

高中生涯规划之落实行动

【课前导引】

你的高中规划付诸行动了吗？

如何将学习目标转化为实际行动？

1、让目标着陆

目标九宫格		
1、从自己所设定的学业发展阶段目标中，找到一个距离现在时间最近的目标。		
2、填写目标九宫格：请按照“ABC”字母序号依次填写。		
D、达成目标的相关因素	B、实现目标的期望指数（0-10）	E、已拥有的资源
H、实现目标可能遇到的困境	A、当下的学业目标：	F、实现目标还需要的资源
I、解决困难的途径	C、实现时间	G、获取资源的途径

2、行动的魅力

绘制目标实现行动提示卡	
请结合你的“目标九宫格”活动，选择同一个目标，填写下面的表格，并作为实现该目标的自我提示卡，时时提示自己积极行动，达成目标。	
项目	记录
目标	
实现时间	

自我行动	
宣言	
实现后的	
奖励措施	
为实现的	
惩罚措施	
行动监督	
人	