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） |