

# 生涯规划班会教案 有趣班会设计方案班会活动设计方案(模板7篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 生涯规划班会教案篇一

新学期、新打算

二、活动主题

道德规范教育，遵纪守法教育

三、活动目的

- 1、新学期新的要求，统一思想，统一认识。
- 2、强化常规管理。
- 3、重申遵纪守法的重要性。

四、活动步骤

1、活动准备

- (1)、部分同学准备发言材料，总结初中学习生活的得与失
- (2)、新学期计划

2、活动实施

## (1)、班长主持会议(开场白)

回望着身后我们共同留下的那串印记，不由得让我们的脑海中泛起一阵微波，在那倾注了我们太多欢乐，太多泪水的日子里，我们渡过了美好的初中时光。在新的学期里，我呼唤所有的班委及团员能尽自己的努力来维持班级的氛围，我坚信同学们会把最新的气象展现出来，在新的学期里，我坚信我们高一年级289班会做的更好，让我们共同努力，共同改变，共同完善我们的这个集体吧，力争让我班的明天，有一个更大的飞跃！

## (2)、同学代表发言，总结初中学习生活的得与失，并谈谈新学期的打算

学生a[]时光飞逝，转眼间初中已经过去了，在过去的一年里，我学到了很多知识，不论是优点，还是不足，都始终伴随着我成长，有很大的进步，也取得了比较优异的成绩，我认为优异的成绩是与老师的辛苦和我的努力付出分不开的，但我也有的不足的地方，那就是有的时候上课走神，因此听课效率不高，但在今后，我会改正这个缺点。这学期我会更加努力，争取再创佳绩。

学生b[]在初中升学考试中，与我平时的成绩相比自己取得了一定的进步。名次也有提升。但在不同的学科上，我还存在着各种各样的问题。对于英语这一学科，我感到有难度的地方是完型填空方面。对于句子的结构以及词性不太了解，以至于在这一大题方面丢了许多分。另外在写作方面，我总忽视时态问题，对于动词的变形不太在意，因此，失分很多。在新学期，我应该对这两方面进行大量的专项练习，来提高我的英语成绩。

学生c[]时间飞逝，初中已经结束了，初中生活让我取得了十分喜人的进步。在学习方面，中考成绩是的见证，比过去的成绩有很大的提高。在班务管理方面，我希望我们共同做到

以下方面：上课不说话，按时完成作业，不与同学发生矛盾，不乱扔废纸，课间多议论学习，多向老师提问，多积极做值日，多主动帮老师做事。

学生d□初中的生活已经结束了，紧张的新学期即将开始。我还存在着许多不足的地方，例如上课不能够专心听讲，经常走神，等到想起来学习时，已经来不及了。回到家里，只是满足于写完作业，所以导致最终考试的失败。究其原因，是对基础知识掌握不扎实，练习太少，对公式不熟悉无法灵活运用。这些缺点都是可以避免的，新学期，我们需要面对很大的压力，但我一定会尽我努力，在学习与生活中表现我的一面！

### (3)、班主任总结，提出要求和希望

本次班会课开展得非常成功，各位同学都勇于发言，说出了自己的心声，同学们新学期的打算也很好，我希望同学们要行动起来，用双手掌握自己的命运，用自己的行动来实现自己的梦想。我们都是新时代的中学生，就要说到做到，那么，把握今天，让我们把明天建设得更加美好！

结束语(班长)：

这是一节有意义的班会，许多同学都说了自己新学期的打算并订了适合自己的计划，在这同时，我也感到了时间的紧迫，若不能珍惜时间，将会被社会抛弃，丧失自己的未来，在老师的总结中，能听出她对我们满怀信心并相信我们能战胜自己，战胜懒惰，同学的话，让我充满自信，如果我能够从现在开始，为理想冲刺，我想我也可以朝自己的目标航行，老师这样的信任我们，鼓励我们，我们又有什么理由退缩，认输呢？我知道，人生有许多的“战场”需要我们去竞争，我会坚持到底，虽然我知道在航行的路途中会有风浪，雷雨需要面对，但是只要想到“风雨过后，便是彩虹”，就有前进的动力。同学们，现在就开始为理想而努力吧！

## 生涯规划班会教案篇二

今天我们某某班以大学生职业生涯规划为主题开展了一次精彩的主题班会。在此次班会中我们就大学生职业生涯规划展开了一系列的讨论。

- 一、 介绍主题
- 二、 求职模拟
- 三、 求职礼仪讲解
- 四、 园林专业前景介绍
- 五、 主持人做班会总结

本次班会中同学们就大学生职业生规划的有关问题，进行了积极的思考与讨论。这次班会对于每个同学来说，都有许多深刻的影响。因为这是摆在大家面前的一个很现实的问题。那就是以后的求职、就业问题。

针对同学的情况，我们有了求职模拟与求职礼仪讲解这两个环节。我们想通过这两个环节来让大家提前熟悉一下，以后求职过程中将要面对的情况。在这两个环节中，同学积极的参与到活动中来，主持人也对同学们在活动中提出的问题进行了耐心的讲解。相信经过这两个环节，同学们对以后将要面对的求职过程有了一定的了解。

还有一个环节就是园林专业前景介绍。这是因为大多数同学对我们专业的认识还不够深入，不知道我们毕业将会面临一个怎样的`就业形势。因为主持人说的内容都很贴近我们的专业和生活，所以同学们都听得异常的投入。

但是，此次班会也存在着一些问题。在对于每个环节时间的把握上还稍有欠缺，以至班会整体时间上没有把握好。

此次班会从整体上来说还是很成功的。此次班会让同学们对未来的学习生活有了更清晰的认识。

## 生涯规划班会教案篇三

职业生涯规划指的是一个人对其一生中所承担职务的相继历程的预期和计划，这个计划包括一个人的学习与成长目标，及对一项职业和组织的生产性贡献和成就期望。个体的职业生涯规划并不是一个单纯的概念，它和个体所处的家庭以及社会存在密切的关系。并且要根据实际条件具体安排。并且因为未来的不确定性，职业生涯规划也需要确立适当的变通性。虽然是规划，也不是一成不变的。同时职业规划也是个体的人生规划的主体部分。

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。

对企业而言，如何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。

为此，同学们就大学生职业生涯规划的有关问题，进行了积极的思考与讨论。这次班会对于每个同学来说，都有许多深刻的影响。这是摆在大家面前的一个很现实的问题。那就是以后的求职、就业问题。

针对同学的情况，我们有了求职模拟与求职礼仪讲解这两个环节。我们想通过这两个环节来让大家提前熟悉一下，以后求职过程中将要面对的情况。在这两个环节中，同学积极的

参与到活动中来，主持人也对同学们在活动中提出的问题进行了耐心的讲解。相信经过这两个环节，同学们对以后将要面对的求职过程有了一定的了解。

还有一个环节就是新专业前景介绍。这是因为大多数同学对我们专业的认识还不够深入，不知道我们毕业将会面临一个怎样的就业形势。因为主持人说的内容都很贴近我们的专业生活，所以同学们都听得异常的投入。

此次班会从整体上来说还是很成功的。此次班会让同学们对未来的学习生活有了更清晰的认识。

## 生涯规划班会教案篇四

【关键词】 人生目标;人生规划

【引入】

新浪网曾经对中学生做过人生、职业规划方面的调查。大部分高中生对于自己的未来定位模糊，他们喜欢幻想，却又不了解社会现实。

27%的人没有目标;60%的人目标模糊;

10%的人有清晰但比较短期的目标;3%的人有清晰且长期的目标。

25年的跟踪研究结果，发现他们的生活状况及职业分布十分有意思。

那些占3%有清晰且长期目标的人，25年来几乎不曾更改过自己的人生目标，始终在朝着同一方向不懈地努力，25年后，他们几乎都成了社会各界的顶尖成功人士，他们中不乏白手创业者、行业领袖、社会精英。

那些占10%有清晰短期目标者，大都生活在社会的中上层。他们的共同特点是，短期目标不断被实现，生活状态稳步上升，成为各行各业不可或缺的专业人士。如医生、律师、工程师、高级主管，等等。

其中占60%的模糊目标者，几乎都生活在社会的中下层，他们能安稳地生活与工作，但都没有什么特别的成绩。

剩下27%的事那些25年来都没有目标的人群，他们几乎都生活在社会的最底层。他们的生活都过得不如意，常常失业，靠社会救济，并且常常都在抱怨他人，抱怨社会，抱怨世界。

对于高中生尤其是刚刚从初中升上高中的学生来说，人生就像大海航行一样，如果不明确自己的方向，他们就不可能到达任何他们想去的地方。

**【教学目标】**通过活动，使学生能够正确评价自己、认识自我，初步拟定自己的人生规划，树立积极向上的人生理想。

**【教学重点】**引导学生根据自身特点以及能力，制定属于自己的人生规划。

**【教学难点】**引导学生将自己制定的人生规划付诸于行动并持之以恒。

**【教学方法】**问卷调查法、学生之间互动法(拍卖人生规划)、全班交流(交换名片)。

**【教学过程】**

教师引导学生思考并说出自己的想法。

不同学生想法不同，以下是他们可能的答案：一个冰箱、一层楼、或者一栋摩天大厦。

教师：不是的，差太多了，同学们，这个厚度超过了地球和太阳之间的距离(2的51次方再乘以一张纸的厚度)。试想一下，如果仅仅将51张纸堆叠在一起呢?结果可想而知。这就是规划的力量!如果你对自己的人生有一个清晰而合理的规划，并一直在这条路上奔跑，那么你的人生就会达到一个难以想象的高度。

那么同学们怎样才能让我们的人生不虚度年华，不碌碌而为什么呢?那就是——规划人生。(引出下一步骤)

1. 以问题引发学生思考：同学们，你有没有认真思考过以下三个问题?(3分钟)

(1) 你这一生究竟想要得到些什么?(物质、精神、人际??)

(2) 你现在能够做什么?

(3) 你现在所做的和你的人生目标在靠近吗?学生思考并畅所欲言。

教师小结：可能大多数同学或多或少都会想过这些问题，但多数

2. 了解自己，明确自己的人生规划(问卷调查)(9分钟)

这一哲学命题会给我们的人生规划以启示。

我是谁?

人要清醒地认识自己，必须排除外来的压力，比如父母的期望、师长的教诲、将来的就业压力等。要在完全放松的情形下，根据自己的爱好、特长、性情来正确地规划未来的生活。

我从哪里来?



从现实的角度来说，是要我们客观看待自己的过去，认清自己的知识水平、见识、人生经历等，给自己一个恰如其分的评价。做到这一点，就能心平气和地面对现状，不再怨天尤人，不再好高骛远。

我要到哪里去？

就是在真正明白自身条件和所处现状的基础上，合理地制定出自己的人生规划。并能够把长期计划和短期计划结合起来，长期计划为目标，短期目标位阶段，由此出发，一步步向目标靠近。

那么如何制定出符合自己的人生规划呢？

这需要我们对自身有个深入的了解。接下来我们来做一个问卷调查，请同学们拿出手中的答题卡，按照要求来作答。（霍兰德职业倾向测试量表）

3. 反馈问卷结果，让学生了解自己的个性以及职业倾向。（2分钟）

同学们都清楚了自己的兴趣以及职业倾向，那么下面我们可以着手来设计自己的人生了！请同学们拿出你们手中的白纸，写下你的人生规划，可以以年龄段为线索来设计。

学生在设计人生规划过程中，教师可适当指导或者解答疑问。

同学们都制定了属于自己的人生规划，那么大家想不想知道你的人生规划在别人眼中价值几何呢？下面我们来做一个游戏——竞拍人生。

且只能竞拍一种人生。每次喊价最大增幅不超过50。

3. 拍卖成功后，请带着筹码到前面领取拍卖品“人生规划”。

并说出你为何要竞拍这一份人生规划。

笨过程旨在融趣味与教育性于一体，通过拍卖，学生会了解到哪一种人生更加有价值，更具吸引力，这对他们设计自己的人生之路会有所启发和指引。

同学们，我们每个人的心中都有一幅关于未来的蓝图，只不过这幅画卷有的清晰，有的模糊。通过刚才几个环节的活动，我想现在这幅画卷可能已经浮出水面了，那么现在请同学们拿出笔来，通过我们刚才自己设计的人生规划，充分发挥你的想象力，设想一下二十年后的你，为自己做一张个人名片。

做完之后两个同心圆的同学互相交换名片，彼此为对方永久保存这张名片。可在二十年之后交给他。

本过程会极大地激发学生激情，让学生们的热情，让学生将心中理想落于笔端，对他们产生一定的激励作用。

同学们，我相信你们每个人都希望自己的人生能够前程似锦，有人说成功属于聪明的人，有人说成功属于勤奋的人，而我觉得成功是属于有准备的人，那么我们现在能做的就是好好学习锻炼自己，为以后的就业和创业打下坚实的基础。

制定人生规划最重要的事要付诸于行动并坚持不懈地进行下去。无论眼底闪过多少美丽憧憬，如果没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花、水中月，可望而不可及。

另外同学们还要注意一点，现实社会不是编好的程序，而是未知多变的，制定的规划可能会受到各方面的影响，这一点，我们应当有充分的心理准备。因此在遇到突发情况和不良影响时，应当保持头脑的清醒冷静，从而做出正确的分析，果断拿出应对方案和既定方案接轨。

成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功，不相信幻影；

成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。未来，只掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。爱拼才会赢！

同学们，希望你们能把我自己的人生，用自己的双手去创造美好的人生，活出自己，活出精彩！

## 生涯规划班会教案篇五

### 活动目的

通过游戏让学生意识到由于缺乏生涯规划，可能会失去很多重要的，原本有机会得到的东西，从而引出“生涯规划”的重要性。

活动过程：找两位同学作为拍卖官，进行拍卖活动，并在黑板上登记哪位同学以多高的价格竞拍成功某物。

### 分享：

1、用全部金钱拍卖一样东西的同学，遇到更好的东西是否会后悔呢？

有一些同学，什么东西都没有得到，是什么原因呢？

### 小结：

在这个拍卖过程中，一部分同学获得了自己想要的东西，但有大部分同学，没有获得自己想要的东西，为什么呢？刚同学也有说，因为不知道后面有更想要的，已经把钱都用出去了，所以到后面出现了更好的东西的时候，已经没有资本去获得了，是不是。其实这整个过程，像不像我们一整个人生，我们不知道未来该是怎样的，所以盲目地去追寻一个个目标，而等到你发现了自己真正想做的事情，你已经没有那么多精

力，也没有那个机会去做了，这是种遗憾，不是么？所以，为了避免这种遗憾，我们就需要对自己的人生进行规划，即生涯规划。而生涯规划呢，是建立在认识自我的基础上的，所以我们这一节课的主题就是：认识自我。

## 介绍说明书□1min□□

引导语：我们在购买一个新产品的时候，我们一般都会先看一下说明书，所以一份完整的说明书对我们认识一个产品是很重要的。所以我们需要一份自己的专属说明书来让自己更好地认识自己，同时更好地自我发展。这份说明书就是我们的id卡。

（发放设计好的说明书。介绍说明书的组成部分。）

填写说明书□3min□□填好收上来）

## 3、“猜猜我是谁”

活动流程□□5min□对同学进行分组，在收上来的每组的说明书中随意挑选几份，由老师进行描述，并让其他同学猜猜他是谁？猜对的同学所在组加一分。最后统计每组分数，并对得分高的一组爱的鼓掌，表扬他们善于观察。然后让组长把说明书发回去。

自己对自己的描述与他人对自己的认识是否相同？

我们可以通过自我评价的方式、他人评价的方式、心理测验的方式来不断地认识自己。当自己与他人的评价不同时，可以结合多方面的评价，对自己做一个反思，完善自己。

## 心理测试——度假的岛屿□13min□

### 1、介绍测试并介绍各个岛屿□3min□

2、对选择不同的岛屿分别代表什么，进行介绍□5min□

3、分享：你对自己的描述与所得测验是否相同□□5min□

不管我们对自己的描述与所得测验是否相同我们对自己的认识新增了不少，通过这节课希望大家对自己能有一个更全面的了解，这份说明书你可以一直使用并不断地修改，希望你们可以充分发挥它的作用。

## 生涯规划班会教案篇六

“我要一步一步往上爬，在最高点乘着叶片往前飞，让风吹干流过的泪和汗，总有一天我要属于我的天。”我叫李国栋，今年十八岁，来自某某九江。这是周杰伦的歌曲《蜗牛》中的歌词，我很喜欢。

我是一个有梦想的人，所以我选择奋斗。希望有一天能够和歌曲中唱的一样，总有一天，我会创造出一片属于自己的天空。

而父母给我取这个名字，也是希望我能够成为一个出色的人才，为了不让父母的失望，也为了不让自己的生命留下遗憾，所以，我选择奋斗。

在我的眼中，世上只有三种人。一种是安于现状的、一种是奋发向上的、还有一种犹豫不决的。安于现状的人：没有追求、没有目标，每天都过着重复的日子，等待着安乐死；奋发向上的人：有追求、有目标、有理想，并把自己的目标与理想付诸于行动；犹豫不决的人：他们徘徊在安于现状和奋发向上之间，有想法，但是没有付诸于行动，整天都在犹豫不决，有着太多的顾虑，没有一种想到就做的干劲。

李嘉诚先生在深圳演讲的时候说过，“打工是最愚蠢的投

资”。我发现我的某些想法和李嘉诚先生不谋而合，人生中最宝贵的是青春，是时间，我们不能把过多的时间浪费在给别人打工上，不能安于现状，要有勇气，不能胆小怕事，要勇往直前。失败了，没有关系，再爬起来就是了，有一句话是这样说的，失败是成功她妈。没有失败，哪来的成功。在你把失败的路都走完之后，剩下的那条，就是成功。

安于现状的人啊!如果不想自己的一生平平庸庸度过的话，如果不想自己仅存的那点青春资本随着时间慢慢消逝的话，那么再次启程吧，今天，就是一个新的起点。

奋发向上的人啊!你们在朝着自己的目标在一步步的前行，在前行的途中不要忘记了沿途的风景，如果不慎跌倒了，就应该再次爬起来，前面的风景，其实更美。阳光总在风雨后，不经历风雨怎么见彩虹，既然我们选择了奋发向上，就应该不惧风险，永远充满着斗志，也许有一天，你回头看看，其实你已经站在了别人需要仰视的高度。

犹豫不决的人啊!请向前看看，曾经和你同一个起点的人，现在已经站在了你需要仰视的高度，你还在犹豫什么?请不要再给自己找借口，该奋斗的时候奋斗，该拼搏的时候拼搏，我们的青春不是用来荒废的，是用来奋斗的。下定决心，从心开始，踏上攀登人生这座高峰的起点。让我们的青春不留下遗憾，给我们老的时候有一个可以说“想当年”的机会吧。

在这个互联网与电子商务飞速发展的时代，只要你有想法，并且为了自己的想法付出了努力，那么你就可能在电子商务这个大蛋糕中分一杯羹。这个社会并不缺那些有想法的人，缺的最多的还是那些有想法并且行动了的人。如果你有想法，请付诸于行动吧，人的一生中充满着太多的机遇，而现在，就是一个很大的机遇，如果你能把握住，那就有成功的可能。

苹果创始人史蒂夫·乔布斯曾经说过这样一句话：“把每一天都当成生命中的最后一天”。这句话给我留下了深刻的印

象，每天早晨对着镜子说一句：“如果今天是你生命中的最后一天，你还会做自己即将要做的事情吗？”请问你，该如何回答。我们应该说“不”，如果真是最后一天，怎能再做那些无聊的事情，每一分每一秒的时间都是那么的珍贵。所以，请正确的对待时间吧，去做一些有意义的事情。

在我眼中的三种人中，我是介乎于第三种和第二种之间，我有想法，我也在朝着我的那个方向而前进着，虽然说目前为止我还没有做出多么有轰动性的事情，但至少我在朝着那个定下的方向而努力着。我的人生中不允许留下平庸这两个字，我更不甘心平庸。李先生的演讲，给了我很大的感触，我们正年轻着，为什么要把我们的青春浪费在给别人打工上？难道我们就不可以创造一份属于我们自己的事业吗？就像我前面所说的，给我们老的时候一个说“想当年”的机会吧。

或许你没有成功，没有创造一份多大的事业，但至少我们在青春的字典上留下了重重的一笔，老的时候多了一点给儿孙后辈吹谈的资本。

又或许，你成功了！

最后送大家一首互联网创业诗，作者是谁已无从考究。

## 生涯规划班会教案篇七

科学的职业生涯规划有利于明确人生的奋斗目标；有利于指导学生在校学习；有利于适应社会经济发展和人尽其才。职业生涯规划中的具体措施和安排，能不断鞭策自己，督促自己努力实现职业理想。大学是人生承前启后的一个重要阶段，也是职业生涯的前期准备阶段，合理科学的职业生涯规划是未来职业道路的奠基石。

通过举办以“合理规划未来，走好大学路”为主题的职业生涯规划主题班会，帮助我们大学生树立正确的择业、就业观

念，尽早明确自己的奋斗目标和努力方向，寻找自己素质能力与职业要求之间的差距，自觉提高职场竞争力，促进自己全面发展，让自己能赢地起跑线上，最终实现自己的职业梦想。

合理规划未来，走好大学路

20xx级会计（12）班全体同学

1、活动日程20xx年3月9日上午

2、活动地点教学楼112教室

3、活动安排

4、人员安排

（3、4待确定好具体人员后添上）

气球一袋，12元；一次性水杯，6元；矿泉水3瓶，3元。总计：21元

1、停电：由班委组织同学有序离场

2、冷场：由文娱委员表演事先准备的节目

3、其他情况视情节机动处理

1、统筹组织：

2、宣传工作：

3、后勤准备：

4、节目准备：



## 5、组织策划：