

# 福建省教育厅文件

闽教学〔2022〕31号

---

## 福建省教育厅关于举办第十五届福建省 大学生职业规划大赛的通知

各普通高等学校：

为贯彻落实全国高校毕业生就业创业工作视频会议精神和《教育部关于做好2022届全国普通高校毕业生就业创业工作的通知》（教学〔2021〕5号）要求，加强职业生涯规划教育与实践，提高大学生职业素养和能力，促进高校毕业生充分高质量就业，经研究，决定举办第十五届福建省大学生职业规划大赛，由泉州职业技术大学承办、福建省高校毕业生就业创业促进会协办。现将有关事项通知如下：

### 一、参赛对象

参赛选手须为福建省普通高校全日制本、专科在校生，大赛设本科组和高职组，本科院校的专科生参加高职组。

## 二、大赛方式

由高校组织校级比赛，我厅组织书面作品省级网络评审和现场总决赛。

## 三、赛事时间安排

(一) 各高校组织动员学生报名，9月20至27日，参赛人员登录“福建24365大学生就业创业服务平台”(网址为<https://24365.fj.smartedu.cn>)，按照报名系统要求填写相关资料并提交参赛作品，每件作品的指导老师限1人。

(二) 各高校指定赛事负责人，于9月19至23日登录大赛平台，点击“申请成为校级管理员”，平台审核通过后，9月28日前，遴选推荐本校1-2件作品参加省赛作品书面预审。

(三) 书面作品网络评审。我厅组织专家对各高校推荐的职业规划作品进行网络评审，以参赛者《个人职业生涯规划书》为主要评选内容，个人人才测评情况、简历作为辅助评选内容；以思想性、创新性、真实性为主要评比标准，淡化文学性、艺术性。入选作品要求步骤完整、表述清楚、分析到位、目标明确、层次分明、措施具体可行，拟遴选70件优秀作品进入全省现场决赛。

(四) 现场总决赛(具体时间另行通知)。晋级选手按抽签顺序依次上台进行现场展示及答辩。展示环节5分钟(4分钟时提醒，展示时间到即停止陈述演示)，陈述(PPT辅助)展示个人规划作品；答辩环节3分钟，包括评委提问、选手应答。评

委现场打分，依评审规则确定成绩。

#### 四、奖项设置

(一) 参赛选手奖项：设置一等奖、二等奖、三等奖和优秀奖等若干名。其余均颁发参赛纪念证书。

(二) 优秀组织奖：若干个。

(三) 优秀指导教师奖：若干个。

获奖个人、单位获奖证书和参赛纪念证书由我厅颁发。

#### 五、参赛作品要求

(一) 参赛者结合个人实际与社会需求，从专业、职业、就业等方面设计个人职业规划参赛作品。参赛者必须是参赛作品的原创作者，如发现参赛作品有抄袭、盗用或不符合规定及侵犯知识产权的，即取消参赛及获奖资格。

(二) 参赛作品要求（包含但不限于以下内容）

1. 作品内容包括自我认知定位、环境分析、短长期职业生  
涯目标设定和职业生涯人物访谈报告，以及实施行动计划制定、  
评估和反馈等。

2. 作品内容完整、简明清晰，版面简洁美观，创意新颖，  
既体现个性特点，又展现新时代大学生风采和崭新职业形象。

3. 参赛作品须有扉页，扉页填写参赛者的真实姓名、性别、  
所在高校、院系、专业、年级、联系电话和指导老师（限1人）  
姓名及其联系方式等相关信息。

4. 参赛作品需提交《个人职业生涯规划书》pdf（\*.pdf文  
件）和PPT（\*.ppt文件）。

#### 六、其他相关要求

(一) 各高校要结合实际，积极组织举办校级比赛，开展内容丰富、形式多样的职业生涯规划教育活动。

(二) 汇总推荐参加省赛选手的信息，填写《第十五届福建省大学生职业规划大赛作品申报表》(见附件3)，提交 word 电子版和盖章后的扫描件到“福建 24365 大学生就业创业服务平台”，同时发送我厅学生工作处邮箱：jytxsc@126.com。

(三) 本次大赛不收报名参赛等费用，参加全省决赛的选手和带队指导教师的交通费、住宿费由所在高校承担。

(四) 大赛联系方式

1. 省教育厅学生工作处：陈振，电话：0591-87091321、87844868 (传真)，邮箱：jytxsc@126.com。

2. 大赛平台咨询：

龚老师 电话：18120967669

张老师 电话：13696886556

3. 大赛工作 QQ 群：1153147219。请参赛高校指定 1 名工作人员加入该群，便于赛事工作沟通及交流。

- 附件：1. 第十五届福建省大学生职业规划大赛评分标准  
2. 福建省大学生职业规划大赛平台操作说明  
3. 第十五届福建省大学生职业规划大赛参赛申报表

(此件主动公开)



附件 1

第十五届福建省大学生职业规划大赛  
决赛评分标准

决赛第一阶段:《个人职业生涯规划书》评审(占总决赛成绩 50%)

评分要点	具体描述
自我探索 (25%)	1. 全面梳理个人成长经历,并从中分析个人特质,挖掘个人生命主题。
	2. 深入分析家庭与环境资源对个人的影响,并与个人选择相联系。
	3. 充分探索学校资源,结合个人实践经历,从中探索未来发展方向。
	4. 能结合科学测评工具,进一步认识自我。测评解读正确到位,有充分的事例验证。
	5. 正确运用职业自我四维模型(兴趣、性格、能力、价值观)分析个人特质与职业选择的联系。
	6. 通过个人反思、科学测评、他人评价、实践探索等多种方法探索自我,对自我的认识全面深入。
	7. 自我探索后的职业方向应包含多种可能性和发展方向。
职业探索 (25%)	1. 了解社会的整体就业趋势,了解当前大学生的就业状况。

	2. 对目标职业所处行业现状、前景及行业就业需求了解清晰。
	3. 熟悉目标职业的工作内容、工作环境、典型生活方式，了解目标职业的待遇、回馈及未来发展。
	4. 对目标职位的进入途径、胜任标准了解清晰，深入了解目标职业对生活的影响。
	5. 调查 1-3 个可能选择的职业，包含首选职业与备选职业，清楚不同职业的优势与挑战。
	6. 在探索过程中应用到文献检索、访谈、见习、实习等多种方法。
职业决策 (15%)	1. 职业目标决策要紧密结合自我探索与职业探索结果，分析个人优劣势及面临的机会和挑战，职业目标的选择过程阐述详尽，合乎逻辑。
	2. 首选职业目标制定要符合实际、可执行、可实现。
	3. 备选目标职业发展路径与首选目标发展路径要有一定相关性。
	4. 能够正确运用评估理论和决策模型做出决策。
计划路径 (15%)	1. 行动计划对保持个人优势、加强不足、提升竞争力有针对性、可操作性。
	2. 近期计划详尽清晰、可操作性强，中期计划清晰并具有灵活性，长期计划具有方向性。
	3. 职业发展路径充分考虑进入途径、胜任标准等探索

	结果，符合逻辑和现实，具有可操作性和竞争力。
评估调整 (10%)	1. 对行动计划和职业目标设定评估方案，如要达到什么标准，评估的要素是什么。
	2. 能够对行动计划实施过程和风险做出评估，并制定切实可行的调整方案。
	3. 调整方案的制定充分根据个人与环境的评估进行分析确定，充分考虑首选目标与备选目标间的联系和差异，具有可操作性。
作品撰写 (10%)	1. 内容完整，对自我和外部环境分析全面，提出自己的职业目标、发展路径和行动计划。
	2. 思路清晰、逻辑合理，能准确把握职业规划设计的核心与关键。
	3. 格式清晰，图文并茂，文字流畅。

### 决赛第二阶段：现场自我展示及答辩（占总决赛成绩 50%）

评分要素	评分要点	具体描述
PPT 展示 (70%)	作品陈述 (15%)	1. 内容完整，对自我和外部环境分析全面，提出自己的职业目标、发展路径和行动计划。
		2. 思路清晰、逻辑合理，能准确把握职业规划设计的核心与关键。

	整体逻辑 (15%)	展示内容前后逻辑紧密，环节紧凑，设计合理。答辩内容与展示内容具有整体一致性，条理清晰，结论明确。
	时间把控 (10%)	在规定时间内完成陈述回答评委提问，无拖延时间行为。
	PPT 内容 (15%)	PPT 设计简洁大方，重点突出，简明扼要，能够精确提炼职业规划项目要点。
	语言表达 (15%)	语言运用准确、简洁、流畅而富有逻辑的严密性。 表达具有说服力和感染力。语速适中，重点突出。
现场答辩 (30%)	回答内容 (15%)	回答内容准确、精炼，重点突出、切合题意
		回答内容真实可信，运用事实论据，论述有说服力。
		答题过程条理清晰，层次分明，结论明确。
	回答能力 (15%)	能正确理解评委提问，作出有针对性的回答。 应变能力强，能够灵活的、创造性的作答。 答题过程流畅、无明显停顿。



## 附件 2

# 福建省大学生职业规划大赛平台操作说明

### 【学生注册流程】

- 1、进入“福建 24365 大学生就业创业服务平台”（网址为 <https://24365.fj.smartedu.cn>）；
- 2、选择【第十五届福建省大学生职业规划大赛】进入报名；
- 3、请点击大赛通道中的【参赛团队注册/登录】进行【注册】；
- 4、注册完后，选择【参赛团队】登录，完善个人信息；
- 5、等待本校赛事管理员授权提交省赛项目；
- 6、授权通过后点击【提交省级项目】，按照大赛要求进行提交项目；
- 7、提交完成后，可以通过【我的项目】菜单查看项目审核情况。

### 【学校赛事管理员注册流程】

- 1、进入“福建 24365 大学生就业创业服务平台”（网址为 <https://24365.fj.smartedu.cn>）；
- 2、选择【第十五届福建省大学生职业规划大赛】进行申请；
- 3、请点击大赛通道中【申请成为校级管理员】选择赛事填写信息进行提交申请；
- 4、等待省管理员审核后，查收包含管理员账号密码的手机短信；
- 5、选择【管理员快速登录】，输入短信中的校级管理员账号密码进行登录；
- 6、选择【授权/报送】-【报送管理】，输入学生手机号进行授权，已授权的学生可以提交省赛项目；

- 7、待学生登录平台提交省赛项目后，在【授权/报送】-【报送管理】进行【审核】并【报送】;
- 8、校管理员可以在【材料管理】-【材料提交】中完成“第十四届福建省大学生职业规划大赛作品申报表”。

附件 3:

## 第十五届福建省大学生职业规划大赛参赛申报表

高校名称: \_\_\_\_\_ (盖章)

填表时间: 2022 年\_\_月\_\_日

序号	参赛作品名称	姓名	身份证号	性别	年 级	院系	专业	联系电 话	电子邮 箱	指导老 师
1										
2										

填报人: \_\_\_\_\_ 所在部门: \_\_\_\_\_ 联系电话: \_\_\_\_\_

---

抄送：教育部高校学生司，省人社厅

---

福建省教育厅办公室

2022年9月15日印发

---