**高中生涯规划之我是高中生**

　　**【课前导引】**

　　对高中生活你有哪些畅想?

　　高中属于人生哪个阶段?

　　未来你想成为什么样的人?

**一、启动高中生活**

请你回顾自己的初中生活，看看对高中生活有哪些启示?

1. 使用《生涯盾牌》，自我提问。
2. 使用《高中学长访谈》，与师哥师姐交流。

**生涯盾牌**

请分别用3-5个关键词回答以下问题：你如何形容初中时候的自己?你最欣赏的一位初中老师是谁以及理由是什么?最要好的一个朋友及理由?最喜欢的一个学科及理由?最羡慕的一份工作及理由?你对高中生活的期待是什么?

1、用3-5个关键词概括初中时候的自己？

2、你最欣赏的一位初中老师是谁以及理由是什么?

3、你最要好的一个朋友及理由?

4、你最喜欢的一个学科及理由?

5、你最羡慕的一份工作及理由?

6、你对高中生活的期待是什么?

请认真填写以上“生涯盾牌”，并且和同伴们讨论，看看有何新发现？

高中学长访谈

通过课程学习，你对高中生活有什么新的认识？与师哥师姐交流会更有启发。

 与一位同校的学长进行访谈，然后填写下表。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 学长姓名 |  | 性别： |  |
| 学长年级/班级 |  |
| 联系方式（电话/Email/QQ）： |  |
| 通过何种方式找到该学长 | □亲朋好友中的相识故交□在食堂、操场等学生活动场所遇到□参加社团或其他学校活动认识□请老师帮忙推荐□请家长帮忙推荐□其他（请注明） |
| 高中学习 | 学长对适应高中学习的思考和建议： |
| 社团活动 | 学长所参加的社团活动：学长对参加社团活动的思考和建议： |
| 社会实践 | 学长所参加的社会实践：学长对参加社会实践的思考和建议： |
| 大学和专业 | 学长所感兴趣的大学和专业：学长是如何获取此类信息： |
| 访谈反思与收获 |  |