

# 一名生物师范生的职业规划书

2011年，我踏进了华师的生命科学学院，开始学习怎么样为人师。如今3年过去了，我不禁思考，这3年的学习，我是否已经完成了一名教师的储备呢？对于即将面临的真正的职业挑战，我究竟能扮演一个什么样的角色？

我的职业生涯规划是成为一名人类灵魂的工程师——教师。人们都把教师比喻成“人类灵魂的工程师”，这无上的荣誉承载着多少人对教师的嘱托，同时也意味着责任之重大。那么要挑起这份重担，就需要有为之献身的激情。因为，热爱是最好的老师。只有对这份职业始终怀着一种激情，才能正视一切困难与挫折，才能承受一切委屈与压力，才能在这平凡而又伟大的人生道路上走的坚定和从容。

## 1 自我分析

### 1.1 总体分析

在这3年里，从一开始的排斥当教师，到现在的热爱，在思想我得到了转变。我相信这是我在未来的职业路途中战胜一切困难的最坚实的力量。

从自己的角度来分析：在生活中，我有时喜欢独处，自己一个人读读书或者静静想事情，有时喜欢和大家一起玩，有时和大家打成一片；在学习上，我比较严谨，要求也很高。从他人的角度来分析：在同学的眼中，我是个乐观文静的人；在老师的眼中，我是个踏实的学生；在父母的眼中，我是个听话的孩子。总的来说我是这样一个人：

(1) 性格品质 自尊心强，热情、友好，具有很强的目标和使命感，做事认真、负责，有很强的责任心！在这方面我适合从事教师这份职业，我相信我会做到：对于教学，勤勤恳恳，任劳任怨，认真负责讲效率；对于学生，我会关心，呵护，勉励！

(2) 个人素质：兴趣广泛；适应性较强；具有一定的工作能力：在组织能力、协调能力等方面均有所表现；但是本人的交际能力较弱，在人际关系中并无法完全的展现自我，并且缺乏创新性，容易被限定的思想所束缚，这是我在与学生相处中的一大阻碍，需要在以后的工作中不断地克服。

(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。

### 1.2 自我认识中的优势与劣势

我的优势能力：

(1) 义务感强，做事认真负责，富于同情心和爱心；

(2) 大学几年的学习，具备了较为深挚的专业知识储备和从教技能。

(3) 能够客观的分析和处理问题，而不是感情用事

(4) 有很强的抗压能力，不轻言放弃

我的弱势才能：

(1) 缺乏长期的知识和技能积累过程，知识储备和从教技能有待提高；

(2) 有时会由于近期目标而忽略长期需要，难以看到长远的影响；

(3) 缺乏一定的毅力与决心。

不管如何，我都会努力克服劣势，充分发挥自己的优势，更好的实现自己的目标。

### 1.3 个人学习情况

#### (1) 个人专业学习

我所从事的是生物教育专业。在这3年的学习中，我的专业课水平均处于中上，基础较为扎实，这为我在以后的教学中提供的很好的知识储备，但是由于知识的学习是没有终点的，在以后我仍需要不断的拓展自己的知识，丰富知识储备。

师范方面，我积极地练习自己的师范技能，在师范技能上，思路清晰，逻辑性强是我的优势，但是在风格上仍有待突破。

#### (2) 差别与不足

四年的本科结束后我深深的觉得所学的本科知识是不够的，自己的专业基础知识还不够扎实；综合的文化素养比较欠缺，知识结构单一。这些都极大的限制了自己的发展，也与社会的要求与自己设定目标存在很大差距，所以今后在岗位上仍须继续学习。

此外，我的书写水平较低，板书潦草，这是我在以后需要重点练习的。

## 2 从事教师职业对能力要求

“学为人师，行为世范”是对师范二字的阐释。那么对于师范生的我们该如何做好职业能力的发展规划呢？我认为其根本也就在于“学为人师，行为世范”。

“学为人师”无疑是对教师知识范畴的要求，因此教师必须具备精深的知识素养。

#### (1) 政治理论修养：

我国是以马列主义为指导思想的社会主义国家。教师的马列主义理论修养不仅关系到教师本身的工作方向，更关系到培养出来的人具有什么样的政治方向和思想意识，形成什么样的世界观。为此，教师要认真学习马列主义毛泽东思想和邓小平理论，以马克思主义基本理论观点统领教育教学，学会在教育教学中以马克思主义的基本立场观点和方法去发现问题认识问题和解决问题。

#### (2) 精深的专业知识：

教师为了搞好所承担的教学任务，必须精通该学科领域的专业知识。为此要求教师：

第一：掌握该学科的基本知识和基本技能。凡是教学中要求学生必须掌握的内容，教师自己必须掌握。

第二：掌握该学科的基本理论和科学体系。这是保证教师从一个更深的层面上来把握所教的内容的一个基本要求。

第三：了解该学科最新的研究成果和研究发展动向。当今时代知识更新迅速，科技发展速度加快，为了保证自己的教学内容不陈旧不过时能够适应知识的需要，教师必须注意了解和掌握该学科的新知识。

### （3）广博的文化基础知识：

教师的知识不仅要专，而且要博，这是因为：首先，这是科学知识日益融合和渗透的要求。教师不但要跨学科学习临近学科的知识，而且要跨领域学习其他领域的知识。

其次，是青少年多方面发展的要求。当今的青少年生活在科技发达信息畅通的时代，眼界开阔，兴趣广泛，生活丰富多彩，求知欲望强烈；如果教师只局限于本专业，知识面狭窄，则很难满足他们多方面的要求，进而影响他们的发展。

### （4）必备的教育科学知识：

教育理论不断发展，形成了庞大的教育科学体系。教师要加强教育工作的科学性和有效性，就必须掌握这些知识。其中教育学、心理学及各科教材教法是教师首先要掌握的最为基本的教育科学知识。

“行为世范”，教师的言行举止、品德才能、治学态度等方面都会对学生产生潜移默化的影响，成为学生学习的模式。为此，教师必须做到：

1) 身教重于言传。要做到身教，最基本的要求是，凡是要求学生去做的，教师一定要身体力行，做到言行一致，发挥表率作用。

2) 高度自觉，自我监控。教师必须以高标准严格要求自己，才能使自己在学生面前成为活生生的教材，成为学生做人的榜样。

3) 良好的道德品质。教师在日常生活和工作中，应时时处处加强道德修养，争取从人格上赢得学生的尊重。

## 3 我的职业目标

### 第一年：适应环境，站稳讲台

1、尽快适应从高校大学生到中学教师的身份转变，并逐渐适应教师这个职业，投入教师工作，热爱教师工作，提高教师人格魅力。

2、虚心请教并接受资深教师的指导和帮助，端正教育思想，热爱工作，热

爱学生。在其指导下努力做到能熟悉中学阶段课程结构、教材内容，站稳讲台，掌握基本的教学方法和技能。

3、学会调节自己的情绪，积极设定工作进程和完成时间，避免前松后紧。

4、不断学习，充实自己的理论水平，提高自己的素养。

### **第二、三年：扎实教学，不断积累**

1、主动探索教学理念，理论落实行动，在教学中用先进的教学理念进行教学，做到教得实在、教得灵活。使自己能灵活驾驭新教材。

2、树立现代的学生观，学会以发展的眼光看待和对待每一个学生。

3、在教学中形成师生关系和谐，坚持教学相长，在师生交往中发展自己。

4、继续多方面吸取别人好的经验，努力探索有个人特色的教学风格。

5、努力提高自身专业素质和科研水平。

### **第四、五年：创建特色，不断前进。**

1、积极改进课堂教学，真正落实素质教育。

2、努力提升自己的业务能力。

3、不断学习新的教学方法和理念，逐步形成具有自己特色的教学风格。

## **4 具体措施**

### **（一）进行知识更新，自我完善**

通过多渠道、广泛地阅读各类有益的书籍，学习各种领域的知识、技能，特别要学习教育教学理论和相关专业知 识，不断构建、丰富自己的知识结构，并将学习到的知识、经验运用到自己的教学实践中，做到“择其善者而从之，其不善者而改之”。

同时，树立终身学习的理念，坚持不懈地学。活到老，学到老，尽力争取并持之以恒才能不断提高专业素养和教学水平。

### **（二）时刻反思，及时总结修正**

反思是自我提高的阶梯，是充分挖掘自己专业发展资源的主要方式。在自己的教学过程中，要时刻做到三个反思：教学前反思，从学生的能力着手，拓展教学内容，优化教学过程；教学中反思，及时自觉地在行动中反思，培养反思和自我监控的习惯；教学后反思，及时总结得失，以利于以后的教学。

### **（三）其他**

（1）认真备好课。在钻研教材、了解学生的基础上，写出适合学生的教案备出自己的风格。选择适合学生的教学方法，提高课堂上学生的学习效率。

（2）及时、认真地批改好作业，及时反馈学生作业中存在的问题。

（3）及时进行课后辅导，因材施教，除了知识方面的辅导外，也要适时进

行思想教育，加强心理上的沟通与交流。

(4) 要谦虚，多听课，多向有经验的老师请教，取人之长，补己之短。

作为一名人民教师，我将为人师表，与同事团结合作，热爱学生，帮助学生。我会珍惜这份工作，尽快熟悉教学程序，严格要求自己，力争做一名领导省心、家长放心、同事欣赏、学生喜欢的合格教师。