

<<自我学习能力 训练手册 试用本>>

图书基本信息

书名：<<自我学习能力 训练手册 试用本>>

13位ISBN编号：9787010063539

10位ISBN编号：7010063532

出版时间：2007-7

出版时间：人民出版社

作者：劳动和社会保障部职业技能鉴定中心 编

页数：236

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

为了适应我国社会经济发展对高素质、高技能劳动者的需求，劳动和社会保障部职业技能鉴定中心长期以来一直致力于开发一个为就业服务的职业核心能力体系，此项工作得到社会各界的积极响应和支持，经过多年研究开发，现已完成与人交流、数字应用、信息处理、与人合作、解决问题、自我学习和创新能力7个模块培训测评标准的编制工作并正式向社会颁布。

与此同时也已完成了一套职业核心能力培训系列教材，包括6个单项模块的能力训练手册（与人交流、数字应用、信息处理、与人合作、解决问题和自我学习能力），以及2个组合模块的能力训练手册（职业社会能力包含与人交流、与人合作和解决问题能力、职业方法能力包含自我学习、信息处理和数字运用能力）的编写和出版工作。

本系列教材的编写坚持以就业为导向的能力本位的教育目标，坚持以职业核心能力标准为依据，同时吸收现代国际职业教育新思想，在能力训练过程中始终坚持贯彻行为活动导向教学法的理念和技术。

按照职业核心能力标准规范的解读：职业核心能力是一种完成工作任务的过程能力和执行能力，它是从职业活动中抽象出来的也要能返回到职业活动中去，因此系列教材的编写采用了一种全新的模式和规范，并研究开发了一套能力训练的程序，即包含目标（Object）、任务（Task）、准备（Prepare）、行动（Action）、评估（Evaluate）的“OTPAE五步训练法”，而保证了培训教学活动的结果不仅在于启发学员对掌握一种能力的认知，更重要的是让学员实实在在地掌握这种能力。

## <<自我学习能力 训练手册 试用本>>

### 内容概要

《自我学习能力训练手册（试用本）》可帮助学习者学习提高获取数据、数字运算、结果展示和应用等的数字应用能力！

能力五光十色，才干多种多样，两人生苦短，生命有限。

在可利用的时间内，我们量需要获得什么能力？

最需要增长什么才干？

选准方向，事半功倍；找错道路，一无所得。

过去很长一段时间，社会上先是学历文凭热，后是资格证书热。

但现在人们发现，文凭和证书固然重要，在职场上获得最大成功的人，竟然不是那些文凭和证书最多的人。

还有比它们更重要的东西，那就是人的核心能力。

<<自我学习能力 训练手册 试用本>>

书籍目录

前言 序一 陈宇拓展核心能力创造瑰丽人生 序二 刘来泉加强职业核心能力培养努力提高职业教育质量 训练导航 一、什么是职业核心能力？  
二、怎样培养、培训职业核心能力？  
三、为什么要培训自我学习能力？  
四、怎样测评职业核心能力？

初级 第一单元 制订学习目标和计划 第一节 明确动机确定目标 第二节 计划时间  
寻求指导 单元综合练习 第二单元 实施学习计划 第三节 遵守时间落实任务 第四  
节 选择方式自主学习 第五节 掌握方法学会学习 第六节 利用网络高效学习 单元综合练习  
第三单元 评估学习效果 第七节 自我评估提高效率 第八节 分析原因改进学习 单  
元综合练习 中级 第四单元 明确目标途径 第九节 确定目标明确计划 第十节 运筹  
时间获取支持 单元综合练习 第五单元 有效实施计划 第十一节 管理时间检查调整  
第十二节 认识自我主动学习 第十三节 求异质疑发现学习 第十四节 善用媒体提高效率 单  
元综合练习 第六单元 反馈评估效果 第十五节 自我总结评估认知 第十六节 分析原因不  
断提高 单元综合练习 高级 第七单元 明确目标途径 第十七节 确定目标终身学习  
第十八节 详细计划合作学习 单元综合练习 第八单元 有效实施计划 第十九节 保  
证重点调整落实 第二十节 创新学习系统思考 第二十一节 实践学习行动导向 第二十二节  
善用网络提高效率 单元综合练习 第九单元 反馈评估效果 第二十三节 运用成果主动  
迁移 第二十四节 全面评估展示成果 单元综合练习 后记

## 章节摘录

我觉得这个图较明确地反映了核心能力处于的核心位置，以及核心能力的数量比通用能力和特定能力少得多的特征。

这张图后来写入了国家一个重要课题的研究报告，得到了广泛的认同。

不过，有一次会见一个欧洲国家驻华教育援助项目组的组长，喝茶聊天中谈到核心能力的问题，我信手就给他画了上图。

没想到尽管他非常赞同和欣赏我们的研究思路和研究成果，但是，却不同意我画的这张图。他又画了下面一张图。

他说，核心能力和其他一切能力都不同，是其他能力形成和发生作用的条件，所以，核心能力应当处在最底层，最宽厚，它是支柱，是依托，是承载其他能力的基础。

我们相互尽管很熟悉，但以前在这个问题上从未交换过意见。

我非常惊讶欧洲的专家和我们在能力分层问题上会如此相互认同。

同时我以为，这两张能力分层的示意图，很可能相辅相成地表明了不同能力之间的关系，以及核心能力的位置。

第一张图表明，核心能力是存在于一切职业中，从事任何工作都需要的能力。

正像纷繁复杂的物质世界，在其最深层次上仅由原子核内的少数几种基本粒子组成一样，人类在社会活动中表现出来的多姿多彩的能力，在最深层次上也仅是由几种核心能力构成的。

第二张图表明，我们在日常生活中看到的特定能力，其实只是浮出海面的冰山一角，而通用能力和核心能力则是海面下的冰山主体。

相对于特定能力和通用能力，核心能力往往是人们职业生涯中更重要的、最基本的能力，对人的影响和意义更为深远。

特定能力是表现在每一个具体的职业、工种、岗位和工作上的能力。

特定能力主要体现在国家职业分类大典划分的1838个职业中。

长期以来，我们的学历文凭教育，以及职业资格培训，主要就集中在培养人的这种职业特定能力上。

相对说来，特定能力是一个窄口径范围。

通用能力是表现在每一个行业，或者一组存在共性的相近工作领域的能力。

它们的数量尽管少于特定能力，但适用范围却要宽得多。

为了使培养的人才具有更广泛的适应性，现在，针对新生劳动力的职业教育培训，越来越把自己的视线放到这个相对宽口径的范围中。

许多国家确定的300个左右的国家职业教育培训科目，通常也在这个相对宽口径的范围中。

核心能力是数量最少、但适用性最强的基本能力，是每个人在职业生涯中，甚至日常生活中必备的最重要的能力，它们具有普遍的适用性和广泛的可迁移性，其影响辐射到整个行业通用能力和职业特定能力领域，对人的终身发展和终身成就影响极其深远。

开发和培育人的核心能力，将为他们提供最广泛的从业机会和终身发展基础。

### 编辑推荐

能力五光十色，才干多种多样，两人生苦短，生命有限。

在可利用的时间内，我们量需要获得什么能力？

最需要增长什么才干？

选准方向，事半功倍；找错道路，一无所得。

过去很长一段时间，社会上先是学历文凭热，后是资格证书热。

但现在人们发现，文凭和证书固然重要，在职场上获得最大成功的人，竟然不是那些文凭和证书最高最多的人。

还有比它们更重要的东西，那就是人的核心能力。

职业核心能力是人最基本的能力，是其他能力形成和发生作用的条件，它处在最底层，最宽厚，它是支柱，是依托，是所有职业都需要能力；职业核心能力是人综合素质的体现，是人生成功的钥匙，是事业致胜的法宝，是现代人必备的关键能力。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>