

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 | <input type="checkbox"/> 亲朋好友中的相识故交 <input type="checkbox"/> 在食堂、操场等学生活动场所遇到 <input type="checkbox"/> 参加社团或其他学校活动认识 <input type="checkbox"/> 请老师帮忙推荐 <input type="checkbox"/> 请家长帮忙推荐 <input type="checkbox"/> 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： | | |

| | |
|---------|--|
| | <p>学长对参加社团活动的思考和建议：</p> |
| 社会实践 | <p>学长所参加的社会实践：</p> <p>学长对参加社会实践的思考和建议：</p> |
| 大学和专业 | <p>学长所感兴趣的大学和专业：</p> <p>学长是如何获取此类信息：</p> |
| 访谈反思与收获 | |