

绪言想象五年后的你

教学目标：

- 1、生涯的概念及特性
- 2、帮助学生理清自己的学生生涯历程，增强历程

教学方法：

启发引导 学生体验

教学时间：1 课时

教学过程：

一、导入：

导入的设计在于激发学生兴趣，争取学生主动参与。

我的导入来源于现实资料：清华大学博士研究生刘立早因不喜欢自己的化学专业而选择放弃，重新参加高考，他用五年的时间证明自己更适合建筑专业。我们不能说他浪费了五年的美好时光，然而如果五年前，他能对自己的职业生涯有一个明确定位，我想五年的时间他将能收获更多。这个事例点出职业生涯的重要性，引出我们今天的主题——中学生职业生涯规划。

二、生涯幻游：

第一步：让学生坐在椅子上，闭上眼睛放松自己，伴着轻音乐和适当的指导语幻想自己已经由时空旅行来到 5 年后的世界，想象自己 5 年后的生活和工作，让学生在冥想中幻游人生。由此折射出学生的兴趣、性格以及职业选择的价值观。 第二步：让学生用画笔或文字把刚才的旅途心境与感受描绘出来。通过彩绘和描述，加深幻游心境的印象，同时给学生提供了思考的时间。

第三步：采用小组分享、请代表发言的形式让同学们分享自己刚才的旅游心境，用多媒体显示一些具体的问题，引导学生比较明确地陈述自己的职业选择。 这个过程关键是引导，比如氛围的营造，具体问题的设置，意在使学生能够做出深刻的想象。 课堂小结：

布置作业：课外阅读，摘抄一个你很佩服的人的事例，如知名企业家、科学家，分析他们的人生观，写下自己的感想。