**吉林交通职业技术学院**

**第一届“探索职业生涯∙我的青春我做主”大学生**

**职业生涯规划大赛实施方案**

为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神，按照《教育部关于应对新冠肺炎疫情做好2020届全国普通高等学校毕业生就业创业工作的通知》(教学〔2020〕2号)、《关于举办2020年吉林省“吉人梦想杯”大学生职业生涯规划大赛的通知》(吉毕指〔2020〕26号)要求，结合国家和社会发展现状及人才需求，引导学生进行全面自我认知，培养学生优良卓越的职业精神，合理规划职业发展，促进学生更高质量和更充分就业,助力吉林省经济全面全方位振兴。我校于9-11月，举办“吉林交通职业技术学院第一届‘探索职业生涯∙我的青春我做主’职业生涯规划大赛”校赛，并推荐优秀项目参加省赛，特制定本实施方案。现将有关事项通知如下：

**一、大赛主题**

探索职业生涯 ∙ 我的青春我做主

**二、大赛目的与任务**

(一)紧抓时代趋势

以“后疫情时代”大学生就业为切入点，通过本次大赛促进学生树立正确的就业观念，着力搭建职业生涯规划平台，引导学生尽早以科学的态度和方法探索自己的未来职业发展方向，赢在职场起跑线。

（二）引导学生成长

鼓励参赛选手在指导教师的引导下独立完成个人的职业生涯规划，真正做到在比赛过程中完成职业发展与自我能力、兴趣、性格、价值观的关联探索，不断刷新自我，提升自我。

（三）化“被动就业”为“主动择业”

传播和普及职业规划理念，促进学生将掌握的职业规划设计方法进行职业规划实践，发动学长身先示范的同侪力量，第一时间带动新生、唤起新生主动成长意识，及早确立自己的人生目标，科学规划自己的职业生涯，培养“准职业人”心态，以岗位胜任力标准，主动规范自我行为习惯、养成良好的职业素养，化“被动就业”为“主动择业”，全面提升我院学生的职业素质与就业能力。

**三、大赛总体安排**

结合学校实际力争做到，促进生涯规划教育与思政教育、专业教育紧密结合，助推职业生涯规划理论的实践应用，培养学生确定目标、主动择业的能力，上好一堂就业创业指导课；提升学生的责任意识和担当精神，上好一堂职业素养训练课；提升学校的影响力、感召力和塑造力。

本届生涯规划大赛将举办“1赛+1周”系列活动。“1赛”是校内生涯规划大赛；“1周”是“生涯体验周”，通过“专业的智慧+共享共创”的体验模式，营造共创、交互、个性化的生涯体验活动，与《职业生涯与发展规划》《职业素养》《就业指导》课程有效结合，作为新生入学教育、生涯规划意识启蒙、强化职业素质养成教育的有效补充和生涯大赛的成果展示。要统筹做好大赛宣传报道，选树一批就业创业典型，大力营造良好的就业创业教育改革氛围。

**四、组织机构**

（一）主办单位

教务处、宣传部、学生工作处、校团委、招生就业处

（二）承办单位

基础科学部

（三）组委会

主 任：别惠彬

副主任：马 凯 苏建国 高 歌

成 员：教务处处长 宣传部部长 学生工作处处长 校团委书记 招生就业处处长 各相关学院院长、书记

组委会下设办公室，负责竞赛的组织及日常工作，成员如下：

主 任：沈艳东 程敬松

成 员：赵晟琪 李志刚 费志伟 孙 莹 赵 亮 崔秀虹 尹 航 张福霞 李 斌 赵裕旺 袁 源

秘 书：刘凤敏 王立军

（四）专家评审委员会，评审委员会由大赛组委会邀请校内专家、校外行业企业、生涯规划与就业指导等专家组成，负责参赛项目的评审工作。

（五）大赛设立仲裁委员会，仲裁员由大赛组委会委派学校学术委员会成员担任，负责受理大赛期间申诉事宜。

（六）大赛设立纪律与监督委员会，对大赛组织评审工作、协办单位相关工作进行监督，对违反大赛纪律的行为予以处理。

（七）校赛组委会鼓励对校赛的冠名赞助支持（经大赛纪律与监督委员会认可）。

**五、参赛要求**

1.各学院推荐不少于本学院学生人数3%的选手参加初赛，选手按照比赛要求分阶段提交:①《职场角色模拟》VCR；②《职业生涯规划书》；③《职业世界说明书》三部分材料至“2020年吉林交通职业技术学院第一届‘探索职业生涯·我的青春我做主’大学生职业生涯规划大赛平台”。

2.所有报名、参赛作品概不退稿，请自行保留底稿。参赛作品须真实、健康、合法，无任何不良信息，立意应弘扬正能量，践行社会主义核心价值观。不得侵犯他人知识产权、肖像权等违法行为。抄袭、盗用、提供虚假材料或违反相关法律法规一经发现即刻丧失参赛相关权利并自负一切法律责任。

3.各学院选派1位老师，负责大赛过程中的联络、参赛对象资格审核、协助指导等工作。

4.正确研判当前疫情形势，作品初审原则上采用线上方式进行，尽量减少线下同期活动，并做好相关疫情防控预案。由于突发事件或无法控制的原因，影响大赛的管理、安全、评审或公正性的情况下，主办方有权单方面推迟或取消大赛部分或全部的比赛。

5.本次比赛成绩采用累积制，总成绩由初赛、晋级赛、决赛三部分成绩组成，成绩比例为10%、20%、70%。

6.教务处保留进一步补充本比赛规程的权利，以及本届大赛活动的最终解释权。

**六、****参赛对象条件**

以2018级毕业班学生为主要参赛对象，大一、大二年级的优秀学生可由学院推荐参加比赛。

**七、大赛组织活动安排**

（一）宣传动员、报名（10月4-8日）

1.召开动员会。转发《关于举办2020年吉林省“吉人梦想杯”大学生职业生涯规划大赛的通知》(吉毕指〔2020〕26号)文件（附件1）和《吉林交通职业技术学院第一届“探索职业生涯∙我的青春我做主”大学生职业生涯规划大赛实施方案》。对生涯规划大赛进行广泛宣传，包括组织大赛的目的、意义、比赛要求；各学院组织动员学生广泛参赛。

2.参赛报名。各学院推荐不少于本学院学生总人数3%的选手参加比赛，以学院为单位在10月8日前提交参赛报名表（附件2）。

（二）初赛(10月9日—14日)

1.参赛选手，通过“吉林交通职业技术学院第一届‘探索职业生涯·我的青春我做主’大学生职业生涯规划大赛平台”(平台相关事宜另行通知)，提交《职场角色模拟》VCR(作品要求见附件3)，截止时间10月12日24:00时。

2.基础科学部职业素养教研室负责组织学生进行大赛作品要求及评分标准详解培训和指导。

3.大赛评审委员会组织相关专家，在10月13-14日，通过平台对作品进行评审，成绩排名前50名的选手，进入校晋级赛。

(三)晋级赛(10月15-27日)

1.选手在10月18日前通过“吉林交通职业技术学院第一届‘探索职业生涯·我的青春我做主’大学生职业生涯规划大赛平台”提交《职业生涯规划书》《职业世界说明书》。大赛评审委员会邀请校内外相关专家、指导教师对选手进行辅导，修改参赛作品。

2.选手作为“洞见生涯宣传大使”完成10月19-25日的“生涯体验周”志愿服务。全程完成志愿服务的选手获得“洞见生涯宣传大使”荣誉证书。

3.10月26-27日，评委通过平台对选手提交的作品和志愿服务宣传大使任务完成情况进行打分。初赛和晋级赛总成绩排名前50%选手进入校决赛。

(三)决赛(10月28日)

1.选手以“大学生职业生涯规划”为专题，结合《职场角色模拟》VCR，制作PPT，进行现场主题演讲。演讲限时3分钟，演讲内容包括对自我认知、职业认知两部分。根据选手表现，评委打分，现场答辩，答辩限时2分钟。决出一、二、三等奖及成功参赛奖。

2.获得决赛一、二、三等奖的选手推荐参加省赛。大赛评审委员会组织相关教师、专家，在10月29日-11月15日，对进入省赛的选手进行深度辅导。

3.入围省赛的选手在2020级新生班级做巡回演讲，展示比赛成果的同时，更是带动、帮助新生同学建立生涯规划意识，共建学习型校园。

**九、大赛奖项**

1.本次大赛设一等奖、二等奖、三等奖，获奖比例分别为决赛总人数的8%、20%、36%，其余入围决赛的个人为成功参赛奖。不重复获奖，按排名取最高奖项。

2.对大赛组织情况较好的单位设优秀组织奖，获奖单位颁发获奖证书。

3.获奖学生个人颁发证书并给予选修课学分奖励（具体参照我校《吉林交通职业技术学院竞赛管理办法（试行）》）。

4.获奖指导教师颁发证书并在职称评定中给予工作业绩确认（具体参照我校《吉林交通职业技术学院专业技术职务资格评审工作方案》）。

5.指导学生参加省级和国家级大赛的指导教师根据《吉林交通职业技术学院竞赛管理办法（试行）》给予相应的工作量。

**十、赛事联络**

（一）参赛报名。

10月9日前，以学院为单位提交的参赛报名回执表（附件2）发送至邮箱jyghds@163.com。所有参赛选手、联络人、指导教师加入大赛官方QQ群（群号：1131302684），并及时关注群内通知。



吉林交通职业技术学院生涯规划大赛官方QQ群 请扫码进群

（二）工作联络

各学院选出1名大赛联络人，如有变化，需及时联系教务处进行信息更新。并加入“大赛微信工作群”，便于赛事沟通。

1.大赛微信工作群名：交通学院生涯规划大赛工作群



吉林交通职业技术学院生涯规划大赛微信工作群 请扫码进群

（三）联系方式

部门：基础部

联系人： 于 淼 王艺茜

联系电话：0431-85541172

手机：18843167090、13756535753

地点： 综合楼425

附件1.《关于举办2020年吉林省“吉人梦想杯”大学生职业生涯规划大赛的通知》

附件2.《2020年吉林交通职业技术学院第一届“探索职业生涯∙我的青春我做主”大学生职业生涯规划大赛报名表》

附件3.《职场角色模拟》VCR拍摄要求

附件4.《职业生涯规划书》撰写要求

附件5.《职业世界说明书》撰写要求

附件6.培训内容及时间安排表

吉林交通职业技术学院

2020年10月4日