

中学生学业规划与升学决策指导图书

高中新课改 选课指导

张恒亮 著

GAOZHONG XINKEGAI
XUANKE ZHIDAO

中国学业规划网研究中心 研发



四川出版集团
四川教育出版社

中学生学业规划与升学决策指导图书

高中新课改 选课指导

四川出版集团
四川教育出版社
· 成 都 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

高中新课改选课指导/张恒亮著.—成都：四川教育出版社，2010.5

ISBN 978-7-5408-5327-3

I. ①高… II. ①张… III. ①课程-高中-教学参考资料 IV. ①G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 078912 号

责任编辑 冯 燕

封面设计 何一兵

版式设计 顾求实

责任校对 史敏燕

责任印制 黄 萍

出版发行 四川出版集团 四川教育出版社

地 址 成都市槐树街 2 号

邮政编码 610031

网 址 www.chuanjiaoshe.com

印 刷 成都中铁二局永经堂印务有限责任公司

制 作 四川胜翔数码印务设计有限公司

版 次 2010 年 5 月第 1 版

印 次 2010 年 5 月第 1 次印刷

成品规格 170mm×240mm

印 张 15.5 插页 2

字 数 256 千

定 价 28.00 元

如发现印装质量问题，请与本社调换。电话：(028) 86259359

营销电话：(028) 86259477 邮购电话：(028) 86259694

编辑部电话：(028) 86259381

前言

我国的基础教育事业取得了巨大的成就,但应试教育仍然在相当范围内产生着负面影响,如何促进我国的应试教育尽快地向素质教育转型?这一问题始终困扰着教育界。2003年开始的高中新课程改革被认为是改变应试教育最有力的举措。如今,它已走过了6个年头,并逐步地向全国推行,目前来看,已经取得初步成效。

新课程改革打破了原来只有语、数、外、理、化、生、历史、政治、地理等科目的传统格局,引进了更多的知识(如科学、技术、艺术、信息等),在此基础上设置必修、选修课,并赋予每门课一定的学分,要求学生在修满学分后才可以毕业。这对于一切都按照老师、学校或家长的安排来学习的学生来说,就面临着新的问题,即选择的问题。可以说,这是新课改最大的亮点,也是最大的难点。如何让学生既能修满学分,同时又能选择到适合于自己长远发展的课程,这不仅对于学生,同时,对于整个中学教育都是一个非常大的挑战。我们的改革要重视个人的权利。权利对于个人不仅是选择的自由,更在于背后的责任,即行使权利后对结果的接受。而在此过程中如何科学地行使权利,承担责任,以争取自己的利益,将不仅是学生,而且是社会中每一个人都会面临的重大问题。具体到这里,就是学生如何行使自己的选择权才是科学的,才是有利于自己长远发展的。于是就产生了学业规划的问题,即原来学业也是需要规划的。只有通过科学规划,选择到适于自己发展的课程,才能确保学生顺利地考入合适的大学,毕业后找到合适的工作,从而最大限度地提高个人的发展效率并促使其可持续发展。

本书正是在学业规划基本理论的指导下,专门为高中学生编写的选课指导类图书。它可以供高中的选课指导教师、高中学生及家长使用,希望它能为各位高中教师、学生及其他读者提供一定的帮助。

值得一提的是，由于新课程改革刚刚实施，尚处于探索阶段，各地对学生选课有不同的要求与规定，因此本书所提出的选课策略并没有遵从某一具体省份的规定，而是根据笔者多年来对学业规划的研究与实践经验总结所提出，它侧重于学生长远发展所需要的知识、技能及素质储备，所以不同省份的学生除了参考本书的内容外，还应该遵守各省自行规定的选课方案。

由于时间仓促及作者水平有限，本书会存在不足之处，欢迎各位读者提出批评意见。

张恒亮

2010年2月28日

目录

第一章 选课指导初步知识 001

第一节 这是一门什么课程 001

第二节 为什么要学习这门课程 003

第三节 如何学习这门课程 004

第二章 选课指导的理论基础 007

第一节 学业规划概述 007

第二节 学业规划的意义 010

第三节 学业规划原理 012

第四节 学业规划方法 025

第五节 世界各国学业规划教育的发展趋势 029

第三章 学业规划指导下的课程选择 033

第一节 选择课程的基本步骤 033

第二节 认识自我 034

一、职业倾向心理测评认识自我 036

二、实践观察认识自我 061

三、自我反思、互相交流认识自我 066

第三节 认识职业 068

一、职业概述 068

二、实际体验认识职业 074

第四节 确定职业理想 076

第五节 社会经济形势及人才市场供求状况 079

第六节 确定就业目标 084

第七节 认识学业路线 085

一、学业路线分析 085

二、实事求是识专业	089
三、专业、职业关系解析	090
第八节 本科院校的学业路线解析	091
一、专业、职业多对一关系分析	091
二、专业、职业多对多方向分析	095
(一) 哲学	095
哲学类	095
(二) 经济学	102
经济学类	102
(三) 法学	110
1. 法学类	110
2. 马克思主义理论类	113
3. 社会学类	116
4. 政治学类	118
5. 公安学类	120
(四) 教育学	121
1. 教育学类	121
2. 体育学类	122
3. 职业技术教育类	123
(五) 文学	124
1. 中国语言文学类	124
2. 外国语言文学类	126
3. 新闻传播学类	129
4. 艺术类	131
(六) 历史学	133
历史学类	133
(七) 理学	135
1. 数学类	135
2. 物理学类	137
3. 化学类	137
4. 生物科学类	139
5. 天文学类	140
6. 地质学类	141
7. 地理科学类	143
8. 地球物理学类	145

- 9. 大气科学类 146
- 10. 海洋科学类 147
- 11. 力学类 148
- 12. 电子信息科学类 149
- 13. 材料科学类 150
- 14. 环境科学类 151
- 15. 心理学类 152
- 16. 统计学类 154

(八) 工学 155

- 1. 地矿类 155
- 2. 材料类 156
- 3. 机械类 157
- 4. 仪器仪表类 158
- 5. 能源动力类 159
- 6. 电气信息类 160
- 7. 土建类 162
- 8. 水利类 164
- 9. 测绘类 166
- 10. 环境与安全类 168
- 11. 化工及制药类 170
- 12. 交通运输类 171
- 13. 海洋工程类 174
- 14. 轻工纺织食品类 175
- 15. 航空航天类 177
- 16. 武器类 179
- 17. 工程力学类 180
- 18. 生物工程类 182
- 19. 农业工程类 183
- 20. 林业工程类 184
- 21. 公安技术类 186

(九) 农学 187

- 1. 植物生产类 187
- 2. 森林资源类 188
- 3. 森林生产类 189
- 4. 动物生产类 190

5. 动物医学类	191
6. 水产类	192
(十) 医学	193
1. 基础医学类	193
2. 预防医学类	194
3. 临床医学类	195
4. 口腔医学类	196
5. 中医学类	197
6. 法医学	198
7. 护理学类	199
8. 药学类	200
9. 中药学类	201
(十一) 管理学	202
1. 管理科学与工程类	202
2. 工商管理类	203
3. 公共管理类	206
4. 农业经济管理类	208
5. 图书管理类	209
第九节 高职院校的学业路线解析	210
第十节 选择学业路线及课程	219
第四章 德、智、体全面发展	221
第一节 理想的召唤	221
第二节 道德品质与意志品质	221
第三节 体育锻炼与养生之道	222
第五章 科学决策升学志愿	225
第一节 高考录取的原则和程序	225
第二节 高考志愿决策要素分析	228
第三节 高考志愿决策方略	231
一、高考填志愿，怎样才算不浪费分数	231
二、决策高考志愿须有战略和哲学思维	233
三、似是而非的观点：专业冷热搭配	235
四、高考志愿决策流程图	235
第四节 高考志愿填报宏观政策前瞻	237
主要参考文献	241

选课指导初步知识

第一节 这是一门什么课程

各位同学，由于新课程改革的实施，我们在高中有许多课程要学习，其中有的是必修课，有的是选修课。选修课是我们上学以来从未接触过的，如何选好选修课，将是选课指导课要解决的主要任务。

也许有同学要说，选修课谁不会选，我自己想选什么就选什么，只要能将学分凑够保证能毕业就行了。其实，这是一种误解。选修课不仅影响着你能否高中毕业，更重要的是会影响你升学时对专业与学校的选择，以至大学毕业后职业生涯的发展！选错了课程极有可能导致后来的大学生涯与职业生涯困难。所以，为了确保自己未来的顺利发展，我们在高中选择选修课时，一定要科学选择。而选课指导课就是为了解决同学们这一问题而专门开设的指导类课程。

选课指导是围绕着“选择”二字而展开的课程。日常生活与学习中，我们时时刻刻都面临着各种各样的选择，在这些选择中，有些对我们的人生发展影响不大，甚至没有影响，比如走路时，你是先迈左脚还是右脚？买东西时，你选择到大超市，还是到小卖部？吃饭时，你是吃米饭还是吃面条？穿衣时，是穿裙子还是牛仔裤等等。这些选择一般都无关紧要，完全可以按照自己的意愿决定。有些选择对我们来说却很重要，比如自习时间，你该学哪些科目？如果没有一个周全的计划，只是信马由缰地选择，那么你的学习效率将很难达到较高水平。而我们在高中阶段的选课将极大地影响着我们对大学与专业的选择，以及大学毕业后职业的选择，所以，它属于对我们人生有

重大影响的那一类选择。

日常生活中也有一些选择表面上看起来很重要，实际上并无多大意义，比如商场里卖打折衣服，原本1 000元，现在100元，你如果仅仅因为打折去买衣服，其实就没有太大的意义。相反，有些选择起初看起来并无什么，可后来却发现它对我们影响巨大。比如，当年股市刚设立时，许多人不愿意买股票，只是在单位的极力劝说下才勉强买了一些，可十几年后，当初花几百元买的股票在市场上却变成了几万元甚至几十万元！这谁又想到了呢？所以有一种说法叫风起于青萍之末，或者气象学里面叫蝴蝶效应。而高中选课就属于这一类。当初不经意的选择，决定了以后的人生道路。

当然，上面所讲的这些选择的分类都是相对的，说它重要或不重要是指一般情况下如此。如果在特别的情况下，可能发生转化，比如衣服穿着平常对我们影响并不大，穿这穿那都无所谓，但如果在求职时，你遇到了一个其他条件与你相当的竞争对手，而面试官对穿衣也很在意，那这时衣着气度就显得至关重要了。比如，职业的选择在市场经济条件下相当重要，但在过去的计划经济条件下，大家的收入都比较平均，那么，职业的选择就不那么重要了。所以，生活中的有些选择到底是否重要，并不是依靠平时的感觉就能得出结论来，它需要深入地思考，考察该选择与我们生活及个人发展的关系，然后才能得出正确的结论。高中选课就是这样，需要我们深入思考它与人生发展的关系，然后才能真正认识到它的重要性。

有些选择是一念之间，凭借感觉就可以做出，比如多穿或少穿衣，多吃或少吃饭等等。有些选择因为事关重大，要对其作出科学判断，必须进行大量的调查研究及信息储备，然后在一定专业知识的支持下作出，这类选择也被称为决策。而一组或一系列决策便成为规划，所以，高中的选课既可以做是求（升）学决策，也可以被认为是学业规划的组成部分。

既然是决策，或者规划，那么总有个目的问题，如果没有目的，随便决策，那也就不能成为决策，而仅仅是凭借感觉选择而已。决策与规划都是有鲜明的目的性的。我们选课的目的是什么？作升学决策的目的是什么？学业规划的目的又是什么呢？那就是确保我们学习到适合于自身发展的知识与能力，从而为毕业后的顺利就业奠定基础，并实现个人的可持续发展。即尽量少走些弯路，以最小的代价实现职业理想并促使个人的可持续发展。简而言之，我们规划的目的就是效率，即以最小的投入确保个人毕业后顺利找到适

合于自身发展的职业，并促使其可持续发展。所以，选课指导（学业规划）这门课程从本质上讲为效率之学，即研究促使提高个人发展效率的学问。

思考题：

1. 为什么说学业规划是关于效率的学问？
2. 日常生活中哪些方面我们都需要追求效率？

第二节 为什么要学习这门课程

也许从幼儿园开始，我们就开始谈论各自的人生理想，有的想成为科学家，有的想成为飞行员，也有的想成为教师，还有的想成为电影明星等等，不一而足。就同一个人而言，他有时想当教师，有时想当法官，有时还想成为旅行家。同学们的理想多姿多彩，也经常游移不定。但随着年龄的增长，我们谈论理想的时候越来越少，现在谈得最多的则是怎样提高学习效率，怎样考上名牌大学等，及至大学毕业，谈论最多的则成了怎样找到高薪酬的工作，等找到了工作，则考虑的是买房、买车、恋爱、结婚……不知不觉中，理想离我们越来越远。

那么谁把理想弄丢了？它又是怎样丢了的呢？我们来深入探讨一下：人们常说，人生是一场旅行，要旅行得有价值，首先要确立目的地，然后才是选择路线。这里目的地就是我们的职业理想，旅行路线就是我们个人的发展路线，对路线的选择与设计就是学业规划，因为，我们说理想一般都是指的职业理想，而某一特定职业必然需要相应的德、智、体条件，于是，这种通过职业目标来确定学业（学习内容），以及学习的方式、时间、地点等过程，便被称为学业规划。其中，高中选课就是学业规划的一部分，它是选择个人发展路线的一个重要起点。我们只有在起点上选对了目标、方向和路线，才能避免后面的发展弯路。可现实是，许多同学仅在小学时谈了一下自己的理想，到后来，也没有坚持。没有了目的地，自然就谈不上路线的选择与设计，所以离目标越来越远。可见，把理想弄丢了的首先是我们自己！从小学开始，我们就在父母及老师的教导下，要努力学习，考上名牌大学，这样就会有锦

绣前程。于是，我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，只想着提高成绩，考个重点或名牌大学，至于其他的事都由父母代劳了。结果考上大学以后，才发现自己迷失了方向，浑浑噩噩的四年过后，或者找不到工作在家啃老，或者勉强找个工作聊以度日，再也没有向理想奋斗的激情了。其次，环境的影响也导致了我们的丢理想。中学阶段，是学生树立职业理想，设计发展路线的关键时期，这时的教育工作需要帮助中学生科学地解决这一重大问题，然而由于应试教育环境的影响，中学生既没有意识到也没有能力完成这项工作，等到大学毕业求职时，才想起我该找什么样的工作，再也想不起自己的理想了。

现在，环境在逐步摆脱应试教育的影响，高中新课程改革就是一个有力的举措，它首先让同学们有了选择目标、设计路线的意识。然后在选课指导课的帮助下，初步具备确立目标、设计路线（学业规划）的能力，进而帮助同学们从中学开始，树立科学的职业理想，选择合适的发展路线，通过自己持续不断地学习、工作，提高个人各方面素质，最终实现人生理想。

思考题：

避免将来就业难，我们现在该怎么办？

第三节 如何学习这门课程

选课指导所涉及的选择事关重大，程序复杂。要学好选课指导这门课，一般应该从以下几个方面把握：

1. 明理。就是要懂得学业规划的基本原理，明白人生发展其实也是个人有限资源——时间、精力及资金的调配与运用，有规划的人生能够较好地运营这些基本的发展要素，确保自己在人生的主要发展阶段沿着合适、科学的路线前进，从而以最小的代价实现自己的职业目标及人生理想，最大限度地提高个人发展效率，促进个人的可持续发展。然后，要懂得如何进行学业规划，它的指导原则是什么，它的基本步骤是什么等等。

2. 实践。风声，雨声，读书声，声声入耳；家事，国事，天下事，事事

关心。我们读书的目的就是用自己的知识回报社会，为社会创造价值，同时自己也获得生存发展的物质基础。所以，我们的学习决不能离开社会需要去读死书，而应该随时关注社会经济的发展趋势，从中确立自己的职业理想。同样，认识自我，不仅需要教师讲解基本方法，同时还要求学生在实践活动中准确深入地认识自己，比如参加社会调查、演讲比赛、科学观察、手工制作、社区服务等等，这些都需要学生在实践中去学习领悟，判断自己对哪一类活动显示出较高的兴趣及关注度，或者有较高的天分。

3. 合作。选课指导这门课实践性很强，学生选课以学业规划为指导，而学业规划涉及的内容有认识职业，认识自我等内容，认识职业时，除了要求教师的讲解而外，更需要社会各类职场人士用自己的亲身体验向学生交流，另外，还需要学生在各种职业的体验活动中得到对该职业最直接、最真切感受，从而深刻地认识到各职业的责、权、利及其能力要求等。这些就需要学生、学校、社会、家长四方合作联动才行。

4. 运用。可以说本门课程是中学阶段最需要理论联系实际的课程，学了马上就要用。选课指导的最终目的要落实到选课上，在学习了相关的理论，积累了应有的知识及信息后，就需运用知识及相关信息进行选择，并在老师的指导和帮助下，不断优化自己的选择与决策，最终实现科学地规划学业，科学地升学决策。

思考题：

想一想，如何认识各种职业？如何认识自己的兴趣、爱好？

选课指导的理论基础

第一节 学业规划概述

学业规划，有些学者称为中学生人生规划，或者职业规划，在美国称为学生的生涯规划，日本则称为进路教育。但就其内涵来看，是指规划主体根据自身的天赋、兴趣及未来社会的需要，确定自己的学业及职业（事业）发展生涯，其根本目的在于最大限度地提高规划者的人生事业（职业）发展效率，也就是以最小的经济、精力及时间的投入来取得事业（职业）上的成就。虽然说学业（职业）的选择和筹划是人生的一个极其重要的方面，但显然不是人生的全部，除此之外还有婚姻、家庭、社会交际等等方面。显然，用“人生规划”这个说法就失之宽泛。另外，就我国目前的教育现状来看，学生在初中毕业后其发展方向开始分流，学业规划的主体人群是初中毕业后的学生，但需要指出的是，随着智慧经济时代的来临，人们越来越感到终身学习的极端重要性。因此，每个人为了自身事业（职业）的更好发展，或者为了开辟新的事业（职业），就必然要进行知识的更新，这里也有学业的选择和安排以及如何处理工作、学习、生活三者关系的问题，所以对“人生规划”加以“中学生”的定语，没有包含上述内涵，而职业规划则侧重于学业完成时或取得职业后对职业发展的筹划和安排。只有学业规划能准确地反映这一内涵。从经济和效率的角度来看，未来干什么取决于现在学什么，学业的选择是人才成长主体最大限度开发自身事业（职业）潜能的具有战略意义的关键环节，因为只有学其所爱、学其所长、学以致用，才能让人才成长主体避免走人生事业（职业）发展的弯路，从而最大限度地提高人才成长主体的事业

(职业)的发展效率。从这个意义上讲,学业规划乃是职业的战略规划。从上面的分析可以看出,学业规划的完整概念应当是:学业规划,是指为了提高求学者的人生职业(事业)发展效率,而其对与之相关的学业所进行的筹划和安排。具体来讲,是指在求学者完成文化启蒙阶段的学习以后,也就是在决定其职业发展方向的源头上(一般为初中毕业),通过对求学者的自身特点(性格特点、能力特点)和未来社会需要的深入分析、正确认识,确定其人生阶段性事业(职业)目标,进而确定学业路线(专业与学校),然后结合求学者的实际情况(经济条件、工作生活现状、家庭情况等等)制订学业发展计划,以确保用最小的求学成本(时间、精力、资金等)获得阶段性职业目标所必需的素质和能力的过程。换言之,就是通过解决求学者学什么、怎么学、什么时候学、在哪里学等问题,以确保用最小的求学成本(时间、精力和资金)通过学习成长为满足阶段性职业目标要求的合格人才,从而最大限度地提高求学者的人生职业(事业)发展效率,并实现个人的可持续发展。

学业规划是通过升学决策与学业管理来实现和完成的。升(求)学决策与学业管理是学业规划的具体化与日常化,升(求)学决策是指中学毕业生(求学者)在升(求)学时对下一阶段学习专业、学校与方式的选择,而学业管理则是通过学生对自己每天、每时每刻的学习计划与安排,通过品德修养、智力开发、身体锻炼及其他方面素质的全面提高,以确保其完成学业后,成长为适应社会经济(人才市场)需要的合格人才,进而顺利实现自己的阶段性职业或事业目标。一些比较细心的读者会发现,许多职业规划理论都讲设定职业目标,然后根据职业目标制订奋斗计划,但这里讲的是阶段性职业目标,这是为什么呢?其实,我们提出的阶段性职业目标与职业规划中的职业目标是有所区别的,阶段性职业目标重在阶段性,也就是说,个人发展的某一具体阶段是什么目标,与个人的职业理想或最终的职业目标并不完全一致,比如有人说他毕业后要当企业家,但他由于没有资金和技术,只能通过雇员完成个人经济积累,然后才能考虑向企业家发展。那么这时他首先要解决的是大学毕业后以雇员的身份从事什么样的工作。而我们学业规划的目标首先是服务于这一毕业后立即从事的职业,并不是最终理想。这就是阶段性目标。一般地,我们也称此类阶段性目标为就业目标,它是完成学业后立即从事的职业。先实现阶段性目标,然后再从阶段性目标继续向更高目标发展。这就是实现个人可持续发展的基本策略。