

湖北省生涯教育研究会文件

鄂生涯教〔2026〕1号

湖北省生涯教育研究会关于印发《湖北省 中小學生涯教育实验学校建设规范指引 (试行)》的通知

各分支机构、单位会员、有关中小学：

为推动我省中小學生涯教育工作，特制定《湖北省中小學生涯教育实验学校建设规范指引（试行）》（以下简称“指引”）。请各会员单位、各有关中小学结合工作实际，参照执行。

研究会秘书处咨询联系电话：027-89646398。

附件：湖北省中小學生涯教育实验学校建设规范指引
(试行)



附件：

湖北省中小學生涯教育实验学校建设规范

指引（试行）

第一章 总则

第一条 建设宗旨

为深入贯彻《教育强国规划纲要（2024—2035）》精神，落实立德树人根本任务，推动我省中小學生涯教育工作科学化、系统化与规范化发展，特制定本指引。

本指引旨在通过生涯教育实验学校建设，引导学生树立崇高理想、明确人生目标、激发内生学习动力，培养其理性的生涯规划能力、积极的生涯心理品质与关键的终身发展素养，为学生的全面发展和幸福生活奠定坚实基础。

第二条 建设理念

坚持“为生命而教，为生活而学”的核心理念，遵循学生身心发展规律与教育规律，以理想信念教育为魂，以学习动力激发为本，系统实施“生命·生活·生涯”教育（以下简称“三生”教育），构建生涯教育与心理健康教育深度融合、与德智体美劳五育有机融合的协同育人体系，赋能每一位学生将个人成长自觉融入国家发展与民族复兴的伟大征程。

第三条 实验目标

通过“三生”教育的实验探索，重点培养学生以下核心素养：

（一）理想导向的生涯信念

树立服务社会、贡献国家的远大志向，深刻理解个人价值在于对集体和社会的贡献。

（二）目标驱动的学习动力

具备将长远理想分解为清晰阶段性目标的能力，形成为达成目标而主动学习、终身学习的持久内驱力。

（三）积极乐观的生涯心理品质

养成坚韧、乐观、勇于探索等积极心理品质，能够理性认识并有效应对生涯发展中的挑战与不确定性。

（四）知行合一的规划能力

掌握科学的生涯规划方法，能够将个人理想与现实条件相结合，做出负责任的生涯决策并付诸持续行动。

第二章 组织与管理

第四条 领导机制

1. 学校应成立由校长担任组长的“生涯教育领导小组”，将“三生”教育全面纳入学校中长期发展规划与年度工作计划，定期研究并决策实践过程中的重大事项。

2. 领导小组负责审定实施方案、统筹校内外资源、督导工作进程与评估教育成效，每学期至少召开一次专题工作会议。

第五条 实施机构

1. 设立“学生发展指导中心”或明确指定德育处、教务处等职能部门作为主要执行机构，确保职责清晰、运行有效。

2. 配备具备相应资质的专职或多位稳定的兼职生涯教育教师，明确其岗位职责与工作要求，并为其专业发展提供系统性支持。鼓励通过教师跨学科培训、校际共享师资、购买社会服务等方式逐步配齐队伍。

第六条 制度建设

1. 制定并完善《学校“三生”教育实施方案》《生涯教育教师工作细则》《学生生涯成长档案管理办法》等规章制度，形成稳定、长效的工作机制。

2. 建立健全家校社协同育人机制，通过家长会、校园开放日、社区共建活动等多种渠道，定期沟通学生生涯发展状况，凝聚育人合力。

第三章 课程与教学体系

第七条 课程体系架构

学校应构建以“启迪生命、学会生活、探索生涯”为核心，贯通小学、初中、高中学段，涵盖国家必修课程、地方与校本选修课程、学科融合教育及主题实践活动于一体的“三生”教育课程体系。课程设计须严格遵循学生认知与身心发展规律，确保各学段内容纵向衔接、横向关联、螺旋式上升。

第八条 必修课程实施

1. 课时保障

中小学每学期用于“三生”教育的必修课程课时不少于10课时，鼓励有条件的学校结合实际情况增加课时或开展系列专题教育活动。

2. 核心目标

系统培养学生珍视生命、热爱生活、理性规划的核心素养，引导学生建立积极的生活态度与科学的生涯发展观。

3. 学段内容标准

（1）小学阶段：侧重感知与启蒙

引导学生认识生命成长过程，了解身体结构与保健知识，学习情绪识别与自我保护；培养基本生活自理能力与良好行为习惯；通过游戏活动、讲故事等方式广泛感知社会角色，进行朴素的理想启蒙。

（2）初中阶段：侧重体验与探索

引导学生深入理解青春期变化，学会情绪管理与压力调适；拓展生活技能与社会认知；系统开展兴趣、能力与价值观的自我探索，初步建立以理想为导向的学业规划。

（3）高中阶段：侧重整合与规划

引导学生思考生命价值与社会责任，塑造健全人格；聚焦独立生活能力与批判性思维的培养；紧密结合高考改革，引导学生将大学专业、职业选择与人生志向、时代使命相结合，掌握生涯决策与规划方法。

第九条 选修与融合课程

1. 选修课程

学校应基于办学特色和学生多样需求，系统性开发生涯教育类校本选修课程，如《职业体验与创造》《创业启蒙》《领导力开发》等，满足学生个性化成长需要。

2. 学科融合

学校须强力推动“三生”教育理念与各学科教学的有机融合。人文社科类学科应强化价值引领与文化遗产；自然科学类学科应展示知识在科技进步与职业世界中的应用；艺术、体育等学科应注重健康生活方式、审美素养与意志品质的培育。

第十条 主题实践课程

学校每学年至少组织一次大型“三生”教育主题实践活动，如小学“职业角色日”、初中“行业体验周”、高中“未来专业博览会”等，鼓励学生通过社会调查、职业影子计划、志愿服务等方式，在真实情境中深化对生命、生活与生涯的理解。

第十一条 个体与团体指导

通过指导学生制定“学期目标卡”“生涯成长规划书”，并利用主题班会、团体辅导等进行阶段性复盘与调整，让学生体验目标达成的成就感，持续强化学习动力。同时，为学生提供专业的个性化生涯咨询，解决其在理想确立、目标制定、学业规划及心理调适等方面的个性化困惑。

第四章 支持与保障体系

第十二条 融合教育体系

1. 与理想信念教育深度融合

将“为谁培养人”这一核心理念贯穿“三生”教育始终，引导学生将个人兴趣特长与国家战略需求、社会发展需要相结合，并将远大理想转化为当下刻苦学习、锤炼品格的具体行动。

2. 与心理健康教育深度融合

在内容上共同探讨学习动机、压力应对等主题，将积极心理品质作为实现生涯目标的核心心理资本；在活动上实现心理辅导与生涯探索的协同实施。

3. 与“德智体美劳”五育有机融合

以德铸魂，强化职业伦理与社会责任；以智启思，强化学科教学的生涯导向；以体强基，将体育精神与生涯能力培养相结合；以美润心，通过艺术教育激发创造力；以劳健行，将劳动教育作为生涯实践的主战场。

第十三条 技术赋能

学校应积极探索并利用前沿信息技术赋能“三生”教育全过程：

1. AI 辅助探索

运用人工智能生涯助手，为学生提供个性化的生涯测评、职业信息查询、智能匹配等服务。

2. 沉浸式体验

在条件允许的情况下，可利用虚拟现实（VR）、增强现实（AR）等技术，构建虚拟职业体验场景，支持学生进行低成本、多轮次的探索。

3. 数据驱动决策

通过校园信息化平台，匿名聚合分析学生生涯探索行为数据，为优化生涯教育内容提供依据，并为需要重点关注的学生提供早期预警与支持。学校应加强对技术平台的伦理审查与数据安全的管理，确保学生隐私得到保护。

第十四条 测评与档案

1. 科学运用测评工具

在严格遵守伦理规范的前提下，审慎使用科学的生涯测评工具，帮助学生建立客观的自我认知。

2. 建立成长档案

为每位学生建立电子或纸质《学生生涯成长档案》，动态记录其探索过程、反思与规划，并运用可视化工具呈现其多维度的成长轨迹。

第十五条 师资队伍建设

1. 人员配置

学校应逐步建立以专职生涯教育教师为骨干，班主任、学科教师共同参与，校外专家为补充的生涯教育师资队伍。

2. 专业发展

实行持证上岗制度，鼓励教师参加“中小学生涯教育教师”等专业认证；将“三生”教育纳入教师继续教育体系，

每学年组织相关教师参加专项培训不少于16学时；校内定期开展跨领域联合教研活动，鼓励教师开展相关课题研究。

第十六条 经费与资源保障

1. 经费保障

学校应在年度预算中设立“三生”教育专项经费，确保课程开发、师资培训、活动开展、资源建设与技术升级的持续投入。

2. 学生发展指导中心建设

学校应建设集心理支持、生涯探索、成长赋能于一体的综合性学生发展指导中心。中心应实现功能分区，至少包括确保私密性的心理支持区、资源开放的生涯探索区、互动灵活的成长体验区和共享多功能的团体活动区。环境营造应传递积极、支持、发展的文化氛围。

3. 资源平台

鼓励学校利用湖北省生涯教育研究会等机构开发的“三生”教育云平台及数字化工具；积极整合家长、校友及社区资源，建立“三生”教育资源库。提倡建立区域生涯教育共同体，推动师资共享、课程共建、基地共用。

第五章 评估与改进

第十七条 学校自评

学校应依据本指引，建立常态化的自我评估机制，每年形成自评报告，并以此为依据持续改进工作。

第十八条 效果评估

将学生职业理想的清晰度、学习内驱力的提升度、生涯认知成熟度、学业规划清晰度、家长满意度以及学生情绪状态、对五育活动的参与度与认同感等作为核心观测指标，综合评估“三生”教育成效。

第十九条 资格认证

湖北省生涯教育研究会将组织专家，依据本指引对申报学校进行评审认证，将达标学校发展为“湖北省中小学生涯教育实验学校”，并实行动态管理。

第六章 附则

第二十条

本指引由湖北省生涯教育研究会负责解释。

第二十一条

本指引自发布之日起试行。