



# 2022 年学院“思政微课”教学比赛

## 教 学 设 计 方 案

系、室 创新创业教研室

课程名称 职业生涯规划与就业指导

微课名称 发掘自我、职我所长  
-----探索职业能力

授课教师 马俊芳

## 思政微课项目教学设计方案

微课程信息			
微课名称	发掘自我，职我所长		
所属课程	《大学生职业生涯规划与就业指导》		
教学内容	职业能力探索		
授课对象	高职院校大学二年级学生		
教学目标	知识目标：掌握职业技能的含义，认识职业技能在职业选择中的重要性； 能力目标：运用职业技能分类方法，发现和认识自我的职业技能，并能在职业选择中充分考虑自我技能； 态度目标：正确认识自我技能，注重培养自我技能。		
教学重难点	能正确并客观地认识自己的自我技能		
教学用途	翻转课堂课前预习		
授课时长	10 分钟		
微课程设计			
教学环节	教学内容	教学设计	设计意图
问题导入	企业看重员工什么样的能力？	<b>问题：</b> 企业需要员工具备什么样的能力？ <b>回答：</b> 沟通能力？团队合作能力？领导能力？人际交往能力？ <b>问题：</b> 它还看重其它哪些能力？	通过列举美国雇主们最为重视的技能和个人品质，让学生们了解用人单位看重的个人技能。

<p style="text-align: center;"><b>概念澄清</b></p>	<p>能力的概念、职业技能的概念和分类</p>	<p><b>能力：</b>能力是一种心理特征，是个体掌握和应用知识技能，顺利实现某种活动的心理条件。</p> <p><b>技能：</b>技能是能力的具体化和深化，是人们通过后天学习和练习而获得的能力。</p> <p><b>职业技能的分类：</b></p> <p><b>专业知识技能</b>就是你所掌握的知识，需要经过有意识的、专门的学习和记忆获得，是与我们的专业学习或工作内容直接相关的、全面的、系统的理论知识。</p> <p><b>可迁移技能</b>就是你能胜任的活动，具体表现为一个人所能从事的工作内容，也称为通用技能。</p> <p><b>自我管理技能</b>是一个人在工作中所表现的特征和优秀品质，有时候又被称之为职业素养。</p>	<p>通过定义让学生对职业技能的分类有直观的印象；</p> <p>再通过比喻方式，让学生对职业技能有更深入的认识。</p>
<p style="text-align: center;"><b>榜样示范</b></p>	<p>如何发现和获得职业技能</p>	<p><b>专业知识技能</b>可以通过大学期间的专业教育、课余时间学习相关课程、专业讲座、学术报告以及资格认证考试培训等方式获得。</p> <p><b>可迁移技能</b>往往通过实践、观察学习、思考、社团活动等方式来掌握。</p> <p><b>自我管理技能</b>可通过认同、模仿、内化等途径获得，还可以通过了解在在老师和同学眼里，你是一个什么样的学生等方式获得。</p>	<p style="text-align: center;">讲解 STAR 法则撰写成就故事，用具体例子引导学生撰写自己的成就故事，发现和认识自我的职业技能。</p>

<b>总结延伸</b>	总结延伸， 回归主题	假如所从事的职业是和大学所学专业相关的，又是自己感兴趣和擅长的，和自己能力匹配是一种非常理想的状态。如果不匹配，那就回到三项技能，根据目标行业、目标企业、甚至落实到目标岗位的人才需求，利用现在的时间去行动、去学习，去提升。	引导学生了解职业和能力的适配关系。如果人职匹配，就能实现自我价值，实现自我效能；如果人职不匹配，就需要发现技能，探索职业，重新定位自己。
-------------	---------------	---	--