

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(试点班)

教 研 室：创业就业教研室

教 学 单 位： 创业教育学院

执 笔 人： 李丹

审 核 人: _____

制 订 时 间： 2022 年 12 月

教务处制

2022 年 12 月

《职业发展与就业指导》课程标准（试点班）

一、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	1	课程学时	16
课程类别	公共必修课	考核方式	考查
开设学期	2、3	适用专业	两年制班级
先修课程	形势与政策，马克思主义中国化进程与青年学生使命		
后续课程	创新创业教育，毕业设计		

二、课程定位

（一）课程性质

《职业发展与就业指导》是为培养学生的就业能力和生涯管理能力而设置的一门公共必修课程。课程定位为全院各专业学生基本素质与能力模块中的必修课程。本课程的教学目的是使学生能正确认知自我，了解职业环境和社会需求，树立正确的择业观，掌握求职技巧，提高自身的就业竞争力和职业素养。

三、课程目标

（一）课程总目标

本课程的目的是通过建立课堂教学为主，个性化就业指导为辅，理论与实践相结合的教学模式，切实提高学生就业竞争力，为大学生顺利就业、适应社会提供必要的指导。通过课程的学习，使学生充分规划自己的职业生涯发展，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。

（二）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）掌握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）掌握职业认知的生涯人物访谈法、招聘信息分析法；
- （4）掌握职业目标确立的 SMART 原则和目标的树型分解法；
- （5）掌握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) 了解就业形势、了解就业政策法规

2. 能力目标

(1) 能够根据自我认知的方法进行职业倾向探索;

(2) 能够根据职业认知的方法探索职业环境, 作出环境评估;

(3) 能够根据自我认知和职业认知的结果, 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) 能够根据求职应试的方法, 搜集求职信息, 制作及投递求职材料。

(6) 能够根据求职防护的方法辨别求职过程中常见的侵权、违法行为;

(7) 能够根据就业形势及政策指导自己的就业行为。

3. 素质目标 (含课程思政目标)

(1) 培养学生的职业生涯规划意识;

(2) 培养学生从事各行业应具备的就业能力与职业素质

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 的步骤; 从兴趣、性格、能力、 价值观四个方面进行自我探索	4	0	4
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	1	3	4
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	5	3	8
合计			10	6	16

（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	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	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	1、案例展示有规划的人生和没有规划人生的对比 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	案例教学；小组讨论；	1	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	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，依照代码搜索适应职业	分组讨论，案例分析	1	
1.3	性格探索	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 3、填写 MBTI 代码，依照代码搜索适应职业	分组讨论，案例分析	1	
1.4	能力探索	三种技能类型：知识技能、自我管理技能和可迁移技能	1、能力探索活动：我的成就故事 2、训练：分析《美国雇主最为重视的技能和品质》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	课堂活动法；	0.5	

			并填写职业生涯规划档案。			
1.5	价值观探索	价值观的含义；探索自身价值观	1、价值观探索：价值观市场拍卖会活动 2、根据价值观筛选职业，填写《职业生涯规划档案》	课堂活动法；	0.5	
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 2、职业环境探索内容 社会环境因素；组织环境因素；行业环境分析；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、心理类型因素 4、学生活动：画出家庭职业树	头脑风暴法；分组讨论法	1	
2.2	职业探索方法	职业探索的方法：招聘信息分析法、生涯人物访谈法	职业探索的方法 1、形成自己的预期的职业库 2、招聘信息分析法 寻找跟自己专业相关的招聘信息 3、生涯人物访谈 介绍人物访谈方法及访谈提纲；视频欣赏：优秀毕业生人物访谈	小组讨论；案例教学	1	
2.3	职业决策	决策风格类型；决策的影响因素；职业生涯规划决策的方法：SWOT分析法、“5W法”、平衡单分析法；目标制订	1、决策的类型 学生活动：桃园摘桃，测试你的决策风格 2、决策的影响因素 分析影响决策的因素 职业生涯规划决策的方法 3、学生活动：以“挑选你的大学”为题，练	头脑风暴法；分组讨论法	1	

		的“SMART”原则：具体性、可衡量、可完成、现实性、时限性；目标的树型分解方法	习上述决策方法 4、确立职业目标 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。 5、目标制订的“SMART”原则 6、目标的分解			
2.4	职业探索报告展示	职业探索报告写作内容以及职业生涯规划书的写作	1、各小组完成职业探索报告 2、各小组选派成员到讲台以PPT形式展示职业探索报告 3、学生与老师共同点评	小组讨论；课堂活动	1	
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、求职材料的地位和作用；案例导入：一份优秀的简历 2、分析求职材料的作用；展示：往届毕业生的一份完整的求职材料。 3、如何制作求职材料 案例分析：几种不同形式的简历模板展示 课堂讨论：个人简历应该包含哪些内容？ 总结：个人简历的内容 4、小组讨论：给学生展示以前毕业生做的简历，指出存在的问题 5、往届学生简历赏析：优秀简历与较差简历进行对比 总结：简历制作的原则	小组讨论；案例教学	2	考查：制作完成个人简历
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	1、求职礼仪 服饰礼仪：着装、仪容 形体礼仪：站姿、坐姿、走姿 会面礼仪：握手、递名片、打电话、相互介绍	多媒体演示、案例教学、课堂活	4	

			2、课堂面试礼仪实操 3、学生课堂小组分角色模拟面试操练 教师讲解：面试的类型及程序、面试常见问题应答技巧	动法		
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、逐条分析就业信息所反映出的相关内容。 2、求职的主要途径 图片展示我院历年校园招聘会的场面，我院的就业中心网站等；展示相关求职网站 3、小组讨论，寻找跟自己专业相关的求职信息	小组讨论；案例教学	1	
4	就业形势与政策	当前就业形势；就业的相关政策	讲解就业形势，及相关政策，就业派遣的作用与意义	讲授法、多媒体演示	1	

（三）实践项目（任务）设计

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	3
2	求职礼仪	分小组进行求职礼仪训练	1
3	模拟面试	分小组进行模拟面试	2

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）了解职业生涯规划的相关知识
- （2）熟悉面试求职技巧，就业相关政策
- （3）课内主讲几兼课教师必须具备工作经历 1 年以上；
- （4）具备设计基于行动导向的教学法的设计应用能力

（二）教材选用与编写

表 7 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	《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	刘烨、陈静、石杰	2021 年 5 月

表 8 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	《职业生涯规划与就业指导》	高等院校通识课教材	北京师范大学出版社	杨清国、李丹	2019 年 11 月

（三）课程数字化教学资源

表 9 课程数字化资源表

序号	数字化资源名称	资源网址
1	课程相关动画、视频、课件	资源包

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， 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	
第二周	1.3 性格探索 MBTI 人格特征测试法；探索自身性格 1.4 能力探索三种技能类型：知识技能、自我管理技能和可迁移技能， 1.5 价值观探索 价值观的含义；探索自身价值观	2		2	
第三周	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 职业探索的方法 形成自己的预期的职业库；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	1	1	2	
第四周	2.3 职业决策 决策风格类型；决策的影响因素；职业生涯规划决策的方法：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 2.4 职业探索报告展示 小组完成职业探索报告并以 PPT 形式进课堂展示		2	2	
第五周	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	2		2	
第六周— 第七周	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	1	3	4	
第八周	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 4 就业形势与政策	2		2	

	当前就业的形势；就业的相关政策				
合计		10	6	16	