



小学五年级

上海市

学生成长

记录册



学校 \_\_\_\_\_

班级 \_\_\_\_\_

姓名 \_\_\_\_\_

学号 \_\_\_\_\_

年 月

华东师范大学出版社

# 我的名片

性 别 : 男  女

出生日期 : \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

民 族 : \_\_\_\_\_

出 生 地 : \_\_\_\_\_

我的 理 想 :  
\_\_\_\_\_

我的小岗位: \_\_\_\_\_

说明: 1. “我的小岗位”一栏由学生填写本学年自己在集体中担任具体服务岗位的名称, 如节能员、图书管理员等。  
2. 在右边贴上一张学生近期的生活照。

贴照片处



## 编者的话

亲爱的同学：

当你拿到这本《上海市学生成长记录册（小学五年级）》时，请先听我来说一说它的作用。

首先，你可以对自己的成长过程进行个性化的记录。如：精心设计“我的名片”——想想“我的理想”是什么，朝着目标努力奔跑；通过“我的小岗位”记录为集体服务的快乐体验；在“贴照片处”展示出童年最纯真的微笑。在“行为规范情况记录表”中，我们以图文并茂的方式呈现了十二条行为规范的内容。你可以通过自我评价、同伴或者师长的评价，了解自己在习惯养成上的点滴进步。

其次，你还可以记录下难忘的学习经历，包括学习各门课程和开展“快乐活动日”等活动时的收获、体验。你还可以了解自己的身体形态、身体机能和身体素质等方面的体质健康指标，进一步养成良好的锻炼习惯，让自己变得更健康。对这些经历的记录，能汇集成储存你成长足迹的“童年纪念册”，帮助你自我激励、自我反思、自我成长！三十年后、五十年后拿出来翻翻，多珍贵啊！

最后，你会发现它是开放的。它在你与爸爸妈妈、同伴、老师之间架起了沟通的桥梁，通过它，你可以了解自己的点滴进步，同学、家长、老师也可以分享你的成长经历，及时帮助你，让你更加快乐地成长，多难得呀！

听了我的介绍，你是否已经迫不及待地想打开《成长记录册》了呢？请开始吧！

祝你在小学五年级阶段的生活丰富多彩！

# 目 录

中小学生守则

## 第一学期

行为规范情况记录表

道德与法治课程学习情况记录表

语文课程学习情况记录表

数学课程学习情况记录表

英语课程学习情况记录表

自然（或科学与技术）课程学习情况记录表

体育与健身课程学习情况记录表

音乐课程学习情况记录表

美术课程学习情况记录表

劳动技术课程学习情况记录表

拓展型课程与探究型课程学习情况记录表

快乐活动日情况记录表

课外阅读情况记录表

收获园

心灵沟通

1

## 第二学期

行为规范情况记录表 20

2

道德与法治课程学习情况记录表 22

4

语文课程学习情况记录表 23

5

数学课程学习情况记录表 24

6

英语课程学习情况记录表 25

7

自然（或科学与技术）课程学习情况记录表 26

8

体育与健身课程学习情况记录表 27

9

音乐课程学习情况记录表 28

10

美术课程学习情况记录表 29

11

劳动技术课程学习情况记录表 30

12

拓展型课程与探究型课程学习情况记录表 31

13

快乐活动日情况记录表 32

14

课外阅读情况记录表 33

15

收获园 34

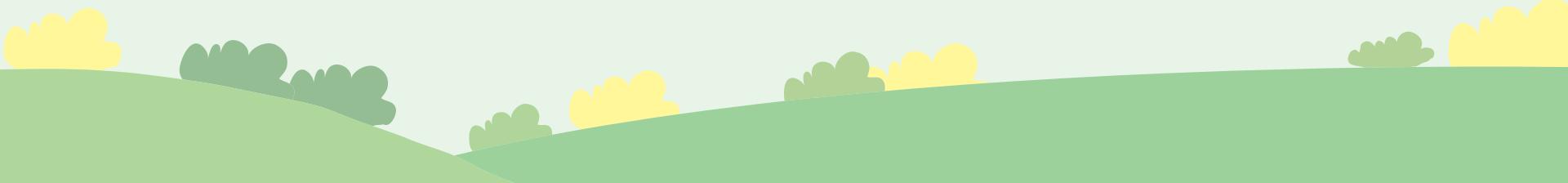
16

心灵沟通 36

18

《国家学生体质健康标准》达标情况记录表 38

“红领巾奖章”争章活动获章记录 39





# 中小学生守则

1. 爱党爱国爱人民。了解党史国情，珍视国家荣誉，热爱祖国，热爱人民，热爱中国共产党。
2. 好学多问肯钻研。上课专心听讲，积极发表见解，乐于科学探索，养成阅读习惯。
3. 勤劳笃行乐奉献。自己事自己做，主动分担家务，参与劳动实践，热心志愿服务。
4. 明礼守法讲美德。遵守国法校纪，自觉礼让排队，保持公共卫生，爱护公共财物。
5. 孝亲尊师善待人。孝父母敬师长，爱集体助同学，虚心接受批评，学会合作共处。
6. 诚实守信有担当。保持言行一致，不说谎不作弊，借东西及时还，做到知错就改。
7. 自强自律健身心。坚持锻炼身体，乐观开朗向上，不吸烟不喝酒，文明绿色上网。
8. 珍爱生命保安全。红灯停绿灯行，防溺水不玩火，会自护懂求救，坚决远离毒品。
9. 勤俭节约护家园。不比吃喝穿戴，爱惜花草树木，节粮节水节电，低碳环保生活。

教育部

2015年8月20日颁布

# 行为规范情况记录表

第一学期



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

1. 关心国家大事。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

2. 乐于当“小志愿者”。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

3. 在合作中共同成长。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

4. 乐于沟通，善于表达。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

5. 掌握必备的自救方法。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

6. 信守诺言，负责任。

说明：“他评”可以根据实际情况，由老师、同伴、家长或社区进行评价。

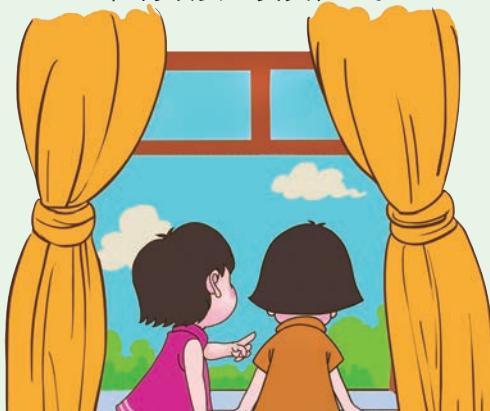
# 行为规范情况记录表

第一学期



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

7. 懂得欣赏、赞美他人。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

10. 合理膳食，坚持运动。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

8. 乐于助人，共同克服困难。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

11. 自觉遵守法律法规。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

9. 学会循环使用资源，保护环境。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

12. 关心社区，参加公益劳动。

数一数：本学期我一共给了自己\_\_\_\_\_颗☆，老师、同伴、家长和社区一共给了我\_\_\_\_\_颗☆。



# 道德与法治课程学习情况记录表

第一学期



学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评		
		一	二	三	四	基本常识			基本常识		
	考查内容					活动作业			活动作业		
	等第					行为表现			行为表现		
学习兴趣	考查内容					自 评					
	乐于参与各项学习活动					☆ ☆ ☆ ☆					
	能将课堂上学到的知识和本领运用到社会实践中去					☆ ☆ ☆ ☆					
学习习惯	考查内容					自 评			师 评		
	课堂上认真倾听，积极思考					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能和同伴交流信息、沟通意见，相互尊重和理解					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能独自或与同伴合作开展学习，探究并尝试解决实际问题					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能主动参与力所能及的社会实践活动					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“基本常识”“活动作业”“行为表现”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。



# 语文课程学习情况记录表



第一学期

学业成果	日常学习情况					期末考试		学期总评	
		一	二	三	四	基础知识		基础知识 阅读 表达 写字	
	考查内容					阅读			
	等 第					表达			
						写字			
学习兴趣	考查内容					自 评			
	能主动提出问题，并努力解决问题					☆	☆	☆	☆
	能坚持每天进行课外阅读，在阅读过程中主动积累语言材料					☆	☆	☆	☆
学习习惯	考查内容					自 评		师 评	
	能认真倾听，能就不理解的地方向别人请教，就不同的意见与别人商讨					☆	☆	☆	☆
	能积极发言，大胆说出自己的感受和想法，乐于和同伴交流					☆	☆	☆	☆
	能根据需要与同伴合作完成学习任务，在合作中提出个性化见解，能与同伴分享学习成果					☆	☆	☆	☆
	按时完成作业，读写姿势端正，书写规范，并主动检查与订正；有预习、复习的习惯					☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“基础知识”“阅读”“表达”“写字”等；“期末考试”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。——《警世贤文》



# 数学课程学习情况记录表



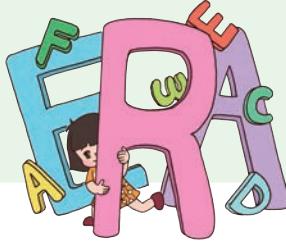
## 第一学期

学业成果	日常学习情况					期末考试			学期总评			
	一	二	三	四	概 念		计算	概 念				
	考 查 内 容				计 算			计 算				
	等 第				应 用			应 用				
学习兴趣	考 查 内 容					自 评						
	愿意探究数学问题，有好奇心并努力尝试解决问题					☆ ☆ ☆ ☆						
	乐于运用所学数学知识，尝试发现并解决一些生活中的问题					☆ ☆ ☆ ☆						
学习习惯	考 查 内 容					自 评	师 评					
	课堂上善于倾听					☆ ☆ ☆ ☆	☆ ☆ ☆ ☆					
	独立思考，能在交流中简明、清晰地进行表达					☆ ☆ ☆ ☆	☆ ☆ ☆ ☆					
	能根据任务要求与同伴合作，在这一过程中善于吸纳他人观点，提出个性化见解					☆ ☆ ☆ ☆	☆ ☆ ☆ ☆					
	按时完成作业，能有条理地进行表达，主动检查与订正					☆ ☆ ☆ ☆	☆ ☆ ☆ ☆					

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“概念”“计算”“应用”等；“期末考试”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等级制，评价等级通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。



# 英语课程学习情况记录表



第一学期

学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评		
		一	二	三	四	语音		语音			
	考查内容					词汇		词汇			
	等 第					语法		语法			
						语篇		语篇			
学习兴趣	考查内容					自 评					
	主动参与英语朗诵、英语歌曲或童谣演唱、英语游戏等活动					☆	☆	☆	☆		
	在生活中主动、准确使用英语和别人打招呼					☆	☆	☆	☆		
学习习惯	考查内容					自 评		师 评			
	能认真听讲并理解老师的课堂要求，积极发言					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能准确模仿老师或录音中的语音、语调，能比较流利地朗读					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能参与英语实践活动，尝试运用英语进行简单交流					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能主动搜集一些英语学习资料，提高自己的语言能力					☆	☆	☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“语音”“词汇”“语法”“语篇”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

志合者，不以山海为远。——葛洪



# 自然(或科学与技术)课程学习情况记录表

第一学期



学业成果	日常学习情况					期末考查		学期总评			
	一	二	三	四	常识		常识				
	考查内容				实验		实验				
	等第				制作		制作				
					设计		设计				
学习兴趣	考查内容					自评					
	乐于参加观察、实验、制作等活动，并积极表述发现的问题					☆☆☆☆					
	喜欢看科普书籍，主动运用所学的科学知识、技能与方法解决生活中的问题					☆☆☆☆					
学习习惯	考查内容					自评		师评			
	能遵守课堂规范，安全、正确地使用实验器材与工具					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	能口头或书面表达观察、实验、制作等活动的过程和结果，并能与同伴开展交流与评价					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	能与同伴合作进行简单的观察、实验、制作等活动，能根据问题和实际条件设计方案					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	能用简单的文字、图表记录观察、实验、制作等活动的过程和结果					☆☆☆☆		☆☆☆☆			

- 说明：1. “学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“常识”“实验”“制作”“设计”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。
2. 选择自然课程的学生根据自然课程的学习情况填写；选择科学与技术课程的学生根据科学与技术课程的学习情况填写。



# 体育与健身课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评		
	一	二	三	四			健身体能			健身体能		
	考查内容						健身技能			健身技能		
	等第										<td></td>	
学习兴趣	考查内容					自 评						
	能主动展示自己喜爱的健身项目，交流体育故事					☆ ☆ ☆ ☆						
	主动参加课外、校外体育活动，坚持每天体育锻炼一小时					☆ ☆ ☆ ☆						
学习习惯	考查内容					自 评			师 评			
	课堂上认真学练					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能用正确的方式演示所学动作，并与同伴交流运动体验					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能与同伴合作学练并互相评价					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能自觉遵守体育活动规则					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“健身体能”“健身技能”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

天行健，君子以自强不息。——《周易》



# 音乐课程学习情况记录表



第一学期

学业 成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评								
		一	二	三	四		音乐常识		音乐常识									
	考查内容						唱		唱									
	等 第						奏		奏									
							演		演									
	考查内容						自 评											
学习 兴趣	能主动表演自己喜爱的歌曲和乐曲，交流音乐故事						☆	☆	☆	☆								
	主动参加课内外文艺活动						☆	☆	☆	☆								
学习 习惯	考查内容						自 评		师 评									
	专注聆听音乐						☆	☆	☆	☆	☆	☆						
	能用正确的方式演唱、演奏，并与同伴交流音乐内涵体验						☆	☆	☆	☆	☆	☆						
	能与同伴合作学习音乐并互相评价						☆	☆	☆	☆	☆	☆						
	能用适合的节拍、速度、音色、音量协同开展音乐表演						☆	☆	☆	☆	☆	☆						

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“音乐常识”“唱”“奏”“演”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等级制，评价等级通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。



# 美术课程学习情况记录表

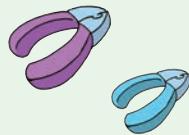


第二学期

学业成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评	
		一	二	三	四		造型表现				
	考查内容						设计应用				
	等 第						欣赏评述				
学习兴趣	考查内容					自 评					
	能主动绘制并展示自己的作品，交流美术学习感受					☆ ☆ ☆ ☆					
	主动参加课外、校外美术活动					☆ ☆ ☆ ☆					
学习习惯	考查内容					自 评			师 评		
	专注倾听讲解，正确、安全使用学具					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能用美术语言表达想法或观点，并与同伴交流对作品的看法					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能与同伴合作学习美术并互相评价					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	乐于用美术语言与美术技能表达情感与想法					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“造型表现”“设计应用”“欣赏评述”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定，“学期总评”一栏填写综合评价结果；评价采用等级制，评价等级通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

事必有法，然后可成。——朱熹



# 劳动技术课程学习情况记录表



第一学期

学业成果	日常学习情况					期末考查		学期总评	
	一	二	三	四	需求设计			需求设计	
	考查内容				加工制作			加工制作	
	等 第				改进创新			改进创新	
学习兴趣	考查内容					自 评			
	能发现日常学习、生活中的技术问题，并尝试解决					☆	☆	☆	☆
	乐于运用掌握的技术，参与学校的劳技活动					☆	☆	☆	☆
学习习惯	考查内容					自 评	师 评		
	遵守课堂规范，能正确、安全、合理地使用手工工具					☆	☆	☆	☆
	能运用语言、文字、简单的图示对设想和劳技作品进行描述或介绍					☆	☆	☆	☆
	能根据设想及使用情况对自己的作品进行评价，并能倾听他人的意见					☆	☆	☆	☆
	能识读简单图样，并利用工具安全、有效地对材料进行加工或制作简单作品					☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“需求设计”“加工制作”“改进创新”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。

# 拓展型课程与探究型课程学习情况记录表

第二学期



类型	学习内容	学习时间	学习地点	收获情况	我还想学习 / 探究的问题
拓展型 课程				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
探究型 课程				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	

说明：本表主要记录拓展型课程与探究型课程中没有被安排在“快乐活动日”中的学习活动情况，由学生在教师的指导下填写。

积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉。——《荀子》



# 快乐活动日情况记录表



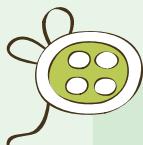
第一学期

日期	活动主题	活动地点	活动表现		
			兴趣指数	收获指数	精彩瞬间
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	时间： 内容：
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	

- 说明：1. 本表主要记录学校按照上海市教育委员会关于小学每周开展半天“快乐活动日”的要求开展活动的情况，由学生在教师指导下进行记录。  
2. “快乐活动日”的内容包括学校统一组织的班团队活动、体育活动、社区服务和社会实践、专题教育等限定拓展活动以及兴趣活动、社会调查、参观考察等自主拓展活动。  
3. “精彩瞬间”栏的“内容”由学生用文字描述或粘贴照片的方式记录。

# 课外阅读情况记录表

第一学期



我阅读的课外书目

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



说明：本表由学生根据实际情况填写。

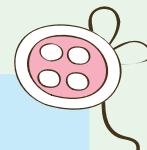


我向同伴荐好书

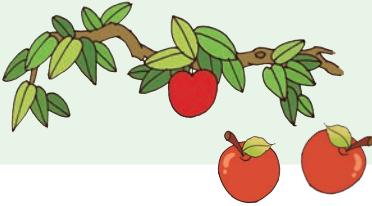
书名：

推荐理由：

分享阅读好方法



少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功。——杜荀鹤



## 收获园



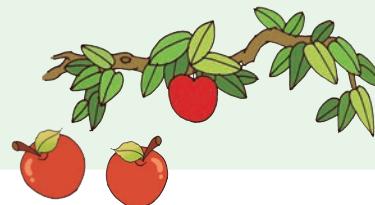
第一学期

班级、校级获奖记录		进步小档案
日期	内 容	
校级以上获奖记录		
日期	内 容	

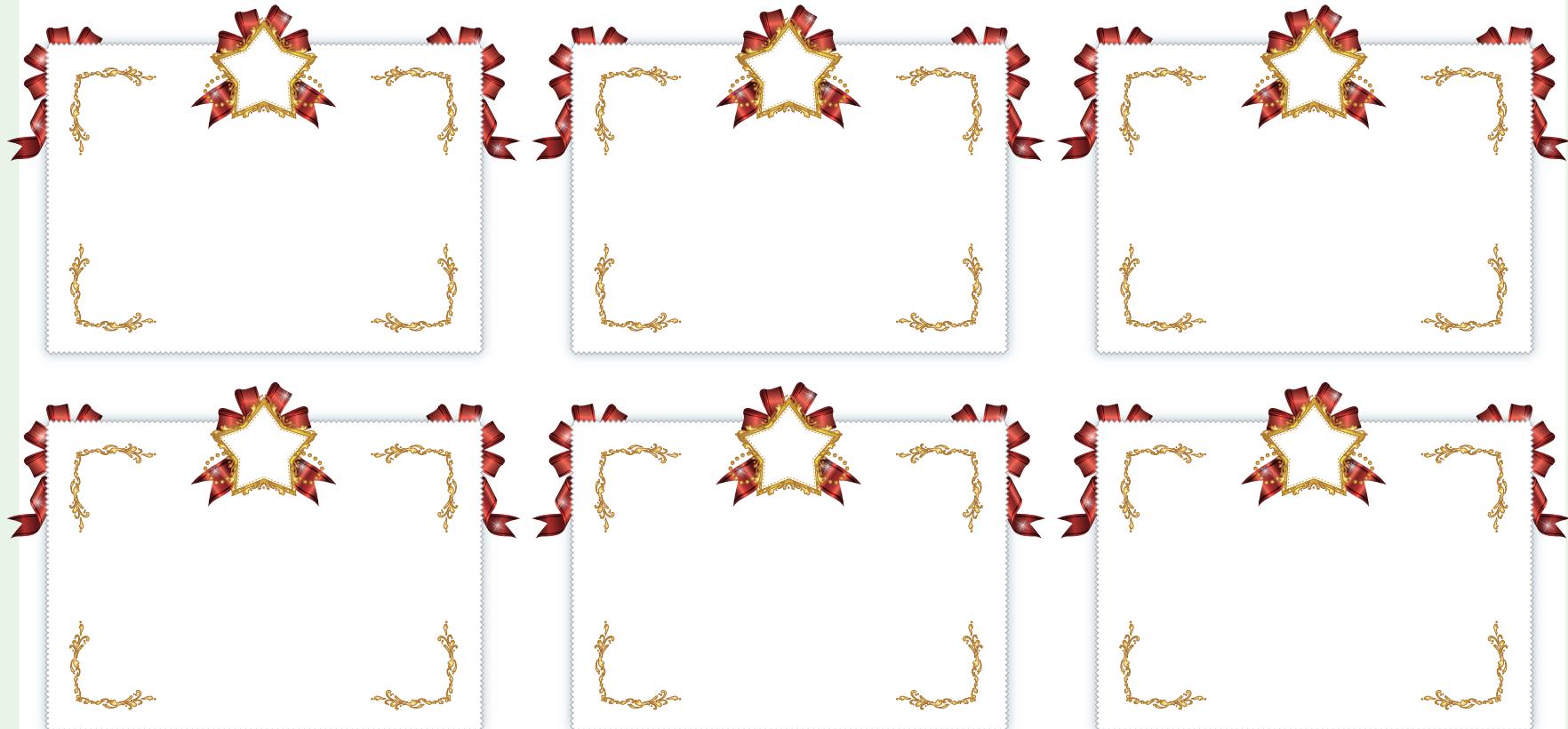
说明：由学生在获奖记录中填入本学期自己获得的奖项和获奖时间，在“进步小档案”栏目中记录自己取得的进步或创作的优秀作品等。



## 收获园



第一学期



说明：1. 由学生在奖状框内填写自己所得到的荣誉、证书、表扬信等，也可贴上原件的缩印件。  
2. 由教师在奖状框内登记学生在义务教育阶段写字等级考试（一级）中获得的等第。

百尺竿头立不难，一勤天下无难事。——钱德苍

爸爸妈妈的话

# 心灵沟通

第一学期



我来说一说

同伴的话

任课教师的话

班主任的话

说明：任课教师需在自己所写的话后注明所教的学科和填写日期。

桃李不言，下自成蹊。——司马迁



# 行为规范情况记录表

第二学期



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

1. 关心国家大事。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

2. 乐于当“小志愿者”。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

3. 在合作中共同成长。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

4. 乐于沟通，善于表达。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

5. 掌握必备的自救方法。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

6. 信守诺言，负责任。

说明：“他评”可以根据实际情况，由老师、同伴、家长或社区进行评价。

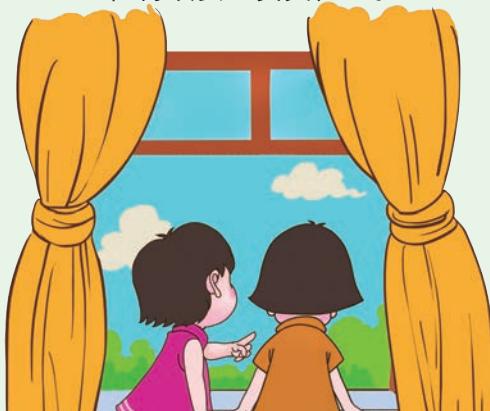
# 行为规范情况记录表

第二学期



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

7. 懂得欣赏、赞美他人。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

10. 合理膳食，坚持运动。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

8. 乐于助人，共同克服困难。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

11. 自觉遵守法律法规。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

9. 学会循环使用资源，保护环境。



自评 ☆ ☆ ☆ ☆ 他评 ☆ ☆ ☆ ☆

12. 关心社区，参加公益劳动。

数一数：本学期我一共给了自己\_\_\_\_\_颗☆，老师、同伴、家长和社区一共给了我\_\_\_\_\_颗☆。



# 道德与法治课程学习情况记录表

第二学期



学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评				
		一	二	三	四	基本常识			基本常识				
	考查内容					活动作业			活动作业				
	等第					行为表现			行为表现				
学习兴趣	考查内容								自评				
	乐于参与各项学习活动								☆☆☆☆				
学习习惯	能将课堂上学到的知识和本领运用到社会实践中去								☆☆☆☆				
	考查内容						自评		师评				
	课堂上认真倾听，积极思考						☆☆☆☆		☆☆☆☆				
	能和同伴交流信息、沟通意见，相互尊重和理解						☆☆☆☆		☆☆☆☆				
	能独自或与同伴合作开展学习，探究并尝试解决实际问题						☆☆☆☆		☆☆☆☆				
能主动参与力所能及的社会实践活动						☆☆☆☆		☆☆☆☆					

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“基本常识”“活动作业”“行为表现”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。



# 语文课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					期末考试		学期总评	
		一	二	三	四	基础知识		基础知识	
	考查内容					阅读			阅读
	等 第					表达			表达
						写字			写字
学习兴趣	考查内容					自 评			
	能主动提出问题，并努力解决问题					☆	☆	☆	☆
	能坚持每天进行课外阅读，在阅读过程中主动积累语言材料					☆	☆	☆	☆
学习习惯	考查内容					自 评	师 评		
	能认真倾听，能就不理解的地方向别人请教，就不同的意见与别人商讨					☆	☆	☆	☆
	能积极发言，大胆说出自己的感受和想法，乐于和同伴交流					☆	☆	☆	☆
	能根据需要与同伴合作完成学习任务，在合作中提出个性化见解，能与同伴分享学习成果					☆	☆	☆	☆
	按时完成作业，读写姿势端正，书写规范，并主动检查与订正；有预习、复习的习惯					☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“基础知识”“阅读”“表达”“写字”等；“期末考试”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等级制，评价等级通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。——《警世贤文》



# 数学课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					期末考试			学期总评		
	一	二	三	四	概念			概念			
	考查内容				计算			计算			
	等第				应用			应用			
学习兴趣	考查内容					自评					
	愿意探究数学问题，有好奇心并努力尝试解决问题					☆☆☆☆					
学习习惯	乐于运用所学数学知识，尝试发现并解决一些生活中的问题					☆☆☆☆					
	考查内容					自评		师评			
	课堂上善于倾听					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	独立思考，能在交流中简明、清晰地进行表达					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	能根据任务要求与同伴合作，在这一过程中善于吸纳他人观点，提出个性化见解					☆☆☆☆		☆☆☆☆			
	按时完成作业，能有条理地进行表达，主动检查与订正					☆☆☆☆		☆☆☆☆			

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“概念”“计算”“应用”等；“期末考试”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。



# 英语课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评						
		一	二	三	四	语音		语音							
	考查内容					词汇		词汇							
	等第					语法		语法							
						语篇		语篇							
	考查内容					自评									
学习兴趣	主动参与英语朗诵、英语歌曲或童谣演唱、英语游戏等活动					★★★★									
	在生活中主动、准确使用英语和别人打招呼					★★★★									
学习习惯	考查内容					自评			师评						
	能认真听讲并理解老师的课堂要求，积极发言					★★★★			★★★★						
	能准确模仿老师或录音中的语音、语调，能比较流利地朗读					★★★★			★★★★						
	能参与英语实践活动，尝试运用英语进行简单交流					★★★★			★★★★						
	能主动搜集一些英语学习资料，提高自己的语言能力					★★★★			★★★★						

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“语音”“词汇”“语法”“语篇”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

志合者，不以山海为远。——葛洪



# 自然(或科学与技术)课程学习情况记录表

第二学期



学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评			
	一	二	三	四	常识			常识				
	考查内容				实验			实验	<th data-kind="ghost"></th> <th></th>			
	等第				制作			制作				
	设计				设计			设计				
学习兴趣	考查内容					自评						
	乐于参加观察、实验、制作等活动，并积极表述发现的问题					☆☆☆☆						
	喜欢看科普书籍，主动运用所学的科学知识、技能与方法解决生活中的问题					☆☆☆☆						
学习习惯	考查内容					自评			师评			
	能遵守课堂规范，安全、正确地使用实验器材与工具					☆☆☆☆			☆☆☆☆			
	能口头或书面表达观察、实验、制作等活动的过程和结果，并能与同伴开展交流与评价					☆☆☆☆			☆☆☆☆			
	能与同伴合作进行简单的观察、实验、制作等活动，能根据问题和实际条件设计方案					☆☆☆☆			☆☆☆☆			
	能用简单的文字、图表记录观察、实验、制作等活动的过程和结果					☆☆☆☆			☆☆☆☆			

- 说明：1. “学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“常识”“实验”“制作”“设计”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。
2. 选择自然课程的学生根据自然课程的学习情况填写；选择科学与技术课程的学生根据科学与技术课程的学习情况填写。



# 体育与健身课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评		
	一	二	三	四			健身体能			健身体能		
	考查内容						健身技能			健身技能		
	等第										<td></td>	
学习兴趣	考查内容					自 评						
	能主动展示自己喜爱的健身项目，交流体育故事					☆ ☆ ☆ ☆						
	主动参加课外、校外体育活动，坚持每天体育锻炼一小时					☆ ☆ ☆ ☆						
学习习惯	考查内容					自 评			师 评			
	课堂上认真学练					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能用正确的方式演示所学动作，并与同伴交流运动体验					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能与同伴合作学练并互相评价					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			
	能自觉遵守体育活动规则					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆			

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“健身体能”“健身技能”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

天行健，君子以自强不息。——《周易》



# 音乐课程学习情况记录表



第二学期

学业 成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评		
	一	二	三	四			音乐常识			音乐常识		
考查内容							唱			唱		
等 第							奏			奏		
	考查内容						自 评					
学习兴趣	能主动表演自己喜爱的歌曲和乐曲，交流音乐故事						☆	☆	☆	☆		
	主动参加课内外文艺活动						☆	☆	☆	☆		
	考查内容						自 评			师 评		
学习习惯	专注聆听音乐						☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能用正确的方式演唱、演奏，并与同伴交流音乐内涵体验						☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能与同伴合作学习音乐并互相评价						☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能用适合的节拍、速度、音色、音量协同开展音乐表演						☆	☆	☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“音乐常识”“唱”“奏”“演”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等级制，评价等级通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。



# 美术课程学习情况记录表

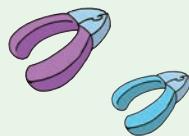


第二学期

学业成果	日常学习情况					特长记录	期末考查			学期总评	
	一	二	三	四			造型表现				
	考查内容						设计应用				
	等 第						欣赏评述				
学习兴趣	考查内容					自 评					
	能主动绘制并展示自己的作品，交流美术学习感受					☆ ☆ ☆ ☆					
	主动参加课外、校外美术活动					☆ ☆ ☆ ☆					
学习习惯	考查内容					自 评			师 评		
	专注倾听讲解，正确、安全使用学具					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能用美术语言表达想法或观点，并与同伴交流对作品的看法					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	能与同伴合作学习美术并互相评价					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		
	乐于用美术语言与美术技能表达情感与想法					☆ ☆ ☆ ☆			☆ ☆ ☆ ☆		

说明：“学业成果”栏（“特长记录”除外）由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“造型表现”“设计应用”“欣赏评述”等；“特长记录”由学生填写自己感兴趣并擅长的方面，获奖或其他相关证书可以不作为填写依据；“期末考查”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定，“学期总评”一栏填写综合评价结果；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀（A）”“良好（B）”“合格（C）”“须努力（D）”。

事必有法，然后可成。——朱熹



# 劳动技术课程学习情况记录表



第二学期

学业成果	日常学习情况					期末考查			学期总评		
		一	二	三	四	需求设计			需求设计		
	考查内容					加工制作			加工制作		
	等 第					改进创新			改进创新		
学习兴趣	考查内容					自 评					
	能发现日常学习、生活中的技术问题，并尝试解决					☆	☆	☆	☆		
	乐于运用掌握的技术，参与学校的劳技活动					☆	☆	☆	☆		
学习习惯	考查内容					自 评	师 评				
	遵守课堂规范，能正确、安全、合理地使用手工工具					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能运用语言、文字、简单的图示对设想和劳技作品进行描述或介绍					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能根据设想及使用情况对自己的作品进行评价，并能倾听他人的意见					☆	☆	☆	☆	☆	☆
	能识读简单图样，并利用工具安全、有效地对材料进行加工或制作简单作品					☆	☆	☆	☆	☆	☆

说明：“学业成果”栏由教师填写。日常学习的“考查内容”由任课教师根据学科情况自拟，如“需求设计”“加工制作”“改进创新”等；“期末考查”和“学期总评”分模块填写，是否进行综合评价由任课教师自定；评价采用等第制，评价等第通常分为“优秀(A)”“良好(B)”“合格(C)”“须努力(D)”。

# 拓展型课程与探究型课程学习情况记录表

第二学期



类型	学习内容	学习时间	学习地点	收获情况	我还想学习 / 探究的问题
拓展型 课程				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
探究型 课程				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	
				☆ ☆ ☆ ☆	

说明：本表主要记录拓展型课程与探究型课程中没有被安排在“快乐活动日”中的学习活动情况，由学生在教师的指导下填写。

积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉。——《荀子》



# 快乐活动日情况记录表



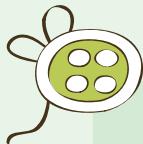
第二学期

日期	活动主题	活动地点	活动表现		
			兴趣指数	收获指数	精彩瞬间
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	时间： 内容：
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	
			☆☆☆☆	☆☆☆☆	

- 说明：1. 本表主要记录学校按照上海市教育委员会关于小学每周开展半天“快乐活动日”的要求开展活动的情况，由学生在教师指导下进行记录。  
 2. “快乐活动日”的内容包括学校统一组织的班团队活动、体育活动、社区服务和社会实践、专题教育等限定拓展活动以及兴趣活动、社会调查、参观考察等自主拓展活动。  
 3. “精彩瞬间”栏的“内容”由学生用文字描述或粘贴照片的方式记录。

# 课外阅读情况记录表

第二学期



我阅读的课外书目

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



说明：本表由学生根据实际情况填写。

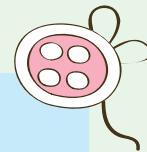


我向同伴荐好书

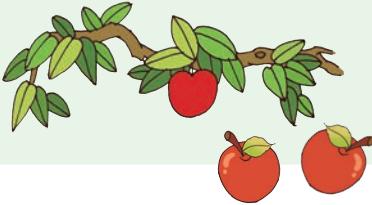
书名：

推荐理由：

分享阅读好方法



少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功。——杜荀鹤



## 收获园



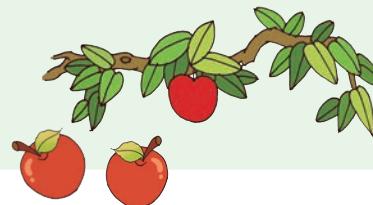
第二学期

班级、校级获奖记录		进步小档案
日期	内 容	
校级以上获奖记录		
日期	内 容	

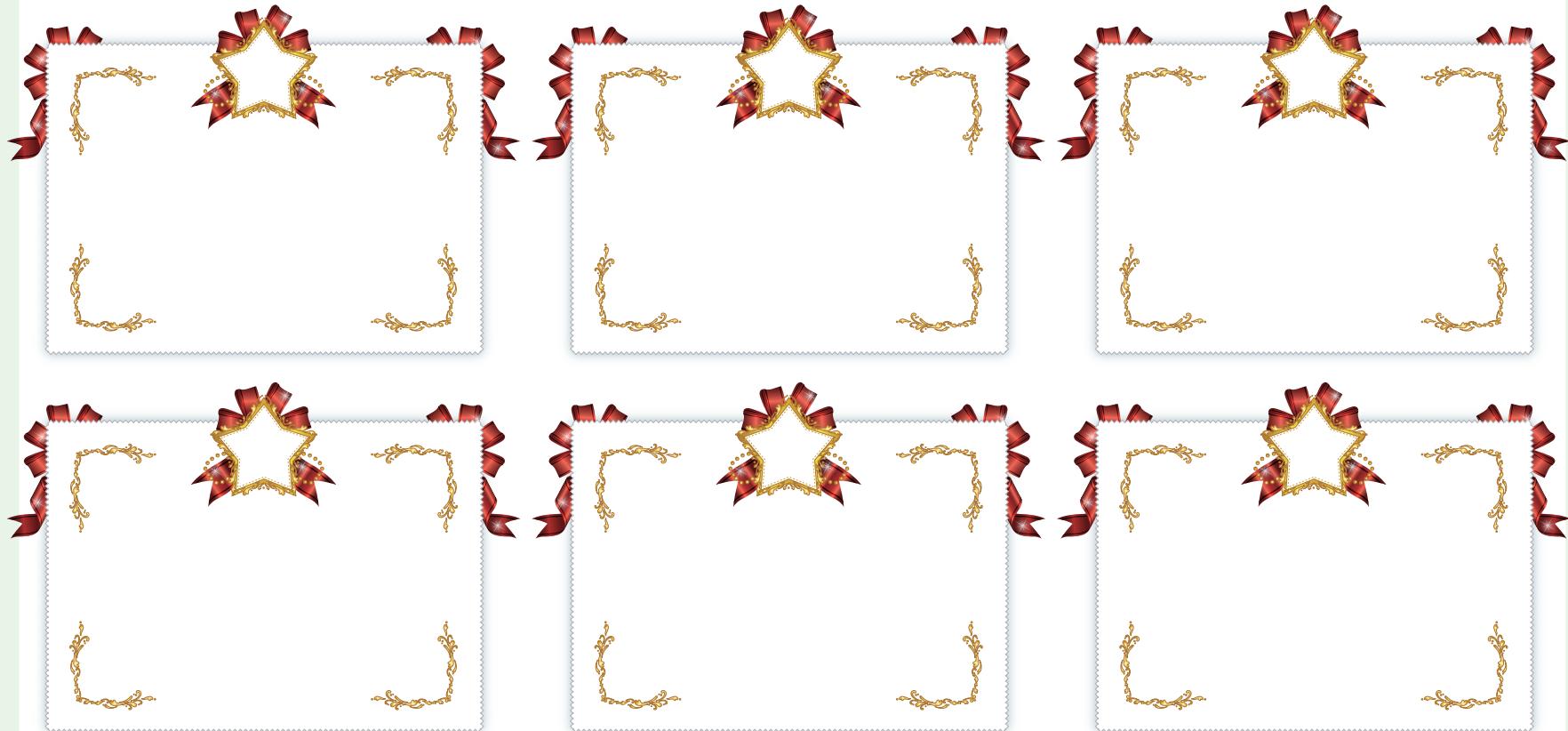
说明：由学生在获奖记录中填入本学期自己获得的奖项和获奖时间，在“进步小档案”栏目中记录自己取得的进步或创作的优秀作品等。



## 收获园



第二学期



说明：由学生在奖状框内填写自己所得到的荣誉、证书、表扬信等，也可贴上原件的缩印件。

百尺竿头立不难，一勤天下无难事。——钱德苍

爸爸妈妈的话

# 心灵沟通

第二学期



我来说一说

同伴的话

任课教师的话

班主任的话

说明：任课教师需在自己所写的话后注明所教的学科和填写日期。

桃李不言，下自成蹊。——司马迁





# 《国家学生体质健康标准》达标情况记录表



测试日期	测试项目	测试值	合格标准(五年级)	
			男	女
月 日	体重指数(千克/米 <sup>2</sup> )		14.4—21.4	13.8—20.5
月 日	肺活量(毫升)		1300	1050
月 日	50米跑(秒)		10.8	11.1
月 日	坐位体前屈(厘米)		-2.6	2.0
月 日	1分钟仰卧起坐(次)		18	18
月 日	1分钟跳绳(次)		56	58
月 日	50米×8往返跑(分·秒)		2'18"	2'23"

视力(标准对数视力表)(月 日)

左眼: \_\_\_\_\_ 右眼: \_\_\_\_\_

特别告知:

家长签名:

说明: 1. 建议由教师填写表格。

2. 体重指数(BMI)=体重(千克)/身高<sup>2</sup>(米<sup>2</sup>)。

3. 如学生有心脏病、癫痫、哮喘等疾病, 家长希望提醒学校注意的, 请在“特别告知”中写明并签名。



# “红领巾奖章”争章活动获章记录



	基础章			特色章					
	章名	评核		章名	评核		章名	评核	
		达标	超标加星		达标	超标加星		达标	超标加星
第一学期	信息章								
	健身章								
第二学期	手拉手章								
	五星红旗章								

- 说明：1. “基础章”主要反映少先队员必须具备的品德、能力和行为习惯，具体达标要求见五年级《“红领巾奖章”争章手册》。
2. 应在小辅导员、中队辅导员的共同指导下，由少先队中、小队评核少先队员获章情况。
3. 评核后如达标，由辅导员在“达标”栏中加盖相应奖章；如超标，则在“超标加星”栏中加盖相应星数。
4. “特色章”由少先队员自主选择设章，可设五年级《“红领巾奖章”争章手册》中推荐的特色章，也可设校本章、中队特色章或社团兴趣章等。

口言之，身必行之。——《墨子》



# “红领巾奖章”争章活动获章记录



获得星级章 情况记录	章 名	评定审核单位	获章日期
其他获章记录	获章名称	授章单位	获章日期

说明：本表由中队辅导员指导学生填写。



经上海市教材审查和评价委员会审查  
准予使用 准用号 SD-XX-2024009

## 上海市学生成长记录册

(小学五年级)

主编 王 焰

华东师范大学出版社出版

(上海市中山北路 3663 号, 邮政编码 200062)

上海新华书店发行

上海中华印刷有限公司 印刷

开本 787×1092 横 16 开 印张 2.75

2019 年 7 月第 1 版

2024 年 8 月第 4 次印刷

ISBN 978-7-5675-9403-6

定价: 3.15 元

全国物价举报电话: 12315



绿色印刷产品

此书如有印、装质量问题, 请径向本社调换
华东师范大学出版社电话: 021-60821711

ISBN 978-7-5675-9403-6



9 787567 594036 >