

中职运动训练专业职业生涯规划课程全程式 教学实践探析

罗紫君

广西体育运动学校

摘要:中等职业教育作为国民教育体系的重要组成部分,在人才培养中起着关键作用。随着社会的发展我国人才培养模式有了很大改变,学生教育质量不再以学习成绩作为唯一考查标准,加强引导学生进行自主思考以及合作探究,在教学中突出学生的主体地位,帮助学生树立正确的理想信念,正确适应自我,更好的适应学习生活,处理好个人兴趣特长与社会需要的关系,以职业生涯规划课程为例,依据中职学生的特点和认知基础,对全程式教学的应用实践进行探析。

关键词: 中职思政; 运动训练; 生涯与规划

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.03.014

引言

生涯规划与指导是中职思政课教学的一部分,教学形式单一,现有配套的教学资源涉及各行各业,面向常年只与体育打交道的学生而言难以产生共情,实践教学流于形式。将学生从传统的灌输式教育模式中解救出来,以人为本,引导学生积极主动地参与到教学中,最终将学生培养成具有高水准专业技术技能的优秀从业人员,是实现中职生涯规划教学目标。因此,根据思政课在中职学校教育中的教育地位,引进1+X生涯规划与指导证书对运动训练专业实施生涯规划与指导的教学,对生涯与规划课程的有效开展和促进教学成果“落地”具有重要的实践意义。

一、梳理现阶段中职运动训练专业学生生涯规划现状

(一) 专业认识

1. 专业选择有自主性。

在中职阶段就读的运动训练专业的学生绝大部分都是三年或以上的业余训练的基础,有参与全国比赛的经验或在全区比赛获奖,体育对他们而言不仅是他们的特长还是一种执着的热爱,选择就读具有一定的自主性。

2. 对所选专业了解程度片面。

在选择专业时,目标就是可以继续从事竞技体育训练,停留在训练就是为了比赛场上争金夺银拿成绩,只在自己原有项目上耕种努力,并没有考虑到中职阶段以职业为抓手,以升学为导向的,学生不关心就业等问题,也不了解运动训练的专业内涵和人才培养模式。

(二) 自我认识

自我认识是生涯唤醒的生理性的需求,包括别人眼中的我和自己眼中的我,如:兴趣、性向、才干、能力等。在日常的教学和与学生的相处发现,学生对自己各方面的认识程度均不足。

(三) 专业认识与满意度

学生即使是已经在校学习一段时间,但学生对所学专业的认识依旧模糊,不知道本专业将来可能从事那些职业,不了解从事职业的具体内容,搞不清对从业人员的(包括已经有社会实践担任地市助理教练的学生)。对专业的盲目也带到了学习过程中,盲目性导致了部分学生对自己专业不认可,不满意。

(四) 学生生涯规划意识

本文提到的生涯规划含职业生涯规划 and 学业生涯规划,处于中职阶段的学生受认知能力的影响,缺乏建立生涯规划的意识,对具体内容缺乏了解,生涯规划进行的能力较弱。

(五) 职业和升学意识

将来选择职业和升学时考虑的因素较为片面。简单的只从自己角度来衡量,如:自己是否喜欢,在同学中有面子吗,是否能胜任(这一条主要体现在学生假期选择去奶茶店和饮食店从事对专业能力没啥要求的行业)。但在职业生涯中还要学会向外看,了解社会的需求和行业的发展,家乡的发展。

(六) 看待成功的标准多元化

1. 中华体育精神是中华优秀传统文化谱系的一部分,从事运动训练的学生对成功的看法没有一味地“向钱看”,同时还考虑到了“从训练中获得快乐和满足”、“为国家和地区争光的使命感”、“获得更高技能证书”等因素。收入高低不是衡量成功与否的唯一标准,多元化的考虑是比较合理的。

2. 肯定自身素质对成功的重要作用。学生认为“扎实的专业技能”、“积极的训练态度”、“明确合理的目标”是取得成功的三大因素,而没有把成功过分的归咎于外在因素,这种心态是比较积极的。

二、生涯规划教学的重要性探究

职业生涯规划教育，很多人都认为是大学教育才会考虑的事，其实不然，受我国高等教育体制局限性制约，学生很难通过大学的职业生涯规划或就业指导选择适合自己的职业和专业。大学阶段的生涯规划教育更倾向于就业指导之类的临时教育，因此，学生中职阶段充分了解自我，明确自身的长处和短板，了解社会需求和自身能力，了解职业与专业，进行合理的生涯规划教育尤为重要。

国家生涯规划政策：1992年国家教委基础教育司印发《普通中学职业指导教育实验纲要（草案）》中明确提出：帮助和引导学生了解社会，了解职业和专业；同时通过观察测试等方法，帮助学生了解自己平时学业和生理、心理表现以及职业兴趣、爱好、才能和体质特点；教育学生正确处理国家、社会需要和个人兴趣利益之间的关系，了解职业道德和职业纪律，最大限度地提高适应未来职业的能力，使学生能够正确地选择适合社会需要及身心特点的职业与或专业，这是国家政策中首次提高对中学生进行职业指导的要求。2018年教育部印发的《中等职业学校职业指导工作规定》要求，“各地各校要高度重视，把职业指导摆在人才培养的重要位置，贯穿于教育教学全过程，不断提高职业指导工作水平”。国家政策要求的生涯规划教育，应坚持立德树人，循序选拔规律和培养学生的核心素养为基础，通过科研引领、组织建构、师资建设、课程开发、资源整合等方式构建中职生涯规划教育体系。

中等职业学校的学生处于生涯探索期，这个阶段的任务是通过探索认识自己和工作世界，使职业偏好具体化，结合个人，使职业偏好具体化，结合个人需要、兴趣、能力、价值观等特点以及相关职业的了解，确定比较明确的职业生涯发展目标 and 方向，并力图确定职业偏好，为未来长期而稳定的职业生活奠定基础。

三、中职运动训练专业生涯规划课程全过程教学应用的实践

在中职的思政教学中《职业生涯规划》作为中一上学期的第一门课，为生涯规划教学活动的开展打好了第一枪。前面提到，国家政策要求生涯规划是教育体系，职业生涯规划的课程教学贯穿学生从入校到毕业全过程，可以分为入学前、在校期间、毕业后三个部分。

（一）开展入学前的生涯教育活动

做好生涯规划局势要从认识自己、选对专业开始。入学前帮助学生在初步认识自己和职业的基础上，选择合适的专业，对未来的专业学习和职业选择有初步的预期，有利于学生较早的进入角色，有意识、有针对性地加强理论学习与技能训练，使自己能力和素质尽早向职业发展目标靠拢。

活动一：加强宣传，学生初步了解专业特色和就业

形势

配合每年中专招生工作，学校生涯教育的人员将本专业历年学生毕业去向对学生进行实地宣传，如广西体育运动学校的招生主要面向各地市的体校的运动员，则可以到各地市体校进行大篷车宣讲活动，也可以“学校开放日”邀请初三学生参加校内观摩，重点就专业培养计划，学习内容，未来职业方向，就业市场需求与就业趋势，升学情况等方面进行宣传。实现学生对专业学习和生涯有初步了解，提供信息为学生选择合适自己的专业发展方向。

活动二：问卷调查，初步建立学生个性化生涯档案

作为入校前的信息了解，让学生填写《学生基本情况调查表》基础上，设计建议问卷，了解学生毕业后升学或择业意愿初步信。题目如下：

- ①你毕业后的计划更倾向哪个方向？A升学 B就业
- ②你为什么选择升学而非就业？A想继续学习深造 B为了以后更好的就业机会 C父母要求 D大家读我就读
- ③你对升学是否有计划？A有，且非常详细 B有大概计划 C从没想过 D走一步算一步
- ④你为什么选择就业而非升学？A感觉学历够了B就业前景好
- ⑤你认为找工作的最重要的因素是什么？A公司位置 B 薪资待遇 C发展前景 D 体现自我价值
- ⑥你最想升学的院校有哪些，3-5个。
- ⑦你最想从事的职业有哪些，3-5个。

通过问卷的让学生对自身特点和对毕业后升学或择业意愿有所了解，为学生选择专业提供建议。

（二）开展在校期间的生涯教育活动

在校期间的生涯教育是重要的一个阶段，学生将通过校内学习和企业实践，完成由职业的初学者到熟练者的转变，逐步实现生涯目标。

活动一：逐步完善学生个性化生涯档案

学生在刚入校的时候就可以开展此项活动，尽量采用标准化测量量表，借助网络平台，一方面借助心理测评工具等科学方法，另一方面收集学生学习和社会实践的资料，以及座谈、访谈、职业咨询记录等，建立立体的学生个性化生涯档案。

档案内容包括如下：

学生入学基本信息，可以通过“入学基本信息调查表”“学籍系统信息”中获得；

学生心理健康档案，依托名班主任工作室开展心理健康工作，可通过标准化量表，心理测试量表等获得。如：《卡特尔16种人格因素问卷》《SCL-90症状自评表》等。

学生职业倾向档案，通过1+X生涯规划与指导证书

试点开展,通过标准化量表或权威问卷获得,如《霍兰德职业倾向测验量表》《职业价值观量表》。

学生职业发展状况档案,通过收集学生学习和社会实践过程中资料获得,如:参加竞技体育比赛获得证书,参加职业技能大赛,运动员等级证书,社会体育指导员证书,1+X相关的技能证书,参与实践:裁判员、助理教练员工作的实习情况的资料。

学生职业生涯阶段性总结档案,以学期为单位填写职业生涯阶段性总结表,让学生自我总结,自我激励,清晰地认识到每一个阶段个人的优势和不足,不断修正个人职业生涯发展过程中存在的偏差。

活动二:帮助学生制定和调整职业生涯发展目标

学生已经有了个性化的档案为立足点,学校利用板报栏、公众号、教室宣传角等载体丰富专业介绍,对专业培养计划,市场需求,升学趋势等方面进行更全面的展示,多管齐下,营造生涯规划的氛围,引导并辅助学生结合实际情况制定明确的职业生涯发展目标,适时调整,减少学生在生涯发展方面的偏差。

活动三:开展“冠军大讲堂”,“大学生活我来说”讲座,邀请荣誉校友返校宣讲

定期邀请冠军或者考上大学的校友进校园,分阶段、分层次开展专题讲座为学生打开看向社会和世界的窗口,搭建广阔的学习平台和就业平台。

“冠军大讲堂”系列讲座,邀请全国冠军或是世界冠军等优秀校友,用他们的亲身工作经历告诉学生如何通过肯干、能干、会干来成就自己,帮助学生坚定职业信念,切实推进生涯发展;“大学生活我来说”邀请考上大学的优秀校友回校,谈谈大学生活及大学以后的我,给学生一个憧憬和向往,成为努力的目标,分享高考备考期间的学习经验和方法,帮助学弟学妹更好的准备高考。

活动四:建设具有体育职业特色的校园文化

广西体育运动学校是世界冠军的摇篮,学校文化离不开体育精神的元素,学校可在宣传栏、广场、教室、教学楼、实训场所、食堂张贴体育职业有关的价值观,女排精神,珠峰精神等,体育名人的名言警句与行业标语,张贴行业专家名人的和学校优秀校友的风采简介与励志故事,将体育文化,体育精神渗透于校园各个领域和时空,让学生时刻沐浴在体育文化的环境里,在润物细无声的氛围中得到职业道德风貌的提高,及其对多专业的热爱及树立为将来能够胜任本职工作而苦练技能的信念。

(三) 毕业后的升学和就业状况跟踪服务活动

这一环节是我校缺失的,毕业生的回访是提升教学水平和引导学生生涯发展的重要一环。

全程式的生涯教育不应该终止与学生走出校园的时

候,而应该有一定的制度化跟踪服务,让学生毕业后仍然获得学校方面的专业支持,从而提升毕业生就业成功的可能性。

四、中职运动训练专业生涯规划课程的反思

(一) 中职运动训练专业开展职业生涯规划教育活动遵循以人为本的原则

中职生涯教育活动应遵循学生身心发展规律,根据学生的个性发展特点和职业向往,结合从经济社会发展,专业学习,帮助学生制定适合自己的职业生涯规划,切勿脱离专业本身空谈理论。如:广西举办学生青年运动会的契机,“办好一个赛,搞好一座城”的理念,增强学生的体育主人翁意识,认识到大型体育赛事对城市的影响,通过举办比赛能提高市民健身意识,增加更多的体育就业岗位。

(二) 学校生涯教育活动的组织管理与保障

学校的生涯教育活动是多层次多维度的系统性活动,要实现有组织、有计划、有效地开展,需要有专门的组织机构进行统筹,并构建全员参与的生涯教育队伍。

生涯教育的活动具有涉及领域广,综合性较强等特征,融入课堂教学,实训实习、校企合作、校园文化活动和学生日常管理,仅仅依靠一个部门或者几个人是无法完成高度专业化和综合化的工作的,学校要做好生涯教育的整体规划,动员所有与之相关的人员机构一同参与。

教师专业素质的高低直接决定了学生生涯规划教育的质量,一方面组建生涯教育的专职教师队伍,加大生涯教师的专业培训力度,推动专业师资队伍朝专业化方向发展;二是生涯教育兼职教师队伍建设,有专业课教师、思政教师、班主任、企业导师组成,他们可以向学生介绍就业前景、专业需求、企业用人标准等。

结语

中等职业院校运动训练专业对学生的培养更注重实际操作能力,生涯规划的教育有机的融入人才培养计划,对于很多初中毕业生来说,中职可能是他们步入社会前的最后一段校园时光。学生年纪小,阅历浅,学习基础较差,自觉性缺失都充分说明开展生涯规划教育的必要性。在1+X生涯规划与指导证书的引入,优化传统思政课堂教学模式,创新教学理念,中职生涯规划教育将焕发新的生命力。

参考文献

- [1] 盖笑松.生涯规划与指导(中级版)东北师范大学出版社,2021.12.
- [2] 李向珍.新时期中职学校思政课堂改革探析[J]思政研究,2020(29)104-105.