

《大学生职业生涯规划与就业指导》

课程教学标准

一、课程定位和课程设计

1. 课程性质与作用

《大学生职业生涯规划与就业指导》是根据党的十七大报告明确指出要“积极做好高校毕业生就业工作”、中共教育部办公厅关于印发《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》的通知（教高厅〔2007〕7号）的精神而设置的公共必修课。它为各专业实现其人才培养目标，达到未来工作岗位素质要求起支撑作用，在整个课程体系中处于不可替代的重要地位。课程既强调职业在人生发展中的重要地位，又关注学生的全面发展和终身发展。通过激发大学生职业生涯发展的自主意识，树立正确的就业观，促使大学生理性地规划自身未来的发展，并努力在学习过程中自觉地提高就业能力和生涯管理能力。

2. 课程设计理念

高校毕业生就业是实现人才资源配置的一项重要工作，是国家人才工程的重要组成部分。既关系到广大毕业生的切身利益，也关系到社会生活的稳定。本课程是为提高大学生就业竞争力、顺利就业、适应社会及树立创业意识提供的一门指导性课程。根据现阶段高职院校学生的现状，紧密结合现阶段社会发展形势，积极挖掘学生自我成长、成才潜能，指导学生制定职业生涯规划，引导学生树立正确的就业观，提高学生的就业创业能力。

3. 课程设计思路

紧密结合现阶段社会发展形势和当代高职院校学生的现状，结合高职生就业、创业、成才的真实案例，采用以课堂教学为主、以个性化就业创业指导为辅，

理论和实践课程交替进行的教学模式。在每篇的理论课堂教学之中，有针对性地采用多种形式相结合的教学方法，如案例讨论、头脑风暴、演讲、辩论、自测、设计编写等，有效激发学生学习的主动性和参与性；在每篇的社会实践课，开展学生走出校园、走进社会，教师密切关注学生遇到的实际问题并进行指导帮助的个性化实践教学，切实增强学生就业创业的竞争力。

二、课程目标

1. 总体目标

本课程的目的是通过建立以课堂教学为主，个性化就业创业指导为辅，理论和实践课程交替进行的教学模式，切实提高学生就业竞争力，为大学生顺利就业、适应社会及树立创业意识提供必要的指导。通过课程的学习，使学生充分设计自己的职业生涯规划，了解国家就业方针政策，树立正确的择业就业和职业道德观念，锻造良好的心理素质，掌握求职的技巧和礼仪及树立创业意识。

2. 分类目标

知识、能力（技能）、价值观

知识层面

通过本课程的教学，使大学生了解国家的就业形势和对大学生创业的优惠政策，把握职业选择的原则和方向；基本了解职业发展的阶段特点；较为清晰地认识自己的特性、职业的特性以及社会环境；掌握基本的劳动力市场信息、相关的职业分类知识以及创业的基本知识。

能力层面

培养学生自我探索能力，独立思考和勇于创新的能力。树立信心，掌握信息搜索与管理技能、生涯决策技能、求职技能等。通过课程提高学生的各种通用技能，比如沟通技能、问题解决技能、自我管理技能、人际交往技能和团队协作精神等。

价值观层面

通过理论实践交替进行的教学模式、趣味横生的案例分析、教师生动的语言，激发学生的社会责任感，增强学生自信心，树立职业生涯发展的自主意识、正确的就业观和价值观、职业观；把个人发展和国家需要、社会发展相结合，确立职业的概念和意识，愿意为个人的生涯发展和社会发展主动付出积极的努力。

三、 课程教学内容与教学要求

第一篇 职业生涯规划

教学单元： 绪论

（一）教学目的与要求

让学生掌握高职生的培养目标和特点；明确学习《职业生涯规划》与学会做人、学会学习、学会做事及为人处事紧密相关；认清高职生就业难的形势和原因，做好就业竞争的准备。

（二）教学内容

1. 高等职业教育的培养目标和特点
2. 就业指导及其意义
3. 当前的就业形势
4. 高职生就业难的原因

教学单元： 第一章 职业及其发展趋势

（一）教学目的与要求

了解职业、职业的特点、职业的功用及职业的发展趋势；明确本专业的发展前景及就业岗位；明确职业资格证书制度及其对求职者的作用。

（二）教学内容

1. 职业及其特点
2. 职业的功用
3. 职业的发展趋势

4. 本专业的发展前景及就业岗位

5. 职业资格证书制度

6. 职业资格证书对求职者的作用

教学单元： 第二章 职业生涯规划是成功的起点

（一）教学目标与要求：

了解职业生涯的含义和发展阶段，掌握职业生涯规划的含义，认识职业生涯规划的重要性，掌握职业生涯规划的基本内容；正确认识自我，为确定自己的职业发展方向和职业生涯规划目标做准备。

（二）教学内容

1. 职业生涯及其发展阶段

2. 职业生涯规划及其作用

3. 职业生涯规划的基本内容

教学单元： 第三章 职业生涯设计的步骤与方法

（一）教学目标与要求：掌握职业生涯设计的基本步骤和方法，把握职业选择的原则，指导学生加强自我探究和评价能力；明确开发潜能和积极有效的行动对实施、实现职业生涯目标的重要性。

（二）教学内容

1. 自我认知和自我评价

2. 环境评估

3. 职业目标的确定

4. 制定实施方案

教学单元： 教学实践《职业生涯设计》

教学目标与要求：帮助学生真正了解自己从而确定出合理、可行的职业生涯发展方向，实现目标，更重要的是帮助学生树立意识和自信，在市场竞争激烈和人才济济的时代，只有发展个人的竞争优势，才能把握稍纵即逝的机会，发挥个人的潜能，实现预订的目标。

教学内容：

1. 引导学生认识自我
2. 指导学生完成个人职业生涯设计
3. 教师对学生的职业生涯设计进行点评
4. 学生修改完善职业生涯设计

第二篇 就业指导

教学单元： 第四章 高职生应具备良好的职业道德和心理素质

（一）教学目标与要求

充分认识良好的职业道德和心理素质对求职择业及事业成功的重要性，启发学生树立爱岗敬业、诚实守信、勤奋工作、吃苦耐劳、有谦虚美德的良好职业道德素质，学会做人。明确良好职业道德素质和心理素质的培养，重在养成。

（二）教学内容

1. 现代企业越来越重视毕业生的职业道德素质
2. 树立良好职业道德素质
3. 心理素质的重要性
4. 良好的心理素质的标志及调适

教学单元： 第五章 高职生应具备必要的理论知识和较强的实践能力

（一）教学目标与要求

了解一个人的知识、能力素质是求职择业及事业成功的重要因素，明确用人单位对高职生知识、能力素质的要求。掌握提高、培养知识、能力素质的方法和途径，从而为求职择业做好准备。

（二）教学内容

1. 知识素质的重要性
2. 高职生要有必要的理论知识
3. 用人单位对高职生知识素质的要求
4. 能力素质的重要性
5. 用人单位对高职生能力素质的要求
6. 能力培养提高的途径

教学单元： 第六章 求职材料的制作技巧

（一）教学目的与要求

使学生充分了解就业信息获取的途径，学会就业信息的选择，掌握写作求职信和制作个人简历的技巧。

（二）教学内容

1. 就业信息的获取与选择
2. 写好求职信的技巧
3. 写好个人简历的技巧

教学单元： 第七章 面试技巧和策略

（一）教学目的与要求

让学生明确做好面试前的准备对面试成功的重要性，掌握面试的技巧，了解面试的禁忌，以获得面试的成功。

（二）教学内容

1. 面试的内容与类型
2. 面试前的准备
3. 面试的基本技巧

教学单元： 教学实践 模拟面试

（一）教学目的与要求

让每一个学生都进行面试模拟训练。

模拟面试考核，不仅要考核学生展现自己才华的能力，还包括从入场到退场的礼仪和言行举止等。

（二）教学内容

1. 面试模拟训练表现
2. 问题分析与指导

教学单元： 第八章 大学生就业制度与政策

（一）教学目的与要求

理解我国现行的就业制度、熟悉并掌握大学毕业生相关的优惠鼓励政策、《劳动合同法》等相关就业政策法规。

（二）教学内容

1. 人事代理制度、就业准入制度和职业资格证书制度、劳动合同制度。
2. 大学毕业生的就业和相关优惠政策，《中华人民共和国劳动合同法》的精神和主要内容。
3. 如何利用法律、法规维护自己的权益。

教学单元： 第九章 高职生与职业适应

（一）教学目的与要求

明确尽快适应职业环境对高职生的成长关系重大。了解职业适应的过程就是社会角色转换的过程，要努力适应新的环境，正确对待职业转换，努力实践，奋斗成才，迈好走向成功的第一步。

（二）教学内容

1. 高职生的社会角色转换
2. 高职生怎样顺利渡过适应期
3. 高职生要正确对待职业转换

第三篇 创业教育

教学单元： 第十章 高职生应具备创业的素质

（一）教学目的与要求

明确高职生应具备创业素质，引导学生自觉地培养创业意识、锻炼自己的创业能力，做好自主创业的思想准备。

（二）教学内容

1. 创业意识
2. 创业能力
3. 创业条件

四、教学时数分配表

序号	教 学 内 容	教学时数			教学方法
		合 计	理论 教学	实践 教学	
第一篇	职业生涯规划	10	8	2	

绪论	就业形势	2	2		讲授、讨论
第一章	职业及其发展趋势	2	2		讲授、案例、分析归纳
第二章	职业生涯规划是成功的起点	2	2		讲授、案例
第三章	职业规划的步骤与方法	2	2		讲授、案例分析
教学实践	《职业生涯设计》	2		2	
第二篇	就业指导	16	14	2	
第四章	高职生应具备良好的职业道德和心理素质	2	2		讲授、讨论、案例
第五章	高职生应具备必要的理论知识和较强的实践能力	2	2		讲授、案例、讨论
第六章	求职材料的制作技巧	2	1	1	讲授、案例、讨论
第七章	面试技巧和策略	6	4	2	讲授、案例
第八章	大学生就业制度与政策	2	2		讲授、案例
第九章	高职生与职业适应	2	2		案例、讲授
第三篇	创业教育	2	2		
第十章	高职生应具备创业的素质	2	2		讲授、案例
总 计		28	23	5	

五、教学模式、教学方法与手段

1、建构以学生为中心的教学模式，既发挥教师主导作用，又充分调动学生的自主学习和自我管理作用。

2、灵活运用多种教学方法，注重理论联系实际。教师除了通过课堂传授本课程的基本理论和基础知识外，还应结合心理学知识，测评工具等来引导学生积极思考，积极行动。

3、组织学生通过自由组合成立学习小组(一般 3-5 人)，教师根据课程内容和讨论课题，给小组分配任务，经过 1-2 周准备，由小组成员上讲台，把学习体会与同学分享。教师根据每个同学的表现打分评级，并做最后点评。

4、采用现代教学技术手段，编制多媒体课件，增加课堂的信息量，使学生更清晰直观地理解教学内容，增加兴趣，提高教学效果。

5、采取集中与分散相结合的教学形式。集中教学形式包括形势报告会、专题讲座、影视教育等形式；分散教学形式包括辩论赛、职业规划大赛、创业计划竞赛等。

六、教学评价建议

（一）对学生学习的评价：

1、课程评价的目的主要是考核学生通过本课程的学习，是否思考并设计自己的职业生涯规划；是否掌握了求职的技巧和方法；是否了解国家的政策法规；是否树立正确的就业观、价值观和职业观；培养自己管理自己，提高高职大学生

的理论素养、提高分析解决问题的能力，培养高职大学生成为有中国特色社会主义合格建设者和可靠接班人。

2、以过程性考核综合评定成绩，采用百分制；其中，课堂考勤 20%，缺席（包括旷课，请假）1/3 以上者不得参加终结性考查；小测 40%；教学实践作业 40%；

（二）对教师教学的评价：对教师的教学评价，应由学校相关机构组织进行，同时采用同行间互评的办法，使对教师的评价能达到全方位、立体的角度，较为客观地反应出教师的优点和不足，也要强调教师对自己教学工作的分析与反思。既要重视教师业务水平的提高，也要重视教师的职业道德修养。要关注教师是否完成教学任务，实现课程目标，还要注意是否激发学生自我成长的潜能。

七、推荐教材和教学参考书

教材：《大学生职业生涯规划与就业指导》；东北师范大学出版社；2010 年 2 月第 1 版

教学参考书：

1. 李仁山主编.《大学生就业指导与范例》. 首都经济贸易大学出版社, 2004。
2. 共青团中央学校部，中国青少年研究中心著，《大学生职业生涯设计》，中国实言出版社，2004。
3. 樊富珉、王建中主编，中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会主编.《当代大学生心理健康教程》. 武汉大学出版社，2006。

4. 张玉珍等主编,《大学生职业生涯规划与就业指导》.中国水利水电出版社,2010。

5. 王林等主编.《大学生就业指导》.天津科学技术出版社,2009。

八、课程资源的利用与开发

1、多媒体教学课件：教师自行制作的多媒体教学课件，可以提高课堂信息量，多种视频材料的运用可以让学生更清晰直观的理解教学内容，既丰富了教学内容，又提高学生的学习兴趣 and 热情，取得了较好的教学效果。

2、名人传记和影视资料：介绍名人的励志故事，激励学生勇于拼搏，增强学生自信心。拓展学生的视野。

3、网上课程资源库：建立了共享型专业教学资源平台，提供帮助学生课外自我测评、案例库、和答疑系统等网上资源，学生可以随时登陆进行讨论。

4、加强实体资源的利用和开发：发动学生充分利用现有的有效资源，如招聘会、交流会、创业基地、勤工俭学岗位、夜市地摊等，通过多种多样的观察与学习、交流与实践，把所学的理论与现实社会更好的结合，从而提高就业创业能力。

