附件2

职业规划书评分表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分项目** | **评分要点** | **满分值** | **要求描述** | **细分值** | **选手得分** |
| 作品撰写 | 结构与行文 | 6 | 1.结构完整，包含职业生涯规划五大步骤内容 | 2 |  |
| 2.思路清晰，逻辑严谨，围绕个人职业困惑进行有针对性的分析和规划。 | 2 |  |
| 3.格式清晰，段落分明，行文流畅，语句通顺，结论突出。 | 2 |  |
| 作品内容 | 自我认知 | 9 | 1.自我分析全面、客观，从职业个性、兴趣、能力、价值观等方面清晰地认识自我。 | 3 |  |
| 2.善于合理、有效运用各种正式和非正式测评工具。 | 3 |  |
| 3.能利用个人成长经历或处事方式，对测评结果进行佐证或澄清，分析总结自我再职业发展中的影响。 | 3 |  |
| 职业认知 | 9 | 1.外部环境（社会、经济、学校、家庭等）分析准确、全面。 | 3 |  |
| 2.高度概括职业探索方法与结果，简洁精炼，重点突出。 | 3 |  |
| 3.《职业探索报告》采用多种方法收集信息，准确把握与目标职业相关的关键要素。 | 3 |  |
| 目标确立 | 7 | 1.正确运用评估理论和决策模型作出职业方向选择（如升学、就业、创业等）。 | 2 |  |
| 2.对照自我认知和职业认知的结果，合理阐述职业目标的选择过程，逻辑清晰。 | 2 |  |
| 3.职业目标实现路径能结合个人实际情况，分析透彻，具有较强的可操作性。 | 3 |  |
| 计划实施 | 8 | 1.运用科学的方法指导计划的制定、实施、管理与评估。 | 2 |  |
| 2.职业素质与能力培养与目标职业要求相一致，思路清晰，针对性强，重点突出。 | 2 |  |
| 3.学生生涯计划详尽清晰、可操作性强，平衡专业学习与社会实践，注重资源积累。 | 2 |  |
| 4.中期计划清晰并具有灵活性；长期计划具有方向性。 | 2 |  |
| 反馈修正 | 6 | 1.自我监控、评估手段科学合理。 | 2 |  |
| 2.风险控制或危机应对措施明确。 | 2 |  |
| 3.备选方案思路清晰，分析严谨，关联性强，可行性高。 | 2 |  |
|  | 合计 | 45 |  | 得分： |

 评为签字： 年 月 日

## 个人展示视频评分表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **总分值** | **评分内容** | **细分项** | **选手得分** |
| 展示主题 | 与自身职业规划主题有关 | 40 | 1.个人展示的内容紧扣自身规划的职业 | 10 |  |
| 2.个人展示内容对职业规划能力提升有促进作用 | 10 |  |
| 3.个人展示的内容彰显正能量，体现积极向上的价值观 | 10 |  |
| 4.个人展示中能反应良好的职业形象和职业素养 | 10 |  |
| 整体表现 | 表现力 | 5 | 现场表现力和感染力 | 5 |  |
| 合计 | 45分 |  | 得分： |

评委签字： 年 月 日

说明：1.横向拍摄，画面稳定、剪辑流畅、画质良好，时长

3分钟内；

2.视频展示自身职业规划、职业形象、职业素养。

## 个人才艺展示评分表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **总分值** | **评分内容** | **细分项** | **选手得分** |
| 现场表现 | 表现力 | 15 | 1.才艺展示的内容的积极向上 | 5 |  |
| 2.才艺展示中能反应良好的精神风貌 | 5 |  |
| 3.才艺展示富有现场表现力和感染力 | 5 |  |
| 合计 | 15分 |  | 得分： |

说明：1.选手进行才艺展示，形式不限，主要展现选手朝气蓬勃的精神面貌，以及职场新人的形象；

2.时长3分钟内。

现场路演评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **具体描述** | **分值** | **选手得分** |
| 现场路演 | 路演内容 | 1.对职业规划的自我探索、职业探索、决策应对等环节的要素及分析过程陈述完整全面 | 2.5 |  |
|
| 2.在陈述中能够正确理解、引用、应用职业规划基础理论及各项辅助工具 | 2.5 |
|
| 3.对各项探索分析过程及规划结果表述准确，与职业规划设计作品内容吻合 | 2.5 |
|
| 4.PPT设计精巧，重点突出，简明扼要，能够精确提炼职业规划设计作品要点 | 2.5 |
|
| 路演过程 | 1.整体设计合理，环节紧凑，调理清晰，层次分明，结论明确 | 2 |  |
|
| 2.详略得当，重点突出，人职匹配、职业路径论述充分 | 2 |
|
| 3. 思路清晰，逻辑性强 | 2 |
|
| 4. 表达自然、流畅、无明显停顿，语句通顺，措辞恰当，语言组织畅达 | 2 |
|
| 5.讲普通话，声音洪亮，口齿清晰，语速语调适中 | 2 |
|
| 6. 富于激情，善于引导现场观众，肢体语言恰当、丰富，能够感染他人 | 2 |
|
| 基本素养 | 1.衣着发型整齐、大方、朴素、得体 | 2 |  |
|
| 2. 仪表端庄稳重， 坐立行为大方、自然，表情丰富真诚， 有良好基本素养的个人气质 | 2 |
|
| 3. 言之有礼，情操高尚，谈吐文雅，富于思想内涵 | 2 |
|
| 4.精神饱满，有信心，有独立见解，能充分展现大学生朝气蓬勃的精神风貌和职场新人的职业形象 | 2 |
|
| 即时效果 | 1. 按时完成主题陈述 | 5 |  |
|
| 2. 现场观众注意力集中，情绪高亢 | 5 |
|
| 个人特色 | 1.在职业规划和主题陈述中具有创造性 | 5 |
|
| 2. 特长特点鲜明 | 5 |
|
| 合计 | 50分 |  | 得分： |
|

说明：参赛选手通过PPT展示，对职业生涯规划进行现场路演，时长3分钟。

选手互动点评的评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **具体描述** | **细项分值** | **选手得分** |
|
| 互动点评 | 分析和点评6分 | 1.语言组织具有逻辑性 | 2 |  |
|
| 2.点评全面透彻、观点清晰、角度新颖 | 2 |
|
| 3.答题过程流畅、无明显停顿、语句通顺、措辞恰当、语言精炼 | 2 |
|
| 倾听能力4分 | 1.点评区别于辩论和吵架，存在求同存异，能耐心倾听别人意见 | 2 |  |
|
| 2.相互尊重，在别人发言时不强行插嘴 | 2 |
|
| 回应能力5分 | 1.根据别人意见，不断完善自己观点 | 2 |  |
|
| 2.阐述自己观点，列举充分理由说服他人赞同并支持自己观点 | 2 |
|
| 3.不过于固执，关注点评形势 | 1 |
|
| 合计 | 15分 |  | 得分： |
|

说明：根据才艺展示和现场路演的情况，以结构化小组面试中的互相点评和回应的模式，依次进行。每人点评发言和回应发言的时间，各控制在2分钟内。

评委提问

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评分要素** | **评分要点** | **具体描述** | **细项分值** | **选手得分** |
| 回答问题 | 应答能力 | 1.能正确理解评委提问，作出有针对性的回答 | 2.5 |  |
| 2.在评委提出问题后马上作出反馈，及时作出回答 | 2.5 |
| 3.答题过程流畅，无明显停顿，语句通顺，措辞恰当，语言精炼 | 2.5 |
| 4.应变能力强，能够灵活的，创造性的应用职业规划知识作答 | 2.5 |
| 回答内容 | 1.回答内容切合题意 | 2.5 |  |
| 2.回答过程条理清晰，层次分明，结论明确 | 2.5 |
| 3.回答内容准确精炼，重点突出，能够有针对性的就提问要点归纳阐释 | 2.5 |
| 4.回答内容真实可信，运用事实论据，论述有说服力 | 2.5 |  |
| 合计 | 20分 |  | 得分： |

说明：选手依次上台回答评委进行提问，每人控制在2分钟内。