# 大学生个人成长规划

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-06-08

*大学生个人成长规划二级学院：机械与自动化学院专业班级：数控技术姓名：陈豫学号：201711230106学工部学生处印制亲爱的同学们！为了帮助你明确大学阶段的成长目标，明晰个人发展路径，请认真制定个人成长计划。《大学生个人成长计划》包括大学阶...*

大学生个人成长规划

二级学院：

机械与自动化学院

专业班级：

数控技术

姓

名：

陈豫

学

号：

201711230106

学工部

学生处

印制

亲爱的同学们！为了帮助你明确大学阶段的成长目标，明晰个人发展路径，请认真制定个人成长计划。《大学生个人成长计划》包括大学阶段成长目标和学年规划，建议你进行自我分析，认识自身优势和不足，制定自己的大学阶段成长目标，目标包括思想道德、学业技能、综合能力、身心素质、职业规划等方面的内容。依据大学成长目标分解制定学年成长规划，学年成长规划逐年递进，并具有不同侧重点。每学年结束后，你要对规划实施情况进行分析，开展自我评估，明确改进措施。导师评价由辅导员或班主任填写，对你制定的个人规划和规划落实情况提出意见或建议。

扬帆起航，开启你的精彩大学生活！

基本资料

姓名

陈豫

性别

男

辅导员

谢佳昕

出生年月

1998.5.18

民族

汉

政治面貌

团员

家庭地址

四川省自贡市

联系方式

\*\*\*

自身优势和不足

1．为人正直，善良。这是做人做基本的。2．有义气，讲责任，坚持自己的原则。3．适应能力强。一般来说，我对生活和环境的适应能力比较强，不怎么挑剔。4．性格随和，心态好。我性格比较随和，不会因为什么小事生气，有时像失利什么之类的事，我不会在乎，心态比较好。5．个人表达能力还不错吧，虽然称不上什么能说会道，但是基本表达能力还是不错的。6．真诚。我觉得真诚是一种态度，态度决定一切，你用一颗真诚的心去对待一切事物肯定会有一个真诚的回应。

大学阶段成长目标

身心素质方面:

具有爱护身体的意识与锻炼身体的方法、养成健康文明的行为习惯与生活方式；具有积极的心理品质，自信自爱，坚韧乐观。

思想品德方面:

具有清醒的政治意识，忠于人民、忠于国家、忠于党的社会主义事业；文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法；勤学上进、尊老爱幼、诚实守信、见义勇为、团结同学、勤俭节约等。

文化底蕴方面:

具有以人为本的意识，尊重、维护人的尊严和价值；具有健康的审美价值取向；理解“航空报国，追求卓越”的精神内涵；将讲质量、重安全的“航空情、工匠心”融入学习、生活、工作之中，脚踏实地、精益求精等。

专业能力方面:

能正确理解学习的价值，具有浓厚的学习兴趣，养成良好的学习习惯，掌握适合自身的学习方法，具备终身学习的意识和能力；掌握一定的实践技能，具有动手操作能力；能在所学知识与实践经验的基础上提出新的见解和思路；理解跨界意义，拥有对其他领域的好奇心并积累跨学科知识。

职业素养方面:

备坚忍不拔的毅力和不畏困难的精神，不断自我强化职业操守；拥有清晰的目标，有效地执行计划；拥有团队意识，能平等友善、谨慎谦虚地与人相处；具有全球意识和开放心态，能尊重世界多元文化的多样性和差异性，关注专业领域的全球化挑战，用国际化视野不断提升自己。

第三学年

成长规划

如今，进入大学的我，怀着对未来的憧憬，希望着四年之后毕业了的我能够拥有一个光明的前途。诗人流沙河说过：“理想是罗盘，指引前进的方向”。是啊！如果我们没有一个明确的方向，只会像无头苍蝇那样到处乱撞，可能永远也不会到达自己理想的终点，那该是多么可怕的一件事啊！虽说我考入的是中国矿业大学这样闻名全国的重点大学，但是我也知道，今天站在哪里并不重要，最重要的是下一步我将要迈向哪里。大学生涯规划对我来说就显得格外重要了。因为，大学时代可谓人一生中的黄金时代，也是一个人的性格形成和能力发展的重要阶段，我想我们如果能做好大学生涯规划，结合自己的职业生涯目标，才能使大学的学习更加有效，才能应在起跑线上。

自我评估

身心素质方面:

具有爱护身体的意识与锻炼身体的方法、养成健康文明的行为习惯与生活方式；具有积极的心理品质，自信自爱，坚韧乐观。

思想品德方面:

具有清醒的政治意识，忠于人民、忠于国家、忠于党的社会主义事业；文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法；勤学上进、尊老爱幼、诚实守信、见义勇为、团结同学、勤俭节约等。

文化底蕴方面:

具有以人为本的意识，尊重、维护人的尊严和价值；具有健康的审美价值取向；理解“航空报国，追求卓越”的精神内涵；将讲质量、重安全的“航空情、工匠心”融入学习、生活、工作之中，脚踏实地、精益求精等。

专业能力方面:

能正确理解学习的价值，具有浓厚的学习兴趣，养成良好的学习习惯，掌握适合自身的学习方法，具备终身学习的意识和能力；掌握一定的实践技能，具有动手操作能力；能在所学知识与实践经验的基础上提出新的见解和思路；理解跨界意义，拥有对其他领域的好奇心并积累跨学科知识。

改进措施

1完成剩余所有课程的学习，进行全面复习，查遗补缺；

2.为就业做好积极的准备，做好职业生涯规划，理论联系实际，撰写学术论文，参加社会实践，锻炼自己的工作能力及应聘能力；

3.积极参加校内外活动，拓展社会关系和多方面的素质；

4.合理规划时间，抓紧复习升本，完成考上本科的梦想；

5.假如升本不幸名落孙山，则必须争取成功就业。

大学阶段回顾与总结

自我评估

身心素质方面:

具有爱护身体的意识与锻炼身体的方法、养成健康文明的行为习惯与生活方式；具有积极的心理品质，自信自爱，坚韧乐观。

思想品德方面:

具有清醒的政治意识，忠于人民、忠于国家、忠于党的社会主义事业；文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法；勤学上进、尊老爱幼、诚实守信、见义勇为、团结同学、勤俭节约等。

文化底蕴方面:

具有以人为本的意识，尊重、维护人的尊严和价值；具有健康的审美价值取向；理解“航空报国，追求卓越”的精神内涵；将讲质量、重安全的“航空情、工匠心”融入学习、生活、工作之中，脚踏实地、精益求精等。

专业能力方面:

能正确理解学习的价值，具有浓厚的学习兴趣，养成良好的学习习惯，掌握适合自身的学习方法，具备终身学习的意识和能力；掌握一定的实践技能，具有动手操作能力；能在所学知识与实践经验的基础上提出新的见解和思路；理解跨界意义，拥有对其他领域的好奇心并积累跨学科知识。

努力方向

1、认真进行自我发展设计，规划出最适合自己的学习生涯发展路线；

2、意识到大学的学习与中学的学习差异，特别要走出“应试教育”误区；

3、制定出适合自己的长期、中期、近期学习目标及详细计划，并坚持执行；

4、选用适合自己的学习方法，探索出个人学习风格；

5、选择恰当的学习策略，发挥最大学习效率；

6、主动进行探索性和研究性学习，而不只是被动接受学习；

7、合理分配自己的学习时间，特别是有效利用课余时间；

8、学习的内容不仅仅局限于课本，更要联系实际，进行实践；

9、不只是学习自己的专业，还要了解其它学科知识；

10、学会查阅资料，了解自己专业研究的最新进展；

11、抓住自己学习中的灵感，发挥创造性，想办法将它实现；

12、多向老师、同学请教学习经验、学习感受；

13、多参加学术交流活动，听专题报告、讲座；

14、正视学习中的困难和挫折，及时调整自己的消极心理；

15、培养和发现自己的学习兴趣，坚持学习自己喜欢的学科；

16、善于肯定自己的每一次进步和成功，寻找学习的成就感；

17、坦然面对考试，消除自己过于紧张和焦虑状态；

18、更广泛的学习，学习生活、学习交际、学习休闲、学习运动、学习爱

改进措施

1完成剩余所有课程的学习，进行全面复习，查遗补缺；

2.为就业做好积极的准备，做好职业生涯规划，理论联系实际，撰写学术论文，参加社会实践，锻炼自己的工作能力及应聘能力；

3.积极参加校内外活动，拓展社会关系和多方面的素质；

4.合理规划时间，抓紧复习升本，完成考上本科的梦想；

5.假如升本不幸名落孙山，则必须争取成功就业。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！