

# 成长赛道方案介绍

2023年9月



# 目录

- 一 比赛内容
- 二 参赛组别和对象
- 三 比赛环节
- 四 评审标准

# 一、比赛内容

---

## 考察内容

**学生职业发展规划的科学性，具体包括：**

- 确立发展方向和职业目标的合理性；**
- 为实现目标所付出的努力或行动计划；**
- 行动过程中根据目标契合度所做的调整；**

# 一、比赛内容

## 生涯闯关

- 为帮助学生更好地了解生涯规划的路径和方法，大赛平台提供“生涯闯关”功能，设置专业探索、职业瞭望等八大关卡，每个关卡分为新知（理论学习）、笃行（实践操作）、领悟（所思所想）三部分，学生完成闯关后系统自动抓取领悟内容，形成生涯规划书初稿，从理论学习、实践操作、思考感悟三个层面引导学生做好职业规划
- 全体在校大学生均可参与，不论是否参赛



个人中心

闯关任务



所属学校: ■■ 大学

所属专业: 思想政治教育

### 徽章墙



生涯愿景



专业探索



职业瞭望



兴趣揭秘



目标锚定



能力盘点



技能提升



生涯启航

## 二、参赛组别和对象

---

### 参赛组别

高教组、职教组

### 参赛对象

高教组：普通本科一、二、三年级学生

职教组：职教本科一、二、三年级学生

高职（专科）一、二年级学生

# 三、比赛环节

---

## 主题陈述、评委提问

### 1.主题陈述（8分钟）

选手结合生涯发展报告使用PPT进行陈述和展示。

### 2.评委提问（5分钟）

评委结合选手陈述和现场表现进行提问。

### 3.天降实习 offer(3 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

## 四、评审标准

---

### 职业目标（20分）

- 职业目标能够体现积极正向的价值追求，能够将个人理想与国家需要、经济社会发展相结合
- 职业目标建立在自我认知、专业认知和社会认知的基础上。
- 个人价值观、能力优势和兴趣特点等自我认知需要有成长经历为支撑
- 客观分析职业目标在专业知识、能力素养等方面的要求，科学分析个人现实情况与目标要求的差距，制定合理可行的计划

## 四、评审标准

---

### 行动成果（40分）

- 成长行动符合职业目标在通用素质、就业能力、职业道德等方面的要求
- 成长行动有利于减少职业目标与当前状态的差距。
- 成长行动应包括专业能力提升与综合素质提升的具体行动，并取得一定的成果。

## 四、评审标准

---

### 目标契合度（30分）

- 行动成果与职业目标的契合程度
- 总结成长行动中存在的不足和原因，对成长计划进行自我评估和动态调整

## 四、评审标准

---

### 实习意向（10分）

- 现场获得用人单位发放实习意向情况

# 小结

---

**目标：促进中低年级学生职业发展**

**重在职业发展意识的建立、为职业目标努力的行动**

**特色：以专业能力与综合能力并重的能力发展为成长赛道的特色**

**高度重视专业知识与专业技能在职业发展中的作用**

**注意：合理的自我认知与有依据的目标设定**

**自我认知要有真实的成长经历为基础，避免依赖测评工具；**

**职业目标的设定要以充分的职业探索为基础，以真实的行动来证明目标设定的合理性。**

谢谢大家！

THANK YOU



筑梦青春志在四方  
规划启航职引未来

全国大学生职业规划大赛

