**2015至2016学年 第 二学期**

教 学 日 历

课程名称＿＿《职业生涯规划》＿＿＿性质 选修＿

总学时＿16＿讲课14＿实验＿＿

授课班级＿全校各专业本科生＿＿学生人数＿130＿＿

任课教师＿＿邓听＿职称＿无＿＿＿

所在院(系、部)\_ \_\_\_\_\_**外国语学院**\_\_\_\_\_\_\_\_\_

系(教研室)主任签字\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

　　 教材名称：职业生涯规划　作者：殷智红 邱红

大学生职业生涯发展与规划 王静

　　　　出版单位：北京大学出版社 　　出版时间：2010

浙江大学出版社 2012

中国石油大学(北京)教务处制

填 写 说 明：

1．每上一次课填写一行，节次填写数字“1－5”，一天共分5大节课，例如：一周上三次课填写三行，并在周学时栏合并单元格填写“6”，周一第3、4节，在节次栏中填写2。

2．教学日历一经制订，不应出现大的变动，但允许主讲教师在完成课程教学大纲规定的教学要求前提下，进行必要的调整，以适应不断出现的新情况。如有变动，须经课程所属系主任（教研室主任）批准，并报院（系、部）办公室备查。

3．上机、大作业、课堂讨论、外出参观、考试等如占课内学时，在“备注”栏内注明。

4．教学日历由教师自存一份、课程所属系存一份，在每学期开学后第一周内送课程所属院（系、部）办公室并发一份电子版给课程所属院（系、部）办公室；有实验和上机学时的须发一份电子版的给实践科sjk@cup.edu.cn

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学时间 | | | 授 课 内 容 提 要 | 周学时  （周学时大于2，可合并单元格） | 学时分配 | | | 备注 |
| 周次 | 星期 | 节次 | 讲课 | 实验 | 习题 |
| 1 | 一 | 七八节 | 职业及职业生涯规划理论概述； | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 2 | 一 | 七八节 | 职业规划之自我探索——霍兰德职业六边形、兴趣、气质； | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 3 | 一 | 七八节 | 职业规划之自我探索——价值观、能力探索； | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 4 | 一 | 七八节 | 职业发展模型、职业世界探索 | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 5 | 一 | 七八节 | 大学各阶段学习生活重点；大学规划的原则；大学期间需着重培养的就业能力 | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 6 | 一 | 七八节 | 职业意识与团队合作理论；初入职场可能面临的问题与解决方式； | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 7 | 一 | 七八节 | 大学生如何尽快适应职场人士角色转变；行业探索交流 | 2 | 2 |  |  | 邓听 |
| 8 | 一 | 七八节 | 考试 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |