

我的未来规划高中 高中职业生涯规划(实用9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

我的未来规划高中篇一

高校扩招带来大学毕业生数量逐年增长，为413万人，为495万人，为559万人。可以预计，大学生就业压力也将进一步加大，就业竞争将更加激烈。在校大学生应如何面对这一现实问题呢？我认为，做好职业生涯规划应当是一个积极而又重要的对策。

一、职业生涯规划的涵义

职业是参与社会分工，利用专门的知识 and 技能，创造物质财富、精神财富，获得合理报酬，满足物质生活、精神生活的工作。包括五个方面内涵：（1）个人与他人的社会关系是分工；（2）职业与知识技能的关系叫必备；（3）知识技能和财富的关系是创造；（4）创造财富与报酬的关系是合理；（5）获得报酬与需求的关系是满足。

职业生涯就是从事职业的经历，指的是一个人一生连续担负的工作职业和职务的发展道路。一个人的一生大概工作三四十年，可能从事一个职业，也可能从事多个职业。从事某一个职业从进入到退出的过程，是职业生涯的小周期；而某个人从开始工作到退出职业的整个过程则叫职业生涯的大周期。职业生涯还有内、外之分。外职业生涯是指从事一种职业时的工作单位、时间、地点、内容、职务与职称、工资待遇等

因素的组合及变化过程，主要通过名片、工资单体现出来。内职业生涯则是指从事一种职业时的知识、观念、经验、能力、心理素质、内心感受等因素的组合及其变化过程，主要通过从事职业时的表现、工作结果、言谈举止表现出来。外职业生涯通常由别人决定和给予，职业规划也容易被否定和剥夺。而内职业生涯是靠自己不断积累、不断探索而获得的，不会随外职业生涯的失去而自动失去。因此，大学生更要注重内职业生涯的发展，初入职场也应选择对自己的能力锻炼最大的、对自己今后的职业方向影响最大的、对内职业生涯提升最快的工作。

职业生涯规划简称生涯规划，又叫职业生涯设计，是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。生涯设计的目的绝不仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作，达到与实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己定下事业大计，筹划未来，拟定一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

二、大学生职业生涯规划的重要意义

在现实生活中，有不少大学生认为职业生涯规划纯属纸上谈兵，简直是耽误时间，

因而往往是被动地学习，被动地参加学校活动，被动地应对毕业和就业，甚至在即将毕业时对自己想干啥、能干啥、会干啥都不清楚。就业时常常是拿着求职书到处乱跑，总想着撞到好运气找到好工作。结果浪费了大量的时间、精力与资金，仍然找不到“用武之地”，反过来埋怨招聘单位有眼无珠，不能“慧眼识英雄”。他们的失败归根到底就是不重视职业生涯规划。由此看来，大学生职业生涯规划是非常必要

的，具有特别重要的意义。

1. 职业生涯规划有利于增强大学生生活的主动性，提高自身的综合素质。

我们开展某项重要工作时，常常需要事先做好计划，制定好方案，然后分步实施，并且不断地修正计划以保证我们的行动不偏离计划目标而最终实现工作目标。这就是平常所说的“凡事预则立，不预则废”。做一项工作尚且如此，何况是规划陪伴我们几十年的职业生涯呢？大学生科学地规划了自己的职业生涯，大学生活的每一个阶段该干什么都有了明确的目标，这就增强了大学生生活的主动性。主动地学习，主动地工作，主动地交友，主动地参加社会实践活动……一方面让大学生显得积极进取，乐观向上，充满朝气和活力；另一方面也必将有利于大学生学好专业知识，夯实专业技能，提高综合素质。

2. 职业生涯规划有利于树立科学的就业观念，确立正确的职业定位。

事实证明：一个科学的、行之有效的职业生涯规划将会引导我们正确认识自身的个性特质、现有与潜在的资源优势，帮助我们重新对自己的价值进行定位，引导我们对自己的综合优势与劣势进行对比分析，引导我们评估个人目标与现实之间的差距，职业规划让我们树立明确的职业发展目标与职业理想。从而促使我们及早抛弃不科学的传统就业观念，及早放弃不切实际的就业梦想，及早树立科学的就业观念，及早确立符合实际的职业定位。也将促进我们学会如何运用科学的方法、采取可行的步骤与措施，不断增强自己的职业竞争力，实现自己的职业目标与理想。

3. 职业生涯规划有利于提高就业竞争能力和适应职场的能力。

大学生从大一起就未雨绸缪，做好职业生涯规划，就能使自

己的大学生活有目的、有计划，就能更好地把握大学学习时光，学好知识，掌握技能，提高综合素质；同时认清就业形势，树立科学的就业观念，确立正确的职业定位。这无疑大大地提高了自己的就业竞争能力，使自己能做到胸有成竹，从容面对就业并顺利进入职场。科学地规划了自己的职业生涯，对就业后的职场之路也有了明确的指引，这就能让我们争取在职场上的主动权，能正确对待工作中遇到的困难和挫折，能领悟“一屋不扫，何以扫天下”的道理，不会迷失方向，不会好高骛远。假以时日，便不难成为职场骄子和宠儿了。

“机遇总是钟情于有准备的头脑。”可以说，科学地规划职业生涯，我们就能在职场上享受更多的鲜花和掌声；职业生涯规划不科学或不进行职业生涯规划，我们在职场中就会遇到更多的坎坷和荆棘。

三、大学生职业生涯规划的具体步骤

要做好职业生涯规划就必须按照职业生涯设计的流程，认真做好每个环节。职业生涯设计的具体步骤概括起来主要有以下五个方面：

我的未来规划高中篇二

到了高中，学习行为要进行科学的管理，这种管理换一个名词就是计划学习。根据笔者的观察和研究，善于管理学习的同学常常表现为善于计划学习，为此笔者提出计划学习这个概念。

计划学习就是对整个学习过程和学习策略进行管理，从而实现对学习进行自主计划的学习方式。计划学习的实质是在学习中计划，在计划中学习，从而实现对学习实施有效的管理。从学习过程来看，一个完整无缺的学习过程，首先是从对学习进行计划开始的。所以，计划学习由这些环节构成：学习

计划—学习目标—学习等待—课堂学习—计划笔记—巩固笔记—完成作业—深入研究—反思学习—学习调整—新的学习计划—学习目标学生学会了计划学习，就学会自己控制自己，自己安排学习生活，就能够做到劳逸结合。

计划学习理论首先要求高中学生要学会制定计划，从而对自己学习实施管理。从时段上来说，高中学生的计划学习分为一天的计划学习、一周的计划学习、一个月的计划学习和计划复习迎考学习。对于一天的计划学习，休息和休闲的计划十分重要，高中学习的大部分压力就要在其中进行消散。所以，计划学习就要学会计划休息，计划休闲活动。实践表明，那些学得轻松，学得有效的高中学生，往往得益于自己的“会学”和“会玩”，也就是说，在计划学习时，他们已经将休闲和休息考虑进去了。处于亚学习状态的学生，在当初实施时，计划往往被老师打乱，或者感到时间不够，导致计划不能很好的实现。事实上，实施计划学习并不全都能做到十全十美，学习计划不能实现或者实现的不满意，这是高中生经常发生的事情，但要记住，在一次计划完成或者破坏之后，要立刻产生新的学习计划。

学习品质优秀的高中生，他们对教师的教学行为，常常处在一种积极等待的渴望状态。在教学开始之前，优秀的同学已经准备好学习用具和书本，巩固了上一节课学习的内容，预知道要学习内容的难度，心理上处于一种积极盼望、等待的心理状态。这时，学生不仅知道重点听什么、记什么，还知道哪些是比较难的，哪些是比较易的，能够较早的进行难度预案，预设课后进行的“消难”方案。具备了这种状态，就是时常所说的“我要学”的状态；具备这种学习心理状态，就能主动的和教师创设的教学平台自然的衔接，当教师进行新内容的讲练时，学生自觉的进入学习情境，和教师心理产生共振。这要比教师已经开讲，那些心还在课堂之外，迟迟的进不了教学情境，拿来不出书本用具，被动听课的同学来说，学习心理意识要积极的多。

学习过程，它既是学习内容，也是学习策略。会学习的同学大家认为他们学得十分轻松，原因就是他们会通过计划反思来加快学习进程，提高学习质量。

我曾经在一所学校的墙壁上看到这样的一句话：“沐浴晨光而来，今天要学什么；踏着夕阳归去，今天你学到了什么。”这是学习反思的最好注解。可以这样说，没有反思，就没有高中学生学习的突飞猛进。有效的学习，往往是通过反思来进行学习计划调整和学习策略调整，包括学习动力和学习意志等。处于亚学习状态的同学，也知道学习的重要性，就如同倒一杯水，他们也知道提起水壶往杯子里倒，但倒多少不曾想，倒的是不是符合要求不反思，倒的不合要求应该如何补救不思考。而高中学习要求学生有高度的自觉意识，不断的对自己的学习进行反思，在求得更好的学习调整，但处于亚学习状态的同学，几乎没有这种习惯。现代学习心理学表明：及时反思是一种学习力，也是很重要的一个学习策略。高中学习讲究高效快捷，及时反思是高中生提高学习力的关键。这就要求学生不仅仅要有快速进入学习状态、敏捷的进行学习的学习力，同时，在学习过程中能快速讨论、快速阅读、快速反思。如果不能快自主反思，持续一段时间才发现自己已经十分落后，那么想追赶同学已经有相当多的来不及。事实上，具备了及时快速的计划反思心理意识，才能实现学习频率上的“学习、学习、再学习”。面对众多学科，大量的讲义、笔记、上本作业，如果没有快速高效的解决问题和处理作业的能力，没有快速高效的反思意识，怎么可以呢？因此，按计划进行学习过程、学习效率和质量的反思，既能加快学习进程，又能提高学习质量。高中学生学习水平下降往往在这方面表现为不自知。

我的未来规划高中篇三

“兴趣是学习最好的老师”，霍兰德职业兴趣理论认为，个体从事与其兴趣相符的工作使人更容易成功。专业与兴趣特长相符，有利于提高学习效率，培养出社会需要的人才。高

中学生缺少职业规划、盲目选择专业可能导致多方面的问题：第一，大学学习动力不足，教育质量降低，人才素质不高，增加就业压力；第二，浪费社会资源，增加机会成本；第三，学生幸福感降低，引发一系列的心理和社会问题。

因此，了解高中生职业生涯规划的现状和问题显得尤为必要，本文以湖南省益阳市高中生职业规划为研究对象，分析其中存在的问题及原因，并提出了相应的解决措施。

二、益阳市高中生职业规划现状分析

通过实地调查和访谈，目前益阳市高中生的职业生涯规划与职业生涯指导方面呈现以下状况。

（一）益阳市高中生职业生涯规划现状

1. 高中生自我认识不够

益阳市高中生对自身认识不清晰主要表现在两个方面。第一，对自身性格、兴趣、优势和劣势的不了解。的学生对自己的性格、兴趣、优势和劣势非常了解，的学生比较了解，属于不太了解的状态，的同学还没有认识自己的意识。第二，对自身性格适合做何种工作的不了解。调查结果显示：仅有的学生非常了解，的学生比较了解，的学生表示不太了解，的学生从没想过，将近六成以上的学生不太了解自己的性格适合做什么职业。

2. 高中生职业认知不够

益阳市高中生缺乏对职业的认知表现在两个方面。第一，对自己喜欢的职业前景不了解，半数以上学生不太清楚自己喜欢职业的前景，表示比较清楚，的学生从未想过，仅有的学生非常了解。第二，对社会目前就业形势和未来对人才需求情况不了解，近六成的学生不太了解社会目前的就业形势和

未来对人才的需求状况，只有近三成比较了解，非常了解的学生更是不足一成。

3. 职业生涯规划主动性差

益阳市高中生的职业生涯规划主动性较差表现在两个方面。第一，主动收集职业或升学方面信息的少，仅有的学生会经常有意识地收集职业或升学方面的信息，的学生偶尔会，的学生曾经有过，的学生从未有过。第二，作过职业规划的学生极少，在被调查者中作了职业生涯规划的仅占，的学生表示正在考虑中，的学生尚未作过，的学生认为高中生没有必要作职业生涯规划。

4. 职业生涯规划知识匮乏

益阳市高中生对职业生涯规划知识不够了解，具体表现在高中生对职业生涯规划相关理论知之甚少。调查显示：绝大多数学生对此不太了解达；没听说过的也近两成；仅有非常了解，比较了解。

(二) 益阳市高中生职业生涯规划指导现状

1. 学校的指导力度弱

调查显示：的学生表示从未接受过学校开展的与职业指导相关的活动，的学生偶尔接受过，仅有的学生表示参加过学校定期开展的职业规划指导相关活动，的学生表示学校曾有过但是为时不久。可见，目前学校对于学生的职业生涯规划指导力度和广度还远远不够。

2. 专业选择信息获取渠道狭窄，信息良莠不齐

我的未来规划高中篇四

掌控自己的心灵，不是上帝，而是我们自己，世上没有不快乐的人，只有不肯快乐的心，快乐的钥匙其实一直在我们的心里。

佛祖曰：“妥善调整过的自己，比世上任何君王更加尊贵。”“调整自己”比什么都重要，任何时候都必须明朗愉快，开心，有希望勇敢的掌握好自己的心灵。

真正的快乐不是用钱用钱换来的，有钱有权的富贵阶层，不一定人人都快乐，个个都会领略生活的乐趣。

快乐是自己的事情，只要愿意我们可以随时调换手中的“遥控器”，将心灵的视窗调整到快乐频道，快乐是幸福的必需品，没有不快乐的幸福生活，只有你想不想要幸福的生活。

我们愈来愈重视对金钱的追求，对物质的拥有，但是金钱虽然可以买到许多享受的东西，却不一定能买到真正的快乐，快乐也不能用手中的“权”来衡量，有了权未必就能天天快乐，开心愉快。

法国杰出作家罗曼·罗兰说得好，“一个人是不是快乐，绝不依据获得了或是丧尸了什么，而是只能在于自身感觉怎样。”

有的人拥有了财富万千，在别人的眼里他应该很幸福，可只有她自己知道自己的生活的有多么虚空，而有的人呢也许很清贫，别人看的他离幸福很远，可他却每天都觉得很幸福，因为他有贤惠的妻子，有活泼可爱的孩子，他觉得拥有了这些已经够幸福了。

快不快乐，在人不在，天在己不在勿。顺境中人能快乐，逆境中人也能快乐；富贵中人能快乐，贫穷中人也能快乐；在

物质世界中能快乐，在精神世界中人也能快乐，快乐不要刻意去寻找快乐，要靠自己用心去感受。

快乐要用心去体会，学会在平凡的生活中体会到快乐，人生才会感觉到充实与幸福。

我的未来规划高中篇五

我今年高中毕业，虽然我不是非常优秀，但也有些心得，就在这里和你分享一下。

不知道你的地区是不是新课改地区，不过差别应该不大。

重中之重，高三来了：高三决定成败，不管你以前的两年是什么样，只要高三不好好学，我可以肯定的告诉你，绝对考不上你想去的好大学。其实高三与其说是在学习，不如说是拼体力，高三真的是体力第一，我有一个同学，以他平常的成绩，哈工大或者同济之类的不在话下，就是因为高三后半学期体力不支，考到北京工商去了（不要把这个写到计划书里哦）。另外，高三会把你三年来的知识作一个综合，你会开始觉得高二的“皮毛”在高三里变得深刻了，而让知识变得深刻的方法只有一个：看教材，做题。教材一定要翻烂它，哪一页写的什么都要知道（到时候你就发现了，这很简单），题一定保证理科科目题，英语题一天一套，并且天天学习语文。高三你能保证以上两点，重本绝对没问题，只是好点与次点的区别了。

说了这么多，不知对你有没有帮助，但绝对都是我及我的同学三年来的真切体验，希望对你有帮助。只是我刚才回答另一个问题的答案，又看到你的问题，觉得这个答案更适合你，不会介意吧，呵呵。

新的学期开始了，大学生要有竞争意识，高度重视期中、...

大学生对自己的学习和生活最好要有一定的规划，虽然计...
高中是每个人成长的重要时期，是形成三观的重要时期，...
不想做一辈子的落后分子就要好好的规划自己的将来，最...
高三的规划首先是要建立明确实际的目标，然后按部就班...
高三了，学习也非常的紧张，合理的安排好自己的学习时...
作为一个大学新生，步入新的人生历程，开始一段新的旅...
大学是大家人生道路中最集中化的能够取长补短的阶段，...
进入大学，就需要对自己的大学四年生活进行一个整体规...
大学是一个了解角色、体验角色、准备角色、实现角色的...
大学并不是混的，我们还是要好好学习，不断充实自己，...
要做好自己的大学规划。每天要求进步一点点，安逸的生...
大学新生入学需要规划自己的学习，成为学习强者、积极...
很多同学想知道大一新生如何规划自己，以下是一些相关...
新的学期又到了，在这关键的时期里，我要认真，仔细地...

我的未来规划高中篇六

有了成功的目标。明确自己人生的大目标，对把握好目标有直接的促进作用。认真策划人生每一步。有道是□xxx凡事预则立，不预则废xxx□千真万确。对自己做的或将要做的事没有任何准备，就是在为失败做准备。

(1) 学历目标：大专毕业(以后有必要了 还有要xxx充电xxx)

(2) 经济目标：年薪25万

(3) 方 向：企业高级管理人员 建立自己的公司(生化)

1、社会一般环境

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

2、管理职业特殊社会环境

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业管理还有许多不完善的地方。中国急需管理人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

1、职业目标(20xx-20xx年)

(1) 职务目标：先从学生会干，勤工俭学，逐步了解企业对大学生的要求。

(2) 能力目标：掌握专业知识，了解其他方面对自己有用的知识。

(3) 经济目标：在校期间兼职，年收入1万元左右；

一年级：为试探期和定向期：首先要适应由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求；其次，要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通

能力，在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大四的毕业生询问就业情况；积极参加各种各样的社团活动，增加交流技巧；在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语、计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的最基本技能；要初步了解职业，提高人际沟通能力。大一学习任务不重，应多参加学校活动，增加交流技巧，但不要盲目地参加。在定向期，应考虑未来是否深造或就业，通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的能力，同时检验自己的知识技能；提高自己的责任感，主动性和受挫能力，并开始有选择地辅修其他专业的知识来充实自己。

我的未来规划高中篇七

你花在做计划和组织上的百分之十的时间，通常就能促成你整个成功所取得的百分之九十的价值。职业规划则是这样一种：见诸于现实、理想和梦想之上的管理艺术。作为一名高中生，制定自己的职业规划是非常必要的。职业规划，可以使自己更加认识到自己的优势和劣势；通过努力工作学习，能力不断提高；通过对自身和环境新的认识，在提升自我的同时不断改进自己的职业规划，使职业生涯规划更加合理化、更加能促进社会、市场以及自己的发展。

为人友善，易于合作，既重视维护人际关系，也很有自己的观点；

做事认真、喜欢有计划、条理性、值得信赖；

2、有时可能自己考虑的太多，反而不能将自己的真实想法表达出来，会让家人朋友捉摸不透；三职业分析与定位：

（1）测评指出10种适合专业：

自动化、理论与应用力学、轻化工程、能与动力工程、化学工程与工艺、电子信息工程

(2) 专业介绍{自动化}

我的未来规划高中篇八

现在的中学生，都被升学的压力折磨着，除了考试得高分交差，似乎没什么其他追求，因此叫苦连天的孩子很多，十分无奈。其实按照招生人数，初中生要考上高中就很难，何况重点中学。因为初中毕业生接近一半上不了高中，只有去读中专或者技校、职中等等，还有很少部分回家或者打工，艰难地拓展职业生涯。

首先，根据学生的实际情况，将学生划分为几类：

1、学术性人才：学习非常优秀，成绩非常突出，学习轻松愉快。应该选择上名牌大学，出国深造，以后的工作趋向于专家型，高技术性，高级管理型人才。朝所谓的国际性人才发展，在全世界范围内流动，自由选择，从就业到创业都占绝对优势，在世界范围内择业，创造世界财富，体现自身的全球性价值。

这类人才应该注重基础课，比如数学、物理、英语等等。上大学也该学基础学科，到研究生和博士，再选择专业方向。这样基础知识才牢靠，才有可能成为大家，有可能去争取期待已久却毫无国人问津的诺贝尔奖，这是科学家的最高境界！就是没那么高，也可以是什么院士、专家之类的。

我的未来规划高中篇九

11月结束，迎来了12月，高二学习生活就已经过了一大半，回首前面三个月的学习，我还有许多的不足，所以我将在这个十二月份里做一份学习计划，帮助自己更好的去学习。12月份学习计划如下：

12月份已经到来，对于前面学习的知识有些已经开始遗忘，

为了让自己对之前的知识保持记忆，从这月开始，温故知新，挤出时间去回顾以往学习过的内容，尽可能的重新记忆起来这些知识，为本学期期末的考试做准备。进入高二，所学的知识都加大了一定的难度，而且内容也增加了，所以需要去不断的回顾知识，才能让知识在大脑里储存的更久。重温知识也是对学习更好的记忆，本月我要逐一对所有课程进修回顾，这样就能一直保持记忆的长时间存留。

经过大半学期了，我的语文写作能力一直不曾提高，这让我每次的语文考试成绩都上不去，这是我的一大问题，所以这方面的学习我要加强了。本月我会主动寻找题材进行写作，在写完作文后，向老师申请批改，帮我找出问题，并进行改进。在这一个月里，老师发下来的试卷，我都要认真看待最后的写作，在平时练习的时候就有意识的训练自己。我会多看一些关于写作的书籍，从书中寻找更多的方法，帮助自己提高写作的能力，通过这些加强写作的方法吗，我相信自己最后语文期末考试最后的写作一定会有提高。

高中的学习早已与小学初中不一样，进入高二以后，我对这个不同有了更深刻的感受，所以12月份的学习我必须改变自己的观念。对所有的科目的学习都不能再是死记硬背了，原先我一直用的是这个方法，所以高一至这学期前几月，我的成绩不仅没有提高，反而下降了，所以在经过细细的思考过后，我发现了自己的这个问题，因此我本月对这些科目会在理解的基础上进行学习。理解之后的学习记忆更加深刻，只一味的死记硬背，过不久就会忘记了。所以转变自己的学习观念很重要。

相信经过本月的学习，我之后的成绩一定会有一些提高，这个高二的学习我也会有更多的收获。我会让这份学习计划真正的实习起来，帮助自己把高二的学习给搞好了。