

# 2024 年南充高中“情系母校·薪火相传”生涯规划交流活动

## 一、活动背景

根据当前的高校招生情况和大学生信息反馈,高中生迈向大学生的旅途面临着前所未有的挑战:“盲盒志愿”填报模式现象突出、理想与现实冲突、就业形势愈发复杂……高中阶段如何有效地进行生涯规划,填报合适的志愿,以便在未来发展中找到自己的方向和目标,成为了每一个高中生必须面对的话题。

## 二、活动主题:“情系母校·薪火相传”生涯规划交流活动

## 三、活动面向对象:四川省南充高级中学初中及高中 2021-2023 级学生

## 四、宣讲人员:从南高毕业到各高校就读的学子

## 五、宣讲内容

- 1.高考冲刺阶段的复习经验和策略。
- 2.分享当初填报志愿时的经验和教训。
- 3.帮助同学从自身条件、个性等方面思考填报志愿的方向。
- 4.介绍高校及专业情况,可适当分析就业前景。

注:以上主题均为重点内容,其余方面请各大高校校友在时长允许的情况下灵活安排宣讲内容,保证内容积极向上正能量和有吸引力。

## 六、活动时间:

**2024 年 2 月 11 日—2024 年 2 月 13 日**

## 七、活动准备:

### (一) 策划:

统筹时间安排、活动物资整理、后勤联系等工作。

### (二) 宣讲:

1.请同学们提前准备好 PPT、视频等宣传资料,素材均按大学+负责人+电话的形式统一压缩打包,各组宣讲素材请于 **1 月 15 日-1 月 25 日** 发送至李浩然 **1667259407@qq.com**,供学校审核,审核通过后方可参与宣讲。

2.各高校可面向学弟学妹建立咨询群(宣讲前可自行先宣传, **2 月 8 日-2 月 13 日** 将二维码以图片形式发送至胡龄匀 **mew\_2022@qq.com**)

3.请有宣传物资(海报、明信片、宣传册等)的学校于 **1 月 19 日-1 月 21 日(8 点-18 点)**,可寄快递联系唐伟杰 **18282034593** 放到南充高中顺庆校区团委办公室,由学校统一粘贴和发放。

### (三) 宣传:

1.我们将统一制作宣传的邀请函,转发至学校各班微信、QQ 等平台,为线上宣讲提供良好的宣传基础,故请同学们于 **1 月 18 日前** 填写通知群中文件。

2.各宣讲团队在当天的宣讲完毕后,在当天 **22 点** 提供新闻稿件,我们将在学校官网、官微推送。

### 3.稿件要求如下:

- (1) 附有 1-2 张所代表学校的美图以及 1-2 张现场宣讲的图片。
- (2) 字数为 300 到 800 字(包括对学校的介绍,宣讲主要内容、同学们反馈、代表高校表达对同学们的欢迎等)。
- (3) 由各组组长将“学校+负责人姓名”命名的 Word 文档发送至 **1067086796@qq.com**。
- (4) 可参考往年新闻稿,详见。

## 八、宣讲方式及地点:

统一在南充高中顺庆校区团委办公室进行线上宣讲。

## 九、注意事项:

- (一) 各高校组队应成立招生宣讲小组,小组成员应包括:主讲人、制作 PPT 的人、写

宣传新闻稿的人、发放资料的人（能力强者可一人兼任）

（二）请大家根据宣讲的顺序，提前 30 分钟到学校报到、作准备，包括签名、提前确认 PPT 等，**请务必带上宣讲课件的 U 盘以防万一**，学校虽有备用电脑，但电子产品不知会不会临时出问题，请大家务必准备好备用方案。

（三）宣讲过程中，请安排人拍照、宣讲互动的截屏（若没有辅助人员，则由当日值班干部进行协助记录，需事先提出来）

（四）宣讲的全过程（包括咨询）不得做出有损南高和高校的言行，请大家爱护自己的母校。不得与学弟学妹进行非学业之外的探讨，请大家作好良好的示范、爱护自己的名誉。

（五）志愿时长、实践证明等问题先与高校对接完毕、了解清楚，本次活动统一通过志愿四川平台记录时长，需自己根据安排进行打卡签到，志愿四川平台会在活动结束后自动生成证书（参考途径：志愿四川公众号-个人-志愿服务证书生成-制作证书-选择类型-完成制作）；若需盖章或者其他材料，南充高中可出示相关证明协助大家完成寒假实践任务，需在 2 月 8 日前提前告知并发送证明模板至**唐伟杰 1067086796@qq.com**。

（六）宣讲过程中需要注意仪容仪表和精神面貌，全程保持会场安静。

注意：1、建议准备**较正式的服装**，如职业装、高校校服等（团委有空调，不用担心冷哈）；

2、不要戴耳环、项链、围巾，**头发扎起来，不要画浓妆**；

3、讲解时要**看镜头**，不要总转过头看 PPT，最好手上拿讲稿，**多看观众**；

4、讲的过程中**一定要和观众互动**，不要自顾自地讲；

5、可用**文创**吸引同学们互动，比如留言截图，然后凭截图到团委换某个稀有文创；

十、时间表

| 工作内容                          | 时间                        | 负责人及邮箱/电话                         |
|-------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| 通知各高校宣讲人员加入总群聊                | 1 月 14 日                  | 范斐然 刘鑫垚 杜文静<br>唐伟杰 杨晓涵 邓煜歆<br>董灿宇 |
| 收集各学校的信息并排班和制作邀请函             | 1 月 18 日 8 点之前            | 雍明禹制作，罗桢峰排班                       |
| 收集宣传物资（包括海报、文创等）              | 1 月 19 日-1 月 21 日         | 何郑雄 何燎原 李浩然<br>张健雅                |
| 粘贴海报及安排发放                     | 1 月 22 日贴海报，发放待定          | 刘雨昕 王霏 范斐然<br>任斯雨                 |
| 收集宣讲素材并审核                     | 1 月 15 日-1 月 25 日         | 刘宇钒审核，李浩然收集<br>1667259407@qq.com  |
| 收集各高校咨询群二维码                   | 2 月 8 日-2 月 13 日          | 胡龄匀 mew_2022@qq.com               |
| 收集志愿时长证明材料                    | 2 月 8 日 12 点前             | 唐伟杰 1067086796@qq.com             |
| 报到、签名、确认课件，每个宣讲小组提前 30 分钟到校报到 | 2 月 11 日-2 月 13 日，详见宣讲时间表 | 嘉善志愿者协会                           |
| 收集新闻稿并修改                      | 宣讲当天 22 点前                | 范斐然 杜思颖 杨逸轩<br>唐伟杰 胡珂维            |

四川省南充高级中学  
高 2020 级学生联络会  
2024 年 1 月 11 日