

# 哈尔滨市职业学院

## 教学教案

2021—2022 学年第二学期

教师姓名：\_\_\_\_\_ 郭玮 \_\_\_\_\_

课程名称：\_\_\_\_\_ 大学生职业发展和就业指导 \_\_\_\_\_

授课班级：\_\_\_\_\_ 19级应届毕业生 \_\_\_\_\_

哈尔滨市职业学院制

# 《大学生职业发展和就业指导》课程

## 教 案

授课题目	职业生涯规划中的自我分析		授课时间长度	45 分钟
授课类型	理论课	授课对象	19 级应届毕业生	
教学 目 标	知识目标	了解当前大学生的就业背景		
	能力目标	确定个人的性格和未来的职业是否相符		
	情感目标	希望同学们都能够找到合适自己职业		
教学重点	掌握大学生就业指导的主要内容及其作业和意义			
教学难点	熟练掌握自我分析的一般方法，职业选择实践中自我了解的方法			
教学 方 法 分 析	<p>本节课程主要采用的教学方法是开始用一个案例分析导入新课，激发学生学习的兴趣。在授课的过程中，我注重联系实际，适当列举总所周知的事例，进而激发学生的共鸣。</p>			
	<p>教学方式：<input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input checked="" type="checkbox"/> 探究 <input type="checkbox"/> 问答 <input type="checkbox"/> 实验 <input type="checkbox"/> 演示 <input type="checkbox"/> 练习 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/></p>			
教学 手 段 分 析	<p>本节课采用案例分析为主要的教学手段，以及教师讲述自己亲身的求职经历，让学生能够感同身受。</p>			
	<p>教学手段：<input type="checkbox"/> 板书 <input checked="" type="checkbox"/> 多媒体 <input type="checkbox"/> 模型 <input type="checkbox"/> 实物 <input type="checkbox"/> 标本 <input type="checkbox"/> 挂图 <input type="checkbox"/> 音像 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/></p>			
<b>教学步骤设计</b>				
步骤时间	主要任务	教师活动	学生活动	目的意图
第一步 (分钟)	新课导入	<p>职业生涯的自我分析是基础，有助于学生从职业的角度全面了解自己</p>	<p>给学生讲一个真实案例，使其产生共鸣。</p>	<p>激发学生学习的兴趣。</p>
第二步 (分钟)	能力目标 重点介绍	<p>教师做出一个结合案例，最想找到什么样的职业？</p>	<p>根据职业价值观择业</p>	<p>清楚自己的价值观，生涯发展目标也就越清晰。</p>
第三步 (分钟)	新课讲解	<p>教师将本次授课内容分为几个部分，分别进行知识点的讲解和穿线。</p>	<p>认真聆听老师讲授内容，根据兴趣择业</p>	<p>个人的兴趣和爱好成为职业选择的重要依据</p>

<p>第四步 (分钟)</p>	<p>课堂总结 布置作业</p>	<p>学生每个人准备 3 分钟 以内的自我介绍。</p>	<p>根据自己特点以 及能力准备一份 自我介绍。</p>	<p>为将来面试做准 备。</p>
<p><b>内容讲解</b></p>				
<p>一，自我分析的基本内容</p> <p>在职业生涯规划过程中，有一个相当重要的阶段就是进行自我分析。有效的职业生涯规划应从自我认识开始，然后才能谈到建立可实现的目标，并确定怎样达到这些目标。</p> <p>自我分析的内容主要包括：自己的性格、兴趣、能力；自己的知识、技能、经验；自己的绩效、成果；自己的情商和心态；在社会中的自我，即自己在社会中的责任、权利、义务、名誉，他人对自己的看法以及自己对他人的看法等。</p> <p>二，职业选择中的自我分析</p> <p>一个人选什么样的职业，常与他本人的兴趣、爱好、性格、气质及能力等有密切关系。从某种意义上来说，兴趣、性格等是一个人在选择职业时首先要考虑的问题。所以，求职者在择业过程中，应对自己各方面的情况做出客观且全面的自我分析</p> <p>三，职业价值观的作用</p> <p>每个人都有一套独一无二的价值系统。生涯规划中，当你为了制定一个明智的职业决策而寻求自我认识时，你需要明确哪种价值观最符合自己的个性。</p> <p>对职业价值观的探索是职业生涯规划的基础。如果在职业生涯中找到了自己的价值，那工作就会变得有意义、有目的；工作就会是一种乐趣而不是诅咒。如果工作没有使你得到满足，生活就会变得乏味、单调而令人烦躁。</p> <p>四，价值观，职业成功的关键核心</p> <p>职业成功是指，在事业中取得非凡成就，或为社会做出突出贡献。在价值观多元化的今天，人们可以因工作满足了家庭和谐的需要而感到成功，但是，如果人们关心自己或他人能否在职业中取得突出成就，就要把握好生涯规划中价值观这一要素。</p>				
<p><b>板书设计</b></p>				

**第一节 自我分析**

**第二节 职业选择中的自我分析**

**第三节 价值观与职业息息相关**

**第四节 价值观是职业成功的关键核心**

### **教学反思**

在教学的过程中，利用案例分析，激发学生对于职业生涯的规划和了解，课下对学生做一些调查，决定未来取得卓越成就的首要因素不是“天才”，而是每位同学的心理是否有这种“动机”和“奋斗目标”，所以一个人取得职业成功的努力，最好在规划生涯识别出来。