

最新就业升学规划文案宣传(优质5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

就业升学规划文案宣传篇一

马来西亚阳光留学教育基地

一、大学生考研准备时间□20xx年9月—20xx年1月上旬（寒假之前）

外部重要事件：

大四学生已经进入考研复习的冲刺阶段；

考生对应步骤：

参加考研讲座，获取考研相关基础信息；

初步圈定目标学校与专业群；

关注师兄师姐的考研情况，借此搜集有用的考研信息。

二、大学生考研准备时间□20xx年1月上旬—2月上旬（寒假期间）

外部重要事件：

20xx年1月7、8日，全国硕士研究生入学考试初试；

考生对应步骤：

关注大四学生复习应考状态，收集考研初试相关信息；

高学学府学员在学府老师指导下进行寒假考研特别训练。

就业升学规划文案宣传篇二

为确保20__年我校初中毕业生升学体育考试工作安全顺利进行，根据县局关于体育考试会议中关于安全工作的要求，结合我校实际，特制定本方案。

一、体育考试安全工作领导

(一) 学校成立

20__中招体育考试安全工作领导小组

组长：盘洪琼

副组长：荣平

(二) 工作职责

1、负责对考试安全工作进行部署检查，做好现场应急处理工作。

2、负责对参考人员安全教育，出现突发事件时统一协调转移参考学生和考务人员，并安排好应急车辆。

3、负责各项安全防范措施的检查与落实，出现突发事件时指挥疏散人群。

4、班主任负责考试期间考生一般性医务处理，出现突发事件时紧急救护的组织工作。

5、校长是学校安全负责人和总指挥，领导小组成员落实好交通安全防范措施的落实，出现突发事件立即报告并与相关部门取得联系，协助处理。

(三)安全工作领导小组分工如下：

1、组长、副组长：全面负责我校毕业生体育考试的组织实施工作，确保安全。

2、成员：

散工作和组织工作。

(2)、班主任负责组织学生考试前后人数清点统计、组织纪律教育、安全教育等。

(3)、体育教师：负责考试前学生考试运动常识的讲解、考试中安全教育和防范、常见运动创伤的处理等。

(4)、班主任：负责考试期间应急药品的准备和考生的一般性治疗，出现突发事件时，协助做好救护和护送工作。

二、各阶段安全防范措施的落实工作前期准备：

(一)召开会议

1、召开学校体育考试工作会，学习《20__年初中毕业生中考体育测试方案》和本考试安全工作应急方案。

2、召开考务人员培训会，并提出安全工作要求。

3、召开体育考试有关人员师生会，传达教育局关于体育考试工作要求，对学生进行交通、饮食、运动常识等方面的安全教育。

(二)制定体育考试工作《安全预案》。根据《预案》明确分工，落实职责，对可能出现的突发事件，制定安全防范措施和应急处理办法。

(三)考前做好考生体质的筛查工作，特别是心、肺功能的检查，充分了解学生身体状况，坚决杜绝麻痹思想。凡不适合参加考试的考生(经班主任询问、查看体检记录、听取家长建议)，做好其思想工作，办理免、缓考手续，坚决不能带病参加考试。

其他安全防范事项饮食(水)卫生安全、交通安全

(一)饮食(水)卫生安全

1、考生应注意食品卫生安全。学校要安排卫生食品安全监督员对食品卫生工作实施监管。

2、教育学生不吃无卫生保障的小食品，要保证各种饮料的质量。

3、班主任要密切注意和观察考生的身体状况，发现有发热、腹泻、恶心、呕吐、头晕或其他不舒服症状表现的，要立即通知去医院检查治疗，并报告考场安全领导小组。当发现学生有痢疾、流感、食物中毒、传染病等突发公共卫生事件发生时，及时报告疾病预防控制中心，在疾病预防控制中心指导下，采取相应防治措施控制疾病扩散，并尽快转送医院诊治，防止疫情进一步蔓延或危害进一步加大。

(二)、交通安全

1、外出考试的师生乘坐车辆时，一定要遵守交通法规要求，确保在往返路途上全体师生的平安无事。

2、参加体育考试的学生来校和返家途中，要严格遵守交通法

规和交通秩序。不乘坐无牌无证的车辆，保证不发生交通事故。

三、预防和处理突发事件应急工作措施

(一) 考试期间一旦发生突发性事件，现场领导及时了解和分析事件的起因和发展态势，第一时间汇报主要领导，采取措施控制相关人员，降低事件的持续时间和影响范围，将损失降低到最小限度。

(二) 学生出现不同程度意外伤害处理流程

1、考生出现挫伤、扭伤、肌肉拉伤等一般性损伤时，各考务组有关人员要立即请医务人员到现场医治。

2、考生出现剧烈呕吐、眩晕、骨折、休克等较重症状时，采取以下措施：

(1) 应立即向考场安全工作领导小组报告，考场安全工作领导小组其它成员按分工立即进入应急工作状态。

(2) 医护人员到现场实施救护。

(3) 现场领导负责用电话向主要领导汇报相关情况并及时与医院联系，做好抢救的准备工作，便于医院立即安排救护车辆和人员护送伤者到医院救治。

(4) 考生是否继续考试必须认真听取考生本人意见，再结合实际情况由相关领导作出处理。

学校：钟山区大湾幸福学校

20__年4月14日

就业升学规划文案宣传篇三

组长：

副组长：

成员：

1. 学校带队领导、教师实行分工负责制。确保了考生白天（除考试外）在二中考点及考点周边的安全。
 2. 重视对学生进行自我保护的教育。加强安全教育，对可能发生的各种安全事故做好充分的思想准备，并制定了详细的应急预案，使学生了解和掌握在紧急情况和意外灾祸面前的自救常识，并能正确处理突发事故。
 3. 召开考前的教师会、学生会、家长会，抓好师生、家长的思想工作和提高安全意识，还出台了中考会考安全工作预案，采取的应急措施等。
 5. 加强安全法规宣传教育，加强学生日常行为规范教育，培养学生端正考风，严肃考纪的良好习惯。
 6. 认真抓好疾病预防工作。组织师生认真学习流感疾病预防知识。
 7. 要求家长按时接送考生，考生回家后由学生、家长或监护人向班主任报平安，班主任向学校汇报考生回家情况，确保学生平安在家。
1. 校长黄x总负责。
 2. 副校长具体负责在二中考点内的学生安全。

3. 教导副主任、保卫组长具体负责在二中考点大门和周边的学生安全。

4. 教导主任和年段长在考前召开教师会、学生会、家长会，提高他们的安全意识。

（一）中考会考安全事故处理领导小组有关职责要求：

1. 发生安全事故时，领导小组成员必须在最短时间内到达事故现场，迅速采取有效措施，积极组织抢救工作。

2. 领导小组上一级因公干等特殊情况无法到达现场或不能履行职责，经授权由下一级(副组长)代履行职责。

3. 领导小组全体成员，在中考期间必须严格履行职责，按要求到岗到位，确保24小时通讯畅通，并且24小时内电话通讯录中有一个与组长或副组长的联系记录。

4. 全体参加中考的学生和领队老师必须服从领导小组的指导、调度，积极投身到相关抢救工作中。无论发生何种事故，都必须将学生放在第一位，先保护、抢救学生。

（二）发生安全事故应急方案

重大火灾安全事故：

2. 严禁组织学生参与救火，教师可利用一切救火设备救火，及时报告119、120请求援助。

3. 采取有效措施，做好善后处置工作。

重大交通安全事故：

1. 领导小组成员或班主任指挥学生紧急集合疏散至安全地段，迅速将事故信息报校长。

2. 要迅速抢救受伤师生，在最短时间内将受伤师生送至医院救治，及时报警110、120请求援助，保护好事故现场。

3. 采取有效措施，做好善后处置工作。

外来暴力侵害事故：

1. 发现不良分子袭击、行凶等暴力侵害时，应及时报警110、120请求援助。

2. 对受伤师生及时救治。

3. 采取有效措施，做好善后处置工作。

就业升学规划文案宣传篇四

入大学之后，同样的四年，有的人当了学霸，有的人当了学渣。就算同样混社团，为啥有的人就能学业与社团兼顾，有的人却只能选择其一？这其中就涉及到学习计划乃至学习习惯的培养。好的学习学习计划，对于考研学子尤为重要。制定一份靠谱的考研学习计划，也是考研备考的必备功课之一。

1、计划内容一般分为四个部分

(1) 全学期学习的总目标和时间安排。

(2) 分科学习的目的要求和时间安排。

(3) 系统自学的目的、要求和时间的安排。

(4) 坚持身体锻炼的目的、要求和时间安排。

2、周学习计划的制定方法

在执行总的学习计划过程中，还要制定月计划和周计划。周

计划最常用，现说明其制定方法：

(1) 统计非学习的活动以及这些活动所占用的时间总量(确定不可缺少的时间)。

(2) 计划可用于学习的时间及其分配。

3、学习计划的调整及注意事项

(1) 制定的学习计划要避免对自己提出苛刻的要求，不能有急于求成的心理。

(2) 在执行学习计划过程中，如果计划不现实，或你的活动和应尽的职责有所变动，修改计划是必要的。因为这是你的计划，所以应该让计划适合你，为你服务。

(3) 制定的计划应充当向导。

(4) 由于每个人的实际情况不一样，因而各人制定计划的重点和要求是不同的。

(5) 在计划安排的学习时间里，有时有学习的愿望，但有时候感到学不进去，积极性没有了，那么就随心所欲地娱乐一下，但应有节制。因为你是惟一主宰你自己的人。

4、制定适合你的学习计划

首先必须注意三个问题。第一，明确你所要达到的目标。是要夯实基础，还是要提高答题能力，是要应付即将到来的一次性全部通过，还是准备长期作战，这一切，心里总要有个底。第二，自身的定位。自己掌握了哪些，欠缺了哪些，优势在哪，劣势在哪，第三，时间的允许，最主要的应该是你的学习计划有时间可执行，而不至于成为一纸空文。

其次，制定学习计划还有两个操作性问题要考虑到。一是计

划的周期性。周期过长，计划就显得呆板，不切实际：太短了又效果不大。处理这个矛盾我认为可以制定两套计划。一套大计划，处于纲领性地位。主要规定全国统考的总目标、理想的分数必备条件。二是以月为周期的小计划，处于战略性地位。这就必须尽可能地详细，以至于可达到每天该干些什么的详细程度。

其三，还必须坚持劳逸结合的原则。光工作不学固然不行；只学不工作也是要不得的。毕竟，人的发展是全面性的过程。既有智力素质，还有身体素质，更必须具有坚强的心理素质。

就业升学规划文案宣传篇五

1. 根据课程安排，安排好每天的学习时间和内容，并在一张纸上写明早上看什么书，中午午睡，晚上体育活动或阅读，学习哪些科目，每科安排多少时间，休息几分钟，睡和起得清楚。每天安排的时间和内容既要考虑当天的课堂学习内容，又要考虑第二天的新内容，这样才能保证每一个科目都有一个有保障的学习时间，避免出现偏心的现象。设定学习时间和学习计划后，可以不受任何外界影响的实施，不受学习成绩波动的影响。当你在学习中遇到不可避免的外界干扰时(比如偶尔邀请别人喝酒、拜访朋友)，如果你把某一门学科的学习时间都冲走了，就应该挤出一些时间来弥补这两天的时间。

2. 安排好休息时间。早上6点起床就够了。一般先锻炼十分钟，然后安排阅读和背诵两个科目(重点是语文和英语，其他科目的阅读也可以安排)。如果中午想午睡，家里睡不着，可以早点上学，看一会书，再睡半个小时(冬天睡觉要注意防寒)。中午不午睡，下午3点左右上课容易分心，人容易处于半昏睡状态，感受性差，浪费45分钟上课时间。然而，找出老师在课堂上教了什么需要大约2个小时。在这个对比中，别人掌握老师教的东西需要45分钟，而自学通常需要三次以上，知识应用不熟练，效率不到别人的1/3。同时，人在下午6:00到8:00这段时间经常昏昏沉沉，中午不午睡，不得不睡着，

很容易冲掉另外两门学科的学习时间。如果晚上睡着了，晚上十一点以后很难入睡，时间长了很容易出现恶性循环。每天晚上，我们可以学习三四门学科，每门学科安排40到60分钟就足够了。我们不能在一个问题上花太多时间。一个晚上专攻一个科目似乎效果很大，但是其他科目的学习时间被挤出来了，会影响其他科目的学习。表面上看起来是六七科兼顾，但学习一定很浅，思考一定不深，等于浪费时间。晚上十一点以后不要睡觉。如果随着时间的推移，人们不睡觉，他们的头脑会变得越来越兴奋，以后很难入睡。虽然那天可以接受更多的内容，但第二天我会筋疲力尽，想睡一整天。这一天不仅是徒劳的，而且可能需要很多天来弥补。可以说，睡懒觉不会得不偿失，身体也会垮。

每天晚上学完一门学科(尤其是脑容量大的学科)后，要安排十分钟左右的休息时间。这段时间不要呆在教室或房间里。你最好在安静的校园或房子外面的路上散步。这样做不仅可以趁机休息一下，还能帮你理清学习头绪。很多新奇的想法和方法往往能在这个时候冒出来(你不妨在平时遇到问题的时候也用同样的方式散散步，想想通过散步来解决问题)。坐在教室里一动不动，连续看书做作业，表面上看时间紧，但学的东西很容易被后来学的东西冲淡，吸收性极差。

在晚上的学习时间安排上，要注意思维科目(数理化)和记忆科目(语文、英语、历史、地理、健康)的分离，不要安排思维科目在睡前练习和阅读，而只适合阅读一些课外内容，这样容易睡着。

如果上课经常打瞌睡，说明课表肯定有问题，学习效率绝对低。很多基础好的学生高考失利，是因为没有重视。如果出现这种情况，最好重新调整学习时间和休息时间。

如果学习一周觉得累了，就要在周六晚上或者周日安排好休息，在家看电视或者看电影，或者出去走走，爬山或者逛街。这样做，你不仅可以得到足够的休息，还可以借此机会观察

外面的世界，亲近自然，从中汲取灵感，找到一些文章素材，得到一些启示，写出有血有肉、有真情实感的文章。这个时候最好不要有激烈的活动。

3. 当天有疑问的问题最好问学生或老师，尽量不要拖到第二天。如果当时没人问，可以折书做个记号，或者写在专门的问题记录本上，另找时间问老师和同学。一个人只有有了打破后患的精神，才能比别人懂得更多的知识，最终超越别人。

4. 学会把别人的知识转化为自己的知识。有不懂的地方，问清楚同学，自己掌握，在这一点上可以和同学平起平坐；如果你掌握了某一种方法，然后学习别人更巧妙的方法，你的思维会更开阔。当别人遇到以后解决不了的问题时，你可以从多方面去解决，你的思维能力会远远优于别人。所以平时做完一道题后，让其他同学看看有没有想出其他更巧妙的方法和技巧来解决问题，并尝试向他们学习。即使你的成绩比别人好，也要放下架子，虚心向别人学习。毕竟每个人都有自己的长处。虚心求教往往能赢得别人的尊重。

5. 每天尽量抽出一点时间，阅读一两本包含数学、科学、文化、语文、英语等各种内容的参考报刊或杂志(如《中学生学习报》、《读者》、《随笔》、《中学生数学物理化学》等)。)。如果没有预约，晚上可以抽时间去学生阅览室看看。一方面，看看别人是如何在报纸上分析和评论一个问题的，想想别人是从哪些方面分析和评论这个问题的。主要观点有哪些，优缺点有哪些？不知不觉中，你会发现自己的分析能力和表达能力在一天天提高，有了自己的见解和特点。另一方面，看别人是如何熟练运用公式和图像解决问题的，想想别人是怎么开始的。想清楚了，晚上找个练习册，试试对应章节的一些题目，看看有没有用，想想问题出在哪里。方法用好了，别人的方法就会变成自己的有效方法。这样，在解决问题时，思维就不容易受到限制，头脑也远比别人灵活。

6. 当你学习某一章的时候，你会觉得不是很清楚。可以找一

些参考书看一下对应的章节，自然比不看清楚多了。如果有不清楚的地方，也可以问老师。不要害怕问老师。看完参考书，还有一些你不懂的地方，往往是比较难的地方，老师会很乐意给你解答。参考书最方便，随时可以找到。如果没有参考书，可以向同学甚至老师借。借的话只能看相关章节(没必要全部看完，因为时间不允许)。看完之后可以还给别人。不要耽搁太久。这样，别人如果相信你，以后还可以再借。

7. 通过阅读许多参考书，我们努力比老师更了解一些知识点，努力在知识和能力上超越他人。

8. 争取深造。通过参考书提前学习一个或多个章节。如果你什么都不懂，先问老师。当老师看到你提前学习时，他会很乐意给你指路。老师教这一章的时候，你自然会比别人学得更深，理解得更透彻，也可以通过对比来弥补自己超前学习的不足。

9. 俗话说：“好记性不如烂笔头”哪个科目感觉难学，哪个科目就要花更多的时间做相应的笔记。课后花点时间把笔记整理好，老师当天上课的情况就会重新浮现，对当天所学知识的理解也会更深，不知道在哪里就清楚了。另外，每天做作业之前，最好先翻翻笔记。如果你不明白什么卡住了，立即问你的同学或老师。如果当时不能问老师，第二天就尽量问老师，不要把问题堆积太久。不要害怕问老师。如果学生有难题，他们自然会问老师。如果他们不懂，他们永远不会超越别人。基础好的同学也要适当记录一些新问题、难题，最后一两天讲清楚。他们绝不能自以为是。

否则，问题的长期积累会限制一个人能力的发展。基础差的同学需要做详细的笔记作为参考资料，以便随时查看。

10. 在解决问题的过程中，永远不要满足一个答案。关键是要清楚知道答案是怎么来的。一本练习册要努力发挥它的十重功效，努力把它变成参考书、新公式、新方法应用的实验场、

解题方法的记录册。选择题除了要注明正确答案外，还要力求把错误的选项改成正确的选项，并注明错误原因，标出具体例题。要做一个问题，我们应该尽最大努力多方向思考，多方面解决。做一道题相当于别人做几道题，他们的记忆会更深，思维也不会轻易受到限制，能力也会远超别人。以后别人不熟悉的时候，还得花时间再做这道题，但你可以把时间投入到其他知识点上，永远走在别人前面。

11. 在学习数学、科学和化学的过程中，我们应该养成归纳的习惯，努力读薄书。为了达到这个目的，学了一章之后，要总结出这一章的一些典型问题，高考有哪些热点问题，解决典型问题应用了哪些方法和技巧，使用这些方法和技巧容易出错的地方。通过归纳，才能真正掌握各种解题方法和技巧，最大限度地避免错误。

12、掌握每一科的学习方法，通过平时的练习和试卷分析，确定每一科要学什么，确定应该记住什么，然后有目的有方向地看，并选择题目进行训练，以免漫无目的，在高考中一败涂地。

13. 如果你想高效、永久地记住一些知识，并努力记住几年甚至几十年，就必须断断续续地背诵(也可以相应地采用一些有助于加深记忆的方法)。比如你要背一篇文章，可以今天看一遍，明天看一遍，一周看一遍，两周看一遍，一两个月后再看一遍。如果每隔一年甚至两年有时间再读一遍，坐车或者走路无聊的时候可以背诵，但是以后很难忘记。学习汉语和英语是必要的。但是政治和历史的内容是随着时间变化的，所以没有必要采用这种记忆方法，但是可以考虑用简化记忆法或者公式记忆法来帮助进行知识记忆。

背诵语文名篇、名著时，两个学生可以背背或以情境的方式互相背诵，加深记忆，而英语单词不宜单独背诵，而应在课文中朗读，营造语感。

14. 保持浓厚的兴趣，尽量参加对学习有帮助的兴趣小组，尽量听课。无论如何，你所学的永远是有用的。暑假很长。可以用一个月的时间专攻一两门比较难的科目，提前完成。以后这两科别人都比不上你。你至少可以抓住机会提前弥补或者学习其他科目。

15、写作业、写论文时，尽量每篇后复习几次，看看有没有错的地方，如果有用词或写错的地方，描述是否有不恰当或多余的地方，立即改正或删除。如有多处错误，立即撕掉纸张，再抄一遍。似乎做这件事要花很多时间。其实你的知识已经在不知不觉中巩固了，养成了认真的习惯。以后做题的时候，你会无懈可击。当你参加考试时，你将能够获得可用的分数，你将受益于你一生的坚持和认真。基础差的学生更应该这样做。