

北京科技大学招生就业处

校招就发〔2023〕14号

关于开展北京科技大学第二届 大学生生涯规划大赛活动的通知

各学院及研究生培养单位：.

为进一步落实《教育部办公厅关于开展2023届高校毕业生春季促就业攻坚行动的通知》（教学厅函〔2023〕3号）和《北京科技大学2023年春季促就业攻坚行动实施方案》（校办发〔2023〕4号）文件精神，传播和普及生涯理念，唤醒大学生的生涯规划意识，提升大学生职业素养和能力，助力大学生树立合理的职业目标，培养积极的择业观和人生观，学校学生就业指导中心联合各学院及研究生培养单位举办北京科技大学第二届大学生生涯规划大赛，现将活动内容安排如下：

一、活动主题

规划生涯，点燃梦想。

二、活动对象

低年级本科生和研究生。

三、活动时间

2023年4月11日至5月底，其中4月11日至5月10日举

办院级比赛，5月底举办校级决赛。

四、活动内容及安排

（一）院级比赛

各学院可结合主题班团日活动开展，最终从院级比赛优秀选手中推荐1名参加校级决赛。学院于5月10日前将《学院参加大学生生涯规划大赛学生信息表》盖章后提交至学生就业指导中心（7斋128），[电子版发送至 hulinru@ustb.edu.cn](mailto:hulinru@ustb.edu.cn)，文件命名为“XX学院参加大学生生涯规划大赛学生信息表”。

（二）校级比赛

校级比赛分为书面作品评审、职业角色阐述、现场PPT展示与问答三个部分。

1、书面作品评审。

书面作品为《职业生涯规划书》，《职业生涯规划书》须以参赛选手本人的职业规划为主题，涵盖自我认知、职业认知、目标确立、实施计划和反馈修正等内容，适当运用人才测评工具，以及社会实践和相关社会活动为论据，体现未来就业目标和人生价值。

2、职业角色阐述。

选手以“我的未来”为主题，自创时长3分钟以内的小视频或5分钟以内的情景剧。作品应以第一人称视角，体现参赛人员的职业未来规划，情景设定要紧扣规划的目标职业，体现职业特点和履职要求。现场进行视频播放或现场表演（可有助演

人员参与)。

3、PPT 现场展示与问答。

选手应通过制作 PPT，展示《职业生涯规划书》内容并进行陈述。借助理论讲解和案例展现等形式，表现选手的综合素质，阐明职业规划的合理性、实用性和可操作性，PPT 陈述时长 3 分钟，评委针对选手现场表现进行提问。

五、奖项设置

1、选手综合奖

类别	奖项	各组名额	奖励方式
院赛	自定	自定	自定
校赛	一等奖	1 名	2000 元/名+证书
	二等奖	2 名	1000 元/名+证书
	三等奖	3 名	500 元/名+证书
	优胜奖	4 名	300 元/名+证书

2、组织与指导奖

奖项	总名额	奖品
优秀组织单位	3 个	牌匾
优秀组织者	3 名	奖品+证书
优秀指导老师	1 名	奖品+证书

按学院参赛报名人数占学院在校生人数的比例高低排序，排名靠前三的学院获“优秀组织单位”。“优秀组织者”由获“优秀组织单位”推荐产生，每院 1 人。

优秀指导老师为校赛一等奖参赛学生的指导老师。

六、活动要求

- 1、各学院要高度重视活动组织，动员学生积极参与比赛。
- 2、各学院可积极邀请行业知名企业加盟、赞助和冠名院级比赛，邀请企业人力参与活动评选工作。
- 3、各学院需在赛前向学生就业指导中心报备比赛时间、地点、参赛学生信息、评委等信息。院级比赛完成 3 天内需将决赛晋级选手简介、比赛新闻稿及相关宣传文案发送至 hulinru@ustb.edu.cn。

联系人：胡琳茹

联系电话：010-62332010

招生就业处

2023 年 4 月 11 日

