

中学生综合素质自我评价（精选 24 篇）

中学生综合素质 篇 1

本人能自觉遵守中学生守则，积极参加各项活动，尊敬师长，与同学和睦相处，关心热爱集体，乐于帮助别人，劳动积极肯干，自觉锻炼身体，经常参加并组织班级学校组织的各种课内外活动。

本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力。

有学习的愿望与兴趣，能运用各种学习方式来提高学习水平，有对自己的学习过程和学习结果进行反思的习惯；能够完成规定的物理、化学、生物等学科的实验操作；能够结合所学不同学科的知识，运用已有的经验和技能，独立分析并解决问题；具有初步的研究与创新能力。

无论过去是失败还是成功。忘记以前的成功与失败，我们只需要把经验和教训铭刻于心。要有进步的决心，千万不要骄傲，应该再接再厉，争取取得更好的成绩，取得更大的进步。应该振奋精神，争取迎头赶上。

三年来，学习上我严格要求自己，注意摸索适合自己情况的学习方法，积极思维，分析、解决问题能力强，学习成绩优良。中学生综合素质自我评价大全中学生综合素质自我评价大全。遵纪守法，尊敬师长，热心助人，与同学相处融洽。我有较强的集体荣誉感，努力为班为校做好事。作为一名团员，我思想进步，遵守社会公德，积极投身实践，关心国家大事。在团组织的领导下，力求更好地锻炼自己，提高自己的。

中学生综合素质自我评价 篇 2

我在校热爱祖国，尊敬师长，团结同学，乐于助人，是老师的好帮手，同学的好朋友。我学习勤奋，积极向上，喜欢和同学讨论并解决问题，经常参加班级学校组织的各种课内外活动。我在学习方面具备较强的逻辑思维和判断能力，对事情认真负责，为人坦诚、自信、乐观、处事冷静，人际关系良好，具有一定的创新意识和创造能力。

我有民族自尊心、自豪感、积极参加升旗活动，能尊重国旗、国

徽，自觉唱国歌。比较关心时事政事，比较关心家乡发展，能够学好的方教课程。能够遵守《中学生日常行为规范》，能够自觉遵守公共秩序和交通法规，能很好爱护公共设施不做损人利己的事，能做到不说谎，不抄袭及步作弊，认真对待自己。能做到言行举止文明，穿戴朴素大方。我热爱体育，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。

中学生综合素质自我评价 篇 3

在学校里，我尊敬老师，团结同学，乐于助人，积极参加集体活动，爱护公物，能自觉遵守中学生守则，不迟到，不早退。我明确学习目的、端正学习态度。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。积极培养动手能力、应用能力和创造能力。

体育的成绩上,经过锻炼有所进步,但还不是很优异.所以还是要加把劲才行.在家里我会帮助家里人做家务，勤劳节俭。

总结三年来失败的经验，以及老师和家长的建议和教导，我会继续发扬自己的优点，改正自己的不足。

中学生综合素质自我评价 篇 4

时光如梭，转眼即逝。在学习上我严格要求自己，后很强的分析能力，成绩优异。我喜欢交朋友，有很强的交际能力。同时，我还具有创新意识和合作精神，因为我始终相信，朋友对一个人至关重要。作为一名团员，我首先思想先进，积极投身实践，时刻准备为祖国奉献一分力量。开朗的我积极参加各种活动，学校举行的演讲比赛、

“同一首歌”等活动，我都积极参加。我还在爱心捐赠活动中感受到了情感的意义。在课外，我和同学一起参加搞研究性学习，在顺应时代的前提下，探讨了我最感兴趣的课题，这对我来说一样重大，因为它使我了解了社会，体验了社会。其他方面，由于兴趣爱好，我参加了运动会，足球，篮球比赛，为班级争光。三年的学习生活，使我增长了知识，提高了素质，培养了全方面的能力，这为我以后贡献社会打下了坚实的基础。当然，我也发现我的不足，吃苦精神不够，韧劲欠缺。当然，我会努力完善我，用全新的面貌去应对新的挑战。作为，跨世纪的新一代，我即将告别中学时代的酸甜苦辣，迈入高校寻

找另一片更加广阔的天空。在这，我将更加努力，也以次书写人生的篇章中最光辉的一页。

中学生综合素质自我评价 篇 5

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，书山有路勤为劲，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。

中学生综合素质自我评价 篇 6

本人热爱祖国，热爱人民，拥护中国共产党的领导。

我认真学习，态度明确。作为一名学生，最重要的就是要把书读好。所以我上课专心听讲，课后及时完成作业并进行预习和复习。遇到问题时总是能及时向同学和老师请教，并善于总结经验，也尽自己的力去帮助别人。

我自觉地遵守学校和宿舍的各项，注意卫生，爱护公物，尊敬老师团结同学。与周边的人和睦相处。参加了长跑活动、植树活动、青年志愿者活动、舒肤佳产品的调查、义务家电维修和义务家教服务等校、班组织的各种活动。我乐于助人，总是尽力帮助在学习和生活需要帮助的同学。

生活在这样的环境下，我觉得自己很幸福，我觉得自己的幸福来自社会，所以自己也要报答社会。生活在一个集体中，就要有广阔的胸襟和博大的胸怀。要让自己的生活更有意义，生活要有规律，要有远大的理想和追求。人活在这个世界上就要有信念，坚持了信念就能活得更有意义。

现在我还存在着不足。我要提高自身修养，淡泊名利，保持清醒的头脑和自由的思想，不被物欲横流的社会所迷失方向。

中学生综合素质自我评价 篇7

我是 x 中学的一名应届毕业生。我性格开朗、办事稳重、善于思考、自学能力强，易于接受新事物。我的基础知识扎实、实验操作技能强。是一名符合时代要求的毕业生。作为即将踏入大学旅程的莘莘学子，我满怀热情与追求，期待成功。高中三年来，思考、书籍和社会实践使我不断走向成熟，对知识的渴望，对理想的追求，人际关系的扩展，思维方式的变更，造就了我日趋成熟的思想，培养了我务实进取、认真负责的工作作风和良好的团队精神。

★在思想方面：我积极上进，笃守诚、信、礼、智的做人原则，思想积极要求进步。

★在社会工作方面：我历任班长管等职务，长期为同学们服务，参与组织了各项有益活动，培养了较强的策划、组织、协调、管理和创新能力以及吃苦耐劳的精神。

★在业余方面：我充分发挥在音乐方面的个性特长，积极参加了校园各项文艺活动，活跃在校内的各种文艺舞台上。此外，擅长打排球等各种球类，担任过长时间的排球队长，参加了历年的班级各种比赛。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，本人坚信通过不断地学习和努力，使自己成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的学生，以优异的成绩迎接挑战，为社会主义建设贡献我毕生的力量。

时光如梭，转眼即逝，当毕业在即，回首三年学习生活，历历在目：

三年来，学习上我严格要求自己，注意摸索适合自己情况的学习方法，积极思维，分析、解决问题能力强，学习成绩优良。

我遵纪守法，尊敬师长，热心助人，与同学相处融洽。我有较强的集体荣誉感，努力为班为校做好事。作为一名团员，我思想进步，遵守社会公德，积极投身实践，关心国家大事。在团组织的领导下，力求更好地锻炼自己，提高自己的，提高自己的思想觉悟。

性格活泼开朗的我积极参加各种有益活动。高一年担任语文科代表，协助老师做好各项工作。参加市演讲比赛获三等奖。主持校知识

竞赛，任小广播员。高二以来任班级文娱委员，组织同学参加各种活动，如：课间歌咏，班级联欢会，集体舞赛等。在校文艺汇演中任领唱，参加朗诵、小提琴表演。在校辩论赛在表现较出色，获“最佳辩手”称号。我爱好运动，积极参加体育锻炼，力求德、智、体全面发展，校运会上，在 800 米、200 米及 4×100 米接力赛中均获较好名次。

三年的高中生活，使我增长了知识，也培养了我各方面的能力，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。

中学生综合素质自我评价 篇 8

一、道德品质与公民素养

本人叫，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。

我从小养成了一个习惯。每当在电视里看到国旗升起的时候，就情不自禁地起立敬礼。曾当国旗升起，国歌奏响后，我的内心就充满了自豪感，每天的新闻联播是我必看的内容。

学习之余，坐在车里，观看家乡的夜景，是让我最放松的一件事，这几年家乡的变化太大了，立交桥，景观大道，休闲广场，人们的生活环境越来越好了，我热爱祖国，热爱家乡，一定努力学习，争取为祖国和家乡的发展多做一份贡献。

我是一名中学生，平时的一言一行我都能按照《中学生日常行为规范》的要求去做，对学校的规章制度能够严格遵守，课余时间外出，能够遵守公共秩序及交通法规，对公共设施能够爱护，外出坐车我会主动给有需要的人让座或帮助他们。在劳动课上也从不偷懒。

在家里，经常帮助家长做家务，比如洗碗筷，擦地，修理一些简单毛病的电器，家里的电脑中病毒后从作系统等，父母工作忙，不在家时，可以做一些简单的饭菜，帮助表弟表妹学习，爸爸工作忙，家里的力气活，都是我帮妈妈干。

在学校和同学相处能够以诚相待，信守承诺，平时不管学习多忙，只要同学求我帮忙的事，我都会答应他们。比如他们组织的特色班会，需要我客串的，或需要我帮忙找的材料，我都会认真准备。

能够主动帮助老师组织各种活动，有一定的组织能力，各科老师都把我当成是他们的帮手。

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。

二、学习态度与能力

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。

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。

三合作交流与探索

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。

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。

四、运动与健康

平时注意锻炼身体，喜欢打篮球，乒乓球，游泳等，会骑自行车，有时早上会和爸爸骑赛车在环路绕一圈。在班级任体委，经常组织同学和其它班级同学打比赛。活动中同学之间产生矛盾能够帮忙调节，遇事冷静，不冲动。

五、审美与表现

学习之余喜欢听交响乐，爵士乐。喜欢相声，曾参加过学校艺术节。

初中三年我学到了很多知识，学习能力和方法有了很大的提高，在各种活动中也锻炼了自己的组织能力和协调能力。但是我也深刻认识到自己有一些不足，在学习中还是容易马虎。我一定会克服自己的缺点，每一件事情都会做的更好，做一个对国家对社会贡献大的人。

中学生综合素质自我评价 篇 9

在放假期间,如果有条件的话,我想与同学做一次旅游,旅游会开阔我的眼界,我想让我领略一些在原来的地方领略不到的东西。

无论做些什么,只要在假期结束的时候,自己回想起来觉得没有白过,过得充实,对自己有意义就行了。能留下点回忆,比什么都好,丰富自己的人生经验.我的假期是这样的:在这一学期报班填补不足.再提前学习新课程.

中学生综合素质自我评价 篇 10

今后我一定发扬成绩,克服不足,争取更大进步。我不断的挑战自我、充实自己,为实现人生的价值打下坚实的基础。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来,本人坚信通过不断地学习和努力,使自己成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的学生,以优异的成绩迎接挑战,为社会主义建设贡献我毕生的力量。

我要做好五个心:一,是收心.把暑假的以玩为主的生活方式转变为以学为主的生活方式.二,是决心.我要在新学期伊始下就下定决心使自己的人生有一个美好的开端.三,是恒心.在学习上要下功夫,持之以恒,战胜困难.四,是爱心.不仅要提高学习,同时还提高品德修养.尊敬老师,团结友爱,互相互爱,孝敬父母.五,是用心.用心做人,做学问.

中学生综合素质自我评价 篇 11

随着一年初中生活的结束,我在一步一步走向成熟,我是一个比较内向的学生,但是很热爱学习,无论何时你看到的我总是个学习努力,积极探索,不怕困难的人。我对待学习一丝不苟,端正的学习态度是我有很好的精神面貌,受到老师和同学的一致好评。

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娱活动？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。但我也有好些不足的地方。

在一年的学习生活中，同学们有时向我提出一些疑难的问题时，我觉得还不够耐心地向他们讲解态度也不够热情。有时看到某些同学做坏事、结群斗殴也不敢大胆揭发等。这些都是我在过去的一年里表现不够的地方。以后我决心把这些不足的缺点纠正过来，做一名品学兼优的初中学生。

中学生综合素质自我评价 篇 12

随着时光流逝，初一生活就要结束，在过去的一年中我快乐的成长，慢慢的进步，不知不觉长大了许多，成熟了许多。我认真的学习，不放过学习上的缺点，从学习中获得知识和乐趣，也在学习中思想得到升华，取得了较优异的成绩，得到了老师认可，能有善良，宽容，从心里包容别人。待人柔切友善，帮助同学解决生活学习中的困难，

和同学关系非常融洽，在运动会中也表现出色，为班级做出贡献。

本人在校热爱祖国，尊敬师长，团结同学，乐于助人，是老师的好帮手，同学的好朋友。我学习勤奋，积极向上，喜欢和同学讨论并解决问题，经常参加班级学校组织的各种课内外活动。

在家尊老爱幼，经常帮爸爸妈妈做家务是家长的好孩子，邻居的好榜样。本人能自觉遵守中学生守则，积极参加各项活动，尊敬师长，与同学和睦相处，关心热爱集体，乐于帮助别人，劳动积极肯干，自觉锻炼身体，经常参加并组织班级学校组织的各种课内外活动。本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力。

初中一年我学到了很多知识，思想比以前有了很大的提高，希望以后能做一个有理想，有抱负，有文化的人，为建设社会主义中国做出自己的努力。当然我也深刻认识到自己的不足，有时候做事情会只有三分钟热血，我相信只要克服这些问题，我就能做的更好。

中学生综合素质自我评价 篇 13

三年的时光如流水一般匆匆逝去，回首往事，在这多姿的季节里，我取得了一些成绩，在往后的日子里，希望我能做得更好。

我热爱祖国，衷心拥护党的领导，关心时事政治，思想健康进步。自觉遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，具有较强的集体荣誉感，热爱劳动，先后担任过班级的体育委员和宣传委员，能以一名团员和班干部的标准要求自己，团结同学，配合老师工作，任职期间获得了老师和同学的一致好评。

我勤学好问，在高中三年学习生活中取得了较大进步，并做到了各科的均衡发展。在完成课业学习任务的同时，我积极参加了化学学科的夏令营和竞赛活动，拓宽了自己的课外知识面。

我具有一定的组织才能，高一时曾成功地主持了一次主题班会，在全校性评比中获得了第一名。我爱好书法，具有一定的基础，曾在高二年学校组织的“迎香港回归书法现场表演赛”中获三等奖，我创作的黑板报也曾在学校举办的黑板报设计比赛中获优秀奖。

我爱好文学，先后担任《青年文学报》和《南国诗报》的特约记者和撰稿人，一些文学作品也曾在报上发表。高三学生。高一、高二

-理-员。课外知识丰富，曾在高二下学期学校举办的“迎香港回归知识竞赛”中获得第一名。

在体育方面，我爱好球类运动，达到了国家规定的体育锻炼标准。高一年在校田径运动会上曾获得了男子乙组跳高比赛第三名。高二年时，我参加校健美体操队并代表学校参加了全省中学生运动会健美操比赛，获得了团体第五名，为学校赢得了荣誉。

当然，我也存在一些缺点。例如：在学习上刻苦钻研精神还较欠缺，花在学习以外的时间相对较多，对自己的要求没能定在一个较高的位置。但是我仍然具有一定的潜力，若能够进一步努力，我相信自己的综合实力还会再上一个层次。以上是我对自己高中三年学习生活的总结。面对过去，展望未来，我一定要用自己的努力和汗水使自己的明天变得更加辉煌，更加美好。

篇 14

在学习中寻找乐趣，在生活中发现自我，学习生活就是发现自我寻找快乐的地方，所以我端正学习态度，如饥似渴的允吸着学习的水分，把学习当作我的朋友，同学习作伴不怕艰险，刻苦奋斗，学习就是我一生所需的精神食粮。

本人能自觉遵守中学生守则，积极参加各项活动，尊敬师长，与同学和睦相处，关心热爱集体，乐于帮助别人，劳动积极肯干，自觉锻炼身体，经常参加并组织班级学校组织的各种课内外活动。

本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力。

有学习的愿望与兴趣，能运用各种学习方式来提高学习水平，有对自己的学习过程和学习结果进行反思的习惯；能够完成规定的物理、化学、生物等学科的实验操作；能够结合所学不同学科的知识，运用已有的经验和技能，独立分析并解决问题；具有初步的研究与创新能力。

无论过去是失败还是成功。忘记以前的成功与失败，我们只需要把经验和教训铭刻于心。要有进步的决心，千万不要骄傲，应该再接再厉，争取取得更好的成绩，取得更大的进步。应该振奋精神，争取迎头赶上。

方法，积极思维，分析、解决问题能力强，学习成绩优良。遵纪守法，尊敬师长，热心助人，与同学相处融洽。我有较强的集体荣誉感，努力为班为校做好事。作为一名团员，我思想进步，遵守社会公德，积极投身实践，关心国家大事。在团组织的领导下，力求更好地锻炼自己，提高自己的。

时光如梭，转眼即逝，当毕业在即，回首三年学习生活，历历在目：三年来，学习上我严格要求自己，注意摸索适合自己情况的学习方法，积极思维，分析、解决问题能力强，学习成绩优良。

篇 15

2、我的发展目标：这学期，我要着力为即将到来的高三学习打好基础、做足准备。在语文方面，注意在课堂上紧跟老师思路，做好详实的笔记并在课后及时复习。在数学学习上，按时按量完成老师布置的习题，遇到疑难时及时请教老师。对于英语，着重进行积累。在史地政上，做好课后巩固、理清概念。相信我一定能以一个非常好的姿态去迎接高三！

3、思想道德自我评价：我认为自己通过生活实践，以养成了好的人生观、世界观和价值观。在日常的学习生活中，尊敬师长、热爱同学。在学校时遵守各种规章制度，在家中帮助父母做力所能及的家务活，是一个有理想、有道德、有文化、有纪律的好少年。

4、合作与交流自我评价：有较好的合作与交流能力，在学习生活上能与同学、老师、家长进行良好的交流、合作，相互交换意见与看法，相互促进、共同进步。遇到不懂的问题会及时向老师同学请教，在生活上遇到困惑会与他人进行交流，通过各种方式锻炼自己的合作与交流能力。

5、学业情感自我评价：我认为自己对待学习有良好的态度，具有刻苦钻研的精神。对各门学科都具备较高的探知欲，课上认真听讲、课下按时完成老师布置的各项作业。面对学习中遇到的困难，想尽办法通过多种方式解决。学习态度端正，十分热爱学习。

6、运动与健康自我评价：身体健康状况良好，能积极主动的参加

听从体育老师的安排，达到课标要求。平时的学习生活中，能够主动地抽出时间进行锻炼（每天下午坚持跑步等）强健体魄，为紧张的学习生活打好身体基础。

7、审美与表现自我评价：;平日里能积极主动参加体育锻炼，听从体育老师的安排进行锻炼，使自己拥有更加健康的体魄。

8、社会实践活动评价：我认为自己能积极主动、按时按量的完成分配到的社会实践任务。按照任务要求，在小组内与其他组员进行讨论，随后整理出所需数据，并及时向组长汇报。在进行社会实践的过程中，我的合作与交流能力都有所提高，同时进一步加深了对社会的了解，在多方面使自己的能力有所提高。性格开朗大方，对待同学主动热情、对待老师尊敬有礼。9个性与发展基本情况：在学校刻苦学习、积极主动的参加学校组织的各项活动;在家中能利用休息时间帮助父母做力所能及的家务劳动。面对生活学习上的困难，能乐观面对，努力寻求方法解决。总体看来，个性与发展基本状况较好。

篇 16

在努力提高自己学校成绩的基础上，我大量阅读课外书籍，广泛地涉猎各领域的知识，包括世界历史、哲学、外国文学等等。音乐是我最痴迷的兴趣爱好，达到了钢琴七级水平的我，在高中开始学习弹奏吉他。同时，我开始大量接触上世纪后期的欧美流行音乐，并且对听过的音乐进行整理和分类。从中我不仅放松了身心，也找到了许多历史的积淀与文化的传承。虽然我没有因此获得金钱与荣誉，但在与音乐互动的过程中，我获得了心灵的共鸣，陶冶了情操，感到自己付出的时间是完全值得的。

除此之外，我对篮球运动也有着浓厚的兴趣，无论在电视上收看，还是亲自参加体育锻炼，我都积极参与。这项运动培养了我的判断力、大局观和上进心。高二时，我代表班级参加了学校的篮球比赛。

在这三年中，我用知识充实了头脑;但更重要的是，我用美德完善了自己的人格，在学习和生活中，我体会到了团队协作与诚信待人的重要性，而高中的时光也将在我的人生路上留下最美好的回忆。

中学生综合素质自我评价 篇 17

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/387020116141006036>