

南昌市教育局

关于印发《南昌市加强普通高中生涯教育工作实施方案》的通知

相关县（区）教体局、湾里管理局教体办，全市各普通高中学校：

为进一步加强南昌市高中阶段生涯教育工作，根据教育部、江西省教育厅等有关文件精神，结合南昌市实际，制定了《南昌市加强普通高中生涯教育工作实施方案》。现予以印发，请抓好贯彻落实。

附件：南昌市加强普通高中生涯教育工作实施方案



南昌市教育局办公室

2024年1月11日印发

附件

南昌市加强普通高中生涯教育工作实施方案

为贯彻落实《中国教育现代化 2035》《关于全面深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》《江西省“十四五”教育事业发展规划》等文件精神，适应当前高考综合改革和普通高中新课程新教材的要求，促进学生全面健康发展，有步骤地推进南昌区域生涯教育特色化发展，提出以下实施方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实党的教育方针，积极培育和践行社会主义核心价值观，坚持立德树人、育人为本，落实国家和省相关文件精神，以“为了每一个学生的终身发展”为核心理念，坚持发展为主，坚持全面、全员、全程渗透，坚持学校、家庭、社会协同共建，健全生涯教育服务体系，提高学生生涯发展意识和生涯能力，促进学生主动、健康发展，为国家培养全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、总体目标

1. 学生个体方面

——**健康地实现个人成长。**具有主动探索了解自身的兴趣爱好、个性特征、能力特长的意识，能够正确地认识自己的优势和不足，积极看待个体差异和生命价值，掌握情绪调控、沟通交往和社会适应的技能方法，树立正确的世界观、

人生观和价值观，提升自主发展和自我负责意识和能力，在不断学习实践中形成健全的人格和健康的心理。

——**良好地适应高中生活。**了解高中阶段学科课程知识体系与高考升学专业选择之间的关系，自发地明确学习目标和选考意愿，端正学习态度，科学制定学习计划，结合自身特点合理选修课程，发挥学科特长，调整改进学习方法，提升学业水平，养成良好的学习品质。同时，科学合理地安排课余时间，积极参与各类活动，培养和发展自己的兴趣与特长，实现健康、全面的成长。

——**积极地迎接生涯发展。**具有良好的社会意识，能够主动探索社会环境，具备一定的职业体验和社会实践的活动经历，对社会分工和职业角色的发展动态有着基本的认知，对专业发展趋向、社会职业需求、国内外主要高校的专业信息具备一定的了解和掌握，形成基本明确的成长目标，可以较为理性地为自己的专业发展、职业倾向作出选择和决策，具有良好的敬业精神和合作能力，形成良好的社会责任感和职业价值感。

2. 区域发展方面

——**覆盖全体。**区域内建设完备的生涯教育基础设施与内容支持体系，教师普及生涯教育基础知识与技能，普通高中学校开足开齐生涯规划常规课，定期提供专业生涯规划指导、开设面向家庭的生涯讲堂、开展专业设计的生涯体验，惠及全体高中学生及家庭。基本建成市-县-校三级联动、校家社三位一体的生涯教育工作体系。

——**突出重点。**重点培育一批生涯教育种子学校，形成

多元特色的生涯教育模式。指导和鼓励种子学校独立或者组团开发可供推广使用的特色生涯规划指导课程体系，在生涯教育实践经验与数据挖掘方面开展教育研究，形成在全省乃至全国有引领示范作用的生涯教育相关教育课题成果，对全市高考升学形成正向积极作用，在省内形成示范辐射效应。

——**布局合理**。以种子学校为龙头组建 2-3 个校级联盟，采取“强+弱”“强+新”“强+农村/地区”等方式，推动生涯教育先行学校与发展较为落后学校的“一对一”结对发展，逐步形成覆盖全市各普通高中、交流密切的生涯规划教育网络。

三、主要内容

（一）构建生涯教育工作体系

1. 工作网络建设。建立覆盖市-县-校三级，服务全市各级各类高中学校学生生涯教育的组织实施体系。积极争取政府相关部门和高等学校的支持，为组织实施生涯教育提供激励政策和专业支撑。依托种子学校，通过结对帮扶、联盟共建的方式，发挥先行学校的带动示范和引领辐射作用。

2. 教育资源库建设。建设校外生涯教育实践场所。依托社区、企业、政府部门等社会资源，在各主要区域建设完善社会实践、职业体验基地，面向普通高中学校预约使用，通过探究式学习、企业参观、行业调研、岗位体验、角色扮演以及社会服务等形式，使学生充分接触社会、了解职业，获得对不同职业的亲身体验。

3. 师资队伍建设。在学校编制总量范围内，每所普通高中至少配备 1 名专职生涯教师，在校学生人数在 1000 人以

上的中学，参照 1000：1 的生师比，配备足够的专职/兼职生涯教师。将生涯教师专业培训列入教师继续教育计划，专兼职生涯教师每年接受专业培训不少于 18 小时，其他教师每年接受生涯培训不少于 12 小时。加强名优生涯教师队伍梯级培养，鼓励生涯教师争创特级教师、学科带头人、骨干教师、优秀青年教师等各级荣誉。充分发挥生涯名师工作室造就名师、培养团队、带动学科发展的作用，培养和带动一批优秀生涯教师。为培育生涯教育名优教师队伍搭建展示平台，储备后备队伍。

4. 工作平台建设。建设学生发展指导中心。完善已建成学生发展指导中心的咨询辅导、研究、学术交流、服务家庭和社会的功能。充分结合信息化技术发展优势，购买并共享生涯档案、学职信息、生涯测评及生涯大数据分析与应用平台，为学生的生涯发展、生涯决策等提供精准的信息化支持。

(二) 健全生涯教育服务机制

1. 提供优质的课程服务。各普通高中学校根据普通高中新课程新教材实施和高考综合改革要求，把生涯教育列入教育教学计划，有针对性地开展适合本校实际的生涯教育课程，制定课程实施方案，落实课时安排，统筹教学资源，完善课程管理和评价体系，为促进学生生涯思考、提升生涯探索兴趣提供专业的课程服务。加强学科融合教育，将学生发展指导渗透到各个学科，通过对各学科核心素养、发展趋势和相关职业等内容的教育教学，充分发挥各学科对学生发展的指导作用。

2. 提供优质的实践服务。各普通高中学校运用主题班

会、专题讲座、广播校刊、社团活动等多种渠道，以生涯规划教育为主题，定期开展多样化的校园文化活动。积极开发和运用高校、家长、校友、实践基地、企事业单位、群团组织等社会资源，通过参观访问、劳动实践、研学等活动方式，为学生了解社会、开展职业体验创造条件，帮助学生实现主动发展，为生涯决策和行动积累依据。

3. 提供优质的指导服务。各普通高中学校借用成熟的测评工具对学生的性格特征、兴趣偏好、职业倾向等进行测试，科学地利用测评结果帮助学生自我探索。实施全员导师制，根据实际情况做好导师与学生的匹配，为学生配备专职或兼职的生涯导师，提供咨询、指导和模拟服务，依据测评结果，结合学业基础，指导学生详细制订高中三年学业规划，合理统筹学习任务，科学选择高考科目和填报志愿，解决升学指导和生涯规划中碰到的实际问题和困惑，每位导师指导学生数原则上不超过 15 名。

（三）深化生涯教育协同发展机制

1. 优化家校共育。通过家长讲座、家长培训班等途径，面向家长宣传普及生涯教育基础理念与知识，逐步建立家长导师队伍，引导家长对孩子合理预期，促进家长形成科学家教观，优化家庭生涯教育方式，改善亲子关系，关注重大家庭生活事件对学生生涯发展的影响，建设和谐家庭。

2. 实现校地共建。充分利用市内乃至省内高校的优质心理与生涯教育资源，实施战略合作计划，共同开展教育科研、课程建设、专业督导、教师培训、见习实习等活动。

3. 促进校社合作。创新和完善生涯教育服务提供方式，

通过“校社合作”引入优质生涯教育服务机构，充分发挥校友导师作用，为学生提供专业化、个性化、多元化生涯教育服务。

四、实施路径

（一）全市生涯教育指导体系建设项目

1. 构筑规划指导框架。

市级教育行政部门成立专项工作小组，对全市高中生涯教育进行统筹规划，逐步形成以种子校为龙头，联盟参与校共同发展的全市普通高中生涯规划发展格局。

2. 创新督导与评价机制。

将生涯教育纳入对督导评估指标体系之中，定期开展生涯教育专项督导检查。市评测中心探索搭建生涯指导课程评价体系，强化多元发展观念和过程性评价能力。

3. 形成联盟共创机制。

将 20 所种子校按照建设的需要形成 2-3 个校际联盟。联盟形成后，采取“强+弱”“强+新”“强+农村/地区”等方式，推动生涯教育先行学校与发展较为落后学校的“一对一”结对发展，加强结对校之间的生涯教育实践资源整合、业务指导、区域推进等功能建设，发挥生涯教育先行学校的带动引领作用。

4. 成立区域性的生涯规划教育教研中心或协作体。

形成以生涯教育专家、生涯教育教研员和基层学校专兼职生涯教师为主要参与人员的教研协作体，在共同完成各类生涯教育研究任务的过程中，优势互补，相互促进与支持，形成以科研引领、实践先行的工作策略，最终达到共同提高。

在编写生涯规划教学设计，定期组织示范课、研讨课等方面加强校际交流。同时，开展区域性的生涯教育专题专项研究，从问题出发，边研究边实践边总结，完成研究的同时积累实践智慧。

(二) 师资团队建设项目

1. 组织面向校长的理念通识讲座

以生涯教育与学生发展、生涯教育的多样化形式、生涯教育中的资源配置与联合等内容为主题，通过讲座和研讨相结合的方式，组织面向校长的理念通识讲座。

2. 组织面向全体教师的（学科教师）生涯融合培训

以生涯教育与新高考的关系及其价值、生涯教育的多样化形式、生涯融合课程等内容为主题，通过集中授课的方式，以学校为单位组织面向全校普通高中全体教师，尤其是学科教师的业务培训。

3. 组织面向学校生涯（心理）教师的生涯技能提升培训

以生涯课程、生涯活动的设计与实施、生涯辅导等内容为主题，分阶段组织学校的生涯（心理）教师和班主任教师代表进行线下集中学习，提升教师开发和使用生涯教育资源的能力水平。鼓励学校支持教师根据自身能力水平积极申报生涯教育中、高级认证。

4. 组织面向班主任教师的培训

以高考志愿填报指导、生涯教育服务等内容为主题，通过集中授课的方式，以学校为单位组织面向全校普通高中班主任教师的业务培训。各种子学校务必全面开展，非种子学校鼓励开展。

（三）教育资源建设项目

1. 采购标准化的生涯课程资源

为普通高中在校学生、教师提供一套成熟的生涯教育课程资源，包含视频慕课、电子教案、课件（PPT）、电子书籍和实物教学辅助工具等。普通高中学校运用标准化的生涯课程资源，为学生提供专业化的生涯教育教学服务。

2. 开发生涯融入学科课程

在普通高中学校开展各学科生涯融合课程试点，将生涯教育的理念融入学科教学实践中，促进学生生涯发展和学业成功，发挥学科育人的主阵地优势。

3. 优化整合生涯活动课程

充分发挥南昌中小学素质教育平台（实践类）作用，由各德育实践、经典阅读、文化艺术、职业劳动等不同板块体系的基地单位，为学生提供实践活动资源。

4. 探索家长及社会资源

在家长会增加生涯教育宣讲环节。除了分析成绩之外，由学校生涯教师、班主任教师根据培训所得，讲解生涯和生涯教育的基本理念、介绍当前学校主要的生涯活动及其效果，增强家长对生涯教育的认识。

5. 开发大学衔接课程的开发

鼓励有高校合作关系的普通高中学校，桥接大学热门、特色专业与高中学科之间的联系，开发系统的大学衔接课程，帮助学生提前了解大学专业信息，奠定个人生涯规划。

（四）育人场景建设项目

1. 设立生涯教室

生涯教室是学校实施生涯课程、创设生涯教育功能场景的重要场所。各普通高中学校结合现有办学条件，设立专门的生涯教室，配备生涯课程所需要的教学设施、教学工具和辅助资料。生涯课程应当由生涯（心理健康）教师在生涯教室中实施。

2. 设立学生发展指导中心

按照“一体四中心、小空间大功能”（学职体验中心、区域大数据中心、导师共创中心、升学指导中心）的建设思路，设立学校学生发展中心，切实加强学生发展指导、实施生涯课程、开展生涯探索活动。

3. 建设学校生涯教育环境

普通高中学校通过对学校其他环境的建设与升级，将生涯教育的元素与环境相结合，营造学生生涯成长氛围，将生涯教育渗透到学校文化中，达到“生涯教育环境育人”的目的。此外，学校借助学校广播站、图书室、社团活动中心等基地，以项目化学习的方式，从职业的角度为学生创设生涯体验的情境与平台，帮助学生深度体验，扩展对职业的了解。

（五）数字化工具建设项目

1. 开展生涯测评

学校使用生涯教育数字化平台，对学生进行统一的生涯测评。根据出具的测评报告，帮助学生快速地了解自我、探索社会。生涯教师和班主任教师通过培训熟悉生涯测评，对学生关于测评的疑问进行有效的解读。鼓励学校基于测评数据，探索为学生进行数字画像、建立生涯档案，为学生成长、教师教学、学校发展提供强大的数据支撑。

2. 模拟选课走班

学校使用生涯教育数字化平台，依据学生生涯测评数据、大学或专业信息、学校教学资源等大数据，模拟选课走班，为学生的决策提供精准辅助。

3. 丰富学职信息

学校结合自身办学水平，通过各种权威渠道，收集国内外大学、专业及相关职业信息，建设本校的学职信息库，并面向全校师生开放，为学生选择高校、专业、择业提供丰富的信息参考。

五、保障措施

（一）加强组织领导。各级教育行政部门和普通高中学校要高度重视生涯教育，结合实际制定本部门（单位）科学的规划实施方案和年度工作计划。学校要成立以校长为组长的工作领导小组，对生涯教育的组织实施、条件保障、落实评价等工作进行整体规划部署，明确实施路线图和时间表，建立相关工作机构，协调各部门共同参与到生涯教育工作中来。

（二）强化条件保障。各级教育行政部门要建立健全普通高中学生生涯教育规范化、专业化发展的长效保障机制。要强化经费保障，科学把握本部门（单位）生涯教育工作的总要求和目标任务，多渠道争取和筹措资金，全力支持生涯教育相关教学资源建设和活动的开展；要落实生涯教师的配备和培养，积极为他们保障待遇、晋升职称、评优评先提供通道；要加强信息化平台建设，实现数字智慧赋能生涯教育。

（三）加强督导管理。各级教育行政部门要将生涯教育工作列入年度工作计划。各级教育督导部门应将生涯教育纳入教育督导评估体系，并纳入责任督学挂牌督导范围。定期通过查阅资料、听课、参与活动、问询师生家长等方式，了解学校开展生涯教育工作的成效和问题，建立检查、评价、反馈、改进的长效机制，并以此作为评价学校办学绩效和评优评先的重要指标和依据。

（四）加强宣传推广。各级教育行政部门要鼓励所辖各普通高中学校立足校情，先行先试、探索创新、形成特色，培育并推广一批生涯教育示范典型，充分发挥示范引领和辐射带动作用，不断提升全市普通高中学生发展指导工作的整体水平。同时，各县区、各学校要做好宣传和理念普及，积极争取师生、家长对普通高中学生生涯教育工作的理解和支持，营造良好的发展环境。

附件：1. 南昌市普通高中生涯教育发展任务清单
（2024-2026年）

2. 南昌市普通高中生涯教育课程内容要点及课时建议

附件 1

南昌市普通高中生涯教育发展任务清单（2024-2026 年）

时间	项目名称	工作内容
第一年 （2024.01—2024.12）	构建生涯教育工作网络	成立专项工作小组。 由市评测中心组织，实行定期例会制度，由种子学校定期汇报工作进展，或专题研究生涯规划发展事项，对全市高中生涯规划进行统筹规划。
	师资团队建设	组织全体普通高中学校校长生涯教育理念普及讲座。 举办首期学校生涯（心理）教师和班主任教师的生涯技能提升培训班，安排首批线上讲座，面向高中教师提供生涯教育线上培训服务。
	教育资源建设	选取部分种子学校作为生涯课程试点学校，采购标准化的生涯课程资源，为本校学生提供生涯教育课程教学。 推进使用南昌市中小学素质教育平台（实践类），为学生提供实践活动资源。 指导各学校通过家长会、家长学校等渠道组织至少 1 次生涯理念宣讲。
	育人场景建设	指导种子学校设置能开展教学活动的生涯教室。 指导首批已设立校学生发展指导中心的投入运营，督导观察其实际使用情况，指导 2-3 所有条件的普通高中学校新建校学生发展指导中心。
	数字化工具建设	鼓励种子学校添置生涯教育数字化工具，运用数字化工具开展生涯测评、数字画像、生涯档案、模拟选科等生涯指导服务。 指导一批种子学校，自建或合建学职信息库。

第二年 (2025.01— 2025.12)	构建生涯教育工作网络	研制生涯规划督导与评价标准。市评测中心探索搭建生涯规划指导课程评价体系，强化多元发展观念和过程性评价能力。通过“以督促建”和“以督促改”的方式，推进各普通高中生涯规划教育整体提升，满足学生自我认识和自我发展的需求。 结对形成校际联盟。实施生涯规划结对联盟，加强校际交流与合作，通过搭建资源互通、教育教研和学生发展平台等方式，深入推进生涯规划指导在全市普通高中学校落地见效。
	师资团队建设	继续举办学校生涯（心理）教师和班主任教师的生涯技能提升培训班。 丰富数字教学培训资源，面向校长、高中教师提供生涯教育线上培训服务。 鼓励学校在完成首轮生涯教育理念普及的基础上，以校为单位，组织面向学科教师的生涯融合培训和面向班主任教师的升学指导培训。
	教育资源建设	在种子学校中选取部分学校，按照“一科一校”的思路选定各学科生涯融合课程试点校，开发以生涯融入学科的课程。 鼓励和引导南昌中小学素质教育平台各实践基地单位，围绕提供的实践服务开发标准化的实践课程。 鼓励种子学校组织家长培训班，通过讲座的方式指导家长习得如何促进家庭中的生涯教育。
	育人场景建设	种子学校的生涯教室应达到设置标准且数量能基本满足本校学生需要。其余普通高中学校应设有能开展教学活动的生涯教室。 对已设立的校学生发展指导中心开展定期督导，继续指导2-3所有条件的普通高中学校新建校学生发展指导中心。
	数字化工具建设	对种子学校运用数字化工具开展生涯教育情况进行督导，对种子学校学职信息库建设情况进行察看，针对数字化工具的应用组织分享和交流活动。

第三年 (2026.01— 2026.12)	构建生涯教育工作网络	对全市各普通高中生涯规划教育进行督导和评价。
	师资团队建设	继续举办学校生涯（心理）教师和班主任教师的生涯技能提升培训班。 推动校长、全体教师、生涯教师、班主任教师、学科教师各层面生涯教育培训形成常态，将各类生涯教育培训作为每年教师继续教育的必学内容。
	教育资源建设	盘整三年的课程资源成果，鼓励学校开展大学衔接课程资源的开发。 鼓励平台各实践基地单位围绕实践课程探索研发相应的评价体系，提高生涯实践活动质量。 鼓励种子学校小范围地尝试一些家长资源、校友资源、对口单位资源加入到生涯实践教育中，通过视频分享、访谈对话、现场参观等方式，设计相应的体验课程，让更多学生受益于社会资源。
	育人场景建设	全市普通高中学校生涯教室应达到设置标准且数量大体能满足学生需要。 8-10所种子学校拥有专业的校学生发展指导中心，总结形成一套成熟的校学生发展指导中心的运营管理模式。 发掘和推广一批全市高中学校生涯教育环境育人典范。
	数字化工具建设	总结和提炼关于学校运用数字化工具开展生涯教育、提供生涯指导服务的有效经验，为后期进行推广和应用做好准备。

附件 2

南昌市普通高中生涯教育课程内容要点及课时建议

年级	模块	内容要点	课时
高一年级	认识生涯规划	<p>综合探究活动：制定自己高中三年发展计划并采取行动</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 认识生涯规划及其重要性；明确高中学习、生活与生涯发展的关联。 2. 设立人生目标，初步思考自己的生涯发展。 3. 主动适应高中阶段学习方式，规划高中学习和生活，能结合自身特点选科。 	4
	积极探索自我	<p>综合探究活动一：唤醒生涯自我觉察力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自己的兴趣及其对生涯发展的意义和价值，初步掌握认识自己兴趣的途径和方法并能够结合兴趣进行生涯规划；意识到兴趣可以与未来职业有关，也可以成为休闲生活的一部分，使人生更充实。 2. 了解性格对生涯发展的多方面影响，包括职业、人际交往、婚姻和家庭等，了解性格形成的影响因素；认识自己的性格特点，尝试了解自己性格的多种方式，包括分析成长环境与经历、他人反馈、借助测量工具等；有意识地完善自己的性格。 3. 了解自己的能力优势，初步掌握发现和明确自己能力优势的途径和方法并能够结合自己的能力优势进行生涯规划；理解多元智能的理念，认识到每个人都有自己擅长的领域，提高自信心。 4. 了解价值观及其对生涯规划的影响；澄清自己的价值观；初步形成对他人价值观的理解和尊重；树立社会主义核心价值观，认识到自我发展与社会发展的依存关系。 <p>综合探究活动二：提升生涯角色智慧</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解各种生活角色的内涵及其互动关系；明确自己人生角色的义务和责任。 2. 了解家庭、学校、社区以及社会对生涯发展的影响，学习利用环境资源规划生涯发展。 	8
	选择方法与决策技巧	<p>综合探究活动：生涯决策平衡</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 树立积极的生涯信念，认识到生涯规划既要考虑自我实现，又要回馈家庭、国家和社会，得到社 	4

		<p>会认可。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 正确认识成才的含义，明确高中毕业后的多种出路。 3. 了解国家及世界发展趋势及对未来人才素质的要求；认识全球化与个人生涯发展的关系。 4. 探索学科、了解学科发展前景、明确学科与个人发展关系的课程内容。 5. 了解大学与专业设置的基本情况，包括对职业的初步了解。 6. 了解不同决策风格的特点；认识各种因素对决策的影响，初步学会决策的技巧和方法；尝试自主决策。 	
高二年 级	探索外部世界	<p>综合探究活动：生涯人物访谈</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 树立积极的人生态度和信念，能够脚踏实地去努力。 2. 了解社会分工与职业分类，了解不同职业对人的要求，初步思考自己未来的职业方向。 3. 认识工作的意义，了解不同的工作方式，树立正确的职业观和职业道德意识。 4. 了解我国大学与专业设置的基本情况，结合自身与环境因素思考大学与专业选择的问题。 	8
	学业管理	<p>综合探究活动：我的学习我作主</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 学习制定目标，挑战自我，发展自我潜能。 2. 学习进行时间管理、意志力管理的方法；学习应对和处理各种可能产生的问题，如挫折应对、压力调适、情绪调控、理想与现实冲突等。 3. 提高学习的内部动力，掌握有效的学习方法，重视日常学习的积累，提高综合运用知识解决问题的能力，树立终身学习的意识。 	8
高三年 级	尝试生涯实践	<p>综合探究活动：模拟填报升学志愿、模拟应聘</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 开展升学及职业选择模拟演练；了解获得升学和就业信息的多种渠道，学会筛选有用的信息。 2. 能够对自己进行初步的职业能力评估，掌握必要的就业技能。 3. 了解创业及其条件与挑战。 4. 培养积极心态，应对变化中的生涯。 	8