

上海建桥学院课程教学进度计划表

一、基本信息

课程代码	2050357	课程名称	职业定位与发展 1
课程学分	1	总学时	16
授课教师	李娜	教师邮箱	li.na@huatec.com
上课班级	计科 B21-5	上课教室	二教 105
答疑时间	时间： 周五上午 地点： 7-108 电话： 15021802093		
主要教材	PPT 课件、《准职业人管理》（下）		
参考资料	《职场礼仪》、《职场这样表达最成功》		

二、课程教学进度

周次	教学内容	教学方式	作业
1	情绪管理	讲课+案例分析	在线作业
3	正确应对挫折	讲课+案例分析	在线作业
5	目标管理	讲课+实践	在线作业
7	时间管理	讲课+实践	在线作业
9	执行力	翻转课堂	课堂展示
11	团队协作能力提升训练	实践	课堂展示
13	解决问题能力提升训练	讲课	
15	解决问题能力提升训练	讲课+线下实践	个人项目报告

三、评价方式以及在总评成绩中的比例

总评构成 (X)	评价方式	占比
X1	个人项目报告	40%
X2	在线作业	30%

X3	课堂展示	30%
----	------	-----

任课教师： 李娜

系主任审核：戴智明

日期：2023.2