

三、项目方案

1. 目标和拟解决的问题（建议 500 字左右）

目标：提高职业发展与就业指导课程教学质量与效果，提高教师教学能力水平，提升学生职业生涯规划能力素养。

拟解决的问题：

（1）职业生涯规划课程教学效果不显著。目前的课程教学主要采用的还是教师讲学生听这种单向传授式的教学模式，并且因为是合班授课，学生多管理难，教师授课内容多，师生互动少。校外企业导师

（2）教师教学能力水平提升难，提升途径少。教师的教学任务多，在教学与相关行政事务中需要投入大量精力，缺少主动进行教学改革提升的动力与激情，另外职业规划类科研项目与竞赛较少，教师缺少提升自身教学水平的途径。

（3）课程教学资源少，更新难。职业生涯规划教育也是一个需要不断与时俱进的学科领域，尤其是需要与就业市场紧密结合，了解趋势，教师缺少企业经历经验，课程教学文件不能及时更新，或者不知如何更新，都会影响到教学质量。

（4）学生缺少实践，积极性不高。职业院校的同学对实践教学兴趣比较高，更倾向互动体验式教学，目的性较强，不满足于仅完成课程作业和取得课程成绩，希望有更多贴近市场的实践机会、奖励成果等。

2. 研究与实践内容（建议 1000 字）

（1）理论研究

一是深化职业生涯规划教育教学改革研究的路径与措施；二是职业生涯规划课程教学模式改革研究；三是高职职业生涯规划课程师资建设、培养与能力提升路径研究；四是高职学生职业生涯规划能力提升策略研究。把教师成长、学生成才作为最终目标，围绕教学模式改革、课程建设、师资培养等展开研究，以“全国大学生职业规划大赛”为抓手和契机，探索高职职规课程“以赛促教、以赛促学”教育改革。

（2）实践内容

① **职业生涯规划课程教学模式改革。**构建以学生为主体的互动式教学模式，把课堂还给学生，围绕职业规划大赛，优化更新教学资料，包含课程标准、单元设计等。探索项目式教学，把课程分解为各个项目板块，比如成长赛道中可划分为自我探索、职业探索、生涯规划、路演答辩等板块，每个板块对应不同的任务，如生涯规划中又可以初步分解为生涯目标、行动计划、阶段性考核、反馈调整等任务。通过项目式教学发挥学生的主体作用，教师有针对性的点评拔高，形成良好

的互动氛围，提高课堂效率。改革考核评价方式，对标赛事评价，引入赛事成绩作为评价指标之一，形成多元评价体系。

② **加强师资能力水平建设的具体举措。**要求教师参赛，通过亲身参与职业规划大赛中的教学能力赛项和指导学生参赛来加强对职业规划的学习认识，包括但不限于参加赛事师资培训、外出交流访问、学习优秀案例等，进而提高眼界认识，反馈教学。通过组队比赛，新老教师相互分工协作，以老带新，以新促老，共同提高。引入企业导师，将最新的企业需求与市场动态带入课堂，实现教学内容的迭代更新，校企形成长效合作机制，帮助学生有针对性的提升职场技能。

③ **打造职业生涯规划示范课程资源库。**建设职业生涯规划精品课，上线爱课程、学银在线等国内具有影响力的慕课平台，冲击省级精品课程。不断引入外部优质课程资源、新技术、新应用充实课程资源库，同时挖掘搜集赛事中的优秀经典案例、优秀作品、先进个人等形成具有示范作用的比赛案例库，为学生树立良好学习榜样。

④ **搭建职业生涯规划能力提升实践平台与赛事。**结合课程内容开展多种职业规划衍生赛事为学生提供实践的机会，例如职业生涯规划书比赛、生涯人物访谈比赛、简历设计与路演比赛、模拟招聘比赛、无领导小组面试/单面/群面活动等。要求学生全员参与，从学校层面将职业规划系列赛事打造成为城建品牌赛事，以赛促学，积极宣传组织，与企业对接拉赞助，建设校外实践实训基地，为学生提供实践的场所与机会。

3. 研究方法（建议 500 字左右）

本课题主要研究高职院校依托“全国大学生职业规划大赛”探索高职职规课程“以赛促教、以赛促学”教育教学改革，课题组成员分工协作，采用科学的研究方法，理论结合实际，从微观入手，在备赛过程中深入挖掘，结合学生成长成才需要进行研究总结，推动职业生涯规划课程教学改革。本课题研究采用文献综述法、比较研究法、调查研究法、案例研究法、实验研究法、统计分析法等方法进行研究。

文献综述法：通过查阅国内外相关文献，了解职业生涯规划教育教学改革的研究现状、趋势和存在的问题，为后续研究提供依据。

比较研究法：通过比较国内外职业生涯规划教育教学改革的现状、成果和不足，探索改革路径和经验。

调查研究法：通过问卷调查、实地调研等方式，了解当前职业生涯规划教育教学改革中存在的问题和需求，为改革提供依据和指导。

案例研究法：通过对国内同类型职业院校中的教改成功案例进行深入研究，总结成功经验并探索可复制的方法，为改革提供实践借鉴。

实验研究法：通过在比赛和授课过程设计教学实验，对教育教学改革方案进

行验证和评估，发现问题并提出改进方案。

统计分析法：通过收集、整理、分析问卷和相关教学数据，探索规律和趋势，为改革提供数据支持和决策依据。

4. 实施计划（建议1000字左右）

第一阶段：参加备赛全国大学生职业规划大赛，通过指导不同年级学生参加成长赛道和就业赛道，积累经验，研究比赛，修改课程资料，探索形成初步的职业生涯规划课程改革思路，研究路径。

第二阶段：团队成员分工进行理论研究、教学实验、调查分析、梳理脉络，结合备赛经验，撰写职业生涯规划课程教学改革草案。

第三阶段：交流访问学习，团队研讨，广泛征求意见，请专家指导，打磨修改完善，完成职业生涯规划课程教学改革方案终稿。

第四阶段：在教学中实践应用，进一步修改验证。以此为基础，进行相关细分及衍生领域研究，形成系列成果，互相佐证，完善体系。

	计划项目	实施内容	实施时间
1	研究准备	查资料、阅读国内外相关文献，研究现状，制定研究计划	2023.09~2023.11
2	项目开题	在前期研究基础上，确定研究方案，撰写开题报告	2023.11~2023.12
3	备赛、总结经验	指导和参加比赛，学习研究，总结经验	2023.11~2024.04
4	调查研究、交流访问、撰写方案	制定调研方案，运用多种方式方法进行研究论证，完成教学改革方案的撰写	2024.04~2024.06
5	发表论文	根据研究成果，撰写1~2篇论文并发表	2024.06~2024.09
6	实践论证、深化研究	实践应用检验，持续完善，深化研究	2024.09~

5. 经费筹措方案（建议500字左右）

项目经费主要来源于学校奖励资助，依据为学校《教学教研教改项目资助与奖励办法》，立项教学改革一般项目将给予0.5万元经费支持。在参加全国大学生职业规划大赛过程中，不同赛事阶段如校赛、省赛获奖队伍会有一定金额的奖金奖励，用以支持团队进行调研和实验研究。

其他经费筹措途径：可以联系相关企业、机构，介绍该研究项目，争取赞助支持；寻找与该课程相关的合作伙伴，如高校、职业培训机构或行业协会等，开展研究项目，通过与合作伙伴共同制定研究计划、分享研究成果等方式，增加对项目的支持。参与各种研究项目的申请，争取获得项目资金的支持。总之，综合运用多种手段和渠道，根据具体情况制定相应的策略，增加筹措的成功率，同时，还需要注重与相关机构和个人建立良好的合作。

6. 预期成果和效果（建议1000字左右）

（1）预期成果

序号	完成时间	成果名称	成果形式	负责人
1	2024.05	高职职规课程“以赛促教、以赛促学”教育改革研究报告	研究报告	祝红星
2	2024.08	高职职规课程“以赛促教、以赛促学”教育改革研究	研究论文	祝红星 陈飞飞
3	2024.08	高职大学生就业能力提升策略研究	研究论文	邱漠河
4	2024.04	高职职规课程“以赛促教、以赛促学”教育改革典型案例	典型案例 比赛获奖	王爱文 李丹
5	2024.09	职业生涯规划精品课立项	课程资源 平台	祝红星 鲁敏
6	2024.09	职业生涯规划课程新版教学资料	教案、教材（修订）	李丹 陈志英

（2）预期效果

① **提高学生的职业规划意识和就业能力：**竞赛的形式可以激发学生参与课程的热情，了解各个行业的就业前景、薪资水平、技能要求等信息，从而更好地掌握职业规划的相关知识和技能，作出科学决策，提高其职业规划的意识和就业能力。

② **提高学生的综合素养：**竞赛通常需要学生进行组队、交流合作，有助于提高学生的沟通能力和协作能力，培养团队合作精神；竞赛要求学生面对实际问题进行创新设计和解决方案，有利于培养学生创新思维和实践能力；竞赛要求学生规定的时间内完成任务，可以培养学生的时间管理和自我管理能力，提升综合

素养，为其未来职业生涯奠定良好的基础。

③ **提高教师教学能力水平：**教师通过亲身参赛，在教学能力赛项培训学习中加强对职业生涯规划课程的认识与理解，可以快速有效的提升知识储备和视野。通过新老教师相互分工协作，以老带新，以新促老，实现教师团队的内部团结与共同提高。在指导学生参赛过程中，能够更精准的了解学生的学习与认知特点，有针对性的制定教学策略，促进教学能力水平的提升。

④ **提高职规课程教学质量与效果：**一是教师通过备赛提升教学能力水平进而促进职规课程教学质量与效果；二是在整个备赛和课程建设过程中，可以充实积累各种课程相关资源，包含线上平台、线下实践基地和企业导师的引入等，为课程教学质量提供坚实支撑；三是从教材、教学方法、教学资料等全方位优化与提升，助力课程教学质量与效果提升。

7. 特色与创新（建议500字左右）

以首届全国大学生职业规划大赛为契机，大赛由教育部和上海市人民政府牵头，比赛的重视度空前提高，广州城建职业学院作为本次广东省赛的举办方，本项目成员所在的创业就业教研室承担全校的创业就业课程的教学任务，可以在备赛教学能力比赛和指导学生参赛的过程中进行探索研究总结，具有独特的优势和实践意义。

广州城建职业学院近几年取得的创新创业竞赛成果丰硕，在省内已形成品牌示范效应，本次全国大学生职业规划大赛与中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛具有一定相似性，也分为成长赛道和就业赛道。本项目团队承担着全校的创新创业教育课程教学任务，在比赛指导、项目打磨等方面积累了丰富的“以赛促教、以赛促学”经验，可以此为契机进行赛事打磨、教学改革的研究借鉴，实现职业生涯规划课程教学质量的提升和标志性成果的突破，价值巨大。

项目以学生成长成才为本，以培养学生沟通协作能力、创新思维和实践能力、时间管理和自我管理能力、职业生涯规划意识、就业能力为目标，搭建精品在线课程平台和实践实训基地，让学生初入职场不陌生，有信心有底气。以比赛为核心进行教学方法和学习方式改革，将比赛融入教学全过程，提高教师教学能力、人才培养质量和学生就业能力。