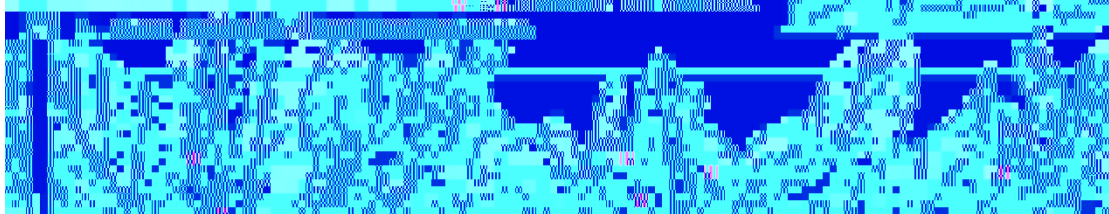
E2 实践活动



许祺

F1 兴趣爱好

2021年夏天，我去杭州的千岛湖学习了一项体育运动——尾波冲浪。这是我第一次尝试这项运动，尽管我会游泳，但让自己在滑板上保持平衡，还要控制在水浪中的位置和速度，真是一项前所未有的挑战。刚开始的时候，我拉着游艇上的绳子，练在滑板上站起来都困难，但是随着不断的尝试，我成功的站了起来，然后慢慢的能够随着波浪，放开牵引的绳子独立滑行了。这种绝美地奇妙无比的练习结果，我看到自己身上的淤青，原来，我在水里和滑板



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人感到自豪和骄傲。



姚博文



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。

03. 阅读和表达

宋泽铭

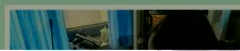
02. 体育运动技能

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单板。



汪芷萱

A1. 团队服务



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。



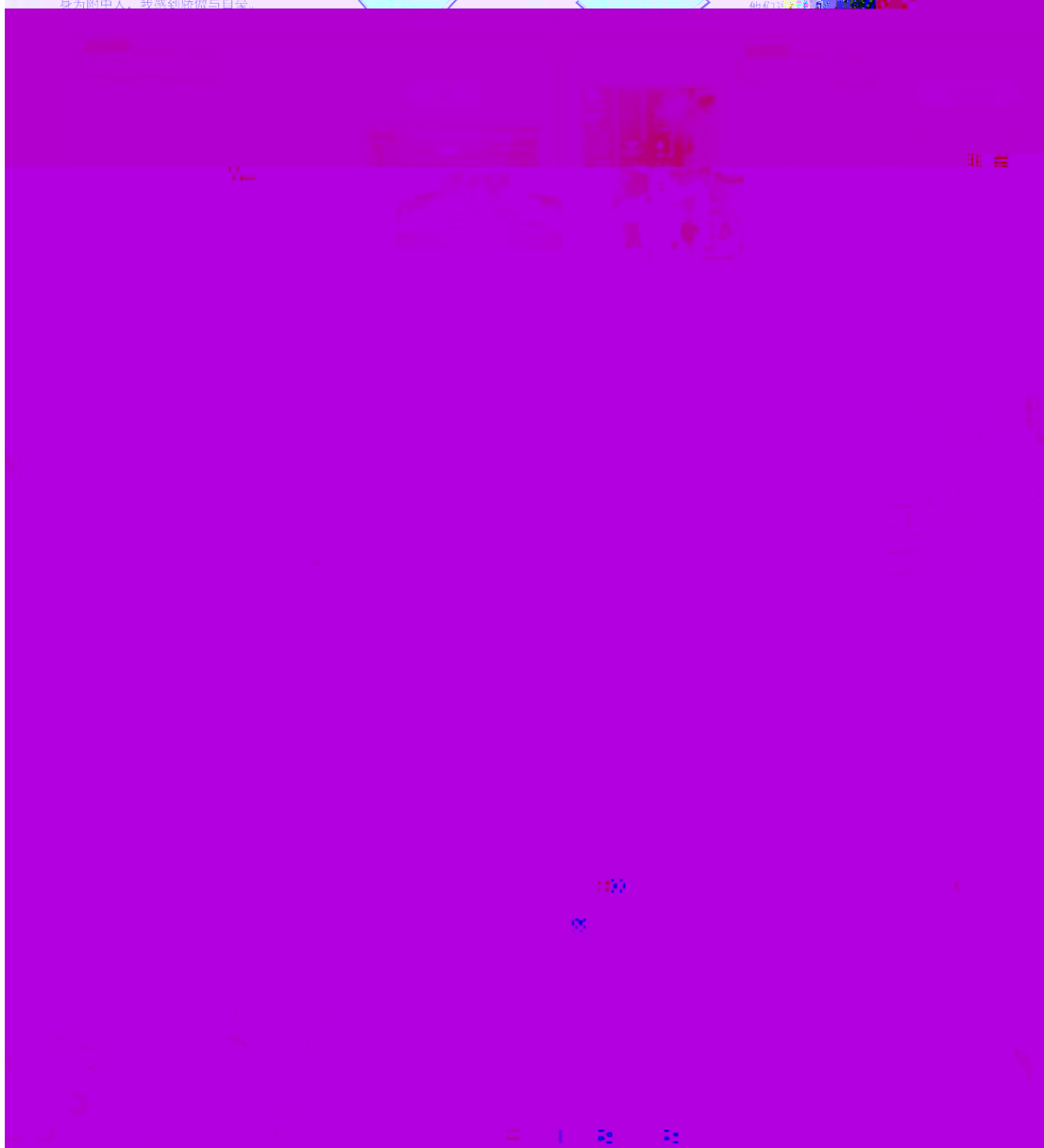
身为附中人，我感到骄傲与自豪。

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牺牲



他们的生命换来的平安。



初一6班优秀综评展示

燕阳天

这两年，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

01. 阅读和表达



宋佳阳

我很喜欢打乒乓球，我从小学三年级就开始练习乒乓球，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

02. 兴趣爱好

03. 社会实践



初一7班优秀综评展示

这是入学来我第一次站在主席台上发言，感谢老师和同学们对我的信任给了我这次机会，我以后会继续努力，为七班争光，为附中争光！

李佳洋

B4. 学科实践

制作玉米容易多了，这次制作的蚯蚓立体模型效果好了很多。这次手工制作蚯蚓模型的活动，锻炼了我的动手能力，让我更加清晰透彻的了解了细胞各结构和功能，体验到了获得成果的喜悦和成就感，让我对生物课产生了更大的兴趣，并发现动手实践是一个学习生物学的很好的学习方法。

历史，也伴随着历史走下长卷。在历史长河中，我们应关注历史，从历史中吸取经验、
循中华民族非正确的道路。创造光明的未来。



初一8班优秀综评展示

黄月童

安瑞仪



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。在我来到附中舞团之前，当我站在舞台上表演时

F1. 兴趣爱好



F2. 作品和成果

邓焯徽

第一次骑马的时候，我心里胆战心惊。如今我也成为

了记住仇恨，而是明白我们今天的幸福生活的来之不易，以及未来的祖国要靠我们的努力才能兴旺发达。

团体协作对于成功有多重要，感受到了班级的凝聚力，增加了集体荣誉感！

姜颖函

有很多的的兴趣和爱好，但我最喜欢手工制作。只要有空闲，我就会拿出手捏一个我喜爱的小作品……因此，也督促我时不时翻翻画册，认真观察事物的小细节；眼睛发现了生活中更多的这个多姿多彩的世界。

F1. 兴趣爱好



王瑞昀

我从小就养成了锻炼身体的好习惯，进入初中后，入选了学校的田径队。每天放学后，和队友们一起在操场上尽情地挥洒汗水。好几次强度训练后，我连路都走不了……2021年10月，作为唯一的一名初一的队员，我代表学校参加了北京市中小学生田径冠军赛，并获得了女子初中组 200 米第八名，给学校增添了荣誉。我要继续加油，把我的热爱坚持到底！



我的是手感谢泥，为这项会有艺术展览，也让我用自己的美好，学会欣赏

张嘉弛

我参加了北京市青少年认识到了许许多多宁死不屈，英勇无畏，甘愿把

F1. 兴趣爱好

我是一个热爱体育的少年，从小开始练习羽毛球和长跑。今年九月份参加了北京市青少年羽毛球锦标赛。在高手云集的锦标赛赛场上我过关斩将打进 16 强……通过体育锻炼增强我的体质，健全我的人格，锤炼我的意志。我也将会一如既往地在学习之余继续保持自己对体育热情的热爱与热情，争取在 2022 年北京市运动会上取得更好的成绩。

F2. 作品和成果



廖诗雯

在建党 100 周年之际，经典诵读活动。活动中，不屈，英勇无畏，甘愿把献给党的先烈们，《红星》为新的理想，它保证了我们一个英勇坚强的人！

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，我乘车旁空了消防演习，体验了消防人员是如何工作的……突然，我注意

E1 社会大课堂

阳欣彤

我参观了首都博物馆“伟大复兴”庆祝中国共产党100周年特展”展览，展览以中国共

战放

E2 社会实践



人人爱环境，环保我先行。环保，如今已经是人人关心的重要问题，也自然与我们所有的同学都是密切相关的。我积极响应垃圾分类的号召，学习垃圾分类知识，将自己的所学内容录制成微视频，向更多的人宣传垃圾分类的知识。希望人人都能参与垃圾分类，为我们的校园、家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“童眼看世界”活动中

为将来为祖国做贡献而时刻准备着！

初一12班优秀综评展示

薄稀文

陈宜可

2021年，在英雄人物的指引下，
铭记历史，砥砺前行，振兴中华！

中国，没有新中国就没有今天我们的美好生活！
我一定要好好学习，长大报效党和祖国！

李金润

张梦姝

本学期我参与了东城区滑雪公开训练营，作为训练多年的青少年滑雪运动员配合

12月20日，我作为班级代表之一参加了师大附

我的教练为很多对滑雪运动有兴趣和热情的

中第105次学生代表大会开幕式我感到非常荣幸

友展示了如何滑雪和这项运动的魅力。
他们好奇的神情我满怀期盼，但愿他们
和我感同身受，深深地热爱这项运动，
从中取得巨大的快乐和满足。

初敬老师的报告加学长的很激励，感谢很感谢，他们组织系

很多事情，充分展现了师大附学子的风采。看到学生
会主席和部长候选人介绍，每个人都有自己的闪光点，
让我也看到了努力的方向。作为新时代的学生，我们
更应该努力，不负青春，砥砺前行。

门子乔

石伊可

11月学校开展了科技文化节活动，
我参加了传统文化“毛猴”的制作活动。
毛猴是中国非物质文化遗产之一，他是
由蝉蜕和玉兰花芯粘合而成的。其中，
毛猴的头和四肢是蝉蜕做的，身体是玉
兰花芯做的。可以说做出来真像一只小
猴子。

9月8日，北京师范大学附中初一年级开展了
消防安全教育。同学们参观了灭火使用的器
具，学习了消防安全基本知识……我们还进
行了疏散演练，提升了大家应对火情的自我
防范能力。这次活动非常有意义，安全教育，
警钟长鸣，希望此类活动可以经常开展。

杨晋安

郁茗泽

9月29日，学校组织了运动会。这是我上中学
后参加的第一次正式的运动会。我

医是中华民族的传家宝。今年10月9日重阳节前夕，我和对单位的志愿者叔叔阿姨们来到北京松堂斋终关
医院治疗的部分老人和重疾婴儿，并为他们送去了节日祝福和慰问。这里的老人有的已经失去了部分记忆，
轻的时候，他们每个人都有自己的故事……我们只呆了一上午，走的时候爷爷奶奶们还有些舍不得我们，我
们还会来看他们。

时光还停留在
们约定好春节

初一13班优秀综评展示

刘艺阳

F1. 兴趣爱好

我从小就喜欢军事模型，经常利用课余时间，寒暑假时间拼装各类模型……看着一个个小零件通过我的手逐渐组装成型，心中充满成就感。最近我刚完成了一个海盗船模型的拼装……成功完成模型安装。组装模型不仅让我们了解“工匠精神”，还能锻炼动手能力，磨练我们的意志及耐心。



蔡孟燃



在这周五，我参加了学校的元旦联欢活动……在这项活动中，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，就写一下稿，把道具准备好就行了，但事实并不是这么简单，有很多工作要做。通过这件事我也学到准备周到，才能有好的结果。

E2. 实践活动



初一14班优秀综评展示

刘思博

刘思博

每件文物都蕴含丰富的历史信息，是历史的实物见证。2021年11月11日，我和爸爸妈妈一起参观了古代中国基本陈列展——远古到三国时期的展览……在参观中，我觉得最有趣的文物就是面鱼纹彩陶盆了，因为它的图案纹样，让我联想到了“星巴克”的Logo。



今天我参加了“喜迎冬奥，助力北京中轴线申遗”的活动。通过这次学习我了解了中轴线的前世今生。北京中轴线呈正南正北方向，与子午线重合。在20世纪50年代，地安门外曾出土石鼠，正阳门曾有石马出土。鼠为子，马为午，说明北京城市中轴线具有子午线的性质。这实际上是从天文和地理的意义上重申了古代中国以自己为世界中心的理念。



张茗博

郑可心

E2. 实践活动

上个月末，我和爸爸妈妈一起去参观中国革命博物馆。进入馆内，首先就看到了大名鼎鼎的机身一片雪白，前、后、上各有一组防空机炮的机身……“打得一拳开，免得百拳来”，这场长期的和平发展，为中国后来的……那是很充实，有意义而难忘的一……



今天是周末，我在家里准备展示一下自己的厨艺技巧。因为平时就爱做饭，所以对于厨房我并不陌生。今天准备跟妈妈一起做饺子，这也是奶奶和妈妈最爱吃的……做饭看似是个体力活其实其中也包含着多种智慧，往往也需要不断的自我检查与改进才能做好。知错就改也是勇敢者的一种表现，我也要做一个勇敢者，敢于承认错误，敢于挑战……

军...
袁...
巨...
成...
复兴...
下午。



初一15班优秀综评展示

王梓辰 摄影

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，在群里看到老师发下的通知，虽然我没有作为主角去参赛，但是集体作品入围了，也很好开心。

F1. 兴趣爱好



王子阳 田径

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、读加油稿。赛场上振奋人心的呐喊声不绝于耳，我知道，其中就有我的声音，其中就有我的贡献。

A1. 团队服务



姬凌峰 围棋

F1. 兴趣爱好

年与时驰，意与日去，随着身心的不断成长，我有了自己的兴趣爱好。我喜欢下棋，尤其是五子棋……人生如棋，落子无悔。相信每一个下棋的人都有过这样痛彻深悟的体会：在局势一片大好的情况下，只因一招不慎，错落



一子，局势突变转直下，千里之堤，毁于蚁穴。人生亦是如此，关键时刻，如果一步走错，想回头都不太可能。

刘梓灵 团队服务

金秋九月，我们迎来了进入初中的第一次运动会。筹备过程辛苦却充实。班级用品、跳绳、排球、道具……还都给大家都借给了同学们的心血……运动会上，同学们团结一心，踏着整齐的步伐入场，摆出富有创意的造型……这次运动会上，我们获得了精神文明奖，十五班也变得更加团结、积极、向上。不论成绩如何，我们都会乘风破浪 勇往直前 再出发！

A1. 团队服务



苏胜寒 跳绳

在20211202这个对校日中，我们举办了跳绳比赛。我和老师负责摇绳，其他同学跳……在同学们跳到大概150个的时候，我的胳膊感觉到前所未有的酸痛……当结束的哨声响起，我如释重负。同学和老师也很快察觉到我的不对劲，上来关心我的情况。我问跳了多少个，他们告诉我我参加的跳绳次数有300多个。我笑了，一切都值了。这就是15班的力量！



唐梓奕 生物

这学期增加生物课，我参加了学校的实践活动——种植物制伤，学会扦插育苗知识乐趣。再选了竹子植物，亲自动手种植，竹子包括根、茎、叶。我小心地把竹子放入花盆，然后用土埋入根部，在用手按土好固定位置，接着浇水。看着自己亲手种的椰子竹，嫩嫩绿绿的仿佛像我招手，心里很是开心！



王涵霏 潜水

说起潜水，可能没有接触过的人会觉得很难，我也不例外。听到下水之前还要学2个小时理论知识，就知道这项运动果然不简单，好在下水还算顺利，第一次潜水，我居然能潜到两米深。第二次，就开始在水底拍视频和照片；第三次，教练让我先穿着脚蹼适应一下，然后让我穿上美人鱼脚蹼……



王有思 演讲

今年是附中的双甲子之年。我一直为在这样一个美好的年份成为“附中人”而骄傲自豪。学校举行了讲“附中人”故事的演讲比赛。我幸运的被选为了参赛者……一代代附中人的灵魂相遇，精神的传承，共同守护那份我们每个人心中的美好。



周仕怡 阅读

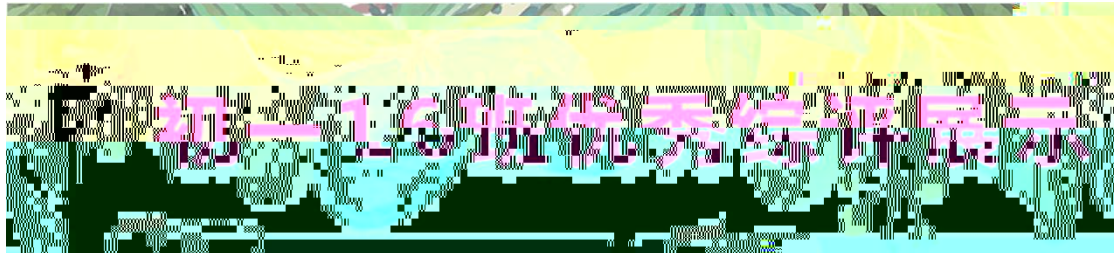
在初中这十多个日子里，我读了许多书，让我爱不释手。读不上书来，那就读……读什么书呢？当然是读好书啦！读好书，少年有梦，不应止于心动更，要付诸行动。



朱新月 演讲

金秋九月，我们迎来了进入初中的第一次运动会。这次运动会中，我参加了精神文明奖的评比。在赛场上，有一片加油稿，由我们班的同学朗诵，这是我们的声音……我还





初一17班优秀综评展示

1. 个人简介

姓名: 李思思

座右铭: 书山有路勤为径, 学海无涯苦作舟

兴趣爱好: 阅读、绘画、音乐

2. 学习成果

本学期成绩: 语文 95, 数学 92, 英语 90, 物理 88, 化学 85

3. 社会实践

参加了学校组织的“学雷锋”志愿服务活动, 为社区老人打扫卫生。

4. 艺术特长

擅长绘画, 作品《春天的希望》在校艺术节中获奖。

5. 志愿服务

积极参与学校组织的各项公益活动, 培养了社会责任感。

6. 自我反思

在学习过程中, 我发现自己在时间管理上还有待提高, 今后会更加合理安排时间。

7. 未来规划

希望在未来能成为一名对社会有贡献的科学家。

微薄之力。附中承载着历史, 教育出了一代代优秀的学子, 我为我是附中学子而骄傲。

感受到革命志士们舍己救国、寻找救国道路的精神。望着那雄伟的北大红楼, 仿佛我泱泱华夏的革命史都被囊括在其中! 我想我还会再来。

初一18班优秀综评展示

蔡悦怡

暑假里，爸爸带我去观看了一场皮影戏，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，用的道具是驴皮制作的，如果改用牛羊皮，表演的效果就会大打折扣，只有驴皮才能演出有透明感的效果。

F2 实践活动



石姚

如今回首，那个蝉鸣不止的夏天与你相识，到现在也有了两年多的时间。你在斑驳的木门里静静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

武戏，文戏是指人物与人物之间的对话，武戏则是关于打斗。我今天表演的最精彩的一个剧目是……



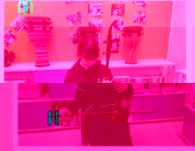
D2 艺术技能

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，你的亲切自然又叫我喜欢。在成长路上，有你的陪伴，不再孤独，我会！

了集体三等奖等好成绩。

朱笑语

二胡始源于唐朝，已有千余载历史。它最早发源于我国古代北部地区的一个少数民族……我从7岁时就开始学习二胡，我的二胡老师是原中央民族管弦乐团的首席张方鸣老师。随着学习时间越来越久，我对二胡的感情也更加深厚，对中国传统文化越发感兴趣，如今已经是我学习它的第五个年头。体



辛子和

初一上学期，我和绘画老师在工作室学习了中国古代不同类型的壁画——敦煌壁画和永乐宫壁画的制作。敦煌壁画的制作重点在粗草泥上。先用白乳胶加麻丝，兑入清水……在画道教壁画时制作学习的重点主要是学会如何用笔表达线条的流畅……通过对中国古代壁画制作的学习，开拓了我的眼界……敦煌



F2 实践活动

初一20班优秀综评展示

楚子洵

2021年10月，经过校级演讲中人事事选拔，我很荣幸地代表20班参加了初一年级“传承百廿传统 谱写青春芳华”演讲中人事事……到底是什么能够让一些“小手爱戴高海高尔……”以及“改行……”成为《为演讲主题，致敬林砺儒老校长，致敬母校，也以此激励我自己。作为新的附中中人，一定要以最好的姿态迎接挑战。



寇誉凡

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，无疑是挺困难的一项……于是，我下定决心，每天都坚持练习长跑，一天比一天多跑200米……在之后的这些天里，我也一直坚持练习，现在，我可以轻松地跑完800米，这对我来说，真是一件开心的事。



张振博

1000
运动
响声
候，
时我听
……

国画一词起源于汉代，是中国传统绘画形式，主要分为人物、花鸟、山水几大类。表面上，是以题材分为这几类，其实是用艺术表现一种观念和思想。人物画表现的是人类社会，人与人的关系；山水画表现的是人与自然的和谐。将人与自然融为一体，体现了人与自然的各种生命。古人云：‘画中有诗，诗中有画。’这就是中国画的独特魅力。我喜欢画画，因为它让我感到快乐和放松。



李奕含

我喜欢体育运动。校运动会上我参加了男子1000米比赛。在比赛前几周，我每天坚持练习跑步。比赛当天，我信心满满地站在了起跑线上。比赛一响，我就冲了出去……跑到最后100米左右的时候，我的腿像灌了铅似的，感觉快抬不起来了。但我没有放弃，坚持跑到了终点。赛后，我感到很累，但心里却很充实。



刘一森

……
问题，不能
友。



2021年10月，经过校级演讲中人事事选拔，我很荣幸地成为校级演讲中人事事的一员……回想报名之初，虽然有些自信，心想毕竟自己曾做过金斗小学校园讲解员……我拿起演讲稿，很快调整好状态，带着饱满投入的感情完成了这篇短文的朗读。最终，我成功通过了考核，从此开始了初中的校园广播员生涯。感谢学校和老师给我们创造这样展示自我的机会，未来我将努力为建设美好校园做贡献。

张博林

进入初中后，新环境，新同学增加了我的好奇心，给了我交友结伴的新机会……我很快融入了这个团结向上的班集体。学习上我们互帮互助，这里汇集了班里数学、英语、历史、地理等科目的尖子生，课间大家一起讨论难题，交流思想……与同学的交流让我学习到很多，认识到要学会从对方的角度出发考虑问题。以自我为中心，以心换心，互帮互助，真诚以对，就会交到好朋友。

