

最新体育生职业规化书 体育教师职业规化书(通用8篇)

体育生职业规化书篇一

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规化，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己的职业生涯进行规化，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规化一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

美好愿望：

希望以后可以有个自己的公司，或者可以拥有一家自己开的健身俱乐部

职业方向：

公司里的体育顾问、社会体育指导员、体育老师

性格品质：

自信心强，肯吃苦；具有一颗善良的心，待人真诚，能得到大部分人的尊重；

个人素质：

兴趣广泛；适应性较强；具有一定的交际能力，语言逻辑性和表达能力较强；具有一定的工作能力：

在组织能力、协调能力、创新能力、预见性和团队意识等方面均有所表现；

气质：

自我形象较好，谈吐得体，具有一定亲和力；

学习能力：

领悟性较强；

2、优势盘点：

从小生活条件艰苦，让我养成了不怕苦的精神，创业是一个艰苦的过程，在这个漫长艰苦的过程中，它将是唯一的，也是最宝贵的财富。

3、劣势盘点：

因为来自农村，没有经济基础，决定了我的事业起点相对要低，而且，到目前为止，还没有任何工作经验，各类荣誉证书太少。

4、优点：

乐观，开朗，胆大，有一股不服输的屈气。

5、缺点：

做事不够细心，有时候也比较怀疑自己的能力，惰性较大。

当劣势和缺点成为了你前进道路上的障碍时，就应充分得用你的优点，让其把你带出围障；虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

1、一般社会环境:电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。

2、特殊社会环境:

社会的发展，人们体育价值观念的转变，再加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使社会体育得到广泛的开展。社会体育专业是新兴专业，前景挺好的。

体育生职业计划书篇二

本人一直从事体育教学工作，教了一年数学，在这9年里我也参加了不少省市的足球裁判工作，同时获得了国家一级足球裁判资格，使自己很多方面得到了锻炼。自我感觉对体育教学比较了解，个人简历，已积累了一定的教学经验，可教学理论水平欠缺，虽然平时也阅读一些教育杂志，但还不能很好地利用理论知识来指导自己的教学实践。加之平时懒于动笔，不能及时地反思、总结、整理自己的教育教学心得，故在工作中即使绞尽脑汁也未能有大的突破。

在教育教学新理念的学习中，我还不够主动，虽然能按时参加学校组织的各种培训并写好笔记，但那仍只是一种驴推磨转的被动学习方式。也正因此，我的课改新理念好似懂了不少，但却依然是星星点点，不成体系。

这次市里的体育教师基本功大赛让我知道自己的能力还是有的而且成绩都在很多名校的体育老师前面，只要认真去做咱还是可以成功的。

置身于课改前沿阵地，我结合个人实际，经过全面的深入的思考，决定近三年在以下几个方面努力发展。

（一）积极投身于教育改革中，力争做出点让自己满意的成绩来。

眼下，教育改革已经有一段时间了，我个人感觉对新课程的理解也有一些收获了，可是，在自己的教学中始终不能把新课改的理念完全灵活的加入进去，使其融合到我的教学过程中，我想：在今后一段使其里面，我要积极向有先进理念的教师学习，以及在这方面做的比较好的教师学习，听听他们的课，走进他们的课堂，看看他们是如何把新课改的理念融入课堂的，多与他们进行思想方面的探讨，提高自己对新课程的认识。力争能在近一段时间内，做出另人满意的成绩。改变观念，切实投身于新课程改革的浪潮中，真真正正提高教育教学质量。

（二）坚持参加中小学继续教育学习。

新课程的实施，迫切要求广大教师加强学习、进修，尽快提高专业化水平。优秀的中小学教师既需要有扎实的学术根底，广阔的学术视野，不断更新知识、追逐学术前沿的意识，又需要把握教育的真谛，了解青少年发展的规律，掌握现代教育信息技术，具备热爱学生、关心学生、对学生认真负责的品质。要想与时俱进，与新课程共同成长，就得坚持参加中小学教师继续教育学习，以主人翁的心态投入到课程改革的浪潮中。

（三）学习信息技术，动手制作较复杂的课件。

电脑现已被运用到各行各业中，电脑的运用大大提高了效率，推进了社会的发展。新世纪教育工作者应具备最先进的教育理念及驾驱课堂的能力，向40分钟要质量。因而，能够制作一些分散教材难点、突出重点的生动课件，无疑能够起到事半功倍的效果。因而，学习信息技术，制作较难的课件是我的又一个发展规划。

（四）积极参加学校以及上级部门组织的教学研究活动，积极撰写论文。

作为一线教师，更应该时时锻炼自己，让自己尽快地成为高素质高水平的人师。积极参加学校以及上级部门组织的教学研究活动，积极的撰写论文，能在市区的教学比赛中展示自己的能力和优秀的教师领导交流学习是我的又一个规划。

（五）做好读书笔记、写好教学反思，努力使自己业务水平再上新台阶。

知识在于积累，厚积而薄发是人民教师应具备的文化素养，做好读书笔记就能使知识不断积累，思想与时俱进。

反思是自我提高的阶梯，好好想想，看哪里做的不对。这样会使我们保持一种积极探究的心态，也会让自己深入观察研究自己的教学，对自己和他人的行为与观念会有更深层的认识。另外，反思是充分挖掘自己专业发展资源的主要方式，因而经常做好读书笔记、写教学反思可以使自己业务水平再上新台阶。

目前，学校领导为了提高教师的综合素质，为我们提供了许多学习和培训的机会。这也正是我学习、反思与提高的机会。

（六）强身健体，提高自己的身体素质水平至少要保持现在的状态，只有健康的体魄才能更好的工作，作为体育教师更应该做到这一点。规划出自口，落实靠行动。在落实规划的过程中，必须要有矢志不渝的目标和坚忍不拔的毅力，让自己教过的学生因为自己而觉得精彩和健康。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

体育生职业生涯规划篇三

我相信有眼界才有境界，有思路才有出路，在认真学习了学校本年度发展规划和各部门本年度工作目标后，针对自己的特点制定个人发展计划如下：

“教书者先强己，育人者先律己”，首先要提高自己的政治思想素质。教师的政治取向、道德素质、教育观、世界观和人生观对学生起直接影响作用。“学为人师，身为世范”，引导学生树立各种正确观念，教育学生学会求知、学会做人、学会创造，培养学生成为与时俱进的新型人才。

进一步深化落实生活化情境化课堂教学，充分发挥自己的特长来吸引学生，使学生喜欢自己的课，并能在自己的课堂上得到发展，能满足学生成长和走上社会的实际需要，有足够的实践性教学环节。针对自己的教学特点拜名师学艺，使自己的教学水平逐步提高，教学经验日益丰富，寻找出一条适合自己的发展之路，争取逐步形成自己干练利落、灵敏机智的教学特色。

注重个人素质的培养，不贪名利，切实提高自身理论水平和业务水平，力求为学生创造最好的教育。从为应付考试到为有利于学生今后的发展提供方便。做个富有责任心的优秀老师，在遵守制度、与人相处方面能够严格要求自己，提高自身的政治理论素养。

(1)善于思考，在实践中探求、感悟。要坚持用脑子工作，力争做到在反思中扬长补短；在审视中甄别；在前瞻中创新。时

刻把工作与思考相结合，在思考中工作，在工作中思考，创造性地开展工作。

(2) 乐于动笔，提高教育科研水平。每星期抽出一定时间到阅览室，认真阅读教育教学杂志和理论专著，及时积累专题研究的第一手资料；尝试进行教学案例的分析，学期结束时完成教学案例2篇；通过撰写论文，把自己的专题研究从实践层面提升至理论层面。积极撰写教育教学论文，不断提高论文质量。

(3) 继续提高学历层次，通过进修、自学考试或网络教育提高学历是适应职业的需要，也是自我发展的需要。现代社会很看重文凭，但求知比文凭更重要。虽然我已经是本科学历，已经取得小学高级教师职称，但是还有一个不断提高和精益求精的接受终身教育的过程。

(4) 继续更新自己的专业知识，“要给学生一滴水，自己必须要有一桶水。”当今世界，科技突飞猛进、信息与日俱增，社会各个领域的科学知识不断由单一走向多元，不断向更深更广的层面发展。“当今时代，是要求人们必须终身学习的时代。学习一切反映当代世界发展的新知识，学习做好工作所必须的一切知识。”注意搜集专业发展的新动向、新信息，不断更新知识，以适应时代发展的要求和学生学习的需求无疑是当代教师一项富有挑战性的目标和任务。

(5) 注重个人素质的培养，不贪名利，切实提高自身理论水平和业务水平，力求为学生创造最好的教育。从为应付考试到为有利于学生今后的发展提供方便。

(6) 提高自己的教育能力，教师学习、提高教育教学能力是一项永不间断的工作：学习专业知识、学习育人方法、学习教学技术，从书本中学、从网络中学、从他人身上学、从教学实践中学……终身学习无疑是艰苦的，同时也是快乐的。因为学习使人自强、让人发展、教人创新。在今后的工作中要

务实求真，成为热爱学习、学会学习和终身学习的楷模；并将所学知识充分应用于教学实践，以人为本，尊重学生个性，引导和启发学生自主学习，鼓励学生学会思考，学会自我增长和应用知识，学会怀疑和创新。

体育生职业规划书篇四

努力使自己成为一名学习型教师！

1、继续继承优良体育教育教学品质，衣着符合教师规范，以普通话教学，做到不迟到、不早退、不拖堂、不提前下课。并在教育实践中不断积累经验，逐渐形成独特的个人教学风格，向业务水平高的青年教师看齐。

2、继续体育专业理论结合专业技能的学习。熟知《教育学》《学校体育学》等有关著作，更新个人专业知识、深识教材，做到因材施教；能科学合理地设计每一学期的教学目标，并与单元计划相配套；在骨干教师、优秀教师的展示实践课中，开发教育资源，从而寻求自身教育教学方法、手段、教学设计上有所突破。

3、坚持每天1-2小时的阅读，除教育教学类书籍，增加案例、课例的阅读参考，寻求在理论研究上有建树，不断提高自身理论研究的能力，使自己成为一名学习型教师。

1、第一年度目标

1)继续自己的专业学习，积极提高自身的专业水平。不断探索和实践，努力营造适合学生学习的轻松、愉悦的课堂氛围。

2)继承优良的教育教学方法、手段，寻求自身教学特点，发挥所长，利用各种器材丰富教学内容，使课堂教学形式多样化，逐步建立个人教学风格。

3) 深识教材，因材施教。逐步提升自己的课堂掌控性，完成几节高质量的优质课，并写下教学感想。

4) 阅读有助于自身教学提高和教师个人素质提高方面的书籍，教学方法和理论方面等的著作，尝试每学期能自读2~3本；写下教育教学感想，每个月写下教育一篇千字教学感想，到学期末总结出一篇有质量的文章。

5) 积极参与各教育教学类学术活动，做好笔记及完成其相应要求和功课。

实施的方式和途径

1) 熟悉中学体育教材，按照要求，配套单元计划来设计教案。从学生角度来展现，学生能喜欢上体育课，愿意上体育课，认为上体育课是一件开心的事。学生能与教师关系融洽。

2) 积极参加各类教科研活动。参加观课、评课活动后，注重自身实践、反思和总结；积累经验，拓宽自己的教学思路。

3) 多问，经常请教优秀教师，学习其成熟的教学理念、对待事物的随机应变能力和课堂掌控技术，结合自身实际，形成一个全新的、便于自己控制的教学，使课堂教学有成效。每月写一篇能反映和提高自己的教学日志。

2、第二年度目标

1) 在体育课教学设计、语言、手段、方法等有一定的教学特色和教学经验，初步形成自己的教学风格。

2) 在教育科研方面有突破，积极参与体育教研组课题研究，进行相关资料的收集和整理。并拟定一个学术研究方向。

3) 继续专业理论的学习，探索学生体育课创新能力，总结经

验，促成更有效的课堂教学。

4)通过自学或学校培训，拓展1-2项专业技能。

5)关注学生的自身认知，从兴趣、道德、情感、价值观等多方面了解各年龄段学生。不局限于教材，不断从新角度理解和挖掘，做好2年教育教学的反思和总结。

6)随着教学经验不断积累，进一步完善自身的教学风格，有一套完整的教学经验集。

7)进一步培养自身专业素养，以高水准的经验型青年教师为目标。

实施的方式和途径

1)终身学习的目标，尝试阅读整套新课程教学问题与解决丛书。对课堂的掌控性有质的提高，熟悉程度加深，力争做到和谐、宽松、愉快的教学氛围。

2)运用低年级教学语言，教学规范、做到语言精练，课堂教学氛围良好，课堂纪律严谨，学生自信好学，身体素质不断提高，活动能力加强。

3)课堂的随机应变能力提高，能及时有效处理好突发状况。对于课堂上的一些隐患有及早的应对准备。

4)过各级层面的观课、评课，汇总其创新，模拟一套中学体育教育教学方法集，为确立自身教学风格作指导，发挥优势。

5)循课改精神，注重学生主体，以培养学生良好的学习习惯和方法，鼓励学生创新；在教学中注意学法指导，关注学生的学习过程，培养学生终身体育的观念。

6)提高课堂有效性，积极参与各种形式的教科研活动，学习

各项教材新增重点及重点转移等等。经常阅读教育教学类书籍及科研著作，通过反思和总结经验成果，加强自身教育科研能力，使制定的学术论文有其可行性。

7)更新自己的专业知识和技能，在学校的教育工作或重大活动中有所用途。

通过对两年规划的逐步实施，应达到如下预期效果：

- 1、学习专业化知识、提高专业化技能的自觉性有明显提高。
- 2、能够产生比较强烈的自我提高欲望。
- 3、为终身学习与发展，创造良好的开端。
- 4、成为思想素质高，改革意识强、专业结构合理、教育教学水平高的教师。
- 5、成为能够适应教育改革和学校发展的学习型教师。

六、达成目标的保障措施及自我检测措施

- 1、积极、认真对待每一节体育课。互听课、展示课上能得到同行的赞同。形成自身特有风格的体育课教学，学生反响热烈。
- 2、根据个人专业发展两年规划的制定，进行每学年、每学期的实施内容细化，制定改进计划和实施措施，并在实践过程中总结和创新。
- 5、利用周末和节假日参与专业技能提高培训，更新专业知识和水平。
- 6、学期、学年的考核，接受校委会和同事们的监督审查，以此来督促自己。

体育生职业规划书篇五

姓名□xxx

性别：男

出生年月：1992年1月

性格：内外向兼之

学历：大学本科一年级

专业：社会体育

座右铭：自信是成功的第一秘诀

大学生职业生涯规划书(社会体育专业)

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己的职业生涯进行规划，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

美好愿望：希望以后可以有个自己的公司，或者可以拥有一家自己开的健身俱乐部

职业方向：公司里的体育顾问、社会体育指导员、体育老师

(3) 气质：自我形象较好，谈吐得体，具有一定亲和力；

(4) 学习能力：领悟性较强；

2、优势盘点：

从小生活条件坚苦，让我养成了不怕苦的精神，创业是一个坚苦的过程，在这个漫长坚苦的过程中，它将是唯一的，也是最宝贵的财富。

3、劣势盘点：

因为来自农村，没有经济基础，决定了我的事业起点相对言要低，而且，到目前为止，还没有任何工作经验，各类荣誉证书太少。

4、优点：

乐观，开朗，胆大，有一股不服输的屈气。

5、缺点：

做事不够细心，有时候也比较怀疑自己的能力，惰性较大。

当劣势和缺点成为了你前进道路上的障碍时，就应充分得用你的优点，让其把你带出围障；虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

1、一般社会环境：电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。

2、特殊社会环境：社会的发展，人们体育价值观念的转变，再加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使社会体育得到广泛的开展。社会体育专业是

新兴专业，前景挺好的。而且随着奥运会之后我国体育方向的转变——全民健身的方向，我们社会体育的学生就业就好了。

父亲：目前，必须搞好学习，为以后找工作奠定基础，同时，还要多锻炼自己，让自己成为同龄人中的强者。

母亲：学习要认真，最好要考研。

老师：聪明、机灵古怪。

同学：有较强的工作能力。

1、学习生活规划

大学一年级：了解大学年活，了解专业知识，了解专业前景，了解大学期间应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。

大学二年级：熟悉掌握专业课知识，尽最大的努力考英语4级。考一些跟自己的专业有关有用的证书。

大学四年级：目标应锁定在工作申请及成功就业上，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。

2、近十年的目标

~：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

~23年：贮备资金，积累经验；

2024年：了解市场行情；

2025年：筹划资金，办理相关的手续，准备建立公司；

2026年：拥有自己的公司或健身俱乐部

3、求职计划

(1)学位证书、资格证书，是我们求职的敲门砖，是一个公司招聘人才的首要条件，因此，我们要在大学生期间，拿到相关的证书。

(2)公司招聘人才看的不仅是文凭和证书，更多的是注重的个人的能力与素质，所以，我们在大学期间学习的同时，还在注重的是个人素质的提高和能力的培养。

(3)对于刚毕业的大学生来说，经验的缺乏是一个很突出的问题，要想在众多应聘者中脱颖而出，就要在变方面占优势才行，所以，我们还要在大学生活中积累更多的工作经验，这一方面可以通过兼职来实现，但在其过程中，要懂得总结经验。

(4)一定要在大四之前把简历制好，留下更多的时间来找工作。

(5)要时刻关注招聘信息，积级参加招聘活动，在公司选择我们的同时也选择一个适合自己的公司。

任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划

行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直总下去。

在这里，这份职业生涯规划也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

体育生职业规划书篇六

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。

我是一个当代医学院校护理专业的大专生（平时）是家里最大的希望——成为有用之才，性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天，还有上网。

喜欢看散文，尤其爱看杂志类的书籍，心中偶像是周恩来，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，喜欢创新，动手能力较强做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”。

所谓江山易改，本性难移，虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

学校实行学生在学校学习两年的理论，第三年到医院实习，让理论与技能相结合，学校注重培养学生的动手操作能力和德智体美的全面发展。

社会环境的分析12月15日□20xx年《社会蓝皮书》发布暨中国社会形势报告会上，中国社会科学院社会学所副所长陈光金称□20xx年中国社科院进行的抽样调查失业率为9.4%。这一数据整整比政府公布的统计数据，即登记失业率（截至三季度末，城镇登记失业率为4.0%多出两倍。

“测算方法上和结果上都有很大不同。

中国社科院社会学所社会发展室主任李炜称，目前政府的登记失业率，是指失去工作岗位的人口，尤其是城镇失去工作岗位的人口，到劳动社会保障部门开的职业中介部门进行登记作为测算的指标。

而该研究机构的测算方法的内涵更广，包括有工作意愿、找过工作但没有就业的人口。“按这种测算，在中部和西部地区，失业率超过10%。而在大中城市，失业人口比例占到大概10.1%。

世界卫生组织对各成员国卫生人才资源统计结果显示，许多国家护理人才紧缺。

在我国，护士的数量远远不够，医护比例严重失调。

按照卫生部要求，我国医院的医生和护士的比例是1：2，重要科室医生和护士的比例应是1：4。

而目前全国1：0.61的医护比例远远达不到卫生部的要求，与1：2.7的国际水平相差很大，与发达国家1：8.5的比例相差更远。

体育生职业生涯规划书篇七

姓名：夏xx

性别：男

出生年月□xx年01月25日

籍贯□xx省茂名

所学专业：计算机软件工程

政治面貌：团员

座右铭：很多东西都是有备而来的

（一）性格开朗、活泼，但有时有些内敛，人缘交际方面都不错。

（二）兴趣和爱好比较广泛，比如同学之间一起运动、听音乐、上网、书法。

（三）在大学生期间担任学生干部，做事乐观向上、有责任心。但是我以前是文科生，对有较强的逻辑思维能力以及学习领悟能力还不够，对于这方面还需要勤奋学习。

（一）社会环境：中国改革开放以来，国家经济飞速发展。蓬勃发展的中国软件与it服务市场吸引了众多新的进入者，良好的国内经济环境使中国it行业市场继续保持平稳的增长。虽然受金融危机的影响，但计算机专业还是具有着良好的就业前景。在各个行业上对计算机类的人才需求总量持续增加；而企业是计算机人才需求的主体，近年来，计算机专业毕业生到企业从事计算机机应用技术开发的比例逐年增加，在经济发达地区已成为就业的主渠道。展望未来，中国国民经济

将继续保持稳步的增长，中国行业和企业信息化建设进一步深化，消费者消费水平逐步提高，中国it行业市场具有良好的发展前景。

（二）学校环境：校园的学习环境很好，围绕着一份浓浓的学习氛围；对外还参加高职高专的it专业技能大赛，给我们带来了一个良好的学习平台。而且学校的硬件等设施都完备。师资质量也很高。校园内的生活环境很优美，鸟语花香，绿树成荫，有足够的运动场所以便于同学们在学习以外的时间里锻炼身体，放松自己。此外，每一学年都会在学习，科研，综合素质等多方面设立奖励和奖学金的领取办，还为贫困学生提供帮助，这大大有利于我们学生对学习更有劲头。但是学校周围商店和公司不多，不利于我们面对社会学习更多的知识；在校的毕业生就业也是一般。

（三）家庭环境：我出生在一个农村的家庭，家庭环境不怎么好，父母都是农民出身，却带给了我有一个勤劳朴实的好习惯，吃苦耐劳、正直善良的优秀品质。因为作为一个农民的为一出路就是好好读书，所以父母对我的期望很高，给我造成一定的压力，能希望以此转为动力了。

（一）大学期间的学习生活规划

学习不仅是为了以后的工作，最重要的是它能让你终身收益。我们学计算机的就要做到“活到老，学到老”，不断为自己的大脑更新信息与贴近社会的步伐。首先我们要学好本专业所开设的课程，很好的掌握本专业的理论知识，自己在本专业的课程方面哪方面不好就加强哪方面，此外还要加强出本专业以外的别的专业学习，以适应各种变化，最后，就是要在实践中锻炼自己的社交和实际工作能力。

（一）大学一年级：回头想想也已经快要走完了，但是接下来的我们还可以充分利用和分配时间，为学习英语打下良好的基础，通过专升本来不断深造也自己。平时多多泡泡图书

馆呀，多点博览群书呀，这样可以多点了解专业知识。多多参加社会实践，达到理论与实践的真正结合。

（二）大学二年级：认真听课并顺利的通过了英语四级和计算机二级，要熟悉掌握专业课的知识，并且要多点积极参加校园活动或比赛，如演讲、写作大赛等。争取拿一些相关的获奖证书，这样的话可以锻炼自己的实践能力；提高自己的与人交往能力、人际交流技巧和社会实践能力。总之主要任务就是加强本专业的专业能力和素质。

（三）大学三年级：除了学好专业的有关知识以外主要的任务就是提高自己的工作能力、表达能力、交际能力，通过各方面不断地完善自己，发现自己的缺点，并不断采取措施弥补。还要去接触外面的世界，找一些相关单位实习，将专业知识应用到实践；了解面试知识，了解目标职业的所需素质，积累自己工作经验。

（一）在公司里有一个稳定高级编程师的。

（二）在工作所在地过上定居，带上父母过上稳定的好生。

（一）首先认真听课，不缺课，刻苦学习本专业的专业基础知识，努力做到融会贯通。

（二）作为计算机专业我们平时要多点记英语单词、阅读英语、补习英语，提高自己的英语水平。

（三）我们也可以多抽点空到图书馆，多点阅读相关专业的知识来丰富自己。

（四）平时不要总是沉迷于游戏，我们可以利用到电脑学习到更多的知识，充分利用好自己本有的资源。

（五）我们还可以积极参加校园开展的活动，积极表现自己，

充分发挥和锻炼自己的能力和创造力，并且发展好自己的社会交往能力，建立起自己的人脉关系。

（六）每到周末或暑假可以到外面找兼职和打工来锻炼自己的各方面的能力。

大学的生活是锻炼我们人生技能的良好平台，要想充分利用好我们在大学期间的的生活，我们更应该去做的就是恰当规划好自己的大学生涯，使自己在大学的生活里做到事半功倍。当然，仅仅规划是不够的，为梦想的实现，我们还需要能坚持的去执行，去完成自己的目标和梦想。明确了自己的方向，我们更应该的是那起自己的一份勇气，坚定的走去，相信毕业以后会找到自己满意的好工作。

体育生职业规划书篇八

不少人都曾经这样问过自己：“人身之路到底该如何去走。”记得有一位哲学家这样说过：

“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，为这是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你度过的每一天都是你的人生。每个人都在计划自己的人生。都在实现自己的梦想；梦想是一个百草园，我只是百草园里的一根小草，可是小草也有一个大理想，是我在这里畅想一下自己的职业生涯。

中国人常说；尽人事，听天命。对于我们可以控制的，理当全力以赴，因为操之在我；对于不可控制的，我们应当养成坦然接受的胸怀和气度，要抱着一种信念，那就是不做则已，要做就要做到最好。在工作中努力奋斗.自动自发.精益求精，这样，才能赢得收获。一个人，一生当中不知道要遇到多少困难，很多困难是不可预见的，这就要靠我们自己处事时随机应变的能力。面对突如其来的麻烦事情，临危不乱.保持冷静的心态，急中生智想出好办法来。睿智的人，善于分析事

物的发展情况，能够抓住事物的特点，成竹在胸。料事如神，成功的预测事情发展方向，决策与千里之外，谈笑间檣櫓灰飞烟灭。

本人平性端正；谦虚谨慎。吃苦耐劳的素质较好，学习能力较强，求知欲强，爱好运动。待人温和不会经常发脾气，具有一定的隐忍性，会和认识的人保持较好的关系，是那种别人敬我一尺我敬别人一丈的人。对我好的人我会加倍的对她好。别人说我性格外向，但是我觉得我的性格具有两面性，我有时候也喜欢安静的环境，喜欢一个人安静的看书、听歌。不过我还是喜欢热闹，和朋友一起聊天，给彼此带来快乐，我会感觉很开心。

我喜欢运动，尤其是田径和羽毛球，也喜欢旅游，开阔眼界，陶冶情操。另外我有很强的自信心，具有一定的领导能力和团队精神，比较强的创新意识。动手实践能力及自学能力。但我又一个缺点就是有时候过于看淡很多东西，生活有时没目标，没方向总是在茫然中虚度时光，不能很好的有效率的利用自己的时间。高中是搞体育的，大学的时候也是报的社会体育专业。我热爱体育对体育教师和健身教练有很大的兴趣。而且我有一定的领导能力和隐忍能力，我觉得自己在毕业后能胜任体育教师和健身教练，所以我会努力学好专业知识向这个方向发展。

社会体育这个专业主要是从事体育教师和健身教练这类职位。

在家是一个独生子，家里就只有我一个小孩，我在家无论是爸妈还是爷爷奶奶都很宠我，不过我从小就知道自己所处的位置，我自己以后会步入社会那个时候就不能和在家一样了，所以我从小就很懂事，没有因为家里的条件而娇生惯养，而且我在学校在家都是一个很听话懂事的孩子。

我一般学习什么或者做什么事只要不是坏事家里人都会很支持我，就像我高中搞体育和学健美操家里人都是很支持。

高中毕业我填志愿选择了这个美丽的城市，被誉为体操之乡的仙桃，来到学校发现学校的风景很好，同学们在学校关系处理的很融洽，上了很久的课了，觉得在学校的老师也很好很和蔼可亲，而且专业知识知道的很懂，在大学三年能教给我很多的东西，足够我们以后步入社会实践。

我相信自己在这个学校能够让我学到足够的专业知识。

我自己学习的是社会体育专业，就业发展方向是体育教师和健身教练。

我自己的职业目标是健身教练，面对这个职位，在仙桃或者是在全省乃至全国都有很好的发展空间，只要自己把自己的专业知识学好了，我相信我自己能够胜任这份工作。

健身教练这个职业发展前景很好，因为现在国家提倡全民健身，全国人民都对运动有很高的热情和兴趣，而且我学的社会体育专业是面对所有的运动项目的很适合现在的人群，所以这个健身教练有很大的就业前景。

我的目标是先进入一家俱乐部当场地教练，然后虚心的想别人请教向别人学习一些教学经验，然后一步步的向上走，最后依靠自己的家庭和人际关系自己创建一家健身俱乐部。

我会努力让自己做到最好。

我对自己的大学还有毕业后五年有这样一个简短的计划

大学一年级；

- 1、努力调整好自己，使自己充分的适应大学生活，把自己从高中到大学的现实落差和心理落差处理好，拥有良好的心态。
- 2、养成良好的生活习惯和学习习惯，良好的学习习惯会使我

在今后的学习中受益匪浅，使自己学起来更加轻松。

3、认真学习好专业知识和其他基础学科，坚信基础的东西一定是最重要的，注意提高自身的基础素质。

大学二年级；

1、通过参加各种社团组织锻炼自己的各种能力，同时检验自己的知识技能。

2、做一些兼职社会实践活动，同时在课余时间从事一些与自己未来职业有关的专业工作，进一步提高自己的责任感. 主动性。

3、证书大突破；考取英语三级证书. 全国计算机二级等级考试. 全国普通话等级考试。

大学三年级；

1、开始尝试并学习些简介. 求职信，了解社会需求，收集与本人目标工作有关的信息，并通过信息渠道尝试和以毕业的校友交流思想，开始毕业前的申请，积极参加招聘，在实践中校验自己的知识积累。

2、在学校分配的工作地点检验自己的专业知识和社会实践能力，努力进取，积极向上。

毕业后一年；进入公司或者是俱乐部和学习，进入社会，让自己适应社会，努力工作努力学习别人的教育经验. 社会实践的方法，融入集体。

毕业后两年；努力进取，在单位担任一定职位，和同时又良好的关系，有良好的社会实践能力。

毕业后三年；努力学习别人的教育经验，和管理能力，为创

建一个俱乐部去创造条件，去学习社会的一切处理方法。

毕业后四年；利用家庭条件和社会人际关系创建一个俱乐部，学习一切有关的管理方法。

毕业后五年；维持一个俱乐部的正常发展，试着让俱乐部去盈利，创造财富，为自己的以后做打算。

我的职业目标是健身教练，这个职业有很好的发展前景，不过估计会有很大的困难。

来自学校的困难，比如自己的专业知识的学习，所以我会努力的学习好自己的专业知识，在课余时间向老师多多学习，有什么不懂得问老师或者上网查资料。

来自家庭的困难，比如家里人不支持或者是什么别的原因，自己可以将计划推迟几年或者是想别的原因。

来自社会的困难，比如社会上的人们对健身不感兴趣了，有或者是人们家里都有条件了不需要在去健身俱乐部了，我可以换成别的，可以去卖健身器材有说这事别的啊。

不管以后遇见什么困难我都会努力的化解困难努力实现自己的目标。

结束语

计划固然好，但最重要的在于付出实施并取得成效，时时刻刻都不能忘记。任何目标只说不做到头来只是一场空，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。不经历风雨怎能见彩虹。我们要时刻保持一颗清醒的头脑。其实每个人心中都有一座山，雕刻着理想.信念.追求.抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获.芬芳.失意.磨砺。一个人若要获得成功必须拿出勇气，付出努力.拼搏.奋斗。

机遇不相信眼泪；不相信颓废；不相信幻影，只相信爱打拼的人。一个人的一生是有限的，人生能有几回搏，此时不搏何时搏。我们要抓住我们身边的每一个机会来实现自己的人生价值，一个人的一生一定要过的有意义，一定要让自己有限的年华里有回味。一个人活着就是要做有意义的事，而做有意义的事就是好好的活着。

生活的本质不是索取而是在于奋斗。