

岳阳现代服务职业学院

关于举办“我的职业偶像”主题演讲活动的 通 知

各二级学院、全体同学：

为深入推进校园德育文化建设，引导广大学生树立正确的职业观、价值观和人生观，从行业楷模和时代先锋的奋斗经历中汲取精神力量，明确学习目标和职业规划，经研究，决定举办“我的职业偶像”主题演讲活动。现将具体事宜通知如下：

一、活动主题

“我的职业偶像”主题演讲活动

二、组织单位

信息工程学院、马克思主义（通识教育）学院

三、参赛对象

全校所有在籍学生

四、活动形式与时间安排

（一）学院初评与推荐（即日起—2025年11月15日）

组织形式：各二级学院可结合本院实际情况，通过组织院级初赛、内部评选会等多种形式进行选拔。

院级奖励：为鼓励学生广泛参与，各二级学院可根据本院初赛或评选情况，自行设立并颁发院级奖项证书（如院级一、二、三等奖或优秀奖），以资鼓励。



推荐名额：各学院在院内选拔基础上，最终择优推荐 2 名选手代表本院进入校级评选。

提交截止：请各二级学院活动负责人于 2025 年 11 月 15 日 24:00 前，将推荐选手的参赛材料统一发送至指定邮箱。

（二）校级评选（2025 年 11 月中下旬）

由主办方组织评审团，对各学院推荐的选手作品进行集中评审。评选结果将在学校官网进行公示。

五、作品要求与评选标准

参赛者需提交一份演讲视频及对应的演讲文稿。

（一）内容要求

偶像选择：偶像应为国内外各行业领域的杰出代表（如科学家、工程师、企业家、劳模、技能大师、三八红旗手等），其事迹与精神应符合主流价值观，能传递奋斗、担当、创新、奉献等积极向上的正能量。

演讲内容：需聚焦偶像的具体事迹、精神品格及其对参赛者自身的深刻影响，内容必须真实可信，杜绝虚构与夸大。演讲稿需结构清晰，逻辑连贯，字数控制在 1200 字以内。

演讲展示：要求脱稿演讲，语言清晰流畅，富有感染力与真情实感。时长严格控制在 6 分钟以内。衣着整洁，仪态端庄，展现良好的精神风貌。

（二）评选标准

评价指标	指标说明	权重
内容正向	偶像选择符合主流价值观，传递奋斗、担当、阳光等积极向上的精神风貌。	10 分

评价指标	指标说明	权重
内容正向	内容聚焦偶像的事迹、精神、品格等具体特质，真实可信，无虚构和夸大。	10 分
	文稿结构清晰，逻辑连贯，过渡自然，用词准确，无内容断层或混乱。	15 分
台风良好	语言清晰、简洁、流畅，抑扬顿挫，富有感染力，避免平铺直叙。	15 分
	衣着整洁，仪态端庄，手势恰当，表情自然，眼神与听众有交流，不做作。	15 分
	能够通过语气语调的变化传递真情实感，引发听众共鸣，避免“念稿式”生硬表达。	15 分
自我激励	对偶像有客观全面的认识，对如何学习偶像有自己的独到见解，体现对自身成长的正向激励。	10 分
视频流畅	画面清晰，播放流畅，MP4 格式，16:9 全画幅横版，分辨率不低于 1080P。	10 分

（三）格式与提交规范

1.演讲文稿格式要求

一级标题：黑体三号，首行缩进 2 字符，行距：固定值 28 磅，不加粗。

二级标题：楷体_GB2312 三号，首行缩进 2 字符，行距：固定值 28 磅，加粗。

三级标题：仿宋_GB2312 三号，首行缩进 2 字符，行距：固定值 28 磅，加粗。

正文：仿宋 GB2312 三号，首行缩进 2 字符，行距：固定值 28 磅，不加粗。



西文字体：Times New Roman。

文件命名：个人姓名+文稿标题（例如：张三+追寻“鸿蒙”的脚步）。

2.演讲视频格式要求

画质比例：格式为MP4，分辨率不低于1920*1080P，横屏16:9拍摄。

文件命名：个人姓名+文稿标题（与文稿名称一致）。

3.提交方式

各学院将推荐选手的《“我的职业偶像”演讲活动推荐表》（附件1）、演讲文稿、演讲视频统一压缩为一个压缩包发送至指定邮箱lsxtd22@qq.com。压缩包命名格式为：“我的职业偶像”主题演讲活动+学院简称。

六、奖项设置

（一）校级奖项

校级评选将根据最终推荐人数，按20%、30%、50%的比例设置一、二、三等奖，并对获奖选手及指导教师（每名选手可报2名）颁发荣誉证书。

（二）院级奖项

鼓励各二级学院对在本院初赛或评选中表现优异的学生颁发院级荣誉证书，具体奖项设置由各学院自行决定。

七、指导老师支持

为帮助同学们更好地打磨演讲稿件、提升演讲技巧，本次活动特别得到马克思主义（通识教育）学院的鼎力支持。现提供《指导老师花名册（部分）》（附件2），鼓励各位



参赛同学主动联系指导老师，寻求专业的文稿写作与演讲技巧指导，共同呈现更高质量的作品。

八、重要说明

为保证评选的公平、公正，在演讲文稿和视频内容中，严禁出现参赛选手的个人姓名、所在班级、所在二级学院等任何个人信息。违者将取消参赛资格。

参赛作品必须为原创，严禁抄袭，一经发现，取消参赛资格。

九、联系方式

如有疑问，请联系信息工程学院。

联系人：刘杉杉

联系电话：13047203631

希望各二级学院高度重视，认真组织，积极推荐优秀学生参加本次演讲活动，共同营造崇尚榜样、学习先进、规划未来的良好校园氛围。

特此通知。

- 附件：1.关于开展 2025 年职业院校德育实践活动的通知
2.“我的职业偶像”演讲活动推荐表
3..指导老师花名册（部分）



湖南省教育厅

关于开展 2025 年职业院校 德育实践活动的通知

各市州教育（体）局，高等职业学校：

根据《教育部办公厅关于开展 2025 年职业学校“技能成才强国有我”系列育人活动的通知》《湖南省职业院校楚怡读书行动计划（2024—2026 年）》等文件部署要求，决定开展 2025 年度全省职业院校德育实践活动。现就有关事项通知如下。

一、时间安排

2025 年 10 月至 12 月

二、活动内容

（一）“文明风采”活动

1.“技能瞬间”短视频创作。组织学生（个人或团队）结合所学专业，用手机拍摄主题鲜明、场景真实、画面清晰的技能操作精彩片段，展示职教学子精技能、强素质、展担当的炫酷风采。短视频评选方案见附件 1。

2.“我的职业偶像”演讲活动。学习推崇时代楷模、大国工匠、身边典型等榜样，感知偶像从业历程，感悟偶像专业精神，强化职教学子情感共鸣，激发职业热情与奋斗动力。演讲活动方案见



附件 2。

（二）“楚怡”读书行动

1.主题征文征集。围绕“阅铸匠心·智创未来”主题，引导师生加强历史文化、专业知识和科普读物等书籍阅读，用言之有物的真情实感，抒发爱国、求知、创业、兴工的价值追求。主题征文征集方案见附件 3。

2.“楚怡读书之星”评选。深入挖掘读书行动中涌现的先进人物和典型事迹，大力宣传喜爱读书、善于读书、读书致用的师生代表，树立以阅读强素养、以技能逐梦想的鲜明导向。读书之星评选方案见附件 4。

3.“数字阅读体验”分享会。搭建师生阅读交流平台，分享沉浸式数字阅读的心得体会，展示推进数字校园建设的工作成效，引导师生掌握数字资源检索、信息筛选等高效阅读技能，提升信息素养和终身学习能力。分享会方案见附件 5。

三、有关要求

1.搞好组织协调。各地各校要将德育实践活动作为落实立德树人根本任务的重要抓手，按照“校校组织、班班活动、人人参与”要求，加强统筹协调与组织实施，扩大活动的覆盖面和参与度。

2.加强宣传引导。注重把握德育实践活动的政治方向、舆论导向与价值取向，多渠道多方式宣传推进，进一步浓厚校园育人氛围，以适宜、优质、多样、健康的教育资源启智增慧。

3.增强活动实效。鼓励各地各校立足资源优势、文化特色和自身实际，在完成“规定动作”基础上，创新设计个性化的“自选动作”，



附件 1

“技能瞬间”短视频评选方案

一、作品要求

评价指标	指标说明	权重
主题内容 (35 分)	视频源自职业院校专业技能训练的真实场景，展示教学实践、实习实训、技能竞赛中的精彩瞬间，不得抄袭和捏造。	20 分
	内容积极健康，突出职业教育的专业性和实用性，传递勤学苦练、精益求精、沉着冷静等正能量。	15 分
视频规格 (30 分)	MP4 格式，16:9 全画幅横版，具有兼容性，时长 60—180 秒。	10 分
	画面清晰，分辨率不低于 1080P，有必要的字幕、背景音乐、励志口号等。	10 分
	运动镜头及剪辑流畅，音效适配，整体制作良好，无卡顿和生硬跳转。	10 分
创意表达 (35 分)	展示角度新颖，表现形式独特，富有表现力和感染力，能够引发观看者喝彩，避免套路化。	20 分
	善于捕捉细节，可运用闪白、缩放等转场特效，增强视觉冲击力。	15 分

二、评选流程

1.市校初评。分中职组、高职组开展。中职组由市州教育部门组织遴选，每市州推荐不超过 20 个作品；高职组由学校组织遴选，每校推荐不超过 3 个作品。由市州教育部门、高职院校将推荐参与省级评选的作品、推荐表单等材料统一压缩打包，于 2025 年 11 月 14 日前发送至邮箱：173369560@qq.com。

2.省级评选。由省教育厅统一组织，按推荐参评作品总数的 15%、25%、40%设置一、二、三等奖，经公示后确定获奖名单。



三、其他说明

1.推荐参评作品压缩包名称为：短视频创作+单位简称，单个视频名称为：视频+个人姓名。

2.短视频作品可由个人独立制作，也可由团队制作。其中团队制作的短视频，创作人不超过5人。每个短视频作品可报送2名指导老师。

3.作品名称自定，但须为参赛者原创，严禁抄袭。活动组织方不承担包括肖像权、名誉权、隐私权、著作权等纠纷而产生的法律责任。如出现上述责任，组委会保留取消其参赛资格或取消其所获奖项的权利。

4.作品提交后，视为许可主办方及指定第三方无偿使用，主办方可将优秀作品在其他赛事、活动或平台展示，荣誉归参赛者及所在学校所有。

5.参赛作品不得出现任何姓名、学校等参赛者信息，否则视为放弃参赛权。



附件 2

“我的职业偶像”演讲活动方案

一、作品要求

评价指标	指标说明	权重
内容正向 (35 分)	偶像选择符合主流价值观，传递奋斗、担当、阳光等积极向上的精神风貌。	10 分
	内容聚焦偶像的事迹、精神、品格等具体特质，真实可信，无虚构和夸大。	10 分
	文稿结构清晰，逻辑连贯，过渡自然，用词准确，无内容断层或混乱，篇幅在 1200 字以内。	15 分
台风良好 (45 分)	语言清晰、简洁、流畅，抑扬顿挫，富有感染力，避免平铺直叙，时长不超过 6 分钟。	15 分
	衣着整洁，仪态端庄，手势恰当，表情自然，眼神与听众有交流，不做作。	15 分
	能够通过语气语调的变化传递真情实感，引发听众共鸣，避免“念稿式”生硬表达。	15 分
自我激励 (10 分)	对偶像有客观全面的认识，对如何学习偶像有自己的独到见解，希望努力成为更好的自己，体现对自身成长的正向激励。	10 分
视频流畅 (10 分)	画面清晰，播放流畅，MP4 格式，16:9 全画幅横版，分辨率不低于 1080P。	10 分

二、评选流程

1.市校初评。分中职组、高职组开展，中职组由市州教育部门组织遴选，每市州推荐不超过 6 人；高职组由学校组织遴选，每校推荐 1 人。每名演讲者可报送 2 名指导老师。由市州教育部门、高职院校将推荐参与省级评选的选手演讲视频、文稿和推荐表单等材料统一压缩打包，于 2025 年 11 月 21 日前发送至邮箱：173369560@qq.com。



2.省级评选。由省教育厅统一组织，分网络评选、现场决赛两个阶段。按推荐人数的10%、20%、30%设置一、二、三等奖。

网络评选：由专家评委对演讲视频和文稿进行网络评审，按网评成绩从高到低排序，得分前30%的选手进入现场决赛，前31%~60%的选手拟获三等奖。

现场决赛：拟于12月上旬在湘潭市工业贸易中等专业学校进行（具体时间和参加人员另行通知），由专家评委对选手现场演讲情况进行打分，由高到低排序评出拟获一、二等奖选手名单。经公示后确定获奖名单。

三、其他说明

1.演讲文稿正文为三号仿宋体，行间距为固定值30磅。推荐参评资料压缩包名称为：演讲活动+单位简称，演讲文稿和视频名称均为：个人姓名+文稿标题。

2.为保证评选公正性，演讲文稿和视频凡出现个人、所在学校和所在市州名称及相关信息，取消其参评资格。



“我的职业偶像”演讲活动推荐汇总表

推荐单位（盖章）： 联系人： 电话：

序号	演讲标题	演讲人	指导老师	所在学校

说明：推荐表需同时报送 word 稿及加盖单位公章的 pdf 扫描件。

附件 3

主题征文征集方案

一、作品要求

评价指标	指标说明	权重
主题内容 (35 分)	标题具有新意, 聚焦“阅铸匠心·智创未来”主题, 能够吸引读者眼球和激发阅读兴趣。	5 分
	内容符合主题要求, 真实而丰富, 不得捏造和抄袭。	20 分
	坚持正确向上的导向, 无思想不健康、格调低下的内容。	10 分
体裁结构 (20 分)	体裁以叙述文为主, 记人、叙事、写景、状物准确, 篇幅控制在 3000 字以内。	10 分
	文章脉络清晰、层次分明、结构严谨、布局完整。	10 分
语言表达 (30 分)	用词造句准确, 语言简洁明了、通顺流畅、符合逻辑。	15 分
	语言保持统一的风格, 生动有趣, 富有表现力和感染力。	15 分
特色亮点 (15 分)	文章构思新颖, 认识和见解独特, 能够准确表达读书行动的思想价值和现实意义, 给人以思考和启迪。	15 分

二、评选流程

1.市校初评。分中职和高职两个组别、教师和学生两个类别。中职组由市州教育部门组织遴选,每市州教师类推荐不超过 20 篇、学生类推荐不超过 30 篇;高职组由学校组织遴选,每校教师类推荐不超过 4 篇、学生类推荐不超过 8 篇。每篇学生征文可报送 1 名指导老师。由市州教育部门、高职院校将推荐参与省级评选的作品、推荐表单等材料统一压缩打包,于 2025 年 12 月 12 日前发送至邮箱:hncyzw2025@163.com。



2.省级评选。按推荐参评作品总数的10%、20%、30%，分中职教师、中职学生、高职教师、高职学生4个类别设置一、二、三等奖，经公示后确定获奖名单。

三、其他说明

1.作品名称为：作者姓名+征文标题，正文为三号仿宋体、行间距为固定值30磅。作品及推荐表由单位打包，压缩包名称为：主题征文+单位简称。

2.为保证评审公正性，作品中凡出现个人、所在学校和所在市州名称及相关信息，取消其参评资格。

3.为保证原创性，征文作品查重率超过20%的，取消参评资格。



附件 4

“楚怡读书之星”评选方案

一、评选标准

评选指标	指标说明	权重
喜爱读书	坚持把读书学习作为成长进步的第一要务，平时读书勤奋、涉猎广泛，有良好的读书习惯，参加各类读书展示活动积极主动。	25 分
善于读书	注重把通读、精读、泛读结合起来，每学期选择 2—3 本经典或专业书籍进行精读，个人知识面比较宽。	25 分
读书致用	能够把读书融入学习和工作实践，学思悟相结合，知信行相统一，通过读书修养身心、推动工作，个人获得长足的发展进步。	30 分
书香留痕	积极向身边人推荐好书，经常分享自己读书的收获体会，影响带动大家一起读书学习，是朋辈读书的榜样。	20 分

二、评选流程

1.市校初评。分中职、高职两个组别，每组分别含教师、学生两个类别。根据评选标准，市州教育部门按“教师：学生=1:2”比例进行推荐，推荐总人数不得超过市州分配名额；每所高职院校各推荐 2 人，教师、学生各 1 名。由市州教育部门、高职院校将推荐参与省级评选的人选资料、推荐表单等材料统一压缩打包，于 2025 年 12 月 20 日前发送至邮箱：cydszx2025@163.com。

2.省级评选。由省教育厅统一组织，按照推荐数量 90%的比例，分别评选出中职教师、中职学生、高职教师、高职学生 4 个类别“楚怡读书之星”拟获奖人员名单，经公示后确定获奖名单。



三、其他说明

1.推荐表等相关材料压缩包名称为：读书之星+单位简称。资料可包括个人获得校级以上荣誉的佐证材料扫描件。

四、名额分配

市州	分配名额	市州	分配名额
长沙市	24	张家界市	8
衡阳市	20	益阳市	12
株洲市	12	郴州市	12
湘潭市	12	永州市	16
邵阳市	16	怀化市	12
岳阳市	16	娄底市	12
常德市	16	湘西州	12



“楚怡读书之星”推荐汇总表

联系人：

电话：

姓名		性别		出生年月	
身份 (学生/教师)		学校			
个人获得校级以上荣誉情况					
(个人读书做法和成效, 500 字以内)					
学校推荐意见 (盖章) 年 月 日			市州推荐意见 (盖章) 年 月 日		

说明：推荐表报送印有单位公章的 pdf 扫描件。



“数字阅读体验”分享会方案

一、阅读挑战

各地各校按照专业类别，组织“看行业前沿数字文献、读职业发展电子书籍”活动，开展数字阅读挑战（在规定时间内读完本专业相关数字书籍并提交心得体会笔记）。

二、遴选推荐

1.市州教育局遴选推荐 10 名学生代表，高职院校遴选推荐 2 名学生代表。每名代表提交 1000 字以内数字阅读心得体会，我厅将择优在湘微职教公众号等媒体发布。

2.我省被教育部评为数字校园试点学校的 35 所职业学校梳理总结建设情况，提交 2000 字以内经验材料。

3.材料报送要求：将相关资料打包，压缩包命名为：数字阅读+单位简称，于 2025 年 12 月 5 日前发送至邮箱 sjtw7098@163.com。

三、现场分享

计划于 12 月中旬在湖南生物机电职业技术学院组织“数字阅读体验”分享会，邀请专家讲授数字阅读常用知识和技能，遴选部分数字校园试点学校和学生代表分别介绍工作经验和心得体会，宣传推广在今年德育实践活动中涌现的典型案例和先进经验，公布在相关活动中获奖的单位和个人。具体时间、地点和参会人员另行通知。



“数字阅读体验”学生代表推荐汇总表

推荐单位（盖章）：

联系人：

联系电话：

学生姓名	心得体会名称	所在学校

说明：推荐表需报送 word 稿及加盖单位公章的 pdf 扫描件；总结材料、
心得体会需报送 word 稿。



附件 2

“我的职业偶像” 演讲活动推荐汇总表

推荐单位（盖章）： 联系人： 电话：

序号	演讲标题	演讲人	指导老师	所在二级学院

说明：推荐表需同时报送 Word 版及加盖单位公章的 PDF 版。



附件 3

指导老师花名册（部分）

序号	姓名	所属部门	擅长领域	性别	联系方式
1	任先大	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	男	13055075988
2	杨佩琼	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	女	18073078700
3	宋湘萍	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	女	15927591073
4	李佳雯	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	女	18390095326
5	刘 雯	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	女	13762298810
6	张朝霞	马克思主义(通识教育)学院	演讲稿结构优化	女	18528322527
7	王文清	马克思主义(通识教育)学院	演讲形象与仪态指导	女	18598923526
8	刘 佳	信息工程学院	策划、拍摄、后期指导	男	19100735997
9	彭佳慧	信息工程学院	策划、拍摄、后期指导	女	18974707803
10	刘彬彬	信息工程学院	策划、拍摄、后期指导	女	13047203631
11	王 安	信息工程学院	策划、拍摄、后期指导	男	18216365118

