

西北工业大学 党委学生工作部 学 生 处 (通知)

学字〔2019〕13号

关于举办西北工业大学第七届“飞鲨杯” 大学生职业生涯规划大赛的通知

各学院：

为了更好的激发和培养学生的职业规划意识，引导学生树立正确的就业观、成才观，帮助学生高效、科学的规划好在校学习与生活，积极挖掘就业潜力，明确认知个体在社会竞争大环境下的就业能力水平，为未来职业生涯发展奠定坚实基础，按照《关于举办大学生职业生涯规划大赛通知》（校学字[2009]165号）文件精神，在总结我校前六届大学生职业生涯规划大赛的基础上，特举办西北工业大学第七届“飞鲨杯”大学生职业生涯规划大赛，现将有关事项通知如下：

一、大赛主题

拼搏·超越·蝶变

二、组织机构

（一）指导单位：陕西省教育厅

(二) 主办单位: 党委学生工作部、学生处

(三) 承办单位: 航海学院、力学与土木建筑学院、管理学院、筑梦职协

(四) 支持单位: 航空工业沈阳飞机设计研究所

三、参赛对象

西北工业大学全日制在校本科生、研究生

四、特邀嘉宾

特别邀请 5 位优秀的企业人力资源专家, 担任参赛选手的“训练营导师”, 让参赛学生在训练中启迪, 在实践中成长, 在合作中共赢。

五、大赛官方宣传及发布平台

大赛官方宣传网站为就业信息网(job.nwpu.edu.cn), 官方微信为西工大就业。

六、赛程安排

(一) 宣传报名阶段: 4 月 10 日—4 月 23 日

由各学院负责宣传动员及学生报名工作, 具体可在所属学院辅导员处填表报名。4 月 19 日, 大赛组委会汇总报名信息并反馈各学院确认。学生接受赛前培训。

(二) 初赛阶段: 4 月 24 日—5 月 4 日

学生撰写并提交生涯规划书。

(三) 训练营导师指导

分为 5 组训练营, 经老师指导, 组内评选打分, 每组甄选 5 名进入复赛。

（四）复赛阶段：5月16日

现场用PPT作自我展示（6分钟），并回答评委提问（2分钟）。
最终，按照导师组划分，每组选拔出2名学生进入总决赛。

（五）决赛阶段：5月17日—5月26日

经过培训指导后，决赛现场用PPT作自我展示（8分钟），并回答评委提问（2分钟）。

七、奖项设置

比赛设：

特等奖1名，奖励价值10000元筑梦基金，并颁发证书；

一等奖2名，奖励价值5000元筑梦基金，并颁发证书；

二等奖3名，奖励价值2000元筑梦基金，并颁发证书；

三等奖4名，奖励价值1000元筑梦基金，并颁发证书；

优秀奖15名，由学生就业创业指导服务中心提供职场技能提升培训，并颁发证书。

对于进入决赛的同学，沈阳飞机设计研究所（601所）可向其提供实践、实习机会，学校在其毕业时将优先向用人单位推荐就业。

八、大赛会务组联系人及联系方式

朱莉、韩利娜，88430705，办公地点：长安校区启真楼302

李元晟，88494920，办公地点：航海学院2楼215办公室

侯恬，88431004，办公地点：长安校区力学与土木建筑学院楼246室

张淞，88431791，办公地点：长安校区管理学院221

附件：

- 1、西北工业大学第七届“飞鲨杯”大学生职业生涯规划大赛组委会名单
- 2、西北工业大学第七届“飞鲨杯”大学生职业生涯规划大赛日程安排
- 3、西北工业大学第七届“飞鲨杯”大学生职业生涯规划大赛报名表
- 4、《个人职业生涯规划书》说明
- 5、参赛作品评分细则及现场展示评分细则



附件 1:

大赛组委会名单

顾问:

航空工业沈阳飞机设计研究所党委书记	奚继兴
-------------------	-----

西北工业大学校党委常委、副校长	万小鹏
-----------------	-----

主任:

航空工业沈阳飞机设计研究所人力资源部部长	宁永前
----------------------	-----

西北工业大学学生处副处长	王 莉
--------------	-----

西北工业大学航海学院党委副书记	王彦革
-----------------	-----

西北工业大学力学与土木建筑学院党委副书记	王凡华
----------------------	-----

西北工业大学管理学院党委副书记	曹子尧
-----------------	-----

训练营导师:

陕西千山航空电子有限责任公司人力资源部副部长	贾鹏程
------------------------	-----

航空工业自控所西安飞行自动控制研究所招聘主管	王 博
------------------------	-----

华为西安研究所人力资源经理	姜鹏飞
---------------	-----

浙商银行股份有限公司西安分行招聘主管	张 宁
--------------------	-----

智联招聘校园及国际业务事业部西北校园负责人	董德北
-----------------------	-----

校内指导老师:

朱莉、李慧、韩利娜

附件 2:

大赛具体日程安排

环节	内容	时间
学生报名受训	学生报名并接受职业生涯规划书撰写培训	4.23 前
提交规划书	学生撰写并提交规划书	5.4 前
训练营 ¹	由企业导师和校内导师组成五组训练营，分别与各组学生进行职业生涯规划指导、意向职业探索等。	5.5-5.15
复赛	各组从指导的学生中选拔 5 名学生参加复赛，最终每组学生中产生 2 名选手参加总决赛。 复赛项目：个人《职业生涯规划书》 ² （文本）及职业规划陈述展示（结合 ppt，6min）	5.16
对总决赛选手指导	各组对麾下的 2 名总决赛选手进行指导，要求总决赛选手录制其意向职业典型一天的视频	5.17-5.20
总决赛	参赛项目：个人视频（1min）及职业规划陈述展示（结合 ppt，8min）+典型的工作一天 ³ （4min）展示	5.21

1. 训练营：围绕学生对意向行业、企业、职业的职业生涯规划，以及预赛和决赛的要求，助力学生规划出切实、可行的职业生涯发展。

2. 《职业生涯规划书》：参赛选手须以本人的职业规划为主题，对自我和外部环境进行全面分析，提出自己的职业目标、发展路径和行动计划。参赛作品应涵盖自我认知、职业认知、职业目标与路径设计、规划与实施计划、评估、备选方案等内容，适当运用人才测评等分析、决策工具及丰富的事实论据，对职业规划过程详尽阐述。

参赛选手提交的参赛作品包括《个人职业生涯规划书》和《意向职业典型一天的视频》

附件 3：

西北工业大学第七届“飞鲨杯”大学生职业生涯规划大赛报名表

学院					
联系人	姓名			联系方式	
参赛选手信息	姓名	性别	班级	联系电话	事迹简介
学院 审批	签章： 年 月 日				

附件 4:

《个人职业生涯规划书》说明

一、内容要求

参赛作品须以参赛选手本人的职业规划为主题，对自我和外部环境进行全面分析，提出自己的职业目标、发展路径和行动计划。

参赛作品应涵盖自我认知、职业认知、职业目标与路径设计、规划与实施计划、评估、备选方案等内容，适当运用测评等分析、决策工具及丰富的事实论据，对职业规划过程详尽阐述。

生涯测评系统登陆方式：我校就业信息网>就业指导>职业生涯规划。

参赛作品不得违反有关法律、法规以及公认的道德规范，不得侵犯他人知识产权，不得剽窃、抄袭他人作品。

二、作品形式及规格

《个人职业生涯规划书》必须有扉页，扉页填写参赛者的真实姓名、性别、学院、班级、学号、指导教师（限 1 人）、联系电话、手机、电子邮件地址。使用 A4 纸打印装订，黑白、彩色均可，不提倡对参赛作品进行豪华包装。

《个人职业生涯规划书》电子版必须为 Microsoft Word2003 格式（*.doc 文件），文件大小不超过 20Mb。

附件 5:

参赛作品评分细则

参赛作品 (10 分)	完整性 3 分	作品内容要求真实、完整，分析透彻，主要包括自我认知、职业认知、职业目标、实施路径、评估调整等方面。创业类作品要有完整的项目计划方案。
	科学性 2.5 分	要基本体现人职匹配的思路，目标确定和路径设计要符合自身和外部环境实际，不主观臆想，科学合理。
	操作性 2 分	作品要求思维缜密，目标明确，分析有深度，可操作性强，要有一定的分阶段目标，尤其是近期(大学至毕业后五年)目标规划，分析要具有说服力。
	逻辑性 1.5 分	作品逻辑清晰、组织合理，准确把握职业规划设计的核心和关键。
	创新性 1 分	创意新颖，充分体现个性而不落俗套，文如其人。充分展示当代大学生朝气蓬勃的精神风貌。

现场展示评分细则

现场展示 (60分)	表达的完整性 10分	能够准确表达作品内容，准确把握职业规划设计的核心和关键。
	自我表达力 20分	选手必须脱稿陈述，普通话要标准清晰，语言流畅，语速适中，表达简洁。
	表达的生动性 20分	表现力强，有感染力，控场灵活有效，能够调动观众气氛，现场互动效果优良。
	仪态 10分	着装得体，仪态端庄、大方。
现场答辩 (20分)	准确性 10分	准确回答专家所提出的问题，内容完整。
	条理性 10分	逻辑清晰，思路敏捷，语言组织能力强。
职场情景剧 (20分)	内容新颖 情节合理 (20分)	紧扣主题，不偏题，思路清晰，对问题有独到的解决方法，并能清楚地表现出来。 团队配合默契、场面井然有序