

成果公报

课题名称：农村中学开展学生人生规划的实践研究

课题批准号：BFB10155

课题类别：校本研究专项课题

研究领域：德育研究

课题负责人：薛文玉

我校是北京郊区一所农村普通完中校，高一学生的录取分数线在 400---430 分之间，属于本区初中生源的第 4 类，高考本科升学率不足 10%，绝大多数学生考取的是高职院校。学生学习基础较差，学习动力不足，目标缺失，学生在高三填报志愿时的随意性较大。

2010 年 10 月 23 日《农村中学开展人生规划的实践研究》获批北京市教育科学规划“十一五”校本专项研究课题。经过 3 年多的实践研究，在农村中学学生人生规划教育方面有了一些自己经验与体会，现整理如下：

一、内容与方法

通过此课题研究，我们想引导学生初步建立自我概念和职业规划意识，提高规划能力。通过“自我概念和两大目标”教育，激发学生学习的内驱力，促进自主学习；探索导师制对学生规划能力的影响，促进学生有效学习，幸福成长；引导学生做最好的自己和有用的社会公民。

针对以上研究目的，我们经过认真研究，把研究内容确定为以下三方面：即人生规划的内容、实施人生规划的途径及管理 and 效果评价。

我们通过文献法、调查法、行动研究等方法，探索在农村中学对学生实施人生规划教育的内容、有效途径及评价。

二、结论与对策

（一）在农村中学实施学生人生规划内容方面

1.学生情感方面：通过一次规划的体验，学生为自己埋下一颗职业的种子，利于形成学生的规划意识。

我们尝试让学生利用研究性学习的方式来分析自我，了解社会职业及需要，通过与家人和指导教师商讨，确定自己大致的职业目标，最后撰写自己的人生规划书。在规划书的撰写过程中，学生尝试利用逆推法，最终开始思考规划自己的高中学业。

2. 对高中生活的指导方面：通过人生规划方面的教育，学生在文理科选择、高考升学途径选择等方面更趋理性。尤其是选择艺术类升学的学生，更具指导性。

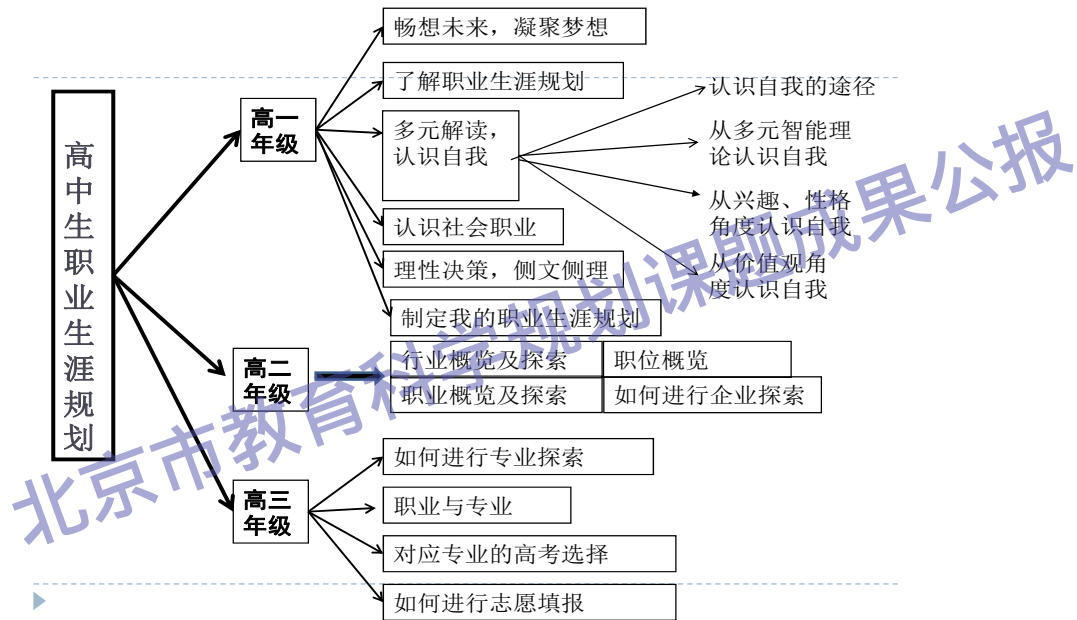
2010 级学生通过职业规划，通过艺术专业学习考取高校本科的有 18 人，占本届学生比例的 14.9%，他们都通过提前从高一规划并实施，如愿的考取了相关高校的理想专业。

(二) 在农村中学实施学生人生规划教育的途径方面的研究

1. 高中生职业生涯规划校本课程的开发与实施

我们针对学生缺少系统生涯规划知识的现状，2010 年 9 月组建了《高中生职业生涯规划》校本课程开发小组，开始进行校本课程的开发和实施。

通过近 3 年的开发和实施，形成如下课程内容框架：



2. 探索学生人生规划教育与关联课程的整合实施

(1) 坚持学生人生规划教育与研究性学习课程整合

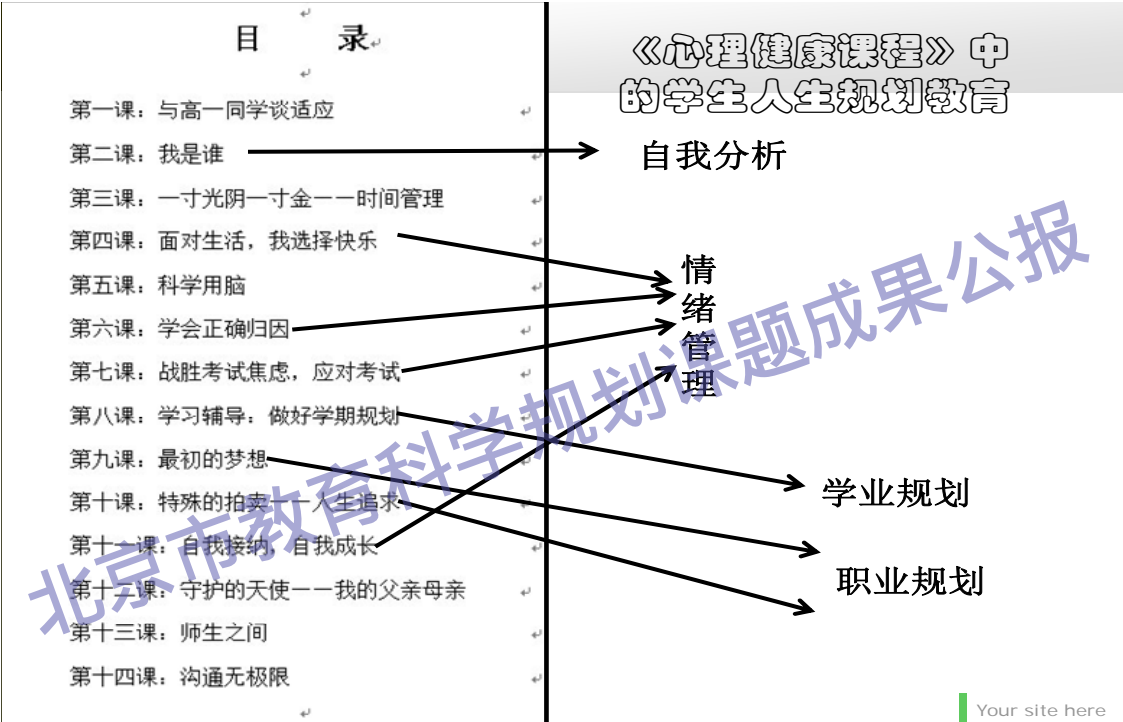
2010 年 9 月开始，我们充分利用每周的一节研究性学习课，以“课内学习结合理论知识→课外实践→课内展示”的模式，强化学生的职业生涯规划知识的学习和规划能力的培养。将研究性学习与学生的职业生涯规划紧密联系起来，让学生以自我和社会需求为研究对象，构建自己的“人职匹配”。

我们引导学生用研究性学习的方法学习和实践职业生涯规划知识。同学们以小组为单位，或访谈（父母、亲戚、相关职业人士）、或网上调查来了解喜欢职业的职业特点、职业困惑、职业需要具备的素养，来进行职业调查汇报（2010 级）。或者个人制作职业调查手抄小报，展示分享（2011 级），最后撰写自己的

人生规划书，从而指导自己的高中学业。

(2) 探求心理健康校本课程中的学生人生规划教育

心理教师利用心理健康课程，从性格角度为学生做职业倾向测试，帮助学生从性格的角度确定自己的职业方向。另外将“职业生涯规划中的情绪管理、学习效能管理、时间管理”等内容渗透进心理健康课程。教师通过一系列活动，师生对话、生生对话，让学生能从个人心理素质上有所提高。在我们的反馈问卷调查中，有 56%（2011 级的学生）和 26%（2012 级）的学生认为自己在心理健康课程的学习中获得了相关的人生规划知识。下面是心理健康教育中的学生人生规划教育分析：



同时作为心理指导老师还通过讲座的方式为高二和高三年级的教师进行培训，提高导师团队的素质，利用课余时间对学生进行辅导，提高了学生的规划能力。

3. 挖掘学科课程，渗透职业意识培养

学生在校的绝大部分时间是在学科课堂中渡过的，学科课堂才是学生职业意识萌芽的发源地，我们组织教师在这方面进行探索。美术学科在《设计》课上让学生设计自己的未来名片，通过名片的设计，学生开始思考自己的未来职业，目前学生的未来名片设计已经成为高一美术课程学习的一道靓丽风景；地理教师让学生模拟导游、天气预报员；历史教师带学生去商周遗址博物馆实地讲解，体验博物馆里的职业；英语老师还利用英语语言学习的优势，让学生通过英语来认识

多种职业以及相应的职业活动场景，让学生通过口语对话来体验职业。

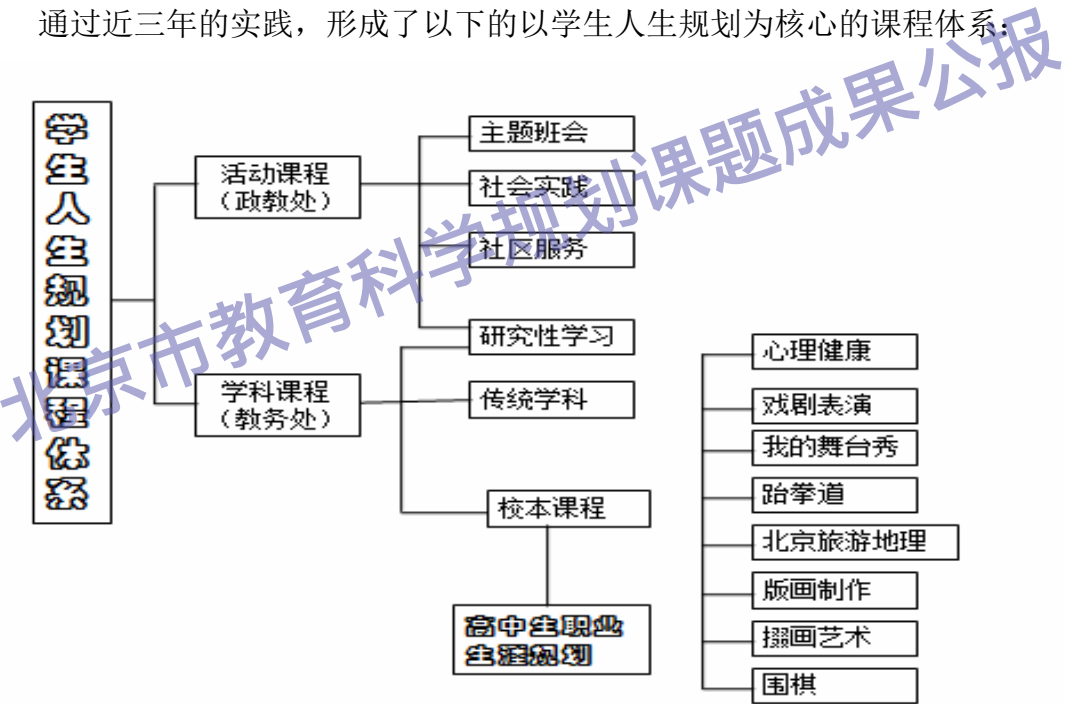
4. 通过学校各种德育活动，培养学生的职业共性素养

人生规划只是形式和平台，作为学校教育更应该注重学生在这方面素养的积淀和提高。学校利用多种活动培养学生职业共性素养——“敬业精神、团队精神、沟通技能、创新能力、重视细节、应对压力、执行能力”。

例如，目前我校的“城管小卫士”活动、到学校附近的农业基地参观活动已经成为常态；同时我们还将“商周遗址博物馆、北京农业生态谷”确定为我校学生的实践基地。团委通过社区服务增强学生接触社会的机会，如到学校附近的红叶敬老院看望老人，陪老人聊天，了解敬老院的工作状况；班主任通过主题班会组织学生对职业生涯规划进行了解等等。

5. 构建以学生人生规划为核心的多元课程体系，促进学生人生规划能力提高。

通过近三年的实践，形成了以下的以学生人生规划为核心的课程体系。



(三) 学生人生规划教育的管理和评价方面

1. 学生人生规划教育的管理

以新课程实施为契机，以校本课程开发、综合实践活动课程为平台，挖掘学科课程，整合学校德育活动，形成了以学生人生规划教育为核心的课程管理体系。由校长统领，政教处负责活动类课程（年级主任和班主任），其他由教务处负责（教研组长和学科教师）。

2. 学生人生规划教育的评价

研究目标中体现了学生的职业意识和规划能力两方面的培养。根据我们当初设置的研究目标，设置成下面六个层级的评价指标：

职业意识层面：

- A 知道职业生涯规划，开始思考自己的职业
- B 知道如何进行自己的职业生涯规划，开始关注社会上自己感兴趣的职业
- C 知道如何进行自己的职业生涯规划，并能初步写出自己的人生规划书（3--10年）

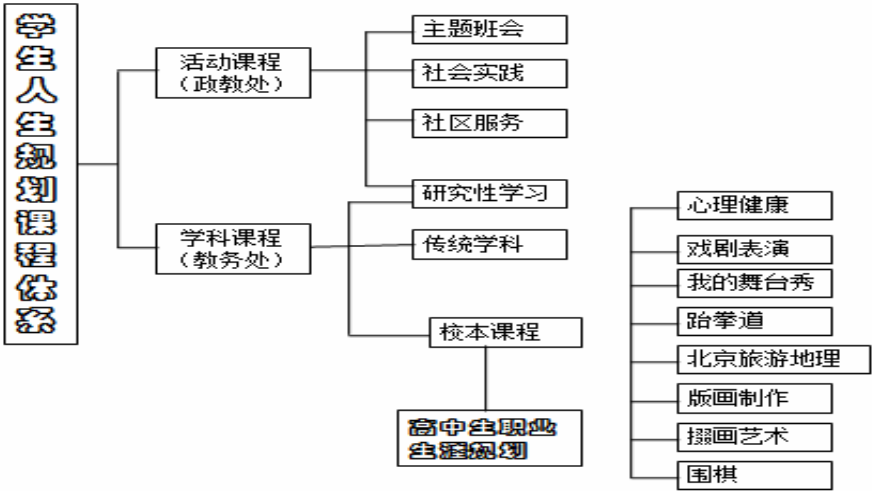
规划能力层面：

- D 能够写出自己的人生规划书，并能够根据规划书进行初步的高中三年的学业规划
- E 能够写出自己的人生规划书，并能够有效指导自己的文理分科，并能进行有针对性的高中三年学业规划。
- F 能够写出自己的人生规划书，并能有效指导自己的高考升学（本专选择、专业选择、高校选择）

三、成果与影响

（一）研究成果

- 1. 初步形成学生人生规划评价。
- 2. 《琉璃河中学学生人生规划书集萃》
- 3. 开发并实施《高中生职业生涯规划》校本课程。
- 4. 形成以学生人生规划为核心的多元课程体系。



（二）研究成果的社会反响

课题组的教师积极撰文总结，成果多次在市区级的评比活动中获奖。我校在

学生人生规划教育方面的做法得到市区同行的认可。

我校的《高中生职业生涯规划》校本课程的课程纲要 2012 年被编入区校本课程集萃中当作范例， 2013 年 5 月，在房山区北师大附属良乡实验中学向全区进行课程开发及实施的经验介绍，得到了同行的一致认可。

成果中的《农村中学开展学生人生规划的实践研》和《通过研究性学习培养学生的职业意识初探》被编入《中国当代教育理论与实践指导全书》和《现代教育理论与实践指导全书》。

四、改进与完善

在我们的实验当中发现：学生职业体验及学生职业倾向确定在学生生涯教育中很重要，也是实施的难点；“导师制”在理论上似乎是一条有效的教育途径，但实施起来效果不是很理想，需要我们在后续继续探索和完善。例如“导师制”与学生综合素质评价工作的有效对接；学生社会实践活动与职业体验的有效结合；社会资源进校园与职业了解的有效结合等等。

五、成果细目

| 序号 | 成果名称 | 作者 | 获奖情况及时间 |
|----|--|------------|--|
| 1 | 农村中学开展学生人生规划的实践研究 | 薛文玉 李雪松 | 第十三届“现代教育理论与实践全国教师优秀教育教学论文评比大赛”一等奖 |
| 2 | 《探索多元课程体系 促进学生自主发展》论文 | 薛文玉 李雪松 | 2011-2012 学年度北京市中小生涯发展指导课程建设优秀成果一等奖 / 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果一等奖 |
| 3 | 论文《农村中学高中学生职业生涯规划实施初探——以某某中学 2011 届学生为例》 | 李雪松 | 2011 年度房山区教育学会优秀论文二等奖 |
| 4 | 论文《实施学生职业生涯规划 促进学生自主发展》 | 李雪松 | 2010—2011 学年度北京市基础教育课程建设优秀成果三等奖 |
| 5 | 《“走进社会职业”主题教育活动》教学设计录像课 | 李雪松 | 2011 年北京市基础教育优秀课堂教学设计评选三等奖 |
| 6 | 《高中生职业生涯规划校本课程开发和实施总结报告》 | 李雪松 | 2012-2013 学年度北京市中小生涯发展指导课程建设优秀成果一等奖 |
| 7 | 《高中生职业生涯规划》校本课程（高一部分） | 李雪松 | 被评为 2013 年度房山区首批优质校本课程 |
| 8 | 论文《通过研究性学习培养学生职业意识初探》 | 李雪松 | 荣获现代教育理论与实践论坛全国教育论文评比大赛一等奖 |

| | | | |
|----|---|------------|--|
| 9 | 《用兴趣激发热情 享受美术学习的快乐》 | 池伟 | 2011-2012 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果三等奖 |
| 10 | 《高中美术“名片设计”教学与学生职业生涯规划教育整合初探》 | 池伟 | 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果一等奖 |
| 11 | 学生作品画册 | 池伟 | 未参加评比 |
| 12 | 《浅谈高中音乐教学中的学生职业意识培养》 | 王文博 | 2011-2012 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果二等奖 |
| 13 | 适合的就是最好的——个体咨询案例 | 彭细群 刘宝贵 | 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果一等奖/ 2011-2012 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果三等奖 |
| 14 | 论文《强化目标意识 选择职业起点》 | 高善亭 | 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果一等奖/ 2011-2012 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果三等奖 |
| 15 | 心怀梦想 志存高远主题班会设计 | 孙海燕 | 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果二等奖 |
| 16 | 《心理健康与我的成长》校本课程纲要 | 田静 | 房山区 2012 生涯课程建设优秀成果二等奖 |
| 17 | 教学研究论文《中学生生涯教育与心理健康教育的学科融合》 | 田静 | 2012-2013 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果三等奖 |
| 18 | 教学设计 Unit 12 At the Zoo Part I Listening and Speaking | 刘文秀 | 在校刊上发表 |
| 19 | 教学论文《高三学生“导师制”实施初探》 | 张洪新 | 曾在我校 2012 年校刊上发表 2012-2013 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果二等奖 |
| 20 | 论文《必须要选修的选修课》 | 马好 | 2012-2013 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果二等奖 |
| 21 | 九年级思想品德中“学生的人生规划”内容分析 | 张秋立 | 在校刊上发表 |
| 22 | 琉璃河中学学生人生规划教育现状调查 | 褚思颖 | 2012-2013 学年度北京市中小學生涯发展指导课程建设优秀成果二等奖 |
| 23 | 浅谈高中戏剧课对学生职业意识的影响 | 马立平 | 2013 年房山区教育学会优秀论评选三等奖 |
| 24 | 《高中生职业生涯规划》校本课程高三部分 | 彭细群 | |
| 25 | 汇总编制《学生人生规划集萃》 | 李莉 | |
| 26 | 《高中生职业生涯规划》校本课程高三部分 | 吴朝东 | |

虽然课题已经收关，但我们的生涯教育才刚刚开始。我们将继续对学生的

学业规划及实施进行深入研究，引导学生将职业目标能够分解成生活目标和学业目标，并在生活中逐步落实。

北京市教育科学规划课题成果公报