

第四届全国大学生职业规划大赛辽宁省赛 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、职教组和萌新组三个组别，参赛对象为普通高等学校全日制本、专科非毕业年级在校学生。高教组主要面向普通本科非毕业年级学生。职教组主要面向职教本科、高职（专科）非毕业年级学生。萌新组面向本科和职教本科、高职（专科）2026 级大一新生。

三、参赛材料要求

（一）选手在国赛平台（网址：zgs.chsi.com.cn）报名并提交以下参赛材料：

1.生涯发展报告：高教组、职教组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。萌新组介绍形成职业方向或目标的过程；进行学科专业、行业职

业和自我探索的具体行动和成效；展示行动过程中的洞察力和动态调整能力等。（PDF 格式，不超过 10MB，文字不超过 2000 字，图表不超过 5 张）

2.生涯发展展示（PPT 格式，不超过 50MB）。

（二）晋级省复赛选手在省赛平台提交以下材料：

1.提交至国赛平台的生涯发展报告、生涯发展展示。

2.选手主题陈述视频 7 分钟，MP4 格式，图像清晰稳定，声音清楚，分辨率 720P，文件大小不超过 500MB。

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。各环节根据实际情况可适当调整。

（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（1 分钟）：用人单位根据选手表现，决定是否给出实习意向。

五、评审标准

（一）高教组、职教组

指标	说明	分值
职业目标	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	25
	结合学科专业，多渠道了解相关行业发展趋势和就业市场需求，综合分析个人价值追求、能力优势、兴趣偏好等，确定职业发展方向或目标	

学习实践行动	基于职业发展方向或目标的能力特征和要求，科学分析差距，制定合理可行的学习、实践计划	50
	结合学校育人特色和所学专业，充分挖掘、利用学校、社会等各种资源开展学习实践	
	在学习实践行动中克服困难、灵活应变、积极进取，取得阶段性成果	
优化改进	及时对学习实践行动成效进行自我评估和反思，总结分析收获、不足和原因	25
	在成长过程中对职业目标和学习实践行动路径进行动态优化，通过积极行动应对变化和挑战	
总分		100

（二）萌新组

指标	说明	分值
生涯探索	开展学业探索。了解学校教育特色，全面深入认知所在学科专业的人才培养方向、教学计划和就业去向等	60
	开展职业探索。了解相关行业发展趋势和就业市场需求，利用多种渠道和资源接触相关职业发展领域现实场景，加强实践体验	
	综合分析个人职业愿景、能力优势、兴趣偏好，结合学业和职业探索情况，澄清个人职业发展的价值追求	
职业方向	在探索行动中审辨判断，初步形成职业发展方向或目标	20
	职业方向或目标能够将个人理想与国家需要、经济社会发展、区域人才需求相结合，体现正确的择业就业观念	
实践行动	基于职业发展方向或目标的能力特征和要求，科学分析差距，充分利用学校育人平台制定合理可行的学习、实践计划	20
	了解职业发展趋势，主动培养适应未来的技能，在探索、学习、实践行动中克服困难、灵活应变、积极进取，并取得一定进展	
总分		100

第四届全国大学生职业规划大赛辽宁省赛 就业赛道方案

一、比赛内容

考察学生求职实战能力，个人综合素质、专业能力与目标职业的契合度，个人发展路径与就业市场需求的适应度。参赛学生可获得岗位录用意向。

二、参赛组别和对象

就业赛道设高教本科生组、高教研究生组和职教组，参赛对象为普通高等学校全日制本、专科高年级计划求职学生，以及全体研究生。高教本科生组面向普通本科三、四年级（部分专业五年级）学生（不含已通过推免获得录取资格的学生），全体第二学士学位学生；高教研究生组面向全体研究生，以及本硕（博）连续读学生、直博生中，已获得本科学历的学生；职教组面向职教本科三、四年级学生和高职（专科）二、三年级学生。

三、参赛材料要求

（一）所有选手在国赛平台（zgs.chsi.com.cn）报名并提交以下材料：

- 1.求职简历（PDF 格式）。
- 2.求职综合展示（PPT 格式，不超过 50MB）。

3.辅助证明材料，包括实践、实习、获奖等证明材料（PDF格式，整合为单个文件，不超过10MB）。

（二）晋级省复赛选手在省赛平台提交以下材料：

1.提交至国赛平台的求职简历、求职综合展示、辅助证明材料。

2.选手主题陈述视频6分钟，MP4格式，图像清晰稳定，声音清楚，分辨率720P，文件大小不超过500MB。

四、比赛环节

就业赛道设主题陈述、综合面试、天降offer（录用意向）环节。各环节根据实际情况可适当调整。

（一）主题陈述（6分钟）：选手结合求职综合展示PPT，陈述个人求职意向和职业准备情况。

（二）综合面试（6分钟）：评委提出真实工作场景中可能遇到的问题，选手提出解决方案；评委结合选手陈述自由提问。

（三）天降offer（1分钟）：用人单位根据选手表现，决定是否给出录用意向。

五、评审标准

指标	说明	分值
职业目标	能够结合就业市场需求和个人所学专业、能力及兴趣等特点，合理设定职业目标	10
	深入调研并准确把握目标职业的任职要求、工作内容、业务流程和发展路径等	
岗位胜任能力	具备目标岗位所需综合素质，如逻辑思维、沟通表达、团队协作、数字素养等，具有职业使命感和敬业奉献的职业精神	40

	具备目标岗位所需专业知识和技能，有相关实习实践经历，具备解决实际问题的专业能力	40
发展潜力	具备持续学习能力、创新精神和应对不确定性挑战的能力，能适应未来职业发展要求和就业市场的变化	10
总分		100

全国大学生职业规划大赛辽宁省赛校赛工作 实施细则（试行）

为规范全国大学生职业规划大赛辽宁省赛校赛组织管理，进一步扩大赛事覆盖面、提升学生参赛率、增强赛事育人实效，根据《全国大学生职业规划大赛校赛省赛工作规范》，结合辽宁实际，制定本实施细则，请参照执行。

一、优化办赛机制

1.责任主体。省教育厅是省赛主办单位，设立组织委员会（简称“组委会”），统筹省赛组织实施，对省内各高校校赛进行指导、监督与效果评估；组委会办公室设在省教育厅高校毕业生就业工作部门，负责赛事的具体执行。各高校是本校校赛主办单位，由高校就业工作部门牵头，统筹相关部门、二级院系力量，做好本校校赛组织与管理工作。

2.承办制度。省赛主办单位对申请承办省赛的高校开展综合评估，择优确定承办高校。鼓励省内高校轮流承办省赛，原则上同一高校不得连续承办三届省赛。承办高校须落实人员、场地保障，严格按照组委会统一部署开展工作，接受省赛纪律与监督机构全程监督。

3.办赛导向。重视校赛基础作用，强化育人导向。积极举办

班级赛、院系赛，实现二级院系赛事全覆盖、班级初赛全覆盖；广泛发动专业课教师、就业指导教师、行业企业导师等参与校赛指导，将校赛指导工作按规定计入教育教学工作量，让更多参赛学生获得高质量的指导服务。开展全链条就业指导“五项品牌服务”，围绕赛事组织安排职业探索、规划指导、模拟招聘、实习见习、榜样引领等系列活动，结合辽宁产业发展、就业实际举办校本化、多元化生涯教育和促就业活动，将赛事融入生涯教育与就业指导课程、主题班会及实习实践各环节，通过宣传动员、赛课融合和指导服务吸引学生主动参赛，提升促就业实效。破除“唯奖项”倾向，禁止简单将获奖与学生综合评价、推荐免试研究生、免试专升本、教师职称评聘直接挂钩。不鼓励重金奖励获奖选手和指导教师。坚持节俭高效廉洁办赛，合理控制办赛经费成本，坚决杜绝铺张浪费。

二、规范赛事组织

4.方案制定。组委会科学制定省赛总体实施方案，明确赛道分组、赛程、名额分配、评审规则、奖项设置等，赛前向全省高校公开发布。各高校须结合本校实际制定本学校校赛实施方案，明确比赛流程、评审标准、时间节点、奖项设置等，赛前在校内公开发布并报省赛组委会备案。

5.规则执行。严格执行赛事规则和各项规定，比赛结束后及时公示比赛成绩、获奖名单。严禁以“内部集训”“定向培优”等形式替代正式比赛，不得向院系、班级摊派参赛指标，不得强制

学生参赛。

6.参赛审核。严格审核选手参赛资格和提交材料，确保符合赛事规定、内容真实有效，坚决杜绝弄虚作假。经校赛遴选，推荐报送至省赛的选手名单及全部参赛材料，须由选手所在高校加盖学校公章确认。经省赛遴选，推荐报送全国总决赛的选手名单须经省教育厅盖章确认，参赛材料须由选手所在高校盖章确认。资格审核发现材料造假、身份不符等问题，直接取消选手参赛资格，高校要做好记录归档。

7.专家管理。明确专家遴选标准，严格开展专家资格审核，严格落实回避要求。专家主要包含高校就业指导教师、专业课教师、企事业单位人力资源负责人、行业技术骨干等。加强专家培训，提升评审专业能力，签订承诺书，规范评审行为，明确保密责任。做好专家监管，对存在徇私舞弊、借机牟利、私自泄露专家身份及评审细节等违规行为的，一经查实，依规永久取消专家资格。

8.企业参与。广泛发动行业企业参与赛事，鼓励设置企业心选团，面向参赛选手提供优质实习岗位与就业机会，搭建人才供需对接平台。不得委托第三方商业机构承办赛事，严禁教育培训类企业参与评审、企业心选团等相关工作。

三、加强赛事监督

9.明确职责。组委会设立省赛纪律与监督委员会，负责省赛纪律监督工作，对高校校赛开展抽查督导，对校赛组织不规范问

题下发整改提示，督促落实整改；接到对校赛的申诉和异议后转交、督促高校及时处理。各高校成立校赛纪律与监督机构，负责本校赛事纪律监督工作，及时处理省教育厅转来的校赛申诉和异议。

10.过程监管。校赛省赛纪律与监督机构依规对选手抽签、现场比赛、成绩评判与结果发布等环节实施全过程监督。比赛期间及时纠正违规问题，在必要范围内公布监督举报方式，受理并处理申诉和异议。赛事结束后，完整归档监督工作记录、申诉举报材料、问题处置结果，做好材料留存备查。

11.制定细则。各高校要结合本校实际，参照制定本学校校赛具体可行的实施细则，明确班级、院系、校级三个层级赛事的组织流程、评审标准、监督机制等内容，确保大赛各项工作要求落实落细。

本实施细则适用于全国大学生职业规划大赛辽宁省赛，辽宁省普通本科高校、职教本科、高职（专科）院校开展的大学生职业规划大赛校赛全流程工作，自印发之日起执行，由辽宁省教育厅负责解释。

附件 4

高校赛事牵头组织部门人员报名回执

填报高校（盖章）：_____ 填报人：

联系电话：_____

赛事牵头组 织部门		是否校级就业工 作部门				
牵头部门工作人员信息						
序 号	人员类别	姓名	职务	手机号码	微信号	备注
1	牵头部门 负责人					
2	校级 联络员					