

# 2023年职校工作计划 职校班主任工作计划 (优秀8篇)

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇一

班主任是学校教育计划的具体执行人，是教务及生管的助手，又是学校和学生家庭的桥梁，班级工作的好坏，直接影响学校教育管理工作进行。2018职校班主任工作计划如下，快随计划网小编一起来了解下。

### 一、进一步提高知识，明确职责，加强责任感

班主任是学校教育计划的具体执行人，是教务及生管的助手，又是学校和学生家庭的桥梁，班级工作的好坏，直接影响学校教育管理工作进行。因此，必须提高认识，加强责任感，掌握班主任工作规律。本学期班级一共有学生23人，没有出现溜生的现象。19位女生，4位男生，全部为寄宿生。贵州籍学生21位，建宁籍学生2位。

1、努力做好学生思想工作，把学生培养成为一个积极向上，勤奋为学，团结友爱的`集体。

2、引导学生努力学好功课，采取有效措施，提高学生学习成绩和学习效率。

3、关心学生生活和健康，组织学生参加各种文体活动。

4、关心和帮助本班共青团组织发展工作和活动，使他们成为班级一支骨干力量。

5、协调本班任课教师的教育教学工作，主动向他们了解本班学生课堂纪律，学习成绩情况，形成统一的教育力量。

6、建立与学生家长联系，协调对学生教育和管理。

## 二、热爱学生，深入了解学生情况

本班级经过上学期的学习之后，班级基本情况是：由于贵州学生基础较差，所以一开始学习比较吃力，经过与任课老师以及学生沟通以后，适当降低教学难度以符合大多数学生的学习程度。经过一段时间学习以后，班级部分学生出现懒散现象，上课不认真听讲，爱玩手机，经过班主任和家长教育之后，现象有所好转。部分学生卫生习惯不好，宿舍卫生状况较差，经过班主任的经常督促和检查，改善许多。这学期的班主任工作根据上一个学期班级特点，在上学期暴露出来的问题这学期要继续抓紧督促和改善。使大部分学生都能养成积极的学习和生活习惯。引导学生向好的方向发展，克服不好的方面。本班级大部分学生为女生，在生活上要更加关心，随时了解学生的思想情况，杜绝早恋现象。

## 三、实施班级管理，形成良好的班风

1、培养积极向上、勤奋好学，团结友爱的班集体。班级的发展，一般由松散期、成长期、成熟期和完善期四个阶段组成，前两个阶段对班级建设至关重要，现在是学生的第二个学期，一定要抓住这一关键期，完善上一个学期的班级管理规定，完善相应的班级目标。班级目标要符合本班具体实际，能为同学所接受，有一定鼓舞作用，而且学生经过一定努力可以实现的。

2、用好班干部。班级能否成为奋发向上，团结友爱集体，形

成良好的班风，很大程度上取决于班干的工作能力和模范带头作用，上学期本班班干部工作表现出色，基本完成自己的本职工作。

3、要形成正确舆论，树立良好班风，进一步完善班级规章制度建设。日常行为、道德行为在班级应有一个共同标准，形成一种舆论。不正确行为出现时，会受到批评，抵制，帮助，形成一种风气。班级应建立目标管理制度，如组织纪律，环境卫生，出勤记录，学习情况，日常事务等进行量化管理评比，在班内形成舆论监督，促进良好班风形成。

4、加强班级文化建设，班级文化作为校园文化的重要组成部分，包括班级环境的布置，班级活动的开展等。

四、做好后进生转化工作。做好后进生转化工作，对班集体形成和巩固有巨大影响。

总之，做好一个中职学校的班主任不简单，但是我会努力的，在以后的班级管理工作中我一定会更加的努力工作，不辜负社会、学校、学生家长、学生和自己本人的期望，他们的关注是对我的压力和对我的动力，我相信我做的会更好的。

6. 中职班主任工作计划2018

7. 职高班主任工作计划2018

8. 2018班主任工作计划

## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇二

教师应当认真备课，团体备课，个人优化，发挥合作的力量，集思广益，博采众长，预设教学实践中可能生成的各种问题。那么你清楚怎么写中等职校教师工作计划了吗？下面是小编为大家收集有关于中等职校教师工作计划，希望你喜欢。

## 一、政治方面：

本学期我将积极参加学校组织的政治学习，认真学习马列主义、毛泽东思想及中国特色社会主义理论，坚持党的基本路线，拥护中国共产党的领导，贯彻党的教育方针、政策，与党中央保持高度的一致，使自己真正成为时代前进的促进派。认真学习《教师法》、《教育法》、《义务教育法》、《教师职业道德规范》及《未成年人保护法》等法律法规，使自己对各项法律法规有更高的认识，做到以法执教。忠诚于党的教育事业，立足教坛，无私奉献，全心全意地搞好教学工作，做一名合格的人民教师。对邓小平理论和“三个代表”重要思想进行认真细致的学习，吃透精神实质，使自己的理论水平和思想觉悟得到更大的提高，做到从言语到行动与党中央保持一致，爱岗敬业，为人师表。坚守高尚情操，发扬奉献精神，自觉抵制社会不良风气影响。不利用职责之便谋取私利。

新学期里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作。遵纪守法，遵守学校的规章制度，工作任劳任怨，及时更新教育观念，实施素质教育，全面提高教育质量，保持严谨的工作态度，工作兢兢业业，一丝不苟。热爱教育、热爱学校，尽职尽责、教书育人，注意培养学生具有良好的思想品德。认真备课上课，认真批改作业，不敷衍塞责，不传播有害学生身心健康的思想。

## 二、素质教育：

我将注重推行素质教育，坚决把实施素质教育落实在行动上。关心爱护全体学生，尊重学生的人格，平等、公正对待学生。对学生严格要求，耐心教导，不讽刺、挖苦、歧视学生，不体罚或变相体罚学生，保护学生合法权益，促进学生全面、主动、健康发展。教案是老师讲课的依据，教案中不仅写明教学要求和教学目的，也写清能力训练的内容、要求、目的

及教学措施等，不仅体现教学大纲的要求，也保证将大纲要求落实到实处。这样做就能使素质教育在整个教育教学中成为一项必不可少的内容，避免了盲目性，随意性，增强了计划性。在编写教案时注意选择教育的方法和时机，达到既给学生传授知识，又开发学生思维能力，促进学生全面发展。在具体的教学过程中，结合所学内容，使学生学习数学知识的同时，也吸取其它方面的“营养”，开阔他们的视野，拓展他们的知识面，培养实事求是和刻苦学习的科学态度。

### 三、教研工作：

我将积极参加教学研究工作，不断对教法进行探索和研究。谦虚谨慎、尊重同志，相互学习、相互帮助，维护其他教师在学生中的威信，关心集体，维护学校荣誉，共创文明校风。对于素质教育的理论，进行更加深入的学习。在平时的教学工作中努力帮助后进生，采取各种措施使他们得到进步。

### 四、出勤：

在工作中我一定要做到不迟到、不早退，听从领导分配。作为一名教师，我一定自觉遵守学校的各项规章制度，以教师八条师德标准严格要求自己，工作严肃认真，一丝不苟，决不应付了事，得过且过，以工作事业为重，把个人私心杂念置之度外，按时完成领导交给的各项任务。

### 五、教学常规：

我将积极从提高课堂教学效益的各个侧面探讨提高课堂教学效益的因素。我将积极学习，翻阅有关资料，对教育理论、目标教学、教学方法、学法指导、智力因素和非智力因素等进行再认识，提高用理论来指导实践的能力。积极实行目标教学，根据教材和学情确定每节课的重难点。平时备好课，上好课，向40分钟要质量。坚持周前备课，努力做到备课标、备教材、备学生、备教具，备教法学法。从知识能力两方面

精心设计教案，并积极地使用各种电教器材，提高课堂教学效益，坚决杜绝课堂教学的盲目性和随意性。

在课堂教学方面我力争课堂解决问题，在教学中抓关键，突重点，排疑点，讲求教法，渗透学法，既教书更育人，使学生的身心得到全面和谐的发展。课堂上语言准确简洁，突出重点，突破难点，精讲多练，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用，使学生的听、写、读等综合能力都得到提高。

## 六、学期工作目标：

通过本期教学，使学生形成一定的语文素质，能自觉运用语文知识解决生活中的语文问题，形成扎实的语文基本功，为今后继续学习语文打下良好的基础。培养一批语文尖子，能掌握科学的学习方法。不及格人数较少。形成良好学风。形成良好的语文学习习惯。形成融洽的师生关系。使学生在德、智、体各方面全面发展。

### 一、思想政治

始终如一地热爱本职工作，坚持政治学习，提高觉悟和意识。注重个人道德修养，为人师表，严于律己，关心学生的学习、生活。加强团结，与同事相处融洽，合作愉快，心往一处想，劲往一处使，共同组成一个团结协作的大家庭。

### 二、个人业务

教学工作是教师的中心工作。作为一名教师，除了要具备良好的'思想品德，高尚的道德情操；还需要具备较高水平的业务技能。本学期我将认真书写教案、备课，并针对学生实际情况有的放矢的开展工作。课堂上，耐心细致地讲解，为使能够学生能够更好地接受书本知识，我会认真研究学生、钻研教材，尽量为学生提供实践的机会，使学生在易学易懂的情境下进行学习，以提高学生学习的积极性。并且以自己在

实践中摸索到的教学模式去进时，认真研究相关教育书籍，与实践相结合，以促进自身的发展。

作为一名教师，除了要具备良好的思想品德，高尚的道德情操；还需要具备较高水平的业务技能。本学期我将注重开拓视野，订阅专业杂志，浏览音乐网页，随时记下可借鉴的教学经验、优秀案例等材料，以备参考。不断为自己充电，每天安排一定的时间扎实提高基本功，努力使自己的业务水平在这一学期里继续提高。

### 三、教育教学方面

深入学习新的教育思想，本着以教育为中心，以课堂为基地，扎实的练好个人基本功。在班上抓好常规教学，多方位把握孩子们的进步与变化，有针对性的改进教学方法。课堂上，耐心细致地讲解，为使孩子能够更好地接受书本知识，我会认真研究学生、钻研教材，尽量为学生提供实践的机会，使学生在易学易懂的情境下进行学习，以提高学生学习的积极性。课后及时反馈，记下教学中的成功点和失败点，及其改进方法。本学期我会积极利用周围的资源为孩子们创设良好的学习环境，帮助他们养好的学习习惯。使他们在轻松愉快、欢乐活泼的状态下进行积极地学习。我还会配合班主任进行日常管理，让孩子们在学习的同时养成良好的行为习惯，健康的身心。

### 四、家长工作

本学期我除了用电话、联系本、家访等方法在平时的时间与家长们的互动交流外，还会增加更多新的渠道。并努力在自己创立的博客网页上发表个人原创性的文章及见解。争取更多的与家长们联系、沟通。

“越是对事业爱得深，越感到自己对事业的不尽职。”在以后的教学工作中，我会积极努力加强自身建设，使自己的工作更

扎实、更有效、更完美、更优秀,同时也希望能在教学上各位老师 and 领导的指点和帮助。

作为一名人民教师,做好自己的教学工作,教好学生,让学生学到知识、学好知识是我们的基本责任。而我作为一名英语教师,让学生学好英语,有一个优异英语成绩,让学生沉心于学习,让家长放心于学校,也是我这个英语教师责无旁贷的事情。

## 一、工作的重要指导思想

我作为一名初一英语教师,为了能够做好下学期的英语教学工作,必须严格遵守教育部门和学校规定的《新课标》的重要纲要规划,认真学习纲要的各项要求,做一名有英语技能、有教学技能、有教师责任的英语教师。同时必须遵守教师的基本职业意识,时刻保持学习,多参加系列讲座,加强自己的思想建设,增加自己的教学能力。

## 二、情况基本介绍

下学期我依旧带我这一学期的班级,初一三班和初一五班。其中初一三班为优秀班,共四十五名学生,初一五班为普通班,共四十一名学生。三班的英语成绩相对来说比较优秀,五班学生英语成绩较落后一些。本学期期末成绩出来后,五班的班主任也找过我,希望我下学期,能够更加照顾下五班学生的英语基础,想办法把他们的成绩提上来,这当然是我责无旁贷的事情!

## 三、大致的教学计划

初一下学期是学生们从小学进入初中的第二个学期,经过一个学期的学习,大部分已经适应了初中的生活。所以这一个学期,我不能再以之前那种轻松的学习态度来要求他们,而是渐渐地增加学习要求。



这一个学期，共四个半月的时间，除去假期和考试的时间，差不多只有三个半月多的时间，所以我要抓紧每一分钟时间，课堂四十五分钟都充分利用好，给学生教好课。除此之外还要挤出时间，给他们做听力练习，做口语练习。

#### 四、具体计划

1、课文学习。这个学期的英语课文共八个单元，但只有三个多月的时间，所以在第一个月必须要上完unit1-unit3[]第二个月上完unit4-unit6[]第三个月上完剩下的课程，并且留出时间复习以往课文。

2、留下最后半个月，给他们做好系统的语法学习，尽可能地讲完几种完成时态。

3、单词练习。两个班级的基础不一样，所以规定三班一天记三十个单词，五班一天记二十个单词，每天中午上课前十分钟，让英语课代表统一默写。

4、口语练习。英语早自习的时候，带他们朗诵课文。

5、英语两节课的时候，留二十分钟给学生们放英语磁带，锻炼他们的听力能力。

#### 一、班级情况分析

从上学期的各方面情况来看，本班总体还是不错的，班风积极健康，学生团结向上，班干部的工作能力有很大提高，大部分学生已经逐渐养成良好的学习习惯，但是仍不排除少数学生自控力较差，学习目的不明确，学习效率低，成绩非常差。本学期仍应进一步培养学生良好的学习习惯，教育个别学生进步，大胆放手让学生自己干力所能及的事，并做好组织引导工作，限度的营造一个团结，积极，先进的班集体。

## 二、本学期目标：

- 1、进一步培养良好的行为习惯和学习习惯。
- 2、巩固良好班风，完善班级管理制度，凝聚、挖掘班级各方力量，提高班级整体水平。
- 3、加强学风建设，培养学习兴趣，明确学习重要性，注重学法指导，提高学习效率。
- 4、做好学生尤其是男生的思想工作，建立良好的新型师生关系。

## 三，具体措施

### (一)继续抓好学生的思想工作

- (1)针对个别学生进行耐心的谈话，直到行之有效。
- (2)多多了解关心学生，努力开导学生，尽力做好心理专家和引导者。
- (3)利用空余时间进行家访，及时与家长交流情况，统一思想。
- (4)对一些要求上进的学生要充分调动他们的积极性，鼓励他们再上一个台阶。
- (5)尽量转变差生的学习态度，努力提高他们的学习成绩。

### (二)常规工作：

- (1)积极开展各项评比活动，形成比、学、赶、帮的风气，人人争做“阳光学生”。
- (2)适当调整班干部组织，定期进行班干部会议并做好记录。

鼓励班干部积极主动，并创造性得处理班内事务，培养工作能力。

(3) 加强对学生的心理健康教育，优化学生的心理状态。

(4) 鼓励学生积极参加志愿者活动，使他们走近社会，了解社会，增强他们的社会责任感和为人民服务意识。

(三) 学风建设：

1、经常与各门学科的任课教师进行沟通，了解学生情况，做好协调工作。

2、做好后进生转化工作。

3、加强对学生的综合能力的培养，积极培养学生的创造精神，利用班会开展形式多样的活动，如知识竞赛，读书交流会，辩论会等。

4、加强学生早自修、午自修、晚自修等时段的自主管理。

为了认真贯彻落实学校的工作计划，使本学期的各方面工作能够更好的开展，本人结合自身的实际情况，特制定以下工作计划。

一、思想政治方面

1. 加强政治理论学习，提高自身素质认真学习党的路线、方针和政策，保持正确的思想政治方向。关心国家大事，经常和老师们共同探讨学习体会，提高自己的思想政治觉悟。热爱自己的事业，关心爱护每一个学生，让学生把学校看成一个温暖的大家庭，把老师看成妈妈一样。对学生一视同仁，一切从学生的实际出发，让每一个学生在学校中都能健康快乐的成长。

## 2. 加强学习交流，提高师德修养

本学期，我将通过网络、刊物等渠道，搜集名师的事迹材料，认真学习体会他人优秀的教育经验，在名师的引领下，进一步用爱心、耐心去呵护每一颗幼小的心灵。在班级工作中如有不懂的地方，及时虚心的向周围的老师请教。时刻注意自己的言谈举止，严格要求自己，做到言传身教、为人师表。

## 二、教育教学方面

### 1. 认真学习教育教学理论

二十一世纪是信息时代，科技知识不断更新，新的理念不断涌现，学习成为我们现代社会生活的重要方式之一。教师从事着教书育人的重要工作，更需要不断学习。在工作中，我会继续认真学习教育教学理论，认真研究课程标准，研究学法和教法，研究教材重点与难点，做到理论指导实践，实践充实理论，把一些好的教育教学理论方法运用到具体实践中。认真贯彻国家基础教育工作会议的精神，以基础教育课程改革为契机，全面推进素质教育，深化教育改革。以培养学生的创新意识和实践能力为重点，深化课堂教学改革。

### 2. 努力提高学生成绩

要提高学习成绩，学困生是关键，我准备根据具体情况，有针对性地采取多种方式帮助、提高学困生的学习成绩。

### 3. 充分发挥家长的作用

多与家长沟通，与家长建立良好的关系，认真听取家长的意见或建议，满足家长的合理需求，努力缩短家长和老师之间的距离。充分调动家长的积极性，使他们成为学校教育的坚实后盾。建立“家校联系册”，使家、校双方随时了解孩子的表现，以利于对学生进行及时教育。

#### 4. 常规业务方面

力争按时完成各项任务，坚持出满勤。认真备课，为40分钟的课堂教学做充分准备。认真上好每一堂课，课后及时认真反思教学中的得与失，以便在今后的教学中扬长避短。

#### 5. 自主学习，开阔视野。

积极参加学校组织的各项培训、学习，并做好学习记录。课余时间多阅读些教育教学刊物，摘录些对自身工作、学习等有益处的篇章段落，积极参加学校组织的教育教研活动。平时多读书，多看报，不断充实自我，提高自身素质和水平。利用网络媒体、报刊杂志、业务专著等，加强学习、研究，及时掌握所教学科教学发展的动态和趋势。

#### 6. 专业发展，提高自我

练习“三笔一话”基本功，学习驾驭课程标准和教材，进一步提高掌握、运用现代教育信息技术的能力。坚持每天写教师工作日记，及时的记录自己在教育教学方面的点滴收获与想法，借以促进提高。

### 三、班级管理方面

班集体是学校工作最基本、最重要的组织，是培养学生良好行为习惯的主阵地。要加强班集体建设，因此一定要提高班级的凝聚力和荣誉感。

#### 1. 养成教育

要求并引导学生时刻以《小学生守则》和《小学生行为规范》的内容为行动准则，严格约束自己的言行；经常提醒学生不要在教室里、走廊内大声喧哗、跑跳、打闹；自制力较强的同学负责监管、带动；规范学生的书写、作业等，培养学生养成良

好的学习习惯。

## 2. 思想教育

积极带领学生参加学校组织的各项比赛和活动，坚持和学生一起参加大课间活动。同时，充分利用升旗、重大节日、班队会等活动，对学生进行爱国、感恩等多方面思想教育。

## 3. 安全教育

警钟长鸣，安全第一。每周至少对学生进行一次交通、游戏、劳动、饮食等方面的安全教育。

## 4. 卫生教育

值日认真彻底，不留死角。本学期，我依然帮、带、指导学生打扫卫生，使他们掌握劳动的技能与方法，还教室一片洁净，给学生提供一个良好的学习空间。作为一名经验尚浅的老师，我在教育经验，组织管理等各方面，还有太多的欠缺和不足，需要进一步的完善自己，以更快的速度融入到集体当中。总之，我要处处严格要求自己，努力提高自己，为学校的发展尽自己的一份力量，愿我们的学校会越来越好！以上是我制定的个人工作计划，如有不完善之处，请领导批评指正。

### (一)加强毕业生就业指导，帮助学生明确职业生涯发展规划

首先，做好毕业生发展方向指导工作，了解学生考研人数和状态以及希望就业人数和期望。针对考研的学生进行鼓励，督促其学习状态，并随时沟通，了解学生复习情况以及自身状态。另外作为辅导员我们会通过多种渠道获得包括我校在内的研究生计划招生专业和人数，并向大家及时发布信息，以便考研的学生有自己明确的方向。

其次，对于打算就业的学生，首先要督促英语过关和课程补考，保证尽可能多的人能够在第八学期顺利拿到两证。从十月份开始，高校的就业工作全面展开，各大企业陆续到校园内举办招聘会，这将是我们毕业生辅导员接下来开展的工作重点。我们在加大力度搜集各种就业信息的同时，一定要做好学生的就业指导工作，针对学生的想法、自身特点以及其所困惑的问题进行分析和解答。在宣传好本学校的招聘会的同时，鼓励学生走出去，引导学生去任何可以提供就业机会的招聘会、展览会、实习机会等等。我们也应积极联系用人单位，与各用人单位建立起良好的合作关系，向用人单位推荐我们的学生。总之应想尽办法帮助学生就业，争取我院学生的就业率达到甚至超过我校平均93%的就业率。

## (二)加强日常管理工作，督促学生搞好寝室文明建设

继续加强寝室文化建设，督促学生搞好寝室卫生以及寝室文明。总价前几年寝室文明建设的工作经验，对于毕业生寝室文化建设不但不应该放松，反而应更加严格要求，究其原因，一是在学校养成的良好卫生和文明习惯学生会将其带入到工作岗位上去，这对于学生的职业发展非常有利；二是毕业生随着毕业日期临近，日常生活用品由于年月积攒杂物较多，如果不收拾干净整洁则会存在较大的安全隐患。基于以上两点原因，对于大四的宿舍文明建设我们应该加大力度，每周三定期巡查，平时不定期抽查，督促学生能够在最后一年里保持住或者继续养成良好的生活习惯。

## (三)加强学生思想政治，保持学生思想稳定

坚持做好所带班级广大团员和党员以及入党积极分子的教育工作，使学生们始终在思想上保持积极向上，在生活中要求进步，充分发挥党员和班干部的先锋模范作用，为我院开展学生工作奠定良好的群众基础。

不断加强学生的安全教育。始终坚持“以人为本、安全第一”

的工作原则，一切活动的开展都把学生们的人身安全放在第一位，使学生们在思想上永不松懈，养成良好的自我保护意识。继续加强学院学生信息员队伍建设，建立严格的安全工作责任制，做到超前防范，信息畅通，坚决杜绝各类安全事故的发生。针对毕业生杜绝其在宿舍饮酒以及打架斗殴现象发生，密切关注毕业生动态，以避免发生不必要的不良影响其顺利毕业的恶性事件发生。

#### (四) 狠抓学生管理，形成良好的院风和学风

一方面，辅导员抓好所带班级的班集体建设，因势利导的调动学生学习积极性；进一步规范学生的日常管理，重视学生的日常纪律，对违纪学生的处理，及时、公正、公平。同时，结合和谐校园的建设，进一步规范学生的行为，促进了院风建设。另一方面，进一步完善制度，加强对学风建设的宣传教育，严格管理，抓好落实，抓考风，促学风，把学风建设推进到一个新的水平。另外，还大力抓典型，通过榜样的力量带动大批学生，促进了良好的系风、学风的形成。争取在第七学期向学校推送至少一个优良学风班，在为毕业班学生就业把好关的同时督促其坚持住第七学期的学习和考试任务，督促学生不要忽略最后一学年学习成绩，且为明年的毕业设计做好准备。针对在校外实习或工作的学生应做好记录，随时沟通，了解学生动态，提醒此类学生考试时间，督促其工作的同时依然要认真对待课业。

在过去的两年时间里，有些工作已经初见成效，但是面对不断变化的现实环境，随时发生的突发状况，只有不断的学习、不断的创新才能够做好。在接下来的日子里，我们将不断提高自身素质，坚持与时俱进，不断调整工作思路，及时解决突发问题，与学生多沟通，了解他们的想法，才能在实质上加强学生的思想教育工作、日常管理工作和学生素质教育工作，使学生工作真正落到实处！



## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇三

做好班主任，首先要明确自己的目标和制定好工作计划。而且都既有针对性，因此从实际出发制定了职校班主任教学计划。

- 1、努力做好学生思想工作，把学生培养成为一个积极向上，勤奋为学，团结友爱的集体。
- 2、引导学生努力学好功课，采取有效措施，提高学生学习成绩和学习效率。
- 3、关心学生生活和健康，组织学生参加各种文体活动。
- 4、组织学生参加社会实践和公益劳动。
- 5、关心和帮助本班共青团组织发展工作和活动，使他们成为班级一支骨干力量。
- 6、协调本班任课教师的教育教学工作，主动向他们了解本班学生课堂纪律，学习成绩情况，形成统一的教育力量。
- 7、建立与学生家长联系，协调对学生教育和管理。

### 二、热爱学生，深入了解学生情况

要想引导学生向好的方向发展，克服不好的方面，首先必须深入了解每个学生的身体、思想状况和原有知识水平，了解他们的兴趣爱好，性格特点和家庭情况，然后加以分析，综合。

如新接手的新班主任，必须先了解这个班基本情况：人数，男女，年龄状况，政治面貌，担任干部情况，受过奖励处分，学习成绩，特长爱好，健康状况，家庭地址，电话，家长职

业，经济状况等。

### 三、实施班级管理，形成良好的班风

根据学校工作计划要求，联系本班实际，先订好一个学期工作计划，然后每周要有具体的计划，计划必须做到方向、任务明确，措施具体、切实可以。

#### 2、培养积极向上、勤奋好学，团结友爱的班集体。

班级的发展，一般由松散期、成长期、成熟期和完善期四个阶段组成，前两个阶段对班级建设至关重要，新生入学后第一学年，一定要抓住这一关键期，制订相应的班级目标。班级目标要符合本班实际，能为同学所接受，有一定鼓舞作用，而且学生经过一定努力可以实现的。

#### 3、选好、用好干部。

班级能否成为奋发向上，团结友爱集体，形成良好的班风，很大程度上取决于班干的工作能力和模范带头作用，因此，要挑选具备一定组织工作能力，能团结同学，表现学习好，能以身作则，起模范带头作用的同学担任。

4、要组织和开展集体活动，培养集体主义精神和团结友爱等优良品质。如参观，游览，访问，晚会，主题活动等。

5、要形成正确舆论，树立良好班风，抓好班级规章制度建设。日常行为、道德行为在班级应有一个共同标准，形成一种舆论。不正确行为出现时，会受到批评，抵制，帮助，形成一种风气。班级应建立目标管理制度，如组织纪律，环境卫生，出勤记录，学习情况，轮值制度，日常事务等进行量化管理评比，在班内形成舆论监督，促进良好班风形成。

小学四年级科学教学计划

通过科学课程的学习，知道与周围常见事物有关的浅显的科学知识，并能应用于日常生活，逐渐养成科学的行为习惯和生活习惯；了解科学探究的过程和方法，尝试应用于科学探究活动，逐步学会科学地看问题、想问题；保持和发展对周围世界的好奇心与求知欲，形成大胆想象、尊重证据、敢于创新的科学态度和爱科学、爱家乡、爱祖国的情感；亲近自然、欣赏自然、珍爱生命，积极参与资源和环境的保护，关心科技的新发展。

学生虽经过一年的科学学习，探究能力有了很大的提高，但由于各种条件的限制，学生的科学常识极为缺乏，科学探究能力和意识不强。家长和学校偏重于语、数、英教学，使学生没有多少时间和机会接触大自然，更没有得到大人和老师及时、周到的指导，使学生没能很好地在观察、实验、调查等实践活动中获取知识、发展能力、培养思想情感。

在小学阶段，儿童对周围世界有着强烈的好奇心和探究欲望，他们乐于动手操作具体形象的物体，而我们的科学课程内容贴近小学生的生活，强调用符合小学生年龄特点的方式学习科学，学生必将对科学学科表现出浓厚的兴趣。

## 1、本册内容情况

《科学》四年级上册由“天气”、“溶解”、“声音”和“我们的身体”四个单元组成。在三年级上、下册的基础上，本册教材将继续引领学生经历一系列有意义、有价值的科学探究活动，使他们获得的学习体验，加深对科学的理解，增进科学探究的能力。

## 2、本册的主要活动

(1)对天气的观察与测量从天空中云的形状和变化开始，对构成天气的四个要素分别进行观测。

(2)对身体结构的研究，了解骨骼及肌肉的功能和结构，以及运动情况，并建立保护心脏，保护肺的意识。同时了解食物在口腔内的变化及与牙、舌头、唾液的关系。

### 3、教学重点：

重视对学生典型科学活动的设计，培养小学生的科学素养。

### 4、教学难点：

通过动手动脑、亲自实践，在感知、体验的基础上，使学生形成较强的科学探究能力。特别是实验中控制变量、采集数据，并对实验结果作出自己的解释，学习建立解释模型，以验证自己的假设。

1、把科学课程的总目标落实到每一节课。

2、把握小学生科学学习特点，因势利导。

3、用丰富多彩的亲历活动充实教学过程。

4、让探究成为科学学习的主要方式。

## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇四

在新的一年里，我校团委将以“xx大” □xx届三中、四中全会精神、团代十x大相关决议和文件精神为指导，以团区委2019年工作要点、教育局相关工作要求和学校今年的工作重点为主题，以学校德育工作和教学工作为轴心，结合我校学生的特点，积极探索共青团组织服务青少年的有效途径和手段，全心全意为广大青少年学生服务，广泛开展形式多样、内容丰富的各类活动，使广大青少年团员更主动的靠拢团组织，力争开创学校共青团工作的新局面。

全面提高我校团员、青少年学生的自身素质，提高青年团员教师的职业道德水平与教师的师德修养，规范教育教学行为，活跃校园文化，争创先进团委。

1. 加强组织建设，提高组织能力，完善“团委——团支部”的管理体系，强化组织领导，配备好团支部的领导班子。及早选好学校新一届团支部干部，把一批有朝气、有才能、热心共青团工作的先进青少年吸引到团委班子中来，让我校共青团工作充满蓬勃生机和活力，使团委工作能有序有效的进行。

2. 团员注册，完善组织结构。在档案材料管理上，完善团员登记注册工作，确保团员人人有档案。进一步壮大团组织的队伍，完善注册、收缴团费等工作，加强对新建团支部工作的指导，激发他们的积极进取心。

3. 协调好各方面的关系，使团委能成为学校对外宣传的一个窗口，以服从于学校的管理、服务于年级、班级的管理为原则，正确协调处理团委活动与各部门管理的关系，使之能得到他们的支持。

4. 深入持久地开展主题教育活动，把深入学习安全、纪律、学风教育月活动 and 强化团员意识教育活动结合起来，根据青少年学生群体的特点，采取不同的学习教育方式，深入持久地开展教育活动。增强共青团员的光荣感、使命感和责任感。

5. 开展丰富多彩的校园

2019校团委工作计划以活动为载体，陶冶团员青年的情操，切实加强青少年的思想道德建设。团的生命在于活动，今年，校团委将以“五·一”、“五·四”、“清明”、“端午”“十·一”、“校园文化艺术节”、等重大节日和纪念日为契机，开展丰富多彩的校园文化活动。大型活动做到有方案、有纪实、有总结，同时每次活动做到认真设计、布置

和实施，加强对各支部活动情况的考查力度，突出活动的实效性。

1. 配合政教处加强我校学生思想道德建设，提高他们的综合素质，促进他们全面健康发展，增强他们参与未来社会竞争的实力。
2. 贯彻落实团组织各项规章制度，使团组织各项工作规范化、程序化、实效化。
3. 进一步做好“校园之声”广播站工作，重新选拔播音员，建立健全新的校园广播站组织，进一步设立完善的班级稿件上报制度，拓展广播内容的资源渠道。今年，团委将与部分老师配合一起利用好校园广播这一宣传手段，及时报道校园新闻、时事政治、介绍学校的好人好事、先进人物事迹、办好课外学习栏目。同时也将加强板报及橱窗的建设，根据重大节日、纪念日以及学校的工作安排，确定主题，进行宣传布置，努力提高校园文化建设，促进良好校风、学风的形成。
4. 与各班主任密切配合，加强信息反馈，及时调整工作方法和思路。
5. 工作部署力求到位，及时检查和总结。

共产主义青年团是党的助手和后备军，团的生命在于活动，校团委将本着为青少年服务的思想，深入扎实的开展工作。相信，在学校党支部的正确领导下，通过全校团员青年青少年的共同努力，我校团的工作定能踏上一个新的台阶。

## **职校工作计划 职校班主任工作计划篇五**

上半年，职教科围绕年度工作任务，以推进职教改革、构建现代职业教育体系为抓手，扎实工作，勤奋工作，较好的完成了各项工作。

## 一、上半年工作情况

### (一)认真谋划资源整合

按照省教育厅、省发改委、省财政厅、省人社厅于联合下发《关于市级政府统筹发展职业教育的指导意见》和省教育厅、省发改委、省财政厅联合下发《关于报送中等职业教育布局结构调整规划的通知》文件要求，在认真领会的同时，更加注重行动上的落实。一是与市发展改革委员会、财政局联合发文布置此项工作，要求各县(市)8月底前上报本县(市)中等职业学校布局调整规划；二是优化专业结构调整，根据学校招生规模、办学特色，统筹中职学校专业设置；三是配合市委政研室完成全市中职学校现状调研工作。

### (二)狠抓质量提升工程

未来三年，我市将重点建设8所省级示范特色中等职业学校、26个省级示范专业、26个省级示范实训基地、18个省级“名师工作坊”、9个省级现代学徒制试点和3个省赛赛点项目。按照省中职质量提升工程项目建设方案的要求，我科已组织两次全市项目学校项目建设培训会。目前学校正在编制项目建设实施方案和任务书，经市教体局、人社局和财政局审核批复后报省厅备案并组织实施。

### (三)扎实抓好职教宣传

一是大力开展职业教育宣传月、活动周，认真组织“教学开放日”、“职教体验”和职业教育“大家谈”等活动，20\_\_年“活动周”期间，全市约5000名学生和家长分别参与12所职业院校举办的20余场次职教体验活动，学生和家长普遍反响良好；二是编印出版《新编初中生学业规划指导——技术技能型人才方向》读本，免费发放至全市初中毕业生学习使用；三是在相关媒介继续播放安庆职教宣传片，努力扩大职业教育知晓度，不断增强职业教育吸引力。

#### (四)成功举办技能大赛

分两个阶段，在安庆工业学校和安庆皖江中等专业学校两个赛点，成功举办第十二届中职学校技能大赛。比赛设10个专业类别46个项目，来自全市26所中职学校共1219名学生参加，为历届最多。推荐126名(组)学生、6名教师参加省赛，荣获一等奖5个，二等奖10个，三等奖23个。截止目前已有多名同学在国赛中获奖。

#### (五)对口高考又创佳绩

20\_\_年我市中职学校对口升学本科录取512人，为历年之最，占全省七分之一；20\_\_年我市共有426名学生(不含枞阳、宿松县)考取本科院校，仍位居全省前列。对口升学成绩影响力不断发酵，吸引了一大批中考成绩600分以上的学生上中职学校。

#### (六)联盟建设成效显著

按照联盟章程和年度工作计划，扎实开展各项工作。一是参与制定我市职业教育发展规划，为构建现代职业教育体系献计献策。二是采取多种形式，组织联盟活动，加强沟通联络，联盟成员之间关系更加紧密。三是成立中高职衔接协作委、职教研究所，并积极发挥其作用，为我市职教发展献计献策。四是联盟的影响力不断扩大，先后接待了福建南平市、江西吉安市职教联盟考察团，就加强联盟建设和两地之间互动交流，形成共识。

### 二、下半年工作计划

1、完成全市中等职业教育布局结构调整规划编制工作。根据省教育厅、省发改委、省财政厅要求，各市中等职业学校布局调整规划由教育、发改、财政等部门研究制定并经市级政府批准，于今年12月底前报省教育、发改、财政等部门审核后实施。



- 2、督促各县(市)教育局和中职学校，加强职教宣传，加大招生力度，力争有所突破。
- 3、做好20\_\_年中职学校学生招生录取和学籍注册工作。
- 4、举办全市第十三届中职学校技能大赛。
- 5、推进全市中职学校质量提升工程90个项目全面实施。
- 6、组织中职学校学生“文明风采”竞赛和“德能双优”学生评比活动。
- 7、举办全市中职学校信息化教学大赛，推荐优秀选手参加国家和省大赛。
- 8、充分发挥职教研究所、中高职衔接作委的作用，开展课题研究工作，营造中职教研氛围。
- 9、做好安庆职教联盟秘书处工作。
- 10、启动规范全市各类中等职业学校类别名称工作。

## 一、指导思想

全面执行党的教育方针，坚持科学发展观，坚持“以就业为导向，以服务为宗旨”的职业教育办学理念。贯彻、落实市教育局全面实施教育双十大项目工程和市教研院的“十项行动计划”，借力中职十大研训基地开展教育教学工作，加强教学质量提升和校本教研的研究指导，更新教育教学理念，推进中职教育改革，增强服务意识，注重教育科研，提高工作实效。以学生的发展为本，注重职教特色，探讨有效教学，进一步实施以培养学生创新精神和实践能力为重点的素质教育，全面提高教育教学质量。

## 二、工作重点

1. 认真贯彻市教研院“十项行动计划”，突出重点，拓展平台。以“创新创业教育联盟”“高三教学联盟”和“实验教材教学联盟”为抓手，努力实施创新创业人才培养计划，认真评审两创之星、两创星级社团和两创示范基地。加强中高职衔接工作，提升教学质量，推进中职单考单招成绩的进一步增长。继续完善与地方实验教材相配套的教学资源，夯实基础，凸显特色，整体发展。
2. 积极推进专业课和文化课的课程改革，落实省教育厅的专业课程改革思路，充分发挥课改基地的示范引领作用。开展新大纲、新教材培训，帮助学校及一线老师学习领会全国、全省中职教育教学改革的新精神、新举措。
3. 继续推进评价制度改革。以学生的发展为本，张扬学生个性，扎实推广、实施“温州市中职学校综合学分制”。
4. 注重课堂教学的有效性研究。引导有效备课、有效上课、有效评价。把有效教学同中职教育的职业指导、职业素养结合起来，指导研发适合中职学校实际和职业教育特点的高效优秀课例，努力打造高效课堂。
5. 做好校本教研工作。每位教研员联系2所学校，定主题、定时间开展校本教研活动，注重专家引领、同伴互助，以点带面，整体推进。
6. 根据我市中职教育实际，面向全体学生。因材施教，分层教学，努力挖掘中职学生潜能，让绝大部分学生有成功感，提倡“抬头”教学。
7. 加强教师队伍建设，尤其要帮助青年教师提高自身素质，更新教育教学理念，改进教学方法，提高课堂实效。
8. 注重调查研究。深入教学第一线，重点进行课程设计和课堂教学调研，切实为学校、老师办实事，解决教育教学中的

实际问题。

9. 形成浓厚的研究氛围。以10个中职教育研训基地和8个学科教学研究会为研究平台，深入研究，积极开展多种形式、多层面的教育教学研训活动，促使教研工作向更深层次发展。

20\_\_年全市教研工作迎来了重要的发展机遇，我们将在滁州市教育局教研室和天长市教育局的领导下，锐意改革，勇于创新，努力做好全年教研工作。

## 一、指导思想

坚持以全面提高全市中小学教育教学质量和教师专业化水平为工作目标;以义务教育课程改革和高中新课程方案的实施为工作核心。切实加强教师队伍和教研人员自身建设，不断更新教研理念、丰富教研内涵、提升教研品味、提高教研实效。努力追求教研工作“规定动作不走样，自选动作有创新”，构建和谐教研，全心全意为办人民满意的教育服务。

## 二、工作思路

1. 抓教研工作三年行动计划的实施和全市中小学校本教研考核工作，促进全市教研工作的深入开展。

2. 抓教科研中心教研工作的开展与考核，促进全市农村中小学、幼儿园教研工作的全面开展。

3. 抓“名师工作室”的建设与管理，打造名师队伍，促进全市教研工作的可持续发展。

4. 抓城乡教研工作联动(学科教研会、满意课堂、同课异构、结对子、教学视导等)，促进全市教研工作的均衡发展。

5. 抓高考、初中学业水平测试研究和中小学教学质量检测工

作，促进全市教育教学质量不断提高。

6. 抓科研课题的申报、开题、中期汇报、结题、成果推广工作，力求每所学校、每位教研员都有科研课题在滁州市级以上立项并加以研究，促进教研员和教师科研能力不断提高。

### 三、工作要点和措施

1. 加强高考、初中学业水平测试研究工作，开好高考考纲、考试说明解读报告会和各学科备考研讨会；扎实做好高考前三次模拟考试及成绩分析工作；扎实做好滁州市初、高中学业水平测试阅卷工作，巩固全市高考成绩和初中学业水平测试成绩列滁州市领先地位。

2. 积极开展中小学、幼儿园“满意课堂”教学研讨会活动，学科优质课(教学基本功)评比，学科教研论文评比，部分学科教学设计评比、教学案例评比。

## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇六

职业职业学院精神文明建设工作将以党的十七届四中全会精神为指导，认真贯彻中央、自治区文明委、全区、市宣传思想工作会议精神，巩固和扩大学习实践科学发展观活动成果，坚持解放思想、实事求是、与时俱进，坚持贴近实际，坚持创新内容、创新形式、创新管理体制和工作机制，大力开展师德建设和群众性精神文明创建活动，努力营造和谐的校园环境，为创建一流职业名校提供精神动力和思想保证。

### （一）深入开展师生道德教育

1、以打造社会主义核心价值体系为目标，认真学习和践行社会主义核心价值体系，推动全社会巩固发展统一的指导思想、共同的理想信念、强大的精神理想和良好的道德风尚。

3、扎实推进党员干部理论学习。认真学习《教师法》以及教育与教育有关的政策法规文件，不断提高党员干部政策理论水平。

4、贯彻科学发展，解决突出问题。继续巩固扩大科学发展观学习实践活动成果，转变工作作风，凝聚人心，激发干劲。坚持回头看，对查摆出的突出问题集中解决。

## （二）积极开展读书育人、文化育人活动

1、以红色经典和传统经典为主要内容，开展以“读一本好书”为主题的读书征文、读者访谈等活动，继续实施“爱心书库工程”。

2、深入开展以“我们的节日”为传统民俗系列活动，深入挖掘传统节日的文化内涵，利用春节、清明、端午、中秋等民族传统节日，开展富有传统特色、地方特色的系列文化活动，营造浓厚的传统文化氛围，弘扬中华民族优秀传统文化和传统美德。

1、以构建“文明校园”为目标，切实加强学院管理。在管理工作中，实行民主管理，坚持校务公开；实行人本管理，在工作中理解教师、尊重教师，形成“尊重人才，尊重知识”的良好氛围；实行依法管理，深入开展法律法规的学习活动，使广大师生学法、懂法、守法、用法，努力营造安全、文明、和谐的校园。

2、广泛开展“人文校园、活力校园、和谐校园、绿色校园”教育活动。通过文明班级、文明教研室、文明个人的创建活动，把工作重心放在育人氛围的营造上，把主要精力放在师生文明行为习惯的养成上。

3、开展讲文明、树新风活动。以“迎世博、迎亚运”为主题，积极倡导文明言行、文明礼仪之风、读书学习之风、勤俭节约之风。继续开展“爱国歌曲大家唱”活动。

# 职校工作计划 职校班主任工作计划篇七

根据自己的实际情况，比如工作职责，确定一下工作目标，这样就可以有针对性的明确自己的工作计划，可以先确定一个总的方向，在按时间分段完成。

## 【篇一】

### 一、指导思想

本学期，我校的德育工作将贯彻落实《\*中央^v^关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中等职业学校德育大纲》，进一步加强和改进中等职业学校德育工作。按照学校工作计划，牢固树立以学生为本，为学生服务的思想，进一步加强和改进学生的思想道德建设，不断提高学校的德育工作水平。

本学期将本着教育在前，预防在先的原则，尽量将问题解决在萌芽状态之中，将德育教育寓于课程教学和活动中，全员参与，全程管理，要在提高德育工作的预见性、针对性、及时性和实效性上狠下功夫，为学校和社会稳定做出贡献，为正常的教学秩序提供有力的支持，努力培养学生学会尊重，学会做人，学会学习，学会生活。

### 二、现状分析

### 三、工作要点：

依据职业教育的特点和要求，发扬以德育为核心的学校教育传统，牢固树立育人为本、德育为首的观念，整合学校的德育力量，进一步加强和改进德育工作。要认真研究学生中存在的问题，积极探索学校新形势下德育工作更有效的途径和方法，提高学生的思想道德素质。

1、组织好新生的入学教育，以抓好仪容仪表规范为切入口，结合动能教育活动，切实加强和改进学生的行为规范和思想道德建设，加强团队建设，提升学生的思想道德素质，创造良好的校园环境，提升我校学生的职业道德文明素养。

2、加强安全工作，对学生进行安全及法制教育，每月开展一次逃生演练，提高学生遵纪守法的自觉性。聘请法制教育专家或校外辅导员来校讲课，加强学生自我保护和遵纪守法的教育。发现问题班主任要及时家访，密切与家长联系，将问题解决在萌芽状态之中。在学生见习和实习中也要加强法制教育，杜绝一切违法犯罪行为的发生。

3、积极开展青春期教育和心理健康教育，发展学生健全的人格。要特别关注住宿生的管理，认真研究学生的思想问题。一方面严格要求，加强管理，培养他们良好的学习生活习惯，塑造明礼诚信、宽容大度、互帮互助的优秀品格；另一方面要在学习、生活、安全方面给予学生特殊关爱，使学生快乐健康地成长。

5、加强专业化管理力度，认真组织各项评比活动，用身边的好人好事和典型事例开展教育，为学生树立可亲、可信、可敬、可学的榜样，通过榜样引导学生崇尚先进，学习先进，形成良好的班风、校风。

## 职校工作计划 职校班主任工作计划篇八

本学期我担任新一届的焊接专业班的班主任，根据对该班学生进行沟通后的了解和我们学校的实际情况以及自身的实际条件，特制定本计划。

### 一. 指导思想：

尊重；信任；共情；关注；在德育工作中要尊重每个学生的人格，相信他们的潜在的力量，善于发挥他们的优点和长处，并以

深厚的感情来对待和教育他们，要相信学生都有积极的一面。我们也明白，你如果不负责任的去埋怨或者是批评或者是惩罚一个学生，就是对他人格的极度不尊重和不信任，那样的结果是换来学生对你的不尊重和不理解，结果是班主任工作的极难开展。我们也知道“己所不欲，勿施于人”，“用人不疑，疑人不用”。只有在了解的基础上充分的尊重和信任，才能最大限度的发挥学生的潜能。所谓“共情”是指要和学生的感觉保持相通，即要经常换位思考，只有我们经常换位思考，我们才能明白学生在想什么，他想的对不对，他的做法是否符合他们的特征。所谓“关注”，就是关注学生的成长进步的每一个细节，我们都知道细节决定成功。

## 二. 奋斗目标:

有计划，有规律，有效率，有成绩”。前面的“四有”是教育学生怎样做人，后面的“四有”是教给他们如何学习。

- 1、“有人格”是做人的最起码的标准
- 2、“有胸怀”会使我们的班集体变得融洽，同学们之间会亲如一家
- 3、“有计划”：很多学生是得过且过型，他们整天忙忙碌碌，或者无所事事，这些都是没有计划的表现，有的学生不服气，说我有计划，比如我要成为一名优秀的工人，优秀的技术人员，我说那是理想，愿望，或者是你的计划太空洞，可操作性不强。所以我规定，每月的1号是全班同学制定计划日，每个人都要制定出操作可行的计划，班长和学习委员以及班主任检查。另外，每周甚至每天都要制定一个计划，一旦有了计划，那么慢慢的就会“有规律”起来。
- 5、“有效率”：经常看到有的学生整天忙碌，埋头苦干，就是看不出进步，原因就在于没有提高“效率”。



### 三. 具体措施:

#### (一) 思想行为教育方面:

了人人有事做，真正把班级当成了自己的家庭一样来看待，让有些调皮的学生有事可做，也可以分散他们的一些其他方面的注意力，同时又可以使学生逐步走向自主管理，真正成为自己的主人。可谓“一箭三雕”。

3、发挥主题班会的作用：主题班会是一座大熔炉，它能集中全班同学们的精华思想，进而感染每一个同学，起到催化剂的作用。鉴于此，我打算每两周高一次主题班会，内容也是密切联系本班实际情况以及学校的动态。

4、多开展一些竞赛活动：其目的—是为了锻炼学生的能力，另一方面也增强了学生的集体主义感。增强学生间的凝聚力。

5、确定每周的主题，提高能力：如“高效学习周”，“治病救人周”