



广州城建职业学院

课程单元教学设计

学 年 学 期 : 2020-2021 学年第二学期

课 程 名 称 : 职业发展与就业指导 1

课 程 学 时 : 16

授 课 专 业 : 人力资源专业、计算机专业

教 师 姓 名 : 李丹

所 属 教 研 室 : 创业就业教研室

2021 年 2 月编制

课程单元教学设计（1）

一、教学基本情况				
教学单元		职业生涯规划概述	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课室	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，观念的可利用性弱，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1、掌握职业生涯规划的基本定义、内涵、特征等 2、了解职业生涯规划的“五步法”		
	能力目标	能够运用所学知识明确大学学习与成长的主要任务		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		怎样进行职业生涯规划		
教学难点		为什么要进行职业生涯规划		
教学资源		视频，音频资源		
二、教学策略				
教学模式		讲授讲学模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法		案例分析法，讨论法		
三、教学实施过程				
教学环节 1		职业生涯规划认知	时长	40 分钟
教学内容		1、什么是职业生涯规划 2、为什么要做职业生涯规划		
教师活动		课程导入 提问：人生是不是得过且过？无论工作还是生活，都随随变变？ 为什么要进行职业生涯规划 ●案例展示有规划的人生和没有规划人生的对比 ●播放歌曲《我的志愿》		

	提问引起进一步思考与讨论 ●工作对你意味着什么？ ●能想到与职业有关的词语吗？ ●想要怎样的生活质量？ 案例：兄弟爬楼梯的故事		
学生活动	回答老师提问，分析案例，思考与讨论		
资源使用	歌曲音频，教学案例		
设计意图	通过课堂讨论，让学生明白职业生涯规划的重要性		
教学环节 2	如何做职业生涯规划	时长	40 分钟
教学内容	职业生涯规划的五步骤		
教师活动	提问：怎样做职业生涯的规划？提问：怎样做职业生涯的规划？ 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 互动分享：畅想五年 1、从事什么样的工作？ 2、月薪多少?在哪个城市？ 3、是否拥有自己的家？ 4、你的理想与现实能符合吗？ 5、要怎样才能实现你的理想生活？ 小结：职业生涯规划的重要性		
学生活动	回答教师提问，参与课堂互动分享		
资源使用	我校毕业生案例分析		
设计意图	通过课堂互动，让学生理解职业生涯规划的五步骤		
四、教学反思			
教学效果	课堂充分运用提问，讨论等教学方法，调动课堂气氛，增加学生的参与性		
教学特色	课堂互动较好，能较大的调动学生的学习积极性		
反思与诊改			

课程单元教学设计（2）

一、教学基本情况				
教学单元		兴趣探索	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课堂	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1、认识到兴趣是人们获得工作满意度、职业稳定性和职业成就感的重要影响因素。 2、愿意通过多种形式对自己的兴趣进行探索并在今后的生活中不断观察和反思，从而能够较为正确地认识和评估自己的兴趣。		
	能力目标	1、能够借助兴趣探索练习和标准化测试，使用霍兰德模型来对自己的兴趣进行分类组织，确认自己的霍兰德代码。 2、能够借助相关工具和资源，有意识地使用霍兰德模型来对职业进行考察并评估其与个人职业兴趣的适配度。		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		用霍兰德人职匹配测试量表认知自己，分析自身的职业倾向		
教学难点		能够用霍兰德人职匹配测试量表，分析自身的职业倾向		
教学资源		霍兰德人职匹配测试量表，六岛环游图		
二、教学策略				
教学模式		讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法		讨论法、案例分析法、游戏法		
三、教学实施过程				
教学环节 1		自我职业兴趣探索 1	时长	20 分钟
教学内容		兴趣与职业生涯发展		
教师活动		课程导入 ●提问：什么令人真正感到幸福和满足？一份研究报告，分析兴趣与职业发展的关系 什么是兴趣？		

	兴趣对职业生涯的影响 播放音乐，让学生回忆自己最愉快、最废寝忘食的时刻 总结兴趣的定义，特征等		
学生活动	回答提问，分享自己的经历		
资源使用	舒缓的钢琴曲		
设计意图	通过回忆自己的经历，理解兴趣的概念		
教学环节 2	自我职业兴趣探索 2	时长	40 分钟
教学内容	自我兴趣探索		
教师活动	课堂互动：兴趣岛归岛活动 组织课堂活动，总结学生代表发言		
学生活动	学生活动：兴趣岛归岛活动 分岛讨论本组的特质，代表发言		
资源使用	六岛环游图		
设计意图	通过活动，让学生更清晰的了解自己的职业兴趣类型		
教学环节 3	自我职业兴趣探索 3	时长	20 分钟
教学内容	霍兰德的类型论		
教师活动	讲解霍兰德的兴趣类型论		
学生活动	学生对照教材提示，在《职业生涯规划档案》填写兴趣代码，依照代码搜索适应职业 找出自己适合的职业		
资源使用	霍兰德职业兴趣对照表		
设计意图	让学生了解自己的职业兴趣类型		
四、教学反思			
教学效果	六岛环游活动，学生学习积极性高		
教学特色	游戏法在课程中的应用		
反思与诊改			

课程单元教学设计（3）

一、教学基本情况				
教学单元		性格探索	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课室	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1、认识到每个人都有与众不同的特质，性格与职业的最佳匹配使得我们成为更有效的工作者。 2、了解自己的性格特征，探讨自己性格特征与职业的关系。		
	能力目标	1、能够利用性格理论探索自己的性格，了解自己的性格特征。 2、通过对性格的了解，澄清自己理想的工作方式。		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		用 MBTI 人格特征测试法认知自己，分析自身的职业倾向		
教学难点		能够用 MBTI 人格特征测试表，分析自身的职业倾向		
教学资源				
二、教学策略				
教学模式		讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法		案例分析法、分组讨论法		
三、教学实施过程				
教学环节 1		性格探索 1	时长	10 分钟
教学内容		性格与职业		
教师活动		① 课程导入 ●提问：你了解自己的职业倾向吗？下面的动物你喜欢哪个？你最像谁？ 教师小结：天生有自己擅长的一面，也有自己不擅长的一面，就如自己左右手，没有好坏或者对错之分。性格与职业是否匹配会影响工作满意度、工作表现。		

学生活动	互动活动：左右手签名、交替交叉手指体验活动。		
资源使用	互动游戏		
设计意图	了解每个人都有自己的性格，性格没有好坏之分		
教学环节 2	性格探索 2	时长	40 分钟
教学内容	了解自己的性格类型		
教师活动	●MBTI 性格测试 ●在《职业生涯规划档案》填写 MBTI 代码，依照代码搜索适应职业		
学生活动	课堂活动： 探索内向与外向类型：飞行故事 探索感觉与直觉类型：给大海下定义 探索思考与情感类型：该录用谁？ 探索判断与知觉类型：决策		
资源使用	MBTI 性格测试表		
设计意图	结合案例和课堂活动讲解测试方法，学生根据测试结果寻找适合的职业并填写职业生涯规划档案		
教学环节 3	性格探索 3	时长	30 分钟
教学内容	性格类型与工作匹配		
教师活动	讲解 MBTI 性格类型		
学生活动	课堂活动：猜猜看 各种不同性格类型人物特点及其比较 学生对照教材提示，在《职业生涯规划档案》填写兴趣代码，依照代码搜索适应职业找出自己适合的职业		
资源使用	MBTI 性格测试表		
设计意图	结合案例和课堂活动讲解测试方法，学生根据测试结果寻找适合的职业并填写职业生涯规划档案		
四、教学反思			
教学效果	性格测试活动能吸引学生，提高学习积极性		
教学特色	游戏法在课程中的应用		
反思与诊 改			

课程单元教学设计（4）

一、教学基本情况				
教学单元		能力探索、价值观探索	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课室	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1、认识到价值观对个人职业选择和发展的影响 2、在职业规划中能重视对个人价值观的澄清 3、正确理解技能的概念及分类。 4、学会合理描述自己所具备的技能。		
	能力目标	1、能够澄清并真正“拥有”自己的价值 2、能使用至少三种相关资源和方法来了解意向职业的技能要求。		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		用技能测试方法以及价值观测试方法认知自己，分析自身的职业倾向		
教学难点		能够技能测试方法以及价值观测试方法，分析自身的职业倾向		
教学资源				
二、教学策略				
教学模式		讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法		讨论法、案例分析法		
三、教学实施过程				
教学环节 1		技能	时长	40 分钟
教学内容		技能的探索方法		
教师活动		案例分析：鲁豫的成功故事 结合案例讲解三类能力：知识技能、自我管理技能、可迁移技能 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。		

学生活动	能力探索活动：夸夸我自己；你喜欢和什么样的人共事？ 学生活动：我的成就故事——画出自己的生命线，在线上列出十个令人开心的成绩 训练：分析自己已有的技能，分析自己缺乏的技能。		
资源使用	互动游戏		
设计意图	了解自身具备了哪些能力		
教学环节 2	价值观	时长	40 分钟
教学内容	马斯洛需求层次 价值观的探索方法		
教师活动	提问：什么是价值观 案例分析：《席琳·迪翁的选择》 根据价值观筛选职业，填写《职业生涯规划档案》		
学生活动	1、有关工作的一分钟联想 2、价值观市场活动，探索自己的价值观		
资源使用	价值观探索游戏表格		
设计意图	通过价值观探索游戏让学生了解目前自己的价值观		
四、教学反思			
教学效果	课堂讨论及价值观探索活动能充分调动学生积极性		
教学特色	游戏法在课程中的应用		
反思与诊改			

课程单元教学设计（5）

一、教学基本情况			
教学单元	职业认知	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级	20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点	多媒体课室	授课形式	面授
参考教材	《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。	
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱	
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高	

教学目标	知识目标	1. 职业环境探索内容 2. 认识工作世界的维度 3. 职业探索的招聘信息分析法、生涯人物访谈法	
	能力目标	1. 能够明确自己的职业目标 2. 能够利用职业分类进行职位搜索 3. 能够根据招聘信息分析职业岗位要求	
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识	
教学重点		能够对自己将要从事的职业所需的能力有一个明确的认识及自己的能力评估	
教学难点		环境评估对职业生涯规划的重要性	
教学资源			
二、教学策略			
教学模式		讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式	
教学方法		讨论法、案例分析法	
三、教学实施过程			
教学环节 1		职业认知	时长 40 分钟
教学内容		1、什么是职业？ 2、职业认知的作用	
教师活动		①课程导入 ●提问：小偷是职业吗？学生是职业吗？导出职业概念 ②工作世界概貌 ●案例分析，概括与工作有关的因素 ●介绍产业、行业、职业、职位等相关概念 ③说明职业认知的作用	
学生活动		职业探索活动：你猜我答，猜职业， 两个学生一组，一个同学做动作，另一个同学猜这位同学做的是什么职业？	
资源使用		互动游戏	
设计意图		让学生了解知己知彼，才能让我们在竞争中处于优势地位。	
教学环节 2		初步认识职业	时长 40 分钟
教学内容		1、职业分类介绍 2、新职业不断涌现	
教师活动		1、提问：你知道职业分几类吗？ 2、介绍几种职业分类的类型，重点讲解我国的职业八大类分类法 3、提问：举例说出你所了解的“朝阳职业”、“夕阳职业”有哪些？	

	展示职业前景的八种类型
学生活动	学生活动：头脑风暴，分小组讨论，请说出与手机相关的职业有哪些？
资源使用	
设计意图	通过头脑风暴游戏，让学生了解同一专业可以从事多种职业
四、教学反思	
教学效果	课堂讨论及头脑风暴活动能充分调动学生积极性
教学特色	游戏法在课程中的应用
反思与诊改	

课程单元教学设计（6）

一、教学基本情况				
教学单元		职业探索的内容与方法	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课室	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1. 职业环境探索内容 2. 认识工作世界的维度 3. 职业探索的招聘信息分析法、生涯人物访谈法		
	能力目标	1. 能够明确自己的职业目标 2. 能够利用职业分类进行职位搜索 3. 能够根据招聘信息分析职业岗位要求		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		能够对自己将要从事的职业所需的能力有一个明确的认识及自己的能力评估		
教学难点		环境评估对职业生涯规划的重要性		

教学资源			
二、教学策略			
教学模式	讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法	讨论法、案例分析法		
三、教学实施过程			
教学环节 1	职业环境探索内容	时长	40 分钟
教学内容	1、社会环境分析 2、行业环境分析 3、组织环境分析 4、岗位分析 5、家庭影响因素分析		
教师活动	案例分析：毕业就能就业 高职高专吃香了 提问：你所学的专业能进入哪些行业？ 案例欣赏：水泥企业工艺经理行业环境分析 组织环境分析： ●案例分析：大公司和小公司的特点对比 ●不同企业的制度和文化的差异 岗位分析： ●案例欣赏：工程技术方向岗位环境分析(依据班级专业情况改变案例) 案例欣赏：跨国汽车零售企业中国区域销售总监就业环境分析 家庭影响因素分析		
学生活动	课堂讨论：你找工作时会关心哪些信息？引出职业环境探索内容 课堂活动：画家族树		
资源使用			
设计意图	让学生了解探索职业环境的内容。		
教学环节 2	探索职业的方法	时长	40 分钟
教学内容	1、建立自己的职业库 2、招聘信息分析法 3、生涯人物访谈法		
教师活动	课堂演示：登陆相关求职网站获取职业信息，演示获得职业信息的方法 课堂演示：登陆南方人才网，搜索同类岗位信息 提问：同类岗位的共同要求有哪些？自己是否具备？ 罗列生涯人物访谈问题清单		
学生活动	学生活动：手机登录查找跟自己专业相关的招聘信息，并进行分析		
资源使用			

设计意图	通过招聘信息分析法，了解岗位要求以及岗位职责
四、教学反思	
教学效果	通过亲自查找招聘信息，更容易掌握职业探索的方法。
教学特色	
反思与诊改	

课程单元教学设计（7）

一、教学基本情况				
教学单元		职业生涯规划定位	课程名称	职业发展与就业指导 1
授课班级		20 电子商务 3	授课学时	2
授课地点		多媒体课室	授课形式	面授
参考教材		《职业生涯规划与就业指导》		
学情分析	知识背景	刚入学的高职大一学生，基础知识较差，对职业生涯规划认知不足，进入大学后也没有对将来的职业生涯规划进行合理规划。		
	认知结构	对职业生涯规划认知较少，知识积累不够，稳定性与清晰性弱		
	学习特点	对理论性知识缺乏兴趣，实践性话题较为敏感。学习热情不高		
教学目标	知识目标	1. 决策风格类型 2. 职业生涯规划的方法： SWOT 分析法、平衡单分析法 3. 目标制订的“SMART”原则：具体性、可衡量、可完成的、现实性、时限性		
	能力目标	学会用 SWOT、5W 职业决策分析法、生涯平衡单法进行决策定位		
	素质目标	培养学生的职业生涯规划意识		
教学重点		SWOT、5w 职业决策分析法、生涯平衡单法的理论		
教学难点		如何理论联系实际，让学生能理解和掌握用 SWOT、5w 职业决策分析法、生涯平衡单法进行职业决策		
教学资源				
二、教学策略				

教学模式	讲授模式、案例教学模式、探究性教学模式		
教学方法	讨论法、案例分析法		
三、教学实施过程			
教学环节 1	职业生涯规划概念及类型、决策模型	时长	40 分钟
教学内容	1、职业生涯规划概念 2、职业生涯规划的风格类型 3、职业生涯规划模型的应用		
教师活动	1、职业生涯规划概念 ●导入电影台词，人生就是由一个个选择形成的 2、决策的类型 3、职业生涯规划决策的循环模型 案例：大勇是某高职学校一名团学干事，大二时恰逢学校公开选拔学生干部，有以下五个职位，你是大勇该如何选择？ 4、决策的 casve 循环模型介绍		
学生活动	课堂讨论：通过案例桃园摘桃，测试你的决策类型。学生判断自己的决策类型并有针对性的进行调整。 课堂案例讨论：大勇是某高职学校一名团学干事，大二时恰逢学校公开选拔学生干部，有以下五个职位，你是大勇该如何选择？		
资源使用			
设计意图	让学生了解职业决策的内容。		
教学环节 2	职业生涯规划的方法、职业生涯规划目标的确定	时长	40 分钟
教学内容	1、SWOT 分析法 2、5w 分析法 3、平衡单分析法		
教师活动	1、职业生涯规划的方法 讲解 SWOT 分析法的理论及步骤。通过案例分析，引导学生应用 SWOT 法分析自己职业生涯上的优势、劣势、机会及威胁 2、5w 分析法 用案例具体解读 5w 分析法的步骤 3、平衡单分析法 通过案例解读平衡单法 案例欣赏：寓言故事《骆驼与北斗星》 4、目标制订的“SMART”原则 案例欣赏：张俊的目标阶梯 5、目标的分解 案例欣赏：山田本一的故事、职业目标分解 6、制定行动计划		

	烧开水理论 赶快行动：制定大学的行动计划
学生活动	学生活动：以“挑选你的大学”为题，练习上述决策方法 课堂讨论：《西游记》中，谁的作用最大？引导：唐僧是团队中最重要的角色，因为他目标明确，才完成了取经的任务。
资源使用	
设计意图	通过案例讨论，了解职业决策的类型，并制定职业生涯规划
四、教学反思	
教学效果	通过课堂活动与讨论，让学生学会制定自己的职业生涯规划书。
教学特色	
反思与诊 改	