

第十四届全国中职学校“文明风采”竞赛
职业生涯规划类—职业生涯规划设计

只有平凡的人 没有平凡的人生

参赛作品：《成就不平凡的人生—省第一飞机维修师》

参赛项目：职业生涯规划设计

参赛选手：李 鑫

指导老师：李 平(18509290628, 1124276199@qq.com)

选送学校：陕西省电子信息学校

作品说明：作者紧扣“不平凡人生”来撰写职业生涯规划，具有勇气和信心，作品展现了职校生对未来充满了憧憬，向他人展示了自己为人生拼搏而努力，立足实际，以专业发展和自己未来行业发展为主线，以自我素养为路宽，对未来职业生涯规划做了详尽描述。作品整体布局清晰，结构合理，条件分析结合实际，台阶搭建符合“比一比，筛一筛，量一量”的原则，每一个阶段措施切实可行，重点突出，详略得当。作品排版合理清晰，行文流畅，首尾相应。

人生梦想规划目录

梦想的话语

- 一. 认识平凡的我——成就不平凡的我
- 二. 对梦想的认识——成就起点高的我
- 三. 对梦想的规划——成就有目标的我
- 四. 对梦想的准备——成就准备好的我
- 五. 对梦想的管理——成就有自律的我
- 六. 人生梦想永不结束



梦想的话语

我的未来我做主。人生只要敢于追求，不甘平庸，那就应该去追求我们的未来，看见希望的曙光。让我们释放青春的能量，失败挫折算得了什么，重要的是我们的人生不会因此而变成断章残篇。让生命的热血在追求中激励自己，让生命是篇章从即刻开始谱写。长风破浪的我们终究会直挂云帆济沧海。

一. 认识平凡的我——成就不平凡的我

1. 出生不平凡的自己

家 庭	家在农村，母亲去世的早，对于家庭我并未抱怨，从小父亲对我很严格，生活很美好，也很幸福。
兴趣爱好	爱写书法，打乒乓球，音乐鉴赏，打游戏。
优 点	正直善良，有同情心，做事踏实，有责任心，具有很强的动手操作能力。
不 足	胆小，表达能力差。太内向
学习态度	课前预习，课后复习，按时完成作业，上课认真听讲，积极发言。



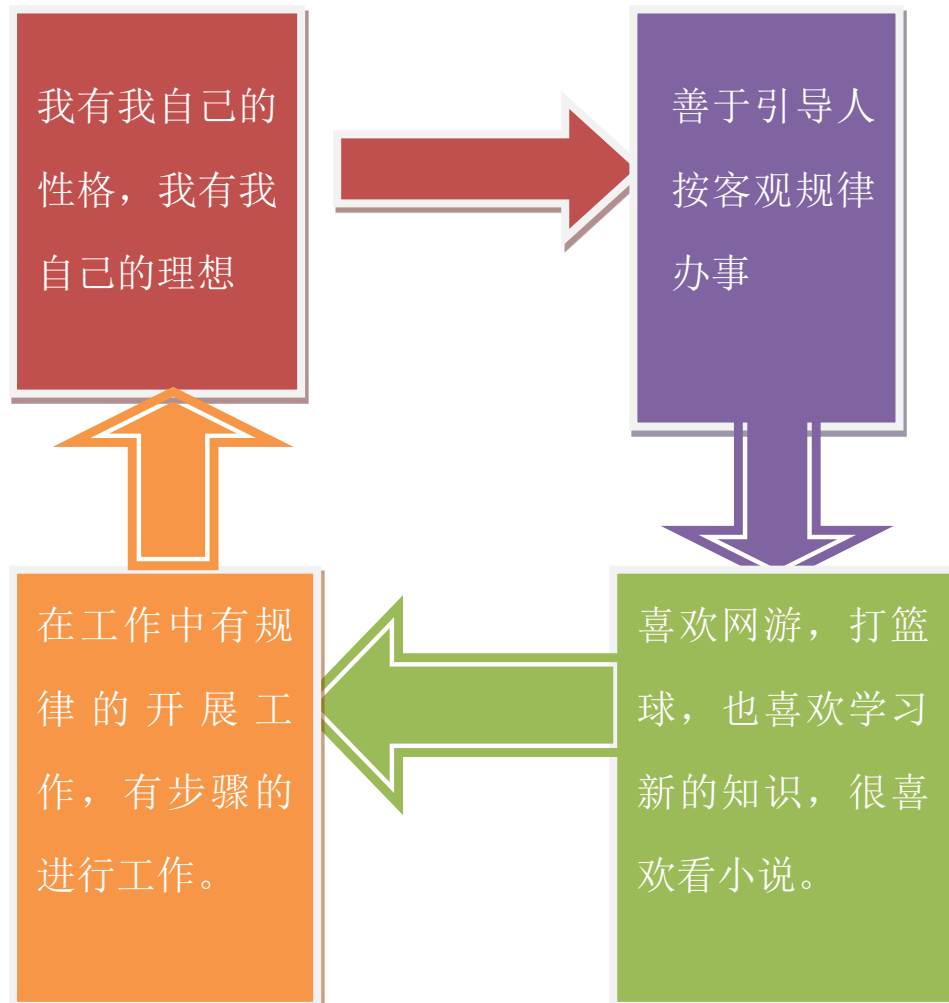
2.努力的自己

A 一般学习能力，指人认识、理解客观事物并运用知识、经验等解决问题的能力。

B 形态知觉能力，指正确而迅速地感知物体或图形的细微差异的能力。

C 手指灵活能力，指手指迅速而准确地活动和操作小的物体能力。

3 我性格属于的职业。



二. 对梦想的认识——成就起点高的我

1.认识自己和梦想的差距

家庭环境	我家住在农村，母亲去世的早，从小爸对我要求很严，希望我能有出息。爸在家务农，供我上学。
学校环境	我们学校学习环境很好，按照企业对我们的要求培养我们，这样我们才能更好的适应工作
社会环境	现在，就业形势严峻，就业人员越来越多，企业的工作岗位又有限，对于我们来说压力很大，就拿我们专业来说，很多人竞争一个岗位。



梦想环境——自己仍要努力

2009年:中国航空货运增长率世界第一,航空客运增长率世界第二。

2014年:中国将成为世界上最大的航空行业增长国家。

2020年:中国新增 2600 多架飞机,每周航班从 406 个增加到 1674 个。

机务维修工作是一项极其重要的工作,是保证飞行安全的基础。专业面广,工种复杂,技术难度大,质量要求高,是高风险、高技术、高投入的技术密集型的行业。一个合格的机务维修人员要经历从基础教育、基本操作技能训练等不同阶段的培养,是不能速成的人才。而且机务维修工作不仅仅是单纯的技术业务,包括职业道德、心理状况等也对机务维修人员的基本资格提出要求。目前,中国民航机务维修人员的素质整体上还不高,尤其是高层次的技术人才相当缺乏,成为困扰行业发展的一大难题,需要我们尽快破解。加之此专业技术人员的缺乏,因此市场需求大,

民航机务也属于高收入的高端人群。一般而言,国内航空公司和机场维修单位的维修人员都有较高的薪金待遇,还有其他较高的福利待遇以及很好的发展前景。投身飞机维修行业,不仅可以满足年轻人喜欢挑战的个性,还有很好的发展空间,因此就业前景极好。



2.分析自己——自己的缺点

自我 SWOT 量表

STRENGTHS 优势： 容易进入学习状态，写东西快，爱打篮球，做事麻利也认真，爱帮助同学，这样也可以让我交到朋友。	WEAKNESSES 劣势： 没有耐心，近视，太内向。做事想做的事很认真，不想做的事就随便完成变得不认真了。
OPPORTUNITIE 机会： 参加了技能大赛小组，可以展现自己的能力，自己努力学习为自己争取更多的机会。	THREATS 威胁： 就业人才越来越多，就业难，家庭也不是太好。很多人都在好好学习，他们都是威胁，但是我相信自己超越他们。



三. 对梦想的规划——成就有目标的我

1.努力中的自己



为中国梦而献身



我的梦中国梦

中国梦我的梦

在第一个一百年，到来时我要考上中级制图员证书和中级维修证书，但也不能放松为下一个一百年做好准备

在第二个一百年，到来时我要考上高级制图员和高级维修工，为祖国做出一定的贡献

第一个一百年，到中国共产党成立 100 年时(2020 年)全面建成小康社会的目标一定能实现。

第二个一百年，到新中国成立 100 年时(2049 年)建成富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家。

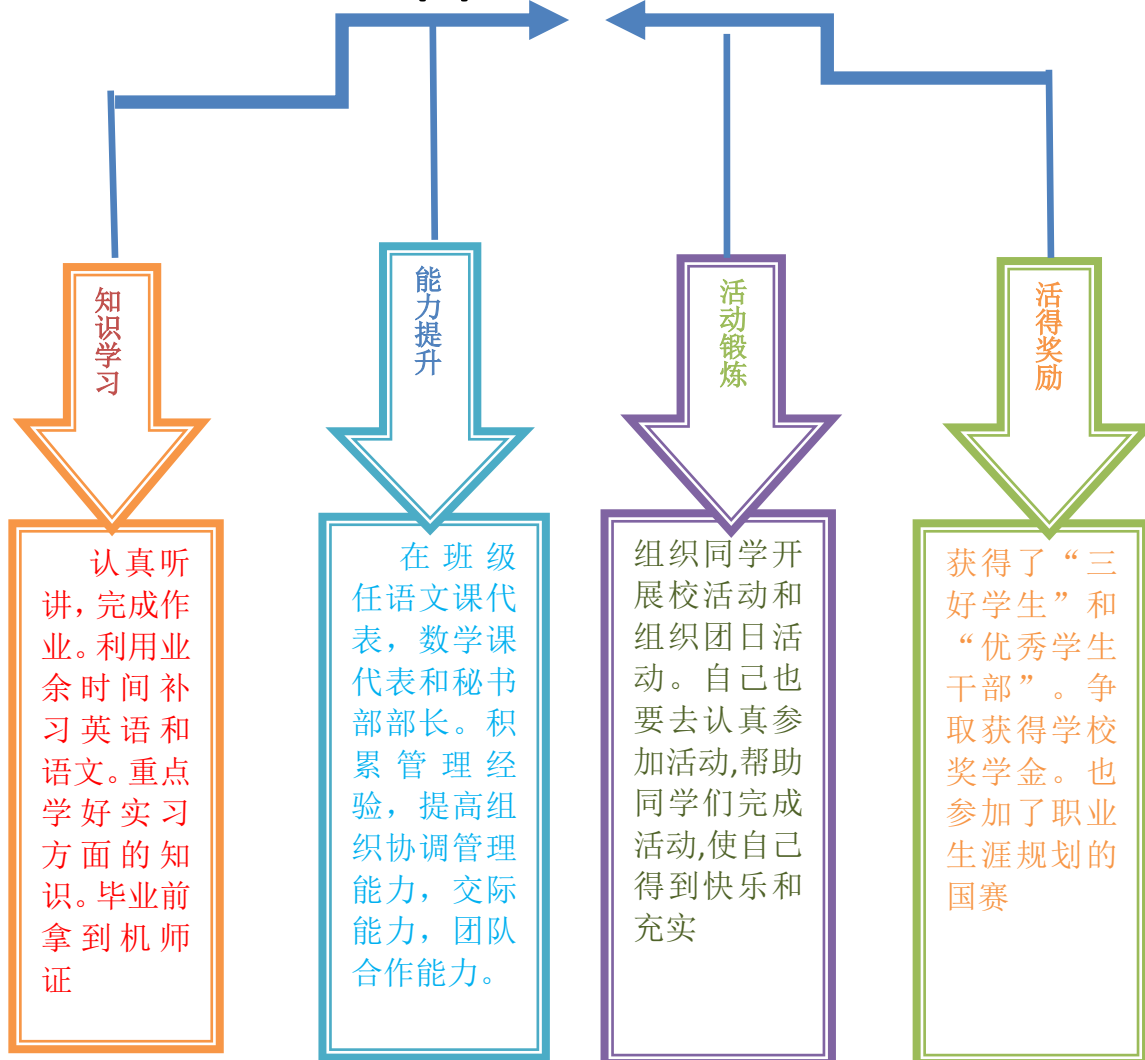
2.现在努力的自己

时间	完成任务	取得的知识和技能	差距	具体行动措施
十年	用自己学过的技能知识自己创业开公司，	成为机制知识的高手	看见所有图纸都能画出来	一步一步来干好自己的工作
五年	拿到大专文凭	学更多的知识	能画复杂的图	学好专业课程为以后工作打好基础
三年	考上西航，考中级制图员和中级钳工证	学更深的机制知识	能画一般的图	掌握专业技能，在课外学习深的知识
一年	学好机制专业，达到共识	看见任何图纸都能做出来	能画简单的图	上课认真听讲，学好基础课



3.如何让自己离梦想不遥远

(1)在校措施



(2)永远努力中的自己

第一阶段

- 1,找到好的工作
- 2,在企业中奋斗努力完成工作
- 3,搞好企业中的人际关系
- 4.学习简单的飞机维修



第二阶段

- 1,在工作中得到了好的岗位
- 2,拿到高级制图员高级证书和钳工高级证书
- 3,在行业里有一定的人际关系
- 4.成为飞机维修行业的顶尖人才



第三阶段

- 1,走出企业自主创业
- 2,拿到更高级别的证书
- 3 在行业有一定的影响力
- 4.成为陕西省的第一飞机维修师
- 5.为国家的以后培训更多的人才

四 对梦想的准备——成就准备好的我

1.自己从学校走向社会

	社会责任	权利义务	人际关系
学校人	提高素质，学习知识，训练技能，为从业做准备	依法接受教育，享受他人劳动成果	受教育者，被关心，被爱护，组织和人际关系简单
职业人	在职业活动中运用知识，技能，创造价值，形成绩效	依法从事职业，为他人服务，取得相应报酬	被管理者，组织和人际关系复杂



2.学习的榜样

胡双钱，工作 36 年日复一日坚守航空事业，始终牢记“一次做好、缺陷为零”的质量理念，用产品质量践行对生命的尊重。他经手的零件没有出过一次质量差错，连续十二年被公司评为“质量信得过岗位”，并授予产品免检荣誉证书。

胡双钱出生在上海一个工人家庭，他从小就喜欢飞机。1978 年，中学毕业的胡双钱便选择到上海飞机制造厂技校学习，入职上海飞机制造厂（现上飞公司），工作中展现出一股刻苦劲，时常做着各种记录，向经验丰富的师傅请教，还把工资节约下来用于学习包括铣床、钻床、钳工等普加工知识。



作为一名一线技能工人，胡双钱一直将工作视为一项不放心、不省心的事儿。胡双钱在工作中养成了一种习惯，那就是工作前先看懂图纸，了解工艺要求和技术规范；在接收零件时，先按照图纸检查上道工序是否存在不当之处，再动手加工零件。如何保证产品质量，在几十年的工作实践中，胡双钱总结一套自己的方法，这些方法的原理都很简单，却是保持产品质量优质交付的“诀窍”，如“对比检查法”、“反向验证法”、“四个一点工作法”等，都是胡双钱在几十年工作实践中，总结的严格产品质量的工作方法

4.2.2 自己要做到工匠精神

大国工匠精神是指具有执着专注，作风严谨，精于求精，敬业守信，推陈出新的精神

办好中国的事情，关键在党。要让政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识成为自己的思想底色，发挥优秀共产党员的先锋模范作用，用忠诚、干净、担当诠释责任使命，坚定信念、不忘初心、苦干实干，把大国工匠精神锤炼得更深厚，打造出世界一流产品，使企业在新一轮全面振兴中成为先进装备制造业的领军者

总之，我们要学习工匠们精湛的技术，敬业奉献的精神，努力学习，勤奋工作，为宏辉集团永续发展作出应有的贡献。

五. 对梦想的管理——成就有自律的我

1.开始不平凡的自己

分析条件：我们这里有很多企业，但是企业多人才多竞争大，竞争大就要努力。

确立目标：我的目标就是当一个陕西省第一飞机维修师

构建台阶：先从一个好的企业开始一步一步往上爬，为自己的理想而奋斗。

措施：完成交给我的每一件事，也要对自己严格要求，也要不断的思考。

预期目标：陕西省第一飞机维修师



2.做个更好的自己

家人评价

做事认真,对家人孝顺,帮家里减少负担,对亲戚朋友很好,思维敏捷,接受能力较强,热爱学习,酷爱打篮球运动,充满了活力,但不善于珍惜利用时间,稳住大方,为人坦诚,平日里言语不多,骨子里有一种倔强和坚忍,上进心强,刻苦钻研,在困难里不屈不挠,勇于向前的高度挑战,善于把握自己言语。

同学和老师的评价

尊敬老师关心同学,热爱班级,课代表工作认真负责,学习上一丝不苟.在困难面前也曾迷漫,甚至丧失信心和反向,但是有一颗顽强上进的心,不会轻易放弃.在你的努力下,你终于战胜了困难并逐渐取得了进步,但你性格内向一定要改.

自我评价

本人性格开朗.稳重.有活力,待人热情.真诚:学习认真.积极主动,能吃苦耐劳,用于承受压力,勇于创新。担任社联秘书部部长有很强的组织能力和团队协作精神,具有较强的适应能力;纪律性强,勤于学习能不断提高自身的能力与综合素质。

人生梦想永不结束

人生非常精彩，但都要自己努力的去拼搏，任何目标，不做到头就不要轻言放弃。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

在这里，这份职业生涯规划范文也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。