附件1

# **评分参考标准**

一、书面作品（40分）

《个人职业生涯规划书》主要包括自我认知、职业认知、职业决策、计划与路径、评估与调整、职业道德等6个方面，选手可根据自身情况个性化完善。作品以近期目标规划为主，即大学期间和毕业后5年内的职业生涯规划。

1. 职业规划设计的完整性。作品内容要求真实、完整，分析透彻,运用职业生涯规划相关知识理论，结合自身，合理运用相关测评工具，客观准确地规划职业生涯。
2. 职业规划设计的科学性。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，正确处理职业生涯规划与测评工具的关系，避免主观臆想。
3. 职业规划设计的操作性。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。

1. 职业规划设计的逻辑性。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。
2. 职业规划设计的创新性。创意新颖，充分体现个性而不落俗套,充分展示当代大学生朝气蓬勃的精神风貌。

二、PPT制作及展示（40分）

1. PPT制作。PPT制作美观，条理清晰。
2. 表达的完整性。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。
3. 自我表达力。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。
4. 表达生动性。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。
5. 仪态。着装得体，仪态端庄、大方、美观。

三、现场答辩（20分）

1. 准确性。准确回答专家所提出的问题，内容完整。
2. 条理性。逻辑清晰，语言组织能力强。
3. 把控性。思路敏捷，现场把控能力强。