课 程 单 元 设 计

Unit Delivery Plan

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **授课教师 Instructor** |  | | | **所在部门 Department** | |  | | |
| **课程名称 Course title** | 心理健康教育 （第三版） | | | | | 授课日期  Date |  | |
| **单元标题 Unit title** | 大学生职业生涯规划与择业心理 | | | | | 单元序号  Sequence number of unit | T3-1 | |
| **授课地点 Venue** |  | | **授课班级 Class** | |  | | **课时 Periods** | 3 |
| **知识目标 Knowledge objectives** | K1 | 系统地了解职业规划和择业心理； | | | | | | |
| K2 | 学会并积极给自己的职业生涯做出最优的规划，学会如何去应对职场中可能出现的事件。 | | | | | | |
| **技能目标 Skill objectives** | S1 | 从自我认知层面上找出自身的优势与劣势，不断提升自身能力，提高适应社会职场的能力； | | | | | | |
| S2 | 提高自我在职业生涯方面的规划能力。 | | | | | | |
| **态度目标 Attitude objectives** | A1 | 正视自己的真实现状，努力提升自身心理素质，为成为社会的有用之才而努力； | | | | | | |
| A2 | 提升自我的就业能力，包括初入职场的心态调整、角色定位、合理规划、价值实现，学习如何获得幸福人生。 | | | | | | |
| **学情分析**  **Analysis of the learning situation** | 因中学学校存在差异，少部分学生学习过心理相关知识，大部分学生没有接受过心理健康教育。我校学生入学分数XX以上，在智力上具备学习心理知识的能力，但心理健康知识储备均比较薄弱。来自普通高中的学生在知识获取上比单独招生的学生有优势，单独招生的学生在技能使用上比普通高中的学生有经验。 | | | | | | | |
| **重点及措施 Key points and Instructional**  **strategies** | 掌握大学期间职业生涯规划的制定  措施：学生查找资料做阐述，教师反馈。 | | | | | | | |
| **难点及措施**  **Difficult Points and Instructional strategies** | 大学生择业中常见心理问题  措施：教师提供案例，学生进行分析，教师总结评价。 | | | | | | | |
| **教学资源 Teaching resources** | 《心理健康教育（第三版）》（北京出版社）  扩音器，手机，电子课件、电子教案、在线考试平台，大学生心理测评系统，网络资源等。 | | | | | | | |
| **形成性考核 Formative assessment** | 出勤20%，课堂（参与度、注意力）40%，作业20%，课中课后任务合作参与度20%。 | | | | | | | |
| **课后作业 Homework** | 大学期间职业生涯规划应该如何制定？ | | | | | | | |

课程单元设计

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **教学过程**  **Delivery Process** | | | | |
| **预计时间**  **Duration** | **教学内容**  **Content** | **教学活动**  **Activity** | **教学资源**  **Resources** | **覆盖目标**  **Covered objectives** |
| 5分钟 | 课前学生签到 | 老师点名并记录； | 记录本、学生名单 |  |
| 5分钟 | 何为大学生职业生涯规划 | 通过提问，引入大学生职业生涯规划。  通过学生的回答，引导其建立对大学生职业生涯规划的初步感受。 | 教材、电子课件、电子教案 |  |
| 30分钟 | 影响职业生涯发展的因素  职业生涯规划的意义  职业生涯规划的主要理论 | 学生分小组对人格进行了解，并发言。 | 教材、电子课件、电子教案 |  |
| 5分钟 | 大学生职业生涯规划与择业心理的任务及内容  课程整体设计 | 教师提问：你的职业生业规划是什么？学生回应。 | 教材、电子课件、电子教案 |  |
| 30分钟 | 大学期间职业生涯规划的制定：  职业生涯规划的制定原则  职业生涯规划应注意的问题  大学生职业生涯规划撰写步骤 | 每组一个要点做阐述，教师反馈。 | 教材、电子课件、电子教案  微课视频 |  |
| 13分钟 | 心理故事：  人伟大是因为目标伟大 | 教师提问：应该设立什么样的目标？学生回应。 | 教材、电子课件、电子教案 |  |
| 2分钟 | 总结，布置作业 | 呈现作业及要求。 | 教材、电子课件、电子教案、在线考试平台、微课测试题 |  |
| 30分钟 | 大学生择业中常见心理自傲心理  自卑心理  依赖心理  从众心理  虚荣心理  挫折心理 | 每组一个要点做阐述，教师反馈。 | 教材、电子课件、电子教案  微课视频 |  |
| 13分钟 | 心理故事：  新生活是从选定方向开始的 | 教师提问：你是否懂得如何选定方向？  学生回答。 | 教材、电子课件、电子教案 |  |
| 2分钟 | 总结，布置作业 | 呈现作业及要求。 | 教材、电子课件、电子教案、在线考试平台、微课测试题 |  |
| **课后自我反思**  **After-Class Self-Reflection** | | | | |
| **效果**  **Effect** | 能够建立起与学生之间的良好关系，更能培养学生的创造力，激发学生的学习兴趣，养成自主学习的好习惯。 | | | |
| **不足**  **Shortcomings** | 课堂互动性不高，内容不够丰富。 | | | |
| **改进措施 Improvement measures** | 扩大课堂知识的讲解范围，增强课堂互动性。 | | | |