

内蒙古自治区高校学生就业创业服务中心



内教就服〔2025〕6号

关于举办内蒙古自治区第五届 大学生视频简历大赛的通知

各普通高等院校：

为贯彻《中共中央办公厅 国务院办公厅关于加快构建普通高等学校毕业生高质量就业服务体系的意见》（中办发〔2024〕77号）、《教育部关于做好2025届全国普通高校毕业生就业创业工作的通知》（教就业〔2024〕5号）精神，进一步强化大学生职业规划意识，提升简历制作与求职实战能力，决定举办内蒙古自治区第五届大学生视频简历大赛。现将具体事宜通知如下。

一、参赛范围

内蒙古自治区各普通高等院校全日制在校生

二、大赛时间

即日起至 2025 年 9 月 15 日

三、大赛主题

“简”绘青春蓝图，“历”展北疆风采

四、组织机构

主办单位：内蒙古自治区高校学生就业创业服务中心

协办单位：中国银行内蒙古自治区分行

平台支持：内蒙古大学生就业服务平台

五、赛程安排

本次大赛分为校级初赛、自治区决赛两个阶段，评审时分设高教组和职教组同时进行。

内蒙古大学生就业服务平台（网址：www.nmbys.cn）开通大赛专题页面，发布赛事相关动态。

（一）校级初赛（即日起至 8 月 19 日）

1. 参赛方式。参赛选手须登录内蒙古大学生就业服务平台，点击大赛专题页面进行注册、报名并提交参赛作品，包括《个人简历》和《视频简历》（作品具体要求详见附件）。

2. 校赛组织。校级初赛组织工作由各高校自行完成，环节、形式不限。

3. 晋级名额及公示要求。各高校须于 8 月 19 日 12 时前，以学校为单位完成如下工作。

(1) 推荐校赛晋级选手参加自治区决赛（推荐名额数为本科院校最多 20 名，高职高专院校最多 15 名）。

(2) 推荐晋级选手名单需经校级公示 5 个工作日，且公示无异议后报送（校级公示截止时间为 8 月 18 日）。

(3) 登录内蒙古大学生就业服务平台报送相关材料，包括修改后的学生《个人简历》和《视频简历》、高校《推荐名单汇总表》word 版及加盖公章 PDF 扫描件。

(二) 自治区决赛（8 月 20 日至 9 月 15 日）

1. 资格复审。主办方成立资格复审小组，对于上传不合规作品一律按照弃赛退回（包括视频时长、格式、大小等）。

2. 评审方式。评审分高教组（本科生、研究生）、职教组进行。主办方将邀请全国知名企业人力资源总监、就业指导领域专家组成评审团，对参赛作品从内容质量、创意表达、岗位匹配等维度进行线上评审打分，最终评出高教组、职教组各奖项获奖选手。

3. 结果公布。自治区决赛获奖选手名单将在内蒙古大学生就业服务平台（www.nmbys.cn）进行公示。

六、奖项设置

大赛各组别分设：一等奖各 5 名（共 10 名），由协办单

位奖励价值约 1500 元品牌电子手表；二等奖各 10 名（共 20 名），奖励价值 800 元品牌耳机或手机云台；三等奖各 15 名（共 30 名），奖励价值 500 元品牌手环或蓝牙音响。

一、二、三等奖获奖作品对应指导教师（各 2 名）获优秀指导教师奖，颁发证书。

一、二、三等奖获奖作品将在内蒙古大学生就业服务平台及“北疆就业资讯”等公众号进行专题展映。

七、参赛须知

（一）各高校要严格审核，确保推荐的选手具有良好的道德品行，在校期间无违法违纪现象。参赛作品要符合国家现行法律法规和相关规定，不得涉及暴力、色情、非法宗教宣传等内容，且无直接或间接商业目的。

（二）获奖作品如发现有抄袭、盗用、作弊等不法手段、或违反他人著作权的，取消选手参赛资格并追回奖励，所产生的一切法律责任由参赛者自行负责。

（三）获奖作品著作权归大赛主办方所有，任何机构与个人刊登、转载作品均需获得大赛主办方的书面许可；获奖作品的作者拥有该作品公开发表的署名权。

（四）由参赛者自行承担因参赛作品所致的包括肖像权、名誉权、隐私权、著作权、商标权等纠纷而产生的法律责任。

八、其他事宜

(一) 各高校要高度重视，加强宣传，精心组织，认真指导，通过线上线下相结合的方式办好校级赛，力争提高大学生求职能力和就业竞争力。

(二) 请各高校指定一名校级赛事联络员，加入赛事校级负责人交流群（入群二维码将于通知下发之日起在全区就业工作群发布）。

(三) 联系人及联系方式

主办单位：侯佳，0471-2856050；谭乐，0471-2856403；

平台服务：王婧婷、王佳，0471-2856231。

附件：1. 参赛作品要求及评分标准

2. 推荐名单汇总表

内蒙古自治区高校学生就业创业服务中心

2025年7月1日



附件 1

参赛作品要求及评分标准

一、视频简历

短视频简历可自行拍摄，工具不限。

（一）视频内容要求

1. 展示作品须符合国家现行法律、法规和相关规定，不得涉及暴力、色情、非法宗教宣传等内容，且无直接或间接商业目的。

2. 内容需有清晰的自我介绍，聚焦成长历程记录、专业项目展示、创新经验分享等。

3. 形式不受限制，可以通过讲故事、技能展示、传统讲述等各种形式。

（二）视频技术要求

1. 画面清晰，音质清楚。

2. 拍摄工具、剪辑软件不限。

3. 视频时长要求 60-90 秒，MP4 格式，大小在 50M 以内。

4. 可适当添加字幕。

5. 可适当添加背景音乐，音量控制在合理范围。

(三) 视频简历评分标准 (总分 100 分)

评分项目	评分标准	分值(分)
视频制作 (30 分)	视频剪辑合理, 镜头切换自然。	5
	背景音乐协调, 字幕与画面相吻合。	5
	画面清晰, 构图美观, 色彩无失真。	5
	视频作品具有创新创意。	10
	作品时长为 60-90 秒。	5
简历内容 (50 分)	个人信息完整, 表述清晰。	10
	求职意向明确, 能针对求职岗位进行条理清晰、流畅准确的表达。	10
	视频内容紧扣主题, 健康积极, 能充分展示个人特长, 专业优势, 具有该求职岗位的示范引领作用及可传播性。	20
	实践经历能够支撑求职目标岗位需求。	10
选手表现 (20 分)	选手精神饱满, 举止自然得体。	10
	语言表达流畅, 用词准确, 吐字清晰, 声音洪亮, 具有感染力。	10

二、文字简历

(一) 文字内容要求

文字简历需语言简练、重点突出, 呈现方式可以是表格或其他形式, 主要内容应包含如下信息:

- 1. 个人资料:** 姓名、性别、出生年月、政治面貌等。
- 2. 学业内容:** 就读学校、所学专业、学位、外语及计算机掌握程度等。

3. 简要经历：入学以来的简单经历，主要是在班级或学院担任何种职务、加入党团情况、以及参与社会工作实践等。

4. 获奖情况：三好学生、优秀团员、优秀学生干部、各类奖学金，以及参加校园活动获奖情况等。

5. 个人特长：如驾驶、文艺、体育、写作等。

6. 求职意向：如销售、研发等。

除以上内容外其他可以体现个人特色的简历内容。

（二）文字简历评分标准（总分 100 分）

评分项目	评分标准	分值（分）
简历设计 (25 分)	版面美观，布局合理。	10
	格式新颖、具有独创性。	10
	设计合理、逻辑清晰。	5
简历内容 (75 分)	个人信息完整。	10
	教育背景(学历、成绩、计算机水平、英语水平、专业技能水平等)。	10
	实践经历(社会实践经验、社团活动、义工活动、培训等)。	15
	综合能力展示(所获资格证书、荣誉、奖励等)。	10
	求职意向明确，对自身职业能力认知清晰。	15
	自我评价准确，能突出显示自身职业能力优势。	15

附件 2

《推荐名单汇总表》

院校名称（盖章）

序号	姓名	身份证号	手机号码	邮箱	学校	学院
1						
2						
3						
4						
5						
6						
... ..						

温馨提示：1. 推荐优秀选手参加自治区决赛，本科院校最多推荐 20 名，高职院校最多推荐 15 名。
2. 所有作品、表格、照片以学校为单位，统一通过大赛官网上传。

负责人：（盖章）

填表人：

联系电话：