

# 2023年自我工作提升计划(精选5篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。因此，我们应该充分认识到计划的作用，并在日常生活中加以应用。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

## 自我工作提升计划篇一

从教\_\_年来，虽然取得了一些小小的成绩，但这远远不能达到一个好教师，骨干教师的要求。选择了教师职业，就意味着教师终身与书本打交道，与人打交道。超时工作，超前学习，超时思维的劳动创造是教师必备的修养和习惯。能够与任何人合作是教师必备的处事哲学。这种修养与习惯多少都带有强制性，强制自己找时间学习，强制自己克服懒散的陋习，强制自己与他人协调工作，协调生活。天长日久也就养成了勤于动脑、勤于动手的、勤于联想、勤于开拓创新的习惯，这种习惯的形成实际上也贯穿于自己的生活工作中，处处体现出一个人的做事能力，与他人合作的人格修养。

此次参加了广东省骨干教师培训，再次给了我一个专业发展提升的平台，于是我制定了20\_\_年度个人研修计划，内容如下：

一、多读对自己有用的书，进行读书研习。

广泛阅读各类书目，不断充实、更新自己的专业知识，领悟生活化、情境化课堂教学的真谛，提高自己的教学水平。同时，注意多钻研、勤思考，将自己的教育教学实践与理论结合起来，在总结和反思中来形成自己的教学风格。在近期内，我计划精读《新课程标准(20\_\_版)》、《新课程标准解读》、《细节决定成败》、《听名师讲课》等有关教育教学方面的书刊，及时更新教育理念。工作之余，我计划欣赏一些文学

书籍，写好读书感想，从而不断充实自己。

## 二、在实践中进行教学研讨升。

目前进行的新课改对我来说是一种挑战，同时也是一次难得的锻炼机会。作为一名老教师，我将继续积极积极参加校内校外的教研活动，平时就当天发生的教学突发事件，教学感悟反思，学生的思想问题及解决方法等与同组教师交流学习。同时，积极主动地定期进行示范或研究教学，在实践中提高自己的教学能力。

## 三、加强教育教学研究，做创新型的教师。

在今后的教学中我将尝试运用多种灵活的教学方法，来激发学生的学习兴趣。及时对每节课进行反思，争取每学期都能有一篇质量较高的反思和教学设计。同时，还要坚持每天都有点滴收获，及时归纳、及时总结，写出教育教学研讨论文，力争发表一到两篇文章。并一如既往地准时参加校内外教科研培训活动，提升教学研究能力。

## 四、具体实施方案

1、勤于学习，树立终身学习的观念。他山之石，可以攻玉；他山之玉，可以剖金。学习，可以使自己了解前人和他人，了解过去和未来，关照反思自我，从而获得新的生成。所以，我觉得要做到“三学”。

(1)坚持不懈地学。活到老，学到老，树立终身学习的观念。

(2)多渠道地学。做学习的有心人，在书本中学习，学习政治思想理论、教育教学理论和各种专业知识，增强自己的理论积淀；也要在“无字处”学习，丰富的教学经验，以达到取长补短的目的。

(3)广泛地学。广泛地阅读各类有益的书籍，学习各种领域的知识、技能，特别要学习现代信息科技，不断构建、丰富自己的知识结构。

2、善于思考，在实践中探求、感悟。要坚持用脑子工作，力争做到反思昨天——在反思中扬长补短；审视今天——在审视中甄别；前瞻明天——在前瞻中创新。时刻把工作与思考相结合，在思考中工作，在工作中思考，创造性地开展工作。

3、勤于动笔，提高教育科研水平。

(1)及时积累专题研究的第一手资料。

(2)尝试进行教学案例的分析，把自己的专题研究从实践层面提升至理论层面。

通向未来的路不是回家的路；过去为你赢得成功的方程式将为你的明天带来失败。我相信，自己有能力经受住“极限”的考验，在超越自我的同时，逐步实现人生的价值。面对自己将来的工作，我充满了信心，也有许多美好的设想。我将带着自己的激情和规划步入这富有挑战性的工作，在实践中不断积累经验，走进学生心灵，创造多彩人生，学习，再学习，在学习中不断超越自己。

骨干教师个人年度提升工作计划

## 自我工作提升计划篇二

各镇(街道、园区)教管办，县属各学校：

为贯彻落实国家和省中长期教育改革和发展规划纲要，建设高素质专业化教师队伍，根据《国务院关于加强教师队伍建设的意见》(国发[ ]41号)、《教育部关于大力加强中小学教师培训工作的意见》(教师〔 〕1号)和《山东省高素质教师

队伍建设计划(—2022年)》(鲁教师字[ ]3号),结合临朐实际,就实施中小学(幼儿园)教师专业素质提升计划提出如下意见。

## 一、指导思想

深入贯彻落实国家和省中长期教育规划纲要,以培养造就高素质专业化教师队伍为战略目标,以提高教师师德素养和业务水平为核心,以提升培训质量为主线,以全县集中培训和校本研训为支撑,创新培训模式,优化培训内容,全面提升中小学教师队伍的整体素质和专业化水平,为实现我县教育内涵发展提升和全面提高教育教学质量提供强有力的智力支持。

## 二、实施原则

1. 提升素质。坚持服务于中小学教育,服务于学生有效学习,遵循教育规律和学生身心发展规律,以“关心每个学生,促进每个学生主动地、生动活泼地发展”为宗旨,不断提高教师的师德水平和综合素养,着力解决学生学习和教师教学中的现实问题。
2. 突出骨干。坚持服务教育均衡发展大局,紧密结合我县教师队伍建设,以实施“骨干教师素质提升工程”和“青年教师专业发展工程”为抓手,充分发挥骨干示范引领作用。
3. 按需施训。坚持需求导向,加强需求调研,针对不同类别、层次、岗位教师的需求,科学设计培训课程,丰富和优化培训内容,创新培训模式,通过集中培训、远程培训、校本研训、课例研究、送培送教等多种方式,促进理论学习与岗位实践和行动研究的紧密结合,不断提高教师培训的针对性和实效性。
4. 提高质量。坚持质量为重,加强制度建设和机制创新,提

升培训内涵，促进教师培训可持续发展。

### 三、总体目标

以县级培训为主体，以校本研训为基础，以集中培训、远程培训、读书活动、课例研究、送培送教、高级研修等为主要方式，突出师德素养、现代教育技术和课例研究，聚焦“提高教师有效教学能力，促进学生有效学习”，有计划地对教师进行分类分层分岗按需施训，使广大教师的师德水平与综合素养进一步提升，专业知识与专业技能进一步更新，实践与应用能力进一步发展，教育教学质量明显提高。

### 四、主要任务

教师专业素质提升三年计划期间，我县中小学(幼儿园)教师培训主要包括青年教师、骨干教师、薄弱学科教师和全员培训。

1. 青年教师专业发展培训。分期分批对近五年来参加工作的青年教师进行通识知识、学科知识、专业素养等方面的培训和开展“我说我的成长故事”等活动，促进青年教师提高业务能力，形成鲜明的教学风格和特点，使之成为我县名优师的后备梯队。

2. 骨干教师素质提升培训。以学科教学最新动态与发展趋势、课堂教学问题与对策、学生学习发展与评价、修订版学科课程标准与有效教学、教育教学研究与教师专业发展、校本研修设计与实施为重点内容，帮助骨干教师总结教育教学经验，探索教育教学规律，进一步提升教育教学能力、教研能力、培训和指导青年教师的能力，在推进素质教育和教师全员培训中发挥引领示范作用。

## 自我工作提升计划篇三

随着现代教育水\*的发展和各大高校的扩招，全国总体就业压力越来越严峻，毕业生的就业压力前所未有。很多大学生面临着毕业等于事业的残酷现实，这种无形的压力也正慢慢地向我们靠近。于是对每个大学生来说，及早地规划自己的职业生涯，提高自己的职业技能，对决定自己的职业生涯的主客观因素进行分析、总结和测定，确定奋斗目标，只有这样才能保证我们在竞争激烈的就业环境中处于不败之地。通过此次对当地教育局、中小学以及各企业的调查研究，我总结出以下几点现实，只要我们以此要求自己才能使自己获得企业或学校的青睐。

首先，我们需要具备的是扎实的专业基础，这是最基本的。大学里我们都有自己的专业，只有学好了自己的专业，才能做好自己的本职工作。因为在企业或学校的招聘中，在校期间成绩优秀的学生，往往比其他学生有优先考虑的权利，更容易在同等条件下获得那份工作。很多时候，专业知识的体现就是各类专业证书，类似普通话等级考试证书、计算机等级考试证书、大学英语四、六级证书及英语专业四级和八级的证书……这些证书可以帮助我们成为成功通往企业的敲门砖。因此在校期间努力学习，并且通过这些考试，是十分重要和有意义的。

其次我认为比较重要的是工作能力。有能力的人无论是在什么岗位，都是受欢迎的，而没有能力的人，无论在那里都会觉得力不从心，什么事也做不好。能力是锻炼出来的。因此在大学期间，有意识地锻炼和培养自己的能力是非常必要的。参加学生会以及各类社团是个不错的选择，可以培养自己的兴趣，拓宽自己的知识面，更重要的是可以锻炼以及提高自己的能力。这样我们才能在将来的就业中以能力取胜。

再次，是经验。经过这次的调查，我发现在同等条件下，企业和学校等其他工作单位在招聘时都比较偏向于有工作经验

的应聘者。因为，他们觉得培养一个新人所消耗的时间和金钱都是巨大的，企业单位都不乐意花重金去培养人才。但是像我们这些大学生都不可能会有类似的工作经验，两者形成了一对鲜明的矛盾。这就意味着在招聘时刚刚踏出校门的毕业生们是出于劣势的。因此通过各类实习以及实践活动来增加自己的经验是尤为重要的。在实习时，我们可以尝试做不同的工作，因为不同的工作对能力的要求是不同的，通过各类实习，我们可以充分提升自己的能力，更是对自己经验的提升。有了这些经验，我们在以后的工作中能更好地胜任。

据调查，大多数的企业单位都希望有新鲜的血液注入。他们希望自己的员工有丰富的想象力，创新的思维，可以使企业充满活力，在激烈的竞争中出于不败之地。但是我们这一代从小到大受的都是应试教育，被动地接受知识。在巨大的升学压力之下，我们很少地表达自己的观点和看法。这一点点地抹杀了我们的创造力和想象力。但是在现在这个社会，创新性思维却恰恰是相当重要的。因此从现在开始，培养我们的创新性思维是十分重要的。凡事不要照本宣科，而是要多提出自己的观点和看法，不要迷信书本和教材，本本主义是万万不可要的。

还有我们是要注意提升自己的思想道德素质、人文素质以及团队精神。也许在很多人眼里，这些都是无关紧要的，于是有些人会有意无意间忽略《思想道德修养和法律基础》、《马克思主义哲学》等类似的课程。但是他们不知道，其实这些课程为我们提供了人生的方向，是我们成功成才的指明灯。法律基础的学习更是一种对自我的保护，将来在就业的时候，我们便可以运用这些知识来保护自己，使自己免遭各类侵害。在工作中，良好的思想觉悟也是必要的。我们要学会礼貌待人，虚心向上，切不可因为觉得自己是大学生就高人一等，轻视那些有着很长工龄，但是文化水\*不高的人。因为，我觉得他们是具有较高的职业素养的，我们可以从他们身上学到很多，收获很多。跟从他们学习可以让我们少走很多弯路，更快地进步。

又或者我们也会忽略母语的学习，但是这是大错特错的。这是一种积淀，一种气质，一种精神，一种态度，一种文化的底蕴。在工作中，我们需要百折不挠的精神，端正的进取态度。我记得这么一句话：态度决定一切。虽然这句话并不是百分之百的真理，但是它的准确性也有目共睹的。有了端正的学习态度，虚心求教的精神，任何事情做起来都可以事半功倍。大学生常常会有眼高手低的弊病，一味的好高骛远，总觉得自己是大学生，就可以处理一切，但是往往事与愿违，那些眼高手低的人恰恰什么也做不了。只有脚踏实地，才能在工作以及学习中取得优秀的成绩，获得他人的肯定与赞美。

最后，我觉得随着现在就业形势的越来越严峻，坐以待毙等待工作找上门来的日子已经一去不复返了。面对这样一个残酷的现实，我们要对现在的社会需求进行严格而缜密的调查研究，了解社会需求，这样以后再努力地完善自我，提高自己各方面的能力，使自己逐渐地去接近那个目标，成为社会需要的有用人才，为自己的将来打下基础。

## 自我工作提升计划篇四

### 一、工作思路：

本学期我市小学英语教研工作将坚持以“教研工作为教师的发展服务，教师为学生的发展服务”的思想，务实求真，以人为本，外塑形象，内强素质。以促进学生发展为中心，以“研究、指导、服务”为主要职能，以课题研究为依托，深入研究教育教学规律，研究规律，总结课程实施过程中构成的经验与问题；加大师资培训力度，与教师共同学习探讨，整体提升教师的教学研究水平；追求课堂实效，努力创设良好的英语教学环境，努力提高英语教学质量，为学生的终身发展打下良好的基础。

### 二、主要工作：

## (一)加强学习，更新教育观念，提高教学素养

1、全体小学英语教师在认真学习和钻研《基础教育课程改革纲要》及《新课程标准》的同时，认真通读一两本教学研究刊物，从而提高自身理论素养。

2、各校教研组要组织老师学习《教育部关于用心推进小学开展英语课程的指导意见》，时刻牢记小学英语的教学目的，坚持“以人为本”，关心每一位学生，关爱弱势群体，耐心对待学困生，让每一位学生都有不一样程度的发展和提高。

## (二)抓好常规，推进校本教研，提高教学质量

1、构建快乐有效的小学英语课堂教学模式，以转变教师教学方式和学生学习方式的为目标，开展多种形式的教学研讨和观摩活动，建立具有本地特色的课堂教学模式。改变英语课程过分重视知识的讲解与传授、而忽视对学生语言运用潜力的培养的倾向，强调课程从学生的学习兴趣、生活经验和认知水平出发，倡导体验、实践、参与、合作与交流的学习方式和任务型的教学途径，发展学生的综合语言运用潜力，使语言学习的过程成为学生构成用心的情感态度、主动思维和大胆实践、提高跨文化意识和构成自主学习潜力的过程。

2、落实课堂教学常规，大力提高小学英语课堂教学效率。本学期将加强常规调研，透过听课，抽查备课笔记，中高年级作业批改等方式，检查常规落实状况。个性要加强对英语教研组工作的指导，定期检查学校英语教研组的工作。各校教研组应每周固定一日开展教研组工作，教师应用心参与教研组的活动，构成良好的研讨氛围，把“每周一次组内群众听课和一次群众备课”作为常规制度，听课后及备课时的研讨要有记录，要确保活动的有效性。教师要经常自我反思，发现问题，总结经验，做到主动发展，促进成长。

3、大力推进校本教研活动，充分开发校本资源，丰富课程资

源，巩固和深化教改成果。各教研组要尽力创设英语学习的环境和氛围，做到激发学生的学习兴趣，丰富词汇，促进学生英语语言运用潜力的提高。能够进行“单词直接拼读法”教学的研究，促进学生构成自主学习、记忆单词的潜力。教师对教材要宏观理解，微观拓宽，注意教材整合，提前渗透，增加复现，寻找减轻教师和学生负担的途径和方法。鼓励教师合理开发英语校本课程，丰富课堂教学资源。各校要尽力为英语教研组配备必要的工具书和教学资料，开阔教师的眼界，帮忙他们提高“把握教材、处理教材”的潜力。科学有效的课堂教学是提高教学效益的有力保障，教师要学会反思，要加强对课堂教学动态生成资源问题的研究，提高发现问题和解决问题的潜力。

4、组织好各类研讨活动。开展说课、上课和评课活动，给教师的发展和成长带给竞争的平台，促进教师的英语口语水平及教学潜力的提高。争取做到：学科带头人上好“示范课”，骨干教师上好“优质课”，青年教师上好“汇报课”，上岗教师上好“亮相课”。

5、丰富资料，开发网络资源，以信息化带动教育现代化，为教师学习成长带给新的渠道和资源。开展网上评选优秀论文与案例活动，构成良好的网络教研氛围。

(三) 抓实课题，注重课堂实效，深化教学改革。

1、本学期将进一步改善课题研究方法和研究成果的呈现方式，坚持课题研究务必与课堂教学实践紧密挂钩，真正做到研究为教学服务，研究使教学质量得到明显提高。对课改过程中发现的问题要及时研讨，成立有关课题小组，研究对策，以点带面，解决问题。发挥学科中心组成员的作用，提高课题研究的针对性和实效性，集思广益，提高课题组的研究潜力，提高课题研究水平，努力实施课题的研究目标，切实解决教学中的实际问题。

2、充分发挥学科基地和学科中心组的研究与辐射作用，提高教研水平和质量。学科基地继续定期开展各种形式的教研活动，向全市学科教师展示学科基地研究状况，并以此促进我市小学英语教学水平的进一步提高；讲师团将继续做好送教工作，参与学校的教研组活动，校际联手，共同提高；加强中小学英语学科衔接教学研究，开展中小学英语联合教研活动；用心开展科学而有效的专题研究工作，为我市英语教学的整体发展作出努力。

3、继续做好青年骨干教师、学科带头人课题研究的指导工作，为教师的专业成长构建新的平台，创造条件和机会让更多的青年教师脱颖而出。

#### (四) 加强培训，提高教师队伍素质

1、用心组织和开展小学英语的课程培训，改善培训方式，提高培训工作的针对性和实效性，增加参与式培训的机会，提高教师自主学习的潜力；继续组织骨干教师对《课程标准》和教材的专题性研讨，做好面上的引领；引导和组织教师以“教学中遇到的问题”为课题开展研讨，力求突破教学改革中的重点和难点，在转变观念上有新的突破。

2、网上开展教学技能培训活动，并征集相关论文与优秀案例上网，共广大教师观摩学习。

3、本学期将不定期举行青年骨干教师上示范课，优质课，帮忙教师把握教材，明确教法，提高课堂的实效性。

4、加强与周边县市的教学交流，采用“请进来，走出去”的形式组织教师向他人学习，开拓视野。

#### (五) 坚持多元评价，促进师生健康成长

1、在新课程实施过程中，我们将对学校的英语教学工作做出

科学合理的评估，建立促进课程不断发展的评价体系。周期性地对学校课程执行状况、课程实施中的问题进行分析评估，调整课程资料、改善教学管理，构成课程不断革新的机制。

2、不断完善学业评价体系。对考试资料、考试形式等方面进行大胆改革，努力构建促进学校发展、教师成长和学生发展的评价体系。进一步研究科学的评价方式。着眼于充分全面了解学生，帮忙学生认识自我，建立自信，关注个别差异，了解学生发展中的需求；应建立以教师自评为主，同时有校长、同行、学生、家长共同参与的评价制度，使教师从多方面获得改善工作的信息，引导教师对自我教学行为的分析与反思，激发在自审、反思基础上的自评，不断提高教学水平。

3、加强试题评价研究，构建小学期末教学质量抽测点评制度，对教师的教和学生的学同步测评，引导和促进小学教师提高教学潜力和试题研究的水平，在全面调研的基础上，有序完成学科教学质量分析报告，同时把分析结果及时反馈给学校和教师，让他们及时了解教学状况。调整教学策略和教学方法，并以此促进教师改变教学行为，不断提升学科教学的质量。

### 三、主要工作

九月：

a□制定工作计划

b□师资调研

十月：

a□教学视导

b□组织教师参加观摩在武汉举行的全国小学英语教师优质课

展

十一月：

a□网上进行以话题为中心的高年段小学英语教学研讨

b□教学视导

十二月：

a□优秀案例分析与教学反思评选

b□三、四年级农村小学英语教学评价研究调研

元月：

期末命题，考试，学期工作总结

## 自我工作提升计划篇五

个人全面提升计划

市委、市政府确定的“全面提升年”。“全面提升”提升的既是工作，也是我们的素质和能力。这一活动的开展对我们的工作提出了新的要求，我们不仅要有饱满的工作热情，还要有扎实的工作作风；不仅要有清晰的思路、得力的措施，还要落实到位，使之显现成效。按照“全面提升年”活动要求，结合本职工作，将进一步调高目标，提高标准，自我加压，努力实现个人工作能力和水平的新提升。

一是继续把学习放在重要位置，提升把握政策和主动工作的能力。学习作为工作之基、能力之源、行动之本，是提高综合素质的重要途径。要强化学习意识，重点加强对政治理论的学习，增强贯彻党的路线方针政策的自觉性和坚定性；加

强对各级党委和政府的一些重要会议精神和重大决策部署的学习研究，提高判断形势、把握大局的本领，时刻保持高度的政治敏感性；在此基础上，加强对与本职工作相关的新知识新技能的学习，真正做到学有所用、业有所专、干有所长。

二是在细节上狠下功夫，提升办文办会能力。强化责任意识，做到精益求精，确保不出偏差，不出问题。文件材料的起草力求做到“严、细、准、快”，符合上级政策要求，体现领导行文意图，有效指导基层工作；并严把审核关，确保行文格式的规范化和文稿的细致严谨。在会务和领导的各项活动中，努力做到精心筹划，细致安排，确保会议和活动的顺利进行。

三是把提高服务质量作为立足点，提升参谋助手能力。强化服务意识，力争全面把握领导的思想脉搏，正确贯彻领导的意图，变被动服务为主动服务，把工作尽量想在前面、做在前面，提高快速反应能力。结合分管的社会工作科，为教育、卫生、民族宗教、残联、体育等部门做好服务工作，确保经手的每项工作坚持问明白、问准确，传达清楚、落实清楚、汇报清楚；协调处理好各部门之间的关系，促进各项工作相互协调、共同发展。特别是协助分管市长督促教育、卫生部门加快10件惠民实事中校舍安全工程、参合住院患者二次补偿和60岁以上参合农民免费健康体检的落实进度。同时，结合工作范围，选准热点、难点问题，深入细致地开展调查研究，为领导科学决策提供详实的基础材料和准确的理论依据。

四是工作内外严格要求自己，提升个人良好形象。严守机关工作纪律，自觉加强党性锻炼，努力培养爱岗敬业、团结协作、严谨细致的作风，维护好市政府办公室和个人的良好形象。