

河西学院毕业生就业指导服务中心

关于举办河西学院第十六届学科竞赛 暨第四届职业生涯规划大赛的通知

各学院：

为从基础上培育学生理性择业意识，引导学生建立正确的成才观、择业观，鼓励学生科学规划学习与生活，积极深入参与就业创业实践活动，全面提升我校学生职业认知水平和就业能力，从而推动我校就业创业工作的进一步发展，决定举办河西学院第四届职业生涯规划大赛。现将相关事宜通知如下：

一、组织机构

主办单位：教务处

承办单位：就业指导中心

二、大赛主题

精彩人生 始于规划

三、参赛对象

河西学院非毕业年级学生以个人为单位报名参加。

四、作品要求

1. 《***职业生涯规划书》要结合根据自我认知、职业认知及其由此确定的职业目标，从所学专业出发，自主选择职业测评、生涯人物访谈、swot 分析、问卷调查、实习实践等探索方法，从多个维度对职业目标进行真实、有效的探索。并在对个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，结合自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合评定，确定职业目标，并为实现这一目标做出行之有效的计划。

2. 《***职业生涯规划 PPT》要完整反映探索过程，准确表达规划路径和目的；画面清晰，节奏明快，主题突出；时长控制在 5 分钟以内；建议选择兼容度较高的 PPT 版本制作。

五、赛程安排

本次大赛分赛前培训、初赛、复赛、决赛四个阶段进行。

（一）赛前培训：（2020 年 6 月 25 日~2020 年 7 月 15 日）

1. 就业指导中心组织开展面向学院学工办教师和职业生涯规划课教师的赛前培训；

2. 二级学院组织开展面向学生的赛前培训。

（二）初赛：（2020 年 9 月 1 日~2020 年 9 月 30 日）

1. 初赛由各二级学院分别组织进行；

2. 报名参赛学生与本学院学工办指导老师、职业指导课任课老师联系，沟通确定主题方向，开展职业探索；

3. 各二级学院通过初赛遴选分别推荐 1~5 个学生作品（医学院、护理学院由于学生基数较大，可推荐 1~10 个）参加校级复赛。并将《河西学院第四届职业生涯规划初赛报名情况汇总表》（附件一）、初赛过程（评委构成、网页新闻截图等）及比赛结果（得分情况、排名顺序等）及时报送就业指导中心存档备案。《河西学院第四届职业生涯规划复赛推荐名单汇总表》（附件二）电子版钉钉报送就业中心于彦君老师，纸质版由学院领导、学工办主任共同签字后，加盖学院行政公章，与 2020 年 9 月 30 日前报送至就业指导中心 203 办公室。

（三）复赛阶段：（2020 年 10 月 8 日~2020 年 10 月 31 日）

1. 参加复赛者提交《***职业生涯规划书》纸质版一式三份，由各学院学工办统一收集整理并报送；
2. 就业指导中心聘请高级职业指导师、相关部门领导、职业规划专任教师等组成复赛评审专家团，对各二级学院推荐复赛作品进行集体评审打分；
3. 根据复赛得分情况，按复赛数量的 25%确定进入校级决赛的团队。

（四）决赛阶段：（2020 年 11 月 1 日~2020 年 11 月 20 日）

1. 参赛材料提交：
晋级决赛者需提交《***职业生涯规划书》定稿电子版，纸质版一份，参赛答辩 PPT；参赛材料电子版命名格式为：学院+参赛

者名字+生涯规划书或学院+参赛者名字+答辩 PPT；参赛材料由二级学院学工办按标准收集整理并整体打包，电子版通过钉钉报送至就业指导中心于彦君老师处。

2. 决赛形式：

PPT 展示：展示与陈述，用时不超过 5 分钟。

提问答辩：评委提问，参赛者答辩，用时不超过 2 分钟。

3. 决赛成绩构成：

成绩评定：《职业生涯规划书》制作、PPT 展示与提问答辩两部分，成绩满分均为 100 分。该部分最后得分=去掉最高分和最低分之后的成绩合计÷(评委人数-2)。

成绩核算：项目最终成绩=《***职业生涯规划书》得分×40%+PPT 展示与答辩得分×60%

4. 成绩即时核算，现场公布。

5. 奖项设置：

决赛将产生一等奖 1 名，二等奖 2 名，三等奖 3 名，优秀奖 5 名。

六、工作要求

职业生涯规划是学生在校期间的一项重要活动，直接关系到学生毕业就业的数量和质量，关系到学校就业创业工作的最终成效和学校办学目标的实现。请务必高度重视。

1. 要加强赛前宣传与组织, 积极认真开展赛前培训与初赛选拔, 切实通过比赛, 促进学生建立正确的职业意识, 形成积极、客观、正向的职业价值观, 为就业创业各项工作的开展打下良好基础。

2. 各学院学工办要重视比赛过程中的组织工作, 也要重视赛后的材料整理归档工作。要通过对比赛材料的整理, 完成我校学生职业生涯规划课程素材库的建立。

3. 承担就业创业课程的任课教师要对任课班级参赛学生进行积极认真的指导, 提供专业化建议, 指导学生完成职业探索的全过程。

附件: 1. 《河西学院第四届职业生涯规划初赛报名情况汇总表》

2. 《河西学院第四届职业生涯规划复赛推荐名单汇总表》

河西学院第十六届学科竞赛委员会

就业指导中心

2020年6月23日



附件一：

河西学院第四届职业生涯规划大赛初赛报名情况汇总表

序号	姓名	性别	学院	专业	班级	项目名称（规划方向）	联系电话	备注

附件二：

河西学院第四届职业生涯规划大赛复赛推荐汇总表

推荐学院（盖章）

年 月 日

序号	姓名	性别	专业	班级	项目名称（规划方向）	联系电话	备注
1							
2							
3							
4							
5							