

广州城建职业学院

课程标准

课程名称：职业发展与就业指导

教学单位：创业教育学院

执笔人：黄葆荣

审核人：

制订时间：2026年1月

教务处制

2025年1月

《职业发展与就业指导1+2》课程标准

1、课程基本信息

表1 课程基本信息

课程代码	A211020008 A211020009	课程名称	职业发展与就业指导
课程学分	2	课程学时	32
课程类别	公共必修课	考核方式	考查
开设学期	2、4	适用专业	全校所有专业
先修课程	《马克思主义中国化进程与青年学生使命》《形势与政策》等		
后续课程	《毕业实践综合项目》《创新创业教育》等		

二、课程定位

（一）课程性质

《职业发展与就业指导》是面向全校所有专业的公共基础课程，本课程对接专业人才培养方案。依据学校人才培养模式，通过校企合作、产学研结合等方式，使学生能够将理论知识与实践技能相结合，提高职业发展能力和就业竞争力。以提升职业能力为出发点，找准职业岗位的技术核心能力；通过教学分析，确定本课程内容和评价建议。

本课程是在学习了《马克思主义中国化进程与青年学生使命》《形势与政策》等课程，同时具备了职业规划认知的基础上开设的一门理实一体化课程。是为贯彻落实《中华人民共和国高等教育法》和《中华人民共和国职业教育法》等相关法律法规，确保课程设置符合国家教育方针和高等教育的基本要求。以及《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》等文件精神，将职业发展与就业指导贯穿人才培养全过程。通过加强与区域产业的对接，开展各类技能培训和产学研合作项目，为地方经济发展提供有力的人才支持和智力保障。为后续《毕业实践综合项目》《创新创业教育》等进阶课程的学习奠定专业基础。

（二）课程任务

本课程以立德树人作为根本任务，提升大学生的就业竞争力，围绕核心素养，紧

扣时代发展，国家政策等促进其顺利就业。在推进课程思政建设上，发挥好本课程的育人作用，将价值塑造、知识传授和能力培养三者融为一体，适应社会以及树立创新意识。这门课程不仅关注大学生的职业规划和就业准备，更着眼于他们的长远发展，帮助他们建立正确的职业观念，提升职业素养，为未来的职业生涯奠定坚实的基础。

三、课程目标

（一）课程总目标

帮助学生了解职业发展基本理论，认识到职业规划和就业准备重要性。引导学生掌握自我评估、职业环境分析、职业目标设定与行动计划制定等职业规划的核心技能。培养学生就业竞争力，提升他们在职场中的适应能力和自我发展能力。

（2）课程具体目标

1. 知识目标

- (1) 了解职业生涯规划的五步骤：知己、知彼、决策、计划、反馈；
- (2) 了解自我认知的霍兰德人职匹配测试法、MBTI 人格特征测试法、技能测试方法以及价值观测试方法和职业测评法；
- (3) 熟悉职业认知的生涯人物访谈法、招聘信息分析法；
- (4) 熟悉职业目标确立的 SMART 原则和目标的树型分解法；
- (5) 了解就业信息的搜集渠道和方法、求职材料的制作和投递方法、笔试及面试流程及技巧；
- (6) 了解求职过程中常见的侵权、违法行为；
- (7) 熟悉面试礼仪与面试准备的相关知识；了解面试的基本礼仪和程序。
- (8) 了解就业形势、了解就业政策法规。

2. 能力目标

- (1) 具备自我认知的能力，并能够根据职业测试进行职业倾向探索；
- (2) 具备环境评估的能力，能够根据职业认知方法探索职业环境，并进行环境评估；
- (3) 能够根据自我认知和职业认知结果，运用生涯决策方法确定职业目标；
- (4) 能够根据职业目标制定职业生涯规划行动计划并实施；
- (5) 会利用求职应试的方法，搜集求职信息，制作及投递求职材料；

- (6) 会利用求职防护的方法辨别求职过程中常见的侵权、违法行为；
- (7) 能够根据当代职场环境和国家发展战略指导自己的就业行为。
- (8) 能够在求职面试和笔试过程中，利用相关技巧，应对求职的面试和笔试。

3. 素质目标（含课程思政目标）

- (1) 引导大学生建立正确的职业价值观和积极的就业态度；
- (2) 学会如何面对求职过程中的挑战，并培养出良好的心理素质；
- (3) 培养学生具备高尚的职业道德，包括诚实守信、勤奋敬业等品质；
- (4) 培育学生的团队合作精神，学会在团队中发挥积极作用；提升学生的领导力，为将来担任管理职务打下基础。
- (5) 教会学生有效管理自己的情绪，保持积极的工作态度；增强学生的抗压能力，使其在面对工作压力时能够保持冷静和高效。
- (6) 帮助学生树立自主的职业规划意识，将个人发展与国家和社会的需求相结合（例如：三扶一支、西部计划、特岗教师），为未来的职业生涯奠定坚实的基础。

四、课程内容与教学设计

（一）内容模块

表2 课程内容模块及学时分配

序号	项目（模块）	教学内容	学时		
			理论	实践	小计
1	自我探索	职业生涯规划的概念；职业生涯规划步骤；从兴趣、性格、能力、价值观四个方面进行自我探索。	8+2	0	10
2	职业探索与职业决策	职业探索的意义；职业环境探索内容；认识工作世界的维度；职业探索的方法：招聘信息分析法、生涯人物访谈法；决策风格类型；职业生涯规划的方法：SWOT分析法、“5W法”、平衡单分析法；目标制订的“SMART”原则。	8+2	0	10
3	求职技巧	如何搜集就业单位的招聘信息；大学生求职的主要途径；个人简历的内容要素：个人信息、求职意向、教育经历、工作经历、技能水平、个人荣誉、自我评价；个人简历制作的排版技巧；求职礼仪；面试的形式及程序；面试应答技巧及心理调控技巧。	2	8	10
4	就业形势与	当前就业的形势；就业的相关政策。	2		2

	政策				
合 计			24	8	32

注：（+2学时为学生课后探索实践，完成相关探索报告）

（二）教学设计

表3 课程教学设计

序号	项目 (模块)	教学内容	任务名称	思政元素	教学方法与手段	学时安排	考核方式
1.1	职业生涯规划认知 (三) 实践项目	职业生涯规划的概念; 职业生涯规划的意义; 职业生涯规划的流程; 职业生涯规划的步骤。	1. 案例展示有规划的人生和没有规划人生对比; 2. 小组讨论: 工作对你意味着什么? 想要怎样的生活质量? 3. 课堂互动: 我的旅行计划, 导出职业生涯规划概念及五个步骤: 知己、知彼、决策、计划、反馈。	1. 引导学生讨论个人职业规划如何与国家发展需要相结合; 2. 强调职业生涯规划中个人信息保护的重要性, 提醒学生防范职业规划咨询中的信息泄露风险。	案例教学 小组讨论	2	考查: 小组完成职业探索报告; 个人完成职业生涯规划书。
1.2	兴趣探索	运用霍兰德人职匹配测试法探索自身职业兴趣类型。	1. 兴趣探索活动: 兴趣岛六岛环游活动; 2. 介绍六种类型人的性格特点及适应职业; 3. 填写霍兰德职业代码, 照代码搜索职业。	1. 结合国家新兴产业发展趋势, 引导学生将个人兴趣与区域重点发展领域相结合; 2. 提醒学生在进行在线职业测评时, 注意选择正规平台, 防范网络钓鱼和虚假测试网站	分组讨论 案例分析	2	
1.3	性格探索	运用 MBTI 人格特征测试法探索自身性格。	1. 性格探索互动活动: 左右手签名、交替交叉手指体验活动, 导出性格与职业是否匹配会影响工作满意度、工作表现; 2. 介绍 MBTI 性格测试, 填写 MBTI 代码, 依照代码搜索适应职业。	1. 强调职业道德修养与性格塑造的关联性, 培养学生诚信、严谨的职业品格; 2. 进行性格测试时, 提醒学生注意保护个人隐私数据。	分组讨论 案例分析	2	
1.4	能力探索	三种能力类型探索 (知识技能、自我管理技能 以及可迁移技能)	1. 能力探索: 我的成就故事; 2. 训练: 分析《美国雇主最为重视的技能和个人品质》中三类能力类型各占的比例; 3. 分析成就故事中所体现出来的能力类型并填写职业生涯规划档案;	1. 融入“工匠精神”案例, 强调精益求精、追求卓越的职业态度对国家制造业升级的重要性; 2. 强调技能学习与实践过程中的操作安全规范, 特别是在实习或实验环节。	分组讨论 案例分析	1	
1.5	价值观探索	价值观含义; 探索自身价值观。	4. 价值观探索: 价值观市场拍卖会活动; 5. 根据价值观筛选职业, 填写完成《职业生涯规划档案》。	1. 深入讨论社会主义核心价值观在职业选择中的体现, 引导学生树立服务社会、报效祖国的远大志向; 2. 引导学生识别非法传销、不良网贷等可能利用价值观进行诱骗的陷阱, 树立正确的财富观	课堂活动	1	
2.1	职业探索内容	职业探索的意义; 职业环境探索内容; 认识工作世界的维度。	1. 职业探索的意义, 学生头脑风暴新职业, 教师列举曙光职业、朝阳职业、如日中天职业、夕阳职业等类型, 说明职业选择对个人发展的影响职业环境探索内容社会环境因素; 2. 组织环境因素: 行业、企业环境分析; 3. 个体环境因素: 家庭背景因素、教育背景因素、心理因素; 4. 学生活动: 画出家庭职	1. 分析国家粤港澳大湾区建设等战略带来的职业机遇, 增强学生的时代使命感; 2. 讲解行业准入制度、执业资格证书的重要性及辨别真伪的方法。	头脑风暴 分组讨论	2	

表4 课程实践项目（任务）设计

序号	项目（任务）名称	学生实践结果（可展示）	学时安排
1	职业探索	各小组职业探索报告展示并点评	2
2	求职礼仪	分小组进行求职礼仪训练	2
3	模拟面试	分小组进行模拟面试	4

五、课程考核

1. 考核指导原则

突出过程与模块评价，结合课堂提问、小组讨论、成果展示、案例分析等手段，加强教学环节的考核，注重平时考核。强调课程结束后综合评价，结合创业计划书的撰写情况，考核学生所拥有的综合能力水平。

2. 考核方式

过程性评价考核综合评定成绩，采用优、良、中、及格、不及格五级计分制，其中课堂考勤10%，缺席（包括旷课、请假）1/3以上者不得参加终结性考查，课堂互动占10%；课堂作业完成情况占10%，终结性考查占70%。

考核项目		考核标准	考核方法	评分比例%
过程考核	课堂互动	是否积极	参与次数	10
	上课考勤	出勤与否	考勤	10
	课堂任务	课堂作业完成情况	教师评价	10
终结性考查	职业生涯规划书； 个人简历	内容结构完整	项目考查	70
合 计				100

六、教学实施建议

（一）授课教师基本要求

- (1) 熟练掌握职业生涯理论，具备职业指导师能力要求，就业工作经验丰富；
- (2) 具备双师素质，除了教学职称外，还应具备与所教专业相关的行业实践经验、职业素养及创新能力，以提供贴合实际的就业指导；
- (3) 课堂应能够与学生建立有效地联系和沟通，了解学生的需求和困惑，并提供有针对性地建议和解决方案。
- (4) 授课教师应具备丰富的教学经验，课内主讲或兼课教师必须具备1年以上工作经历，能够灵活运用各种教学方法和手段，有效激发学生的学习兴趣 and 积极性；

(二) 教材选用与编写

表5 课程教材选用表

序号	教材名称	教材类型	出版社	主编	出版日期
1	《大学生职业生涯规划与就业指导》	高等院校通识课教材 (自编教材)	电子科技大学出版社	李丹	2023年8月

表6 课程教学参考书选用表

序号	教材名称	教材类型	出版社	主编	出版日期
1	《大学生职业发展与就业指导》	高等教育“就业创业”指导教材	清华大学出版社	乔志宏 刘锐	2023年7月
2	《职业生涯规划与就业指导》	高等教育公共基础课“十三五”规划教材	天津科学技术出版社	刘焯 陈静 石杰	2021年5月

(三) 课程数字化教学资源

表7 课程数字化资源表

序号	数字化资源名称	资源网址
1	教学资源	教材、PPT课件、单元设计、授课计划表、配套的职业规划相关杂志及图书资料。
2	多媒体教学资源	课程学习通网络资源、多媒体教室、职业生涯测评软件、MBTI测评软件、公司运营综合实战、超星学习通在线课程。

附件：

授课计划表

周次	教学内容（章节名称、主要知识点）	课时数			备注
		理论	实操	小计	
第一周	1.1 职业生涯规划认知 职业生涯规划的概念；职业生涯规划的意义；职业生涯规划的流程；职业生涯规划步骤。	2		2	
第二周	1.2 兴趣探索 霍兰德职业兴趣理论；探索自身职业兴趣类型。	2		2	
第三周	1.3 性格探索 MBTI人格特征测试法；探索自身性格。	2		2	
第四周	1.4 能力探索 三种技能类型：知识技能、自我管理技能和可	1		1	

	迁移技能。				
第四周	1.5 价值观探索 价值观的含义；探索自身价值观。	1		1	
第五周	2.1 职业探索内容 职业探索的意义；职业环境探索内容；认识工作世界的维度。	2		2	
第六周	2.2 职业探索的方法 形成自己预期的职业库；招聘信息分析法；寻找跟自己专业相关的招聘信息；生涯人物访谈介绍人物访谈方法及访谈提纲。	2		2	
第七周	2.3 职业决策 决策风格类型；决策的影响因素；职业生涯决策的方法：SWOT分析法、“5W法”、平衡单分析法；目标制订的“SMART”原则；目标的树型分解方法。	2		2	
第八周	2.4 职业探索报告展示 小组完成职业探索报告并展示；个人完成职业生涯规划书。		2	2	
第九周	3.3 获取就业信息 就业信息及其作用；如何搜集就业单位的招聘信息；大学生求职的主要途径。	1		1	
第十周	3.1 制作及投递求职材料 个人简历的设计原则；个人简历的内容要素：个人信息、求职意向、教育经历、工作经历、技能水平、个人荣誉、自我评价；个人简历制作的排版技巧。	1	2	3	
第十一周 第十三周	3.2 求职应试 求职礼仪；面试的形式及程序；面试应答技巧及心理调控技巧。	2	4	6	
第十四周	4 就业形势与政策 当前就业的形势；就业的相关政策。	2		2	
合 计		20	8	28	