

《IT 职业素养》课程标准

课程编码:		课程类别:	实践+理论课
适用专业:	大数据技术、计算机应用技术	课程所属系:	计算机系
参考学时:	34 学时	参考学分:	1.5 学分
所属分院:	航空港管理学院	授课对象:	在校学生
编写执笔人:	洪锐锋	编写日期:	2023 年 4 月 25 日
审定负责人:		审定日期:	

一、课程定位和课程设计

《IT 职业素养》是计算机专业课程体系中的一项素质训练课程。本课程从职业道德、工作效率、时间管理、工作计划、有效沟通等方面,帮助学生掌握在专业技术之外,作为 IT 从业者应该具备的职业素养,通过适当的课堂和课外的实训活动,培养学生养成基本的职业素养,为其将来从事专业活动和未来的职业生涯打下良好的素质基础。

二、课程目标

通过《IT 职业素养》的学习,使学生具有以下方法能力和社会能力。

1. 专业能力目标

- (1) 熟练掌握 IT 职业人所必备的职业素养;
- (2) 掌握自我介绍的方法和技巧;
- (3) 熟练掌握 PPT 制作技术,展示自我的演讲能力;
- (4) 熟练掌握沟通表达的方法和技巧,能够进行有效的沟通与表达;
- (5) 能够在团队中与其他成员协作和配合;
- (6) 熟练掌握时间管理与规划能力。

2. 方法能力目标

- (1) 具有分析问题,能提出创新点子。

- (2) 具有持续学习，独立思考的能力。
- (3) 具有获取新知识、新技能、新方法的基本能力。
- (4) 具有制定完整的工作计划的能力。
- (5) 善于观察、总结规律。

3. 社会能力目标

- (1) 具有良好的职业道德和身心素质以及创新能力。
- (2) 在工作中能与他人沟通、交流与协商。
- (3) 具有较强的语言表达能力和沟通能力。
- (4) 具有劳动组织能力和团队协作能力。
- (5) 具有按规范办事、批评与自我批评能力。
- (6) 具有敬业、吃苦耐劳的精神。

三、课程内容与教学要求

表 1 课程内容与教学要求

序号	学习任务名称	学习任务	学习目标
1	认识自我	通过完成性格测试、情绪跟踪、个人总结、个人计划等环节，对个人优缺点进行总结和分析。	加深自我认识，对职业方向进行思考，初步建立大学的目标。
2	团队训练	自由组队，选举队长，确定队名、口号、奋斗目标，设计队徽，组员特长、小组特色分析与总结。	形成团队，课程的训练项目以团队形式开展，培养团队协作能力。

3	职业态度	职业道德是成功的基本要求； IT 职业包括的内容； 怎样实现良好的职业道德； 与职业道德相关的法律法规知识。	了解什么是职业素养，如何提高职业素养。了解 IT 行业的特性。
4	习惯养成	习惯是什么，习惯的内涵； 在工作中应该养成哪些好习惯； 坏习惯的坏处与特点； 怎么样去发现自身的习惯； 如何培养习惯。	发现自身的习惯，去除坏习惯，培养良好习惯。
5	计划与效率	计划的定义，制定计划的目的； 个人计划与组织计划的异同； 计划的类型，影响计划的因素； 计划制订工具； 什么是目标管理； 目标管理与效率； 效率的重要性； 提高效率的灵活手段有哪些。	怎样制定计划、执行计划。 怎样制定目标，养成目标管理的思维和习惯。
6	时间管理	什么是时间管理； 任务规划管理和日程管理； 简单了解甘特图； 目标管理与时间管理的关系； 时间管理的技巧。	养成管理时间的好习惯，将目标管理、计划管理与时间管理结合，找到属于自己的时间管理方法。
7	有效沟通	沟通的技巧； 与同事沟通的技巧； 与上级沟通的技巧； 有效沟通的几个方面； 肯定在沟通中的作用； 冲突的处理。	了解沟通的重要性，沟通的技巧，有效沟通的方法。

四、课程实施

1. 课时安排及教学方法建议

表 2 学习任务 1: 认识自我

学习内容	认识自我	授课学时 (建议)	2 学时		理论课时	0
					实训课时	2
单元内容		建议课时			教学方法建议	
通过完成性格测试、情绪跟踪、个人总结、个人计划等环节,对个人优缺点进行总结和分析。制作 PPT,每人进行演讲介绍。		2	理论	0	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 案例教学 ➤ 课堂实训 ➤ 课后作业 	
			实训	2		

表 3 学习任务 2: 团队训练

学习内容	团队训练	授课学时 (建议)	2 学时		理论课时	0
					实训课时	2
单元内容		建议课时			教学方法建议	
自由组队,选举队长,确定队名、口号、奋斗目标,设计队徽,组员特长、小组特色分析与总结。制作 PPT,每队派人进行演讲介绍。		2	理论	0	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 案例教学 ➤ 课堂实训 ➤ 课后作业 	
			实训	2		

表 4 学习任务 3: 职业态度

学习内容	职业态度	授课学时 (建议)	6 学时		理论课时	4
					实训课时	2
单元内容		建议课时			教学方法建议	
绪论 第一章 职业态度		4	理论	4	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 案例教学 ➤ 课堂实训 ➤ 课后作业 	
			实训	0		
《致加西亚的信》读后感,制作 PPT,每队派人进行演讲介绍。		2	理论	0		
			实训	2		

表 5 学习任务 4: 习惯养成

学习内容	习惯养成	授课学时 (建议)	8 学时		理论课时	4
					实训课时	4
单元内容		建议课时		教学方法建议		
第六章 习惯是基础		2	理论	2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 案例教学 ➤ 课堂实训 ➤ 课后作业 	
			实训	0		
黑白宝日志, 每天完成黑白宝日志填写, 每周交一次作业		2	理论	0		
			实训	2		
黑白宝日志分析, 在第 12 周, 每人对前半学期黑白宝进行数据挖掘与分析, 团队进行小组分析, 每组做 ppt, 派人上台演讲		4	理论	0		
			实训	4		

表 6 学习任务 5: 计划与效率

学习内容	计划与效率	授课学时 (建议)	4 学时		理论课时	4
					实训课时	0
单元内容		建议课时		教学方法建议		
第二章 制定计划		2	理论	2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 现场教学 ➤ 案例教学 ➤ 录像播放 	
			实训	0		
第三章 工作效率		2	理论	2		
			实训	0		

表 7 学习任务 6: 时间管理

学习内容	时间管理	授课学时 (建议)	4 学时		理论课时	2
					实训课时	2
单元内容		建议课时		教学方法建议		
第四章 遵守时间		2	理论	2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 案例教学 ➤ 课堂实训 ➤ 课后作业 	
			实训	0		
时间规划表制作, 每组派 2 人上台讲解时间规划表的设计理念与做法。第 11 周开始每人每天填写时间规划表。		2	理论	0		
			实训	2		

表 8 学习任务 7：有效沟通

学习内容	有效沟通	授课学时（建议）	2 学时	理论课时	2
				实训课时	0
单元内容		建议课时		教学方法建议	
第七章 胜在沟通		2	理论	2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 教师讲述 ➤ 现场教学 ➤ 案例教学 ➤ 录像播放
			实训	0	

2、教学条件

（1）软硬件条件

表 9 课程实施软硬件条件

序号	名称	基本配置要求	功能说明
1	多媒体机房	50 台多媒体终端，能够进行广播教学，播放视频、音频。	开展多媒体教学。

（2）师资条件

教师应具有专业背景和丰富的教学经验，并且应具备一定的教学方法能力与教学设计能力。

承担课程的专业教师应为“双师型”教师。

五、教学评价、考核要求

1.改革传统的学生学习评价手段与方法，关注学生学习评价的多元性，重点突出学生能力和学习过程的评价，注重形成性评价和终结性评价相结合以及量化评价和质性评价相结合的评价方式。既要重视结果的正确性，又要重视学生学习和完成工作任务的态度、做事规范程度、完成作业等过程评价；

2.综合成绩采用平时考核与期末考核比例为 70%和 30%，平时成绩的考核建议由考勤、课堂综合表现（加减分）、课后作业、实训等组成，建议比例分配为 5%、10%、30%、55%，期末考试方式为命题报告。

六、课程资源开发与利用

1. 教师应根据课程目标，针对学习情境中的每个任务编写任务工单。
2. 为满足课程教学质量要求，应有丰富的教学资源，包括：课程教材（自编或选用），网络课程、多媒体 PPT 课件、视频录像，学习指南，工作任务单，各种案例、手册、标准等。
3. 充分利用电子期刊、数字图书馆、电子书籍和互联网等资源，丰富教学内容。

七、其他说明

1. 本课程标准由航空港管理学院计算机系开发。