**培训计划**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **培训主题** | **培训内容** |
| 12.20 | 上午 | 职规赛事的组织与运行 | 1.中国特色生涯教育体系下职业生涯规划大赛的新定位、新功能与新发展2.职业生涯规划大赛赛事组织与校内动员策略3.职业生涯规划大赛造星式选手选育选拔策略 |
| 指导教师的进阶与提升 | 1.职业生涯规划大赛指导的理念方法和实操技术2.职业生涯规划大赛金奖带队讲师分享备赛要点3.职业生涯规划大赛指导教师的成长进阶 |
| 下午 | 参赛作品的制作与优化 | 1.一份优质的职规作品是什么样的？2.参赛作品内容逻辑与形式设计（围绕评审要点）3.参赛作品创新点与核心优势呈现（以金奖为例） |
| 12.21 | 上午 | 优秀职规作业的生成过程（上） | 1. 寻找生命的主题（生涯建构论视角）
2. 我的多元面向（如何通过非正式评估的方法深化自我认知）
3. 如何处理自我期待和他人期待之间的关系
 |
| 下午 | 优秀职规作业的生成过程（下） | 1. 专业与职业发展
2. 外部世界探索维度及方法
3. 职业信息整合甄别与职业定位
4. 职业选择与新时代大学生的时代责任与使命
 |
| 12.22 | 上午 | 路演材料的准备与呈现 | 1.从评委视角看现场展示PPT的视觉化呈现2.从评委视角看职业VCR的拍摄与展现3.从评委视角看现场展示材料与演讲的配合 |
| 下午 | 路演答辩的训练与提升 | 1.脚本的设计（如何讲好职业故事）2.现场展示形象的设计3.演讲的技巧4.答辩的高机率问题与应对策略 |