**关于举办湖州师范学院第十四届大学生**

**职业生涯规划大赛的通知**

各班：

为普及职业生涯规划知识，培育学生职业规划与创新创业意识，提升就业创业能力，遴选优秀作品和项目参加浙江省大学生职业生涯规划大赛，经研究，决定举办校第十四届大学生职业生涯规划大赛。现将有关事项通知如下：

一、大赛主题

创新放飞梦想 创业成就人生

二、大赛时间

2022年4月—6月

三、大赛分类

大赛设两个类别，分别为职业规划类（以下简称A类）和创新创意类（以下简称B类）。**A类**以培养生涯规划能力为目的，以选择具体职业就业为目标；**B类**以培养创新意识和创新思维为目的，以科技创新、文化创意为导向。

四、参赛对象

参赛作品（项目）的申报人必须为我校全日制在校学生（含留学生）。A类作品以个人形式申报，B类项目以个人或团队的形式申报（每个团队成员不超过4人），每个作品（项目）指导教师不超过3人。大赛鼓励参赛者跨学院、跨专业，自行组成学科优势互补、专业配备科学、人员结构合理的团队。跨学院项目只能明确一个申报主体学院。鼓励教师在政策允许的范围内将科研成果转化为师生共同创业的创业项目参加比赛。

五、参赛作品（项目）要求

（一）所有参赛作品（项目）必须符合大赛的主题和范围，不得与国家相关法律、法规和科技伦理相抵触。

（二）所有参赛作品（项目）必须是原创作品或获得合法授权，不能侵犯他人知识产权如著作权、版权、肖像权、名誉权、隐私权等，不能存在任何法律纠纷。

六、大赛组织

**（一）主办单位：**学生处（招生就业办公室）、创新创业学院、研究生院、教务处

**（二）责任单位：**本次大赛由学生处（招生就业办公室）统筹，其中A类大赛由学生处（招生就业办公室）具体负责，B类大赛由创新创业学院具体负责。

**（三）协办单位：**教师教育学院（一“职”陪你辅导员工作室）

七、大赛安排

大赛分学院初赛、校级复赛和校级决赛三个阶段，各阶段安排如下：

**（一）学院初赛阶段（4月19日—5月18日）**

各班级要认真做好大赛的宣传动员工作，2019级、2020级学生“应参与尽参与”，请各班学习委员于5月11日12:00前将《艺术学院大学生职业生涯规划大赛院赛汇总表》（附件1）和参赛作品电子稿上报，其中A类参赛作品为《职业生涯规划书》（附件2，PDF格式），B类参赛作品为《创新创意项目申报书》（附件3，PDF格式），每个作品（项目）不超过30M。

**院赛邮箱：**

18、19级本科生、全体研究生：2875709817@qq.com

负责学生干部：张宇婷（17280303574）

19级本科生：920695470@qq.com

负责学生干部：沈昱彤（17815651176）

20级本科生：3347768667@qq.com

负责学生干部：龚茵怡（17280302254）

**（二）赛前文本指导阶段（4月25日—5月13日）**

学校、学院将组织相关指导、培训，具体安排另行通知，参赛学生请加入职规赛指导通知群，第一时间接收相关通知。

**扫码加入微信群**

**（三）复赛阶段（5月19日—5月31日）**

全校入围复赛的作品（项目）名额为74个（详见附件4），其中职业规划类45个，残疾人赛道不限名额，创新创意类29个。经学院推荐参加复赛的作品（项目）名额根据学校在校生人数比例及往届参赛情况确定。如有优秀作品（项目）较多的，可申请增加名额，增加名额不超过3个。

学生处、创新创业学院将分别组织专家根据不同类别《书面作品评分标准》（附件5）对参赛作品（项目）逐一评分，按一定比例分别遴选出若干件优秀作品（项目）晋级决赛。复赛结果将在校就业信息网上公布。

**（四）决赛阶段（6月初）**

晋级决赛选手须将参赛作品（项目）电子版、纸质作品材料黑白打印简装一式 5 份、PPT 电子版，在决赛举行前提交。进入决赛的作品（项目）名称、项目团队负责人、指导教师原则上与复赛时保持一致。

职业规划类决赛环节由主题陈述、职业体验感悟、现场答辩三部分组成，主题陈述限时6分钟、职业体验感悟限时4分钟，现场答辩限时5分钟。主题陈述主要从自我认知、职业认知、职业决策、发展计划与路径以及自我监控等方面进行阐述。职业体验感悟部分要求参赛选手充分了解目标职业，明晰职业要求和展现个人职业能力，表达形式不限。

创新创意类决赛环节由主题陈述、现场答辩两部分组成，主题陈述限时8分钟，现场答辩限时5分钟。主题陈述主要从项目来源、应用领域认知、项目依据和成果等方面进行阐述。

评委根据《决赛评分标准》（附件6）进行现场打分，按得分高低分别评选出各奖项，获奖名单在在校就业信息网上公布。

八、奖项、奖励及培育资金设置

**（一）奖项设置**

**院赛：**

校级初赛设A类一等奖1项，二等奖2项，三等奖4项，优胜奖若干；B类一等奖1项，二等奖2项，三等奖4项，优胜奖若干。所有获奖同学将颁发奖状，一二三等奖获得者可分别获得拍立得相机、蛋糕卡、水壶等丰厚奖品。

**校赛：**

校级决赛赛设A类一等奖2项，二等奖4项，三等奖6项，优胜奖若干；B类一等奖1项，二等奖3项，三等奖5项，优胜奖若干。一等奖奖励1000元/项；二等奖奖励800元/项；三等奖奖励500元/项。

各类中分别评选出最佳书面作品奖（复赛时评审）各1个、最佳个人风采奖、最佳答辩奖、最佳潜质奖各1个。本次大赛设优秀指导教师奖若干。优秀指导教师奖颁发给一等奖作品（项目）的指导教师。

学校将从决赛中择优推荐选手或团队参加第十四届浙江省大学生职业生涯规划大赛，并设置参赛培育专项项目资金。进入**省赛复赛**给予**培育资助金额2000元/项**；进入**省赛决赛**给予培育资助金额**10000元/项**。此外，创新创意类项目获得省赛二等奖以上给予资助10000-20000元创业启动基金。

九、相关要求

各班级要高度重视本次大赛，精心组织、积极宣传。要把大赛作为普及大学生职业生涯规划知识，激发创新创意意识的重要平台，通过宣传发动、专题讲座、主题活动等，积极鼓励更多学生参赛。同时，各指导教师要以本次大赛为契机，不断提升理论水平和指导技能，增强指导的针对性和有效性，从而提升参赛作品的质量和大赛的整体水平。

未尽事项请联系学工办，学工办联系人：卢扬帆，联系电话：2321262、682672。

附件：

1.艺术学院大学生职业生涯规划大赛院赛汇总表

2.大学生职业生涯规划书

3.创新创意项目申报书

4.校级复赛推荐名额分配表

5.书面作品评分标准

6.决赛评分标准

湖州师范学院艺术学院

2022年4月21日

附件1

艺术学院大学生职业生涯规划大赛院赛汇总表

**学院： 联系人： 联系电话:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 排序 | 作品（项目）名称 | 选手姓名 | 指导教师姓名 | 类别  （A、B） |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

备注：1.A类为职业规划类，B类为创新创意类。

2.每个作品（项目）指导教师（按顺序排序）不超过3人；以团队参赛的项目成员总数不超过4人。

3.各类作品按成绩或学院推荐顺序排序。

附件2

第十四届大学生职业生涯规划大赛

职业生涯规划书

**作品名称：**

**作者姓名：**

**学 院： （盖章）**

说 明

填写前请认真阅读说明，按要求填写。

一、参赛者为在校学生（截止到当年6月30日学籍在册）。

二、《职业生涯规划书》空白表可从大赛官方网站下载。第二部分职业生涯规划书正文不超过5000字，字体为仿宋，四号字。

三、《职业生涯规划书》须A4纸黑白打印简单装订，文章版面尺寸为14.5cm×22cm。

四、《职业生涯规划书》所填内容必须合法、真实、有效。

五、《职业生涯规划书》由各学院统一报送。

六、作品务必严格按照《职业生涯规划书》格式和要求报送，格式不规范、超出规定字数等将影响得分。

一、职业生涯规划基本信息及职业体验感悟表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓    名 |  | 出生年月 |  | 照片 |
| 性    别 |  | 民    族 |  |
| 籍 贯 |  | 生源地 |  |
| 专 业 |  | 年 级 |  |
| 兴趣、特长 |  | | | |
| 目标职业 |  | 目标城市 |  | |
| 目标职业理由（100字内） |  | | | |
| 备选职业 | 1. 2. | | | |
| 职业体验单位 |  | | | |
| 职业体验时间 | 共计 天 | 体验形式 | □实践 □ 观察 | |
| 职业体验感悟（800字内） |  | | | |
| 职业体验感悟（800字内） |  | | | |
| 单位意见 | （盖章）  年 月 日 | | | |

二、职业生涯规划书

|  |
| --- |
| 1、自我认知（主要从优劣势、个人兴趣等方面分析自我，并运用人才测评工具评估） |
| 2、职业认知（应用文献检索等方法介绍整体就业趋势、目标行业的行业现状、工作内容、对生活的影响等情况） |
| 3、职业决策（详细描述职业目标的选择过程、备选目标，要求职业决策符合外部环境和个人特质，正确运用评估理论和决策模型） |
| 4、计划与路径（个人近、中、长期的发展计划，要求符合逻辑和现实，具有可操作性） |
| 5、自我监控（要求科学设定评估方案，并制定调整方案，具有可操作性） |

附件3

第十四届大学生职业生涯规划大赛

创新创意项目申报书

**项目名称：**

**项目负责人姓名：**

**学 院： （盖章）**

**说 明**

填写前请认真阅读说明，按要求填写。

一、参赛者为在校学生（截止到当年6月30日学籍在册），以个人名义或者团队名义参赛均可。

二、项目可以是科技创新，也可以是文化创意，但鼓励更多申报科技创新类。

三、申报项目要求有原创性和新颖性，具有较好的创新创意点，项目负责人拥有创新创意点的所有权，且未在工商等部门注册登记或注册登记一年内的。若有专利，项目负责人须与专利所有人姓名一致，佐证材料可附后。

四、《项目申报书》空白表可从大赛官方网站下载。正文不超过2500字，字体为仿宋，四号字。

五、《项目申报书》须A4纸黑白打印简单装订，文章版面尺寸为14.5cm×22cm。

六、《项目申报书》所填内容必须合法、真实、有效。

七、《项目申报书》由各学院统一报送。

八、作品务必严格按照《项目申报书》格式和要求报送，格式不规范、超出规定字数等将影响得分。

一、项目基本信息

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 负责人情况 | 姓名 |  | | 性别 | |  | 出生年月 | |  | |
| 学院 |  | | 专业 | |  | | | | |
| 班级 |  | | 学制 | |  | 入学时间 | |  | |
| 项目名称 | |  | | | | | | | |
| 项目是否已工商注册 | |  | | | 项目是否是创业园入驻孵化项目 | | | |  |
| 通讯地址 | |  | | | | | 邮政编码 | |  |
| 联系电话 | |  |
| 其他成员情况 | 姓名 | | 性别 | | 专业 | | | 学校名称 | | |
|  | |  | |  | | |  | | |
|  | |  | |  | | |  | | |
|  | |  | |  | | |  | | |
|  | |  | |  | | |  | | |
| 学校学籍管理部门意见 | | | 截至2022年6月30日，项目负责人是否为正式注册的全日制在校学生。□是 □否    （盖章）  年 月 日 | | | | | | | |

二、项目来源

|  |
| --- |
| （简要描述项目创意来源，300字左右） |

三、应用领域认知

|  |
| --- |
| （重点描述项目应用领域或相关行业现状、竞争对手与发展趋势等，600字左右） |

四、项目创新创意点

|  |
| --- |
| （介绍项目概况，分析项目设计理念、思路和方法，创新创意亮点、特色、可行性和前景等，1000字左右） |

五、项目依据

|  |
| --- |
| （阐述项目所依据的科学原理和学科（专业）知识等，300字左右） |

六、项目成果

|  |
| --- |
| 项目类别   * 科技创新 □文化创意   项目有无相关专利（若有，请附证书复印件）  □ 无 □ 有    项目有无成果的实物样品或效果图（若有，请附相关图片或照片）  □ 无 □ 有 |

七、项目组承诺

|  |
| --- |
| 承 诺 书  以上所填内容真实可靠，本参赛组承诺：该作品符合参赛要求，并且是本人（团队）原创作品，不存在盗版或侵犯版权的情况。  参赛组全体成员（签字）：    年　　月　　日 |

八、学院推荐意见

|  |
| --- |
| 推荐评语：    推荐人（签字）：  年 月 日 |

附件4

校级复赛名额分配表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **学院** | **职业规划类**  **（45个）** | | **创新创意类**  **（29个）** | |
| 本专科生 | 研究生 | 本专科生 | 研究生 |
| 安定书院、创新创业学院 | 1 | / | / | / |
| 经济管理学院 | 4 | / | 3 | / |
| 马克思主义学院 | 2 | / | 1 | / |
| 教师教育学院 | 4 | 2 | 3 | 1 |
| 体育学院 | 2 | / | 1 | / |
| 人文学院 | 3 | / | 2 | / |
| 外国语学院 | 2 | / | 1 | / |
| 艺术学院 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 音乐学院 | 2 | / | 1 | / |
| 理学院 | 3 | / | 2 | / |
| 信息工程学院 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 工学院 | 3 | 1 | 2 | 1 |
| 生命科学学院 | 3 | 1 | 2 | 1 |
| 医学院、护理学院 | 4 | 1 | 3 | 1 |
| 总计 | 37 | 8 | 23 | 6 |

附件5

书面作品评分标准（职业规划类）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **评分**  **要素** | **评分**  **要点** | **具体描述** |
| 职业生涯规划书内容  （60分） | 职业体验感悟 | 能准确描述目标职业的工作任务，了解目标职业对职业人素质要求，职业感悟真实可信，单位意见具体中肯 |
| 自我  认知 | 1.自我分析清晰、全面、深入、客观，自身优劣势认识清晰 |
| 2.综合运用各类人才测评工具评估自己的职业兴趣、个性特征、职业能力和职业价值观 |
| 3.能从个人兴趣、成长经历、社会实践和周围人的评价中分析自我 |
| 职业  认知 | 1.了解社会整体就业趋势与大学生就业状况 |
| 2.对目标职业的行业现状、前景及就业需求有清晰了解 |
| 3.熟悉目标职业的工作内容、工作环境、典型生活方式，了解目标职业的待遇、未来发展趋势 |
| 4.清晰了解目标职业的进入途径、胜任标准以及对生活的影响 |
| 5.在探索过程中应用文献检索、访谈、见习、实习等方法 |
| 职业  决策 | 1.职业目标确定和发展路径设计符合外部环境和个人特质（兴趣、技能、特质、价值观），符合实际、可执行、可实现 |
| 2.对照自我认知和职业认知的结果，全面分析自己的优、劣势及面临的机会和挑战，职业目标的选择过程阐述详尽，合乎逻辑 |
| 3.备选目标要充分根据个人与环境的评估进行分析确定，备选目标职业发展路径与首选目标发展路径要有一定相关性 |
| 4.能够正确运用评估理论和决策模型做出决策 |
| 计划与路径 | 1.行动计划要发挥本人优势、弥补本人不足，具有可操作性 |
| 2.近期计划详尽清晰、可操作性强，中期计划清晰、具有灵活性，长期计划具有导向性 |
| 3.职业发展路径充分考虑进入途径、胜任标准等探索结果，符合逻辑和现实 |
| 自我  监控 | 1.科学设定行动计划和职业目标的评估方案，标准和评估要素明确 |
| 2.正确评估行动计划实施过程和风险，制定切实可行的调整方案 |
| 3.方案调整依据个人与环境评估分析确定，并考虑首选目标与备选目标间的联系和差异，具有可操作性 |
| 作品设计  （40分） | 作品  完整性 | 内容完整，对自我和外部环境进行全面分析，明确提出职业目标、发展路径和行动计划 |
| 作品  逻辑性 | 职业规划设计报告思路清晰、逻辑合理，能准确把握职业规划设计的核心与关键 |

书面评分标准（创新创意类）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **评审要点** | **评分要点** | **具体描述** |
| 创新创意项目内容  （80分） | 来源分析 | 1.能合理描述项目的由来， 结合自身分析，真实可信 |
| 2. 应用领域或行业认知分析到位，从现状、竞争对手和发展趋势等方面进行全面分析，具有时效性 |
| 创新创意点 | 1.项目的创新创意点明晰，具有原创性和新颖性 |
| 2.项目理念、思路、设计方法清晰合理，具有前瞻性 |
| 3.项目具有可实施性或者技术可实现性，在现有基础上能实现 |
| 4. 项目具有良好发展前景，能解决研发、生产、物流、销售、管理、生活等方面“痛点” |
| 5、能灵活运用所学科学原理、学科知识，解决实际问题，体现专业素养 |
| 成果影响 | 体现大学生的创新创意思维水准，具有较高的应用价值和较好的发展前景 |
| 项目设计  （20分） | 完整性 | 项目内容完整，分析全面，创新创意内容明确 |
| 逻辑性 | 项目整体设计思路清晰、逻辑合理，能准确描述分析项目的核心与关键 |

附件6

决赛评分标准（职业规划类）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **具体描述** |
| 主题陈述  （40分） | 基本素养 | 1.仪表端庄稳重、朴素，社交礼仪大方得体，表情丰富真诚，有良好的个人气质 |
| 2.言之有理，谈吐文雅，富于思想内涵 |
| 3.精神饱满，有信心，有独立见解，能充分展现大学生朝气蓬勃的精神风貌 |
| 陈述内容 | 1.对职业规划的自我探索、职业探索、决策应对等环节的要素及分析过程陈述全面、完整、准确 |
| 2.在陈述中能够正确理解、应用职业规划基本理论及各项辅助工具 |
| 3.对各探索分析过程及结果表述准确，且与作品吻合 |
| 4.PPT设计重点突出，简明扼要，条理清晰，结论明确，能够准确提炼职业规划设计作品的主要内容 |
| 即时效果 | 1.按时完成主题陈述，思路清晰，措辞恰当，表达自然、流畅 |
| 2.有感染力，能吸引评委注意力，调动观众情绪 |
| 职业体验  感悟  （20分） | 感悟内容 | 1.条理清晰，切合主题，内容完整，语言流畅 |
| 2.能准确描述目标职业的工作任务 |
| 3.了解目标职业对职业人的素质和要求 |
| 4.结合自身条件，明晰就业努力方向 |
| 现场答辩  （40分） | 针对性  说服力 | 1.能正确理解评委提问，回答有针对性 |
| 2.回答问题重点突出，真实可信，运用事实论据，论述有说服力 |
| 3.答题过程流畅、无明显停顿，条理清晰，及时作答，措辞恰当，语言精炼 |
| 4.应变能力强，能够灵活地、创造性地应用职业规划知识作答 |

决赛评分标准（创新创意类）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **具体描述** |
| 主题陈述  （70分） | 基本素养 | 1.仪表端庄稳重、朴素，社交礼仪大方得体，表情丰富真诚，有良好的个人气质 |
| 2.言之有理，谈吐文雅，富于思想内涵 |
| 3.精神饱满，有信心，有独立见解，能充分展现大学生朝气蓬勃的精神风貌和创新创意达人的内在形象 |
| 陈述内容 | 1.能合理描述项目的由来，结合实际分析，真实可信 |
| 2. 应用领域或行业认知分析到位，从现状、竞争对手和发展趋势等方面进行全面分析，具有时效性 |
| 3.能准确提炼创新创意点，项目理念、思路、设计方法阐述清晰合理，特色鲜明 |
| 4.项目具有可实施性或者技术可实现性，在现有基础上能实现 |
| 5. 项目具有良好发展前景，能解决研发、生产、物流、销售、管理、生活等方面“痛点” |
| 6.能灵活运用所学科学原理、学科知识，解决实际问题，体现专业素养 |
| 7.项目成果可视化，能体现大学生的创新创意思维水准，具有较高的应用价值和较好的发展前景 |
| 即时效果 | 1.按时完成主题陈述，思路清晰，措辞恰当，表达自然、流畅 |
| 2.有感染力，调动观众情绪 |
| 现场答辩  （30分） | 针对性  说服力 | 1.能正确理解评委提问，能够有针对性的就提问要点归纳阐述，及时准确 |
| 2.回答问题重点突出，真实可信，运用事实论据，论述有说服力 |
| 3.答题过程流畅、无明显停顿，条理清晰，语句通顺，措辞恰当，语言精炼 |
| 4.应变能力强，能灵活运用所学专业知识作答 |