

附件 3

第二届全国大学生职业规划大赛 成长赛道方案

一、比赛内容

考察学生树立生涯发展理念并合理设定职业目标、围绕实现目标持续行动并不断调整的成长过程，通过学习实践提升综合素质和专业能力，体现正确的择业就业观念。参赛学生可获得实习机会。

二、参赛组别和对象

成长赛道设高教组和职教组，参赛对象为普通高等学校全日制本、专科中低年级在校学生。高教组主要面向普通本科一、二、三年级学生，职教组主要面向职教本科一、二、三年级学生，高职（专科）一、二年级学生。

三、参赛材料要求

选手在大赛平台提交以下参赛材料：

（一）生涯发展报告：介绍设定职业目标的过程；实现职业目标的具体行动和成效；职业目标及行动的动态调整等（PDF 格式，文字不超过 2000 字，图表不超过 5 张）。

（二）生涯发展展示（PPT 格式，不超过 50MB；可加入视频）。

四、比赛环节

成长赛道设主题陈述、评委提问和天降实习 offer（实习意向）环节。各环节时长根据实际情况适当调整。

（一）主题陈述（7 分钟）：选手结合生涯发展报告作

陈述。

(二) 评委提问 (5 分钟)：评委结合选手陈述和现场表现提问。

(三) 天降实习 offer (2 分钟)：用人单位根据选手表现，决定是否给出实习意向，并对选手作点评。

五、评审标准

指标	说明	分值
职业目标	结合所学专业多渠道了解相关行业发展趋势和就业市场需求，综合分析个人能力优势、兴趣特长等，合理设定职业目标	10
	基于职业目标对综合素质和专业能力等方面要求，科学分析个人现实情况与职业目标间的差距，制定合理可行的成长计划	10
	职业目标能够将个人理想与国家需要、经济社会发展相结合，体现正确的择业就业观念	10
学习实践行动	围绕目标职业要求，结合学校育人特色和所学专业，利用学校及社会资源开展学习实践	30
	学习实践行动取得阶段性标志性成果，接近职业目标要求	20
动态调整	及时对学习实践行动成效进行自我评估，总结分析收获、不足和原因，对职业目标和学习实践行动路径等作动态调整	20

六、奖项设置

成长赛道设置金奖、银奖、铜奖，以及优秀指导教师奖等奖项。