附件1 课程表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **时间** | **主题** | **内容** |
| 第一天9:00-11:30 | 赛事活动概览与行动促进 | 职规类赛事活动的作用和意义；职规类赛事活动概览；赛制分析与赛道选择；理解赛事活动规则与备赛要点 |
| 第一天13:30-16:30 | 生涯规划与发展 | 职业动机挖掘；职业目标探索；目标合理性分析；制定生涯发展规划；计划执行与复盘；计划评估与调整 |
| 第二天9:00-11:30 | 求职准备与行动 | 确定求职意向；岗位需求分析与匹配；盘点求职准备；竞争优势挖掘；制定求职计划；求职风险与备选方案；入职与职后发展 |
| 第二天13:30-16:30 | 沟通与表达能力进阶 | 赛事活动提交材料的生成逻辑与制作框架；结构化表达；沟通与互动；赛事活动模拟 |
| 第三天线上 | 《高校生涯教育体系构建》生涯就业金课建设研习工作坊 | 高校生涯教育体系构建高校生涯教育建设背景高校生涯教育内容搭建高校生涯教育实现路径高校职业发展与就业指导课程建设高校职业发展与就业指导课程建设背景高校职业发展与就业指导课程体系搭建高校职业发展与就业指导课程建设痛点与难点高校职业发展与就业指导课程教学实操训练教学内容研习教学方法研习 |
| 第四天线上 | 《职规赛教学赛道备赛要点》职规赛教学赛道备赛研习工作坊 | 职规赛教学赛道备赛要点职规赛教学赛道主材料的生成逻辑职规赛教学赛道支撑材料的优化策略 |
| 《如何准备高质量课堂教学实录视频及配套材料》职规赛教学赛道备赛研习工作坊 | 如何准备高质量课堂教学实录视频及配套材料如何选择主题如何设计过程如何撰写文案（教案、教学逐字稿、实录视频信息表等）如何制作课件如何选择对象如何布置场景如何展开教学如何剪录视频 |
| 第五天线上 | 《教学赛现场赛环节准备策略》职规赛教学赛道备赛研习工作坊 | 教学赛现场赛环节准备策略现场赛评分标准解读课程建设情况汇报文本及PPT制作现场互动答辩技巧教学或指导情景模拟的准备（就业观念引导、政策解读、简历修改、面试辅导） |