**《职业生涯规划与创新赋能》项目四教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、基本信息 | | | | | | | |
| **教学内容** | 职业决策的概念、原则与类型；职业决策方法；职业决策的影响因素 | **授课对象** |  | | | **授课时间** |  | |
| **授课地点** |  | **授课学时** | 2 | | | **课程类型** | 理论+实践 | |
| **教材分析** | **选用教材** |  | | | | | |
| **参考教材** | 无 | | | | | |
| **配套资源** | **数字化资源** |  | | | | | |
| **软硬件及设备** | 多媒体设备、计算机 | | | | | |
| **学情分析** | **知识技能基础** | |  | | --- | | 学生对职业选择有初步困惑，但缺乏对职业决策的系统认知，未掌握科学决策方法，对自身决策风格及影响因素判断模糊。 | | | | | | |
| **认知与实践能力** | |  | | --- | | 能列举职业选择方向，但无法结合自身与环境综合分析，在决策时易受主观情绪或他人意见影响，缺乏理性决策的逻辑与实操能力。 | | | | | | |
| **学习特点** | 对职业决策案例兴趣浓厚，愿意参与互动讨论，但自主运用方法解决决策问题的能力较弱，需通过实操任务强化方法应用。 | | | | | |
| **教学目标** | **素质目标** | 1.培养理性决策意识，在职业选择中避免盲目跟风，保持独立思考。  2.增强自我负责的态度，认识到职业决策对个人发展的重要性，主动承担决策责任。  3.树立“个人价值与社会价值统一”的决策理念，将职业选择与社会需求结合。 | | | | | |
| **知识目标** | 1.理解职业决策的概念、原则（兴趣发展、社会需求等）及五种决策类型（理性型、直觉型等）。  2.掌握“5W”归零思考法、“SWOT”分析法、决策平衡单、CASVE循环决策的核心步骤。  3.明确个人、家庭、社会及其他因素对职业决策的具体影响。 | | | | | |
| **能力目标** | 1.能判断自身决策风格，结合职业决策原则初步筛选职业方向。  2.能运用至少两种决策方法（如“SWOT”+决策平衡单）分析个人职业选择，形成决策依据。  3.能识别影响自身职业决策的关键因素，综合考量后制定科学的职业决策方案。 | | | | | |
| **思政融入点** | 1.通过林悦职业选择、袁隆平院士“粮食梦”案例，引导学生将个人兴趣与社会需求结合，树立责任担当。  2.结合“社会需求原则”“地域因素”等内容，引导学生关注国家战略（如环保、乡村振兴），将职业决策与国家发展衔接。 | | | | | |
| **教学重点** | 1.职业决策的原则与五种决策类型。  2.“5W”归零思考法、“SWOT”分析法的核心步骤与应用。  3.个人、家庭、社会因素对职业决策的影响。 | | | **教学难点** | 1.运用“SWOT”分析法结合自身情况量化优劣势，形成决策策略。  2.结合多种影响因素，用决策平衡单筛选最优职业选项。 | | |
| **重难点解决措施** | 1.案例实操结合：以林悦职业选择案例讲解“SWOT”分析，再让学生分组用自身职业选项模拟分析，教师现场指导。  2.工具辅助：提供决策平衡单模板，标注权重设置、分值计算要点，引导学生逐步填写。  3.讨论深化：组织“影响我决策的关键因素”小组讨论，梳理个人核心影响因素，针对性调整决策思路。 | | | | | | |
| **教法** | 讲授/案例分析/分组讨论/实操演练 | | | **学法** | 自主填写决策工具/小组协作分析/案例模仿应用 | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **二、教学实施** | | | | |
| **（一）课前预习** | | | | |
| **教学环节** | **教学内容** | **教师活动** | **学生活动** | **设计意图** |
| 职业决策风格测试与职业选项梳理 | 发放简化版“职业决策风格测试问卷”（含桃园摘桃情境题），学生完成后确定自身决策风格（如理性型、依赖型）。  梳理2-3个个人意向职业选项，记录每个选项的核心吸引点（如薪资、兴趣、稳定性）。  开放性问题：“你选择这些职业时，主要考虑了哪些因素？是否有犹豫或困惑的地方？” | 设计并发放测试问卷与梳理表格，提供职业选项参考案例；收集学生填写结果，为课中针对性教学做准备 | 完成决策风格测试，；  梳理个人意向职业，记录核心吸引点与困惑；  提交预习成果 | 让学生提前认知自身决策风格，梳理职业选择初步思路，为课中深入学习决策方法奠定基础 |
| **（二）课中实施** | | | | |
| **教学环节** | **教学内容** | **教师活动** | **学生活动** | **设计意图** |
| 环节一  什么是职业  决策  25min | * 职业决策的概念与原则 * 职业决策的类型   讨论：“列举最近生活中两个决策实例，归纳共同特性，判断自身决策风格” | 讲解  提问  点评总结 | 听讲  记录  讨论  发言 | 帮助学生理解职业决策的核心内涵与原则，明确自身决策风格特点，为后续科学决策打基础 |
| 环节二  职业决策方法  30min | * “5W”归零思考法； * “SWOT”分析法； * 决策平衡单 * CASVE循环决策 | 案例拆解“案例演示  提问 | 听讲  记录  思考  发言 | 让学生掌握“5W”与“SWOT”两种基础决策方法，能初步结合自身情况应用，提升理性分析能力 |
| 环节四  职业决策的影响因素  20min | * 个人因素 * 家庭和成长环境因素 * 社会因素 * 其他因素；   讨论与思考：在职业决策方面“等靠要”思想，认为家长、老师、学校总能帮自己想办法，自己不需要操心，你怎么看待这种想法？ | 案例分析  案例说明  抛出问题  总结方法 | 听讲  思考  参与讨论，分享  记录 | 帮助学生识别影响自身职业决策的关键因素，学会理性平衡多方诉求，避免决策片面性 |
| 环节五  实践应用25min | 运用“SWOT分析法+决策平衡单”，分组完成1份个人意向职业的决策方案 | 1.提供“SWOT分析模板”“决策平衡单模板”，明确方案输出要求；  2.巡视各小组，针对“权重设置不合理”“优劣势量化模糊”等问题现场指导。 | 1.小组内分工协作，每人分享个人意向职业，共同完成SWOT分析与平衡单填写；  2.计算职业选项总分，排出优先顺序，形成决策结论。 | 让学生在实践中综合运用决策方法，将理论转化为可落地的决策方案，提升实操能力与团队协作能力 |
| **（三）课后拓展** | | | | |
| **教学环节** | **教学内容** | **教师活动** | **学生活动** | **设计意图** |
| 作业布置 | 1. 完善个人职业决策方案：结合课中点评，用“CASVE循环”优化方案。 2. 撰写1篇反思报告：“结合袁隆平院士职业决策案例，谈谈你对‘个人价值与社会价值统一’的理解，以及如何应用到自身职业决策中”。 | 发布作业要求，；  后期批改作业，梳理共性问题与反思报告亮点。 | 完善职业决策方案；  撰写反思报告，  按时提交作业。 | 巩固课中所学决策方法，让学生将决策方案转化为具体行动，同时深化思政认知，树立正确决策理念。 |
| **教学评价** | 通过小组讨论发言、实践应用方案质量评估，多数学生能掌握决策方法核心步骤，但部分学生在“SWOT威胁分析”“平衡单权重量化”上存在不足；多数学生决策方案逻辑完整，但部分方案“执行计划缺乏可操作性”，反思报告存在“案例与个人结合不紧密”问题。 | | | |
| **三、教学反思与改进** | | | | |
| 可增加“职业决策模拟情境”环节（如“收到两个offer后如何快速用决策平衡单筛选”），提升学生应对实际决策场景的反应能力；针对“SWOT威胁分析薄弱”问题，可补充行业威胁案例库，帮助学生拓宽分析视角；课后作业可增加“同伴互评”环节，让学生互相批改决策方案，借鉴他人权重设置与行动计划设计思路，深化对决策方法的应用理解。 | | | | |