附件1

**食品学院第二届“规划自我，赢取未来”**

**职业生涯规划大赛（成长赛道）选拔方案**

**一、参赛对象**

成长赛道参赛对象为各学院中低年级（本科一、二、三年级）在校学生。

**二、参赛材料要求**

（一）生涯发展报告：介绍职业发展规划、实现职业目标的具体行动和成果（PDF格式，文字不超过1500字，如有图表不超过5张）。

（二）生涯发展展示（PPT格式，不超过50MB；可加入视频）。

**三、比赛环节**

成长赛道设主题陈述、评委提问环节。

（一）主题陈述（5分钟）：选手结合生涯发展报告进行陈述和展示。

（二）评委提问（3分钟）：评委结合选手陈述和现场表现进行提问。

**四、评审标准**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **指标** | **说明** | **分值** |
| 职业  目标 | 1.职业目标体现积极正向的价值追求，能够将个人理想与国家 需要、经济社会发展相结合 | 30 |
| 2.职业目标匹配个人价值观、能力优势、兴趣特点 |
| 3.准确认识目标职业在专业知识、通用素质、就业能力等方面的要求，科学分析个人现实情况与目标要求的差距，制定合理可行的计划 |
| 行动  成果 | 1.成长行动符合目标职业在通用素质、就业能力、职业道德等 方面的要求 | 40 |
| 2.成长行动对弥补个人不足的针对性较强 |
| 3.能够将专业知识应用于成长实践，提高通用素质和就业能力 |
| 4.成长行动内容丰富，取得阶段性成果 |
| 目标  契合度 | 1. 行动成果与职业目标的契合程度 | 30 |
| 2.总结成长行动中存在的不足和原因，对成长计划进行自我评 估和动态调整。 |