1. 初赛
2. **初赛安排**

初赛内容：海选《大学生职业生涯规划书》

初赛时间：2017年4月1日——2017年4月11日

1. **初赛时间进度流程安排：**

|  |  |
| --- | --- |
| **时间** | **内容** |
| 2017年4月10日 | 根据初赛评分批准，组织工作人员进行《规划书》初审。  制作复赛人员名单。 |
| 2017年4月11日 | 在微信，微博，QQ公布复赛人员名单。  以电话及短信方式通知复赛人员。 |

1. **初赛形式**

根据评分要求，各学院分别对本院参赛选手的《大学生职业生涯规划书》进行海选，每个学院推选2人进入复赛。

1. **初赛评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **评分**  **要素** | **评分要点** | **分值** | **具体要求** |
| **职业规划内容** | **自我认知** | **15** | 1. 自我分析全面、客观、深入、条理清晰，对自己的优势和劣势认识清楚 2. 自我评估运用的理论正确、合理 |
| **职业认知** | **20** | 1. 准确了解社会的整体就业形势以及大学生就业状况，了解目标行业的发展现状以及前景，环境评估合理 2. 对行业或组织的人力资源管理战略、企业文化等有分析 3. 对目标职位的工作职责、任职者所需技能有分析，做到“人岗匹配” 4. 通过对外部环境的分析，能认清自己面临的机会、挑战以及对职业发展产生的影响 |
| **职业目标路径设计** | **15** | 1. 职业目标的选择和路径的设计符合外部设计和个人特质（职业兴趣、技能、职业价值观、人生观） 2. 将目标分为几个阶段分析（重点在短期和中期） |
| **规划与实施计划** | **20** | 1. 行动计划清晰、可操作性强 2. 行动计划中全面提升个人竞争力、全面学习、终身学习具有针对性、可操作性 3. 近期计划详尽、中期计划清晰又灵活、长期计划方向明确 |
| **评估与备选方案** | **15** | 1. 对行动计划和职业目标设定有评估方案（达到的标准、评估标准） 2. 对职业路径的选择进行可行的、与时俱进地灵活调整，备选方案也要调整 |
| **参赛作品设计思路** | **作品完整、逻辑合理、美观** | **15** | 1. 作品完整 2. 准确把握职业规划设计的核心和关键 3. 格式清晰、版面大方美观、创意新颖 4. 体现出大学生朝气蓬勃积极向上的进取精神 |

1. 复赛
2. **复赛安排**

复赛内容：一页纸规划+PPT答辩，模拟面试，即兴演讲

复赛时间：2017年4月18日

1. **复赛时间进度流程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **时间** | **内容** |
| 2017年4月12日前 | 联系各评委老师，统计安排复赛时间。  填写场地租赁表，准备复赛场地。  通知复赛人员按要求准备复赛的参赛作品。  做好复赛相关宣传准备。 |
| 2017年4月14日前 | 收集复赛作品，工作人员及选手协同检查。 |
| 2017年4月18日前 | 安排评委老师、复赛选手进行复赛。  制作决赛入围名单。 |
| 2017年4月19日前 | 在微信，微博，QQ公布复赛人员名单。  以电话及短信方式通知复赛人员。 |

1. **复赛形式**
2. PPT答辩+一页纸规划：按3+2模式进行。3分钟自我陈述，2分钟提问环节。、
3. 模拟面试：由雅安校区职业生涯规划组老师及各学院就业秘书对选手进行每人4分钟单人面试。
4. 即兴演讲：根据主办方统一所定主题进行4分钟即兴演讲，评委进行点评及打分。
5. **一页纸规划要求**

1. 内容安排可保留初赛规划书的大纲，参照PPT答辩要求的板块布局，观点精炼明确

2. 用流程图表示职业规划的大致路线

3. 附有个人基本信息（姓名、学院、专业、学号、QQ、联系方式、加入的部门或组织）

4. 建议含有职业生涯规划的备用方案

1. **答辩PPT要求**
2. 自我剖析:
   1. 要求全面且客观的分析自己
   2. 包括个人优势和特点，职业兴趣，职业取向，价值观念
3. 职业分析:
   1. 包括职业工作内容，职业发展态势及所需学习的技能
   2. 职业发展目标
4. 大体规划:
5. 包括短期，中期，长期计划。短期计划可按照一学期为时间标准，中期以整个大学生涯为标准，长期为以从现在到毕业后为标准
6. 显示出清晰的规划路线
7. 实施细则

<注：PPT要求简洁大方，雅致美观。图文并茂，主题突出。版块结构合理，逻辑顺畅>

1. **模拟面试要求**

根据大屏幕上所设置的模拟面试情景题，评委老师针对性进行提问，根据选手面试的综合情况进行打分，得分前8名进入下一环节。

1. **即兴演讲要求**
   * + 1. 按顺序按时到场，如按时不到按自动弃权处理。
       2. 先说自己的题目然后进行演讲
       3. 时间在五分钟以内，不能在规定时间内完成演讲，按内容不完整扣分。
       4. 演讲内容要求为演讲者原创。如属抄袭或内容严重失实的，一经查实，即取消参赛和获奖资格。
       5. 内容紧扣主题，不能随意发挥。
       6. 活动期间请按照主办方规则行事，不要不打招呼离场以免带来不必要麻烦
2. **复赛会场流程**
   * + 1. 主持人致辞
       2. 介绍到场评委
       3. 领导致辞讲话
3. 主持人介绍比赛大概内容
4. 选手进行PPT答辩（3+2）<共100min>
5. 选手进行模拟面试（每人4min）<共48min>
6. 选手进行即兴演讲（每人3min）<共24min>
7. 领导总结
8. 为复赛晋级选手颁奖
9. 合影留念
10. 结束
11. **复赛评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分内容** | **分值** | **具体要求** |
| **职业规划核心内容** | PPT展示 | 30 | 1.主题突出，内容完整，能够准确表达观点。  2.版块结构合理，逻辑顺畅。  3.整体风格协调，版面设计雅致，图文并茂。 |
| 思维深度 | 20 | 能从实际角度剖析职业现状，规划中有个人独到见解。 |
| 仪表形象 | 10 | 1.服装搭配到位，和谐自然。  2.举止文雅，谈吐得宜。  3.表情真诚。 |
| 提问回答 | 10 | 1.回答时声音宏亮，语言组织条理清晰。  2.能做到镇定自若，机智回答。  3.按时完成答辩，表述自然流畅。 |
| 1. **一页纸规划书** | 布局 | 5 | 1.整体布局和谐，外观整洁大方。  2.板块分布有层次，做到主次分明。 |
| 内容 | 5 | 1.思路清晰，逻辑完整。  2.观点简明扼要，表述清晰。  3.实施细则具有实际操作性。 |

1. **职业规划大赛复赛评分表(PPT答辩环节)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分内容**  **复赛选手** | | **一页纸规划**  **（10）** | **职业生涯规划核心内容** | | | | **总分（100）** |
| **序号** | **姓名** | **PPT展示（30）** | **思维深度（20）** | **提问回答（10）** | **个人形象(10)** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |