院政办字〔2020〕45号

关于举办新乡学院第十二届

大学生职业生涯规划大赛的通知

各单位：

为进一步贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想，教育引导学生转变就业观念，明确职业目标，树立正确的择业观、就业观，将个人发展和国家需要结合起来，科学合理地规划大学学习与生活，志存高远、脚踏实地，面向基层就业，用奋斗成就青春。根据《河南省教育厅办公室关于举办2020 年全省大学生职业生涯规划大赛的通知》（教办学〔2020〕221 号）文件精神，经研究决定于10月5日至11月7日举办新乡学院第十二届大学生职业生涯规划大赛。现将有关活动内容安排如下：

一、大赛主题

规划精彩自我，成就靓丽人生

二、组织机构

大赛设立组织委员会（简称大赛组委会）

主 任：夏新颜

成员单位：校长办公室 宣传部 教务处 学生处

招生与就业处 团委 各学院

组委会下设办公室，办公室设在招生与就业处

办公室主任：郝艺飞 （兼）

三、主办单位

招生与就业处、团委

四、参赛对象

全体在校学生

五、活动安排

学院推荐：10月17日前

校级预赛：10月24日前

校级决赛：11月7日前

大赛系列活动：配合大赛将同步开展大学生职业生涯规划月、就业政策咨询周、专题讲座、就业创业名师进校园等系列活动。

六、比赛形式和要求

（一）比赛形式

1.学院推荐。各学院要高度重视，落实责任，指定负责人组织本学院在校生进行推荐，推荐人数见附件1，要求由专业职业规划老师或创新引飞导师给予指导。参加校级预赛选手须报送书面作品和演讲PPT。

2.校级预赛。所有选手进行现场PPT演讲展示3-5分钟，由评委现场打分。得分前15名选手进入决赛。

3.校级决赛包含书面作品、现场演讲展示两项。满分为100分，其中书面作品由评委提前评分，权重占40%；演讲展示现场评分，权重占60%。现场演讲展示包含两个环节，其中：规划展示5分钟、回答评委提问2分钟。根据总得分评出一、二、三等奖。今年及往届比赛一等奖选手将有机会推荐进入省级比赛。

（二）作品要求

1.参赛选手书面作品《职业生涯规划书》包括自我认知、职业认知、职业决策、计划与路径、评估与调整、职业道德等6 个方面，以近期目标规划为主，即大学期间和毕业后5 年内的职业生涯规划。内容要保证真实性、完整性，体现创新性、科学性、可行性、逻辑性、匹配性。选手应结合学校办学定位，以坚定理想信念、厚植爱国主义情怀、加强品德修养、增长知识见识、培养奋斗精神、增强综合素质为根本，阐述个人对于大学生涯的规划与设计，充分表现出个人对社会需求的认知，突出个人特色，展示当代大学生乐观向上的精神风貌和个人未来职业形象。

2.书面作品封面包含“新乡学院第十二届大学生职业生涯规划大赛”字样和作品题目。《职业生涯规划书》须有扉页，扉页填写参赛者的真实姓名、性别、所在城市、学校、院系、班级、学号、联系电话、手机、电子邮件地址。参赛作品原则上A4纸黑白打印，正文字体为仿宋，字号为小四，标题字体为黑体、字号三号。整体要求美观、简洁、大方。

3.参赛作品一律不退稿，请各人自留底稿。

七、奖励办法

组织奖：大赛设优秀组织奖若干名，颁发奖牌。

个人奖：一等奖3名，二等奖5名，三等奖7名，优秀奖若干名。一、二等奖获得者指导老师授予“优秀指导教师”称号，并颁发证书。

1. 联系人及联系方式

招生与就业处：陈玉香 电话3682904

附件：1.第十二届大学生职业生涯规划大赛校级预赛名额分

配

2.第十二届大学生职业生涯规划大赛参赛作品统计表

3.第十二届大学生职业生涯规划大赛评分参考标准

4.第十二届大学生职业生涯规划大赛书面作品封面

2020年10月3日

|  |
| --- |
| 新乡学院院长办公室 2020年10月3日印发 |

附件1

**第十二届大学生职业生涯规划大赛校级预赛名额分配**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | **学院名称** | 名额 |
| 1 | 人文学院 | 4 |
| 2 | 计算机与信息工程学院 | 4 |
| 3 | 商学院 | 4 |
| 4 | 教育科学学院 | 4 |
| 5 | 外国语学院 | 4 |
| 6 | 美术学院 | 4 |
| 7 | 物理与电子工程学院 | 3 |
| 8 | 机电工程学院 | 3 |
| 9 | 数学与统计学院 | 3 |
| 10 | 管理学院 | 3 |
| 11 | 土木工程与建筑学院 | 3 |
| 12 | 生命科学与基础医学学院 | 2 |
| 13 | 新闻传播学院 | 2 |
| 14 | 化学与材料工程学院 | 2 |
| 15 | 音乐学院 | 2 |
| 16 | 3D打印学院 | 2 |
| 17 | 经济学院 | 2 |
| 18 | 药学院 | 2 |
| 19 | 国际教育学院 | 2 |
| 20 | 体育学院 | 2 |
| 21 | 护理学院 | 2 |
| 22 | 医学院 | 2 |

附件2

**第十二届大学生职业生涯规划大赛参赛学生统计表**

**学院（盖章）             共 份**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **姓名** | **性别** | **作品名称** | **联系电话** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**负责人： 联系电话：**

附件3

第十二届大学生职业生涯规划大赛评分参考标准

一、书面作品（40分）

《个人职业生涯规划书》主要包括自我认知、职业认知、职

业决策、计划与路径、评估与调整、职业道德等6 个方面，选手

可根据自身情况个性化完善。作品以近期目标规划为主，即大学

期间和毕业后5 年内的职业生涯规划。

1.职业规划设计的完整性。作品内容要求真实、完整，分析

透彻,运用职业生涯规划相关知识理论，结合自身，合理运用相关

测评工具，客观准确地规划职业生涯。

2.职业规划设计的科学性。要基本体现人职匹配的思路，目

标确定和路径设计要符合自身和外部环境实际，正确处理职业生

涯规划与测评工具的关系，避免主观臆想。

3.职业规划设计的操作性。作品要求思维缜密，目标明确，

分析有深度，可操作性强，要有一定的分阶段目标，尤其是近期

（大学至毕业后五年）目标规划，分析要具有说服力。

4.职业规划设计的逻辑性。作品逻辑清晰、组织合理，准确

把握职业规划设计的核心和关键。

5.职业规划设计的创新性。创意新颖，充分体现个性而不落

俗套, 充分展示当代大学生朝气蓬勃的精神风貌。

二、PPT 制作及展示（40分）

1.PPT制作。PPT制作美观，条理清晰。

2.表达的完整性。能够准确表达作品内容，准确把握职业规

划设计的核心和关键。

3.自我表达力。选手必须脱稿陈述，普通话要标准清晰，语

言流畅，语速适中，表达简洁。

4.表达生动性。表现力强，有感染力，控场灵活有效，能够

调动观众气氛，现场互动效果优良。

5.仪态。着装得体，仪态端庄、大方、美观。

三、现场答辩（20分）

1.准确性。准确回答专家所提出的问题，内容完整。

2.条理性。逻辑清晰，语言组织能力强。

3.把控性。思路敏捷，现场把控能力强。

附件4

**新乡学院第十二届大学生职业生涯规划大赛**

**参 赛 作 品**

作品名称

（名称自定，字号字形可自由发挥）

参赛选手：

专业班级：

指导老师：

推荐单位：

二〇二〇年十月