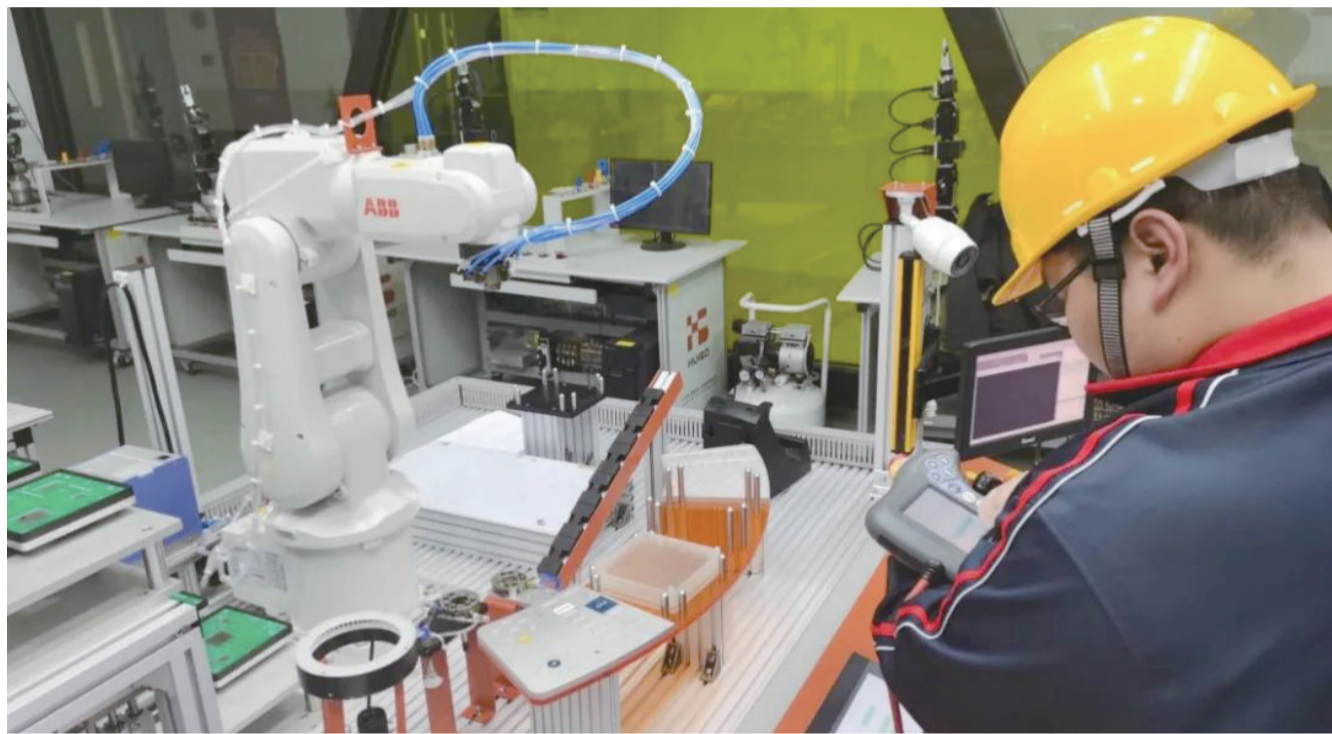


为了第十届“星光计划”，他们早早行动起来

上海市“星光计划”第十届职业院校技能大赛即将拉开帷幕。以“星光点亮人生，技能成就未来”为宗旨的这项技能大赛有将近20年历史。记者了解到，本次大赛的主题确定为“练一技之长，筑工匠精神”，比赛赛项包括中职组的63个学生组赛项，7个教师组赛项；高职组的36个学生组赛项，4个教师组赛项。同时本次大赛主动与世界技能大赛对接，在办赛过程中引入专家组长、场地经理等制度，让参赛和办赛团队一并得到锻炼，为在上海举办的第48届世界技能大赛打下坚实基础。

为了参加本次比赛，许多学校早早地就开始了动员和备赛。“星光”如约而至，你准备好了吗？

记者 郭漪



训练的苦化为成功的甜

机器人工作时的转动声、电机的运转声、气管的传输声、老师和同学们的一问一答……烘托得训练环境气氛紧张——这是上海工业技术学校星光计划“机器人技术应用”的备赛现场。

在三双眼睛的注视下，机器人近乎完美地完成了任务书上的全部工作。“快了五

分钟！”同学们激动地说，情不自禁地击掌庆祝，在提速成功的一刻，大家深感一切付出都值得。

当其他同学还在享受寒假的时候，王斌等参赛同学就开始了选拔和练习。备赛是一个辛苦而枯燥的过程。不变的环境，不变的操作，变动的只有赛题。然而，在日复一日

的重复之中，肌肉记忆悄然形成，队友们完成任务的速度变快，合作更加默契，意志品质也得到提升……这一切，都让大家快乐而自豪。纵使依然辛苦，但因为有了目标、有毅力，训练的苦已然化为甘甜。

“备赛的过程无疑是辛苦的，但只有在准备过程中以‘最优秀’的标准来要求自

己，迎难而上，不忘初心，才能在最终的比赛中取得好成绩。”在上海市航空服务学校星光参赛动员会上，往届获奖学生代表空中乘务组王怡然同学分享了她的参赛心得，她希望同学们，勤学技能知识，苦练职业技能，坚定信心，挑战自我，肩负起光荣使命，把握好机会，去撷取人生的“星光”。

知识技能和心理辅导都不能少

在上海市商贸旅游学校举行的备战“星光计划”的集训交流会上，16个参赛项目的负责老师分别从组队、训练、备赛等方面进行了交流汇报。在备赛的第一、二初期阶段，老师们不仅仅要对赛项知识技能做全面梳理，还要针对参赛学生的心理状态做适当的辅导，帮助学生解决畏惧困难、学习焦虑、时间管理等问题，“以赛育人”成为了老师们工作的重中之重。

今年上海市商贸旅游学校共有16个项目参赛。其中大数据集群与运维搭建项目是

一个对接产业发展的全新项目，对参赛师生来说将面临着新技术新要求的新挑战。随着新技术新要求出现，对于参赛学生的综合素养、学习能力、问题解决能力都有了更高要求，项目组指导趋向于通过多位教师“组合”方式进行，集合不同教师的特长和智慧，发挥集群优势分工合作辅导学生。

“点要沉腕之力，带出顿钩，横要气贯长虹，欲东先西。”中国硬笔书法家协会会员、上海中等职教书法研究会副会长侯长志老师来到上海市材料工程学校，对参加

上海市“星光计划”中等职业学校职业技能大赛“硬笔书法”项目的4名参赛学生予以精心指导。

在新桥职业技术学校电气安装与维修项目组所进行的培训中，老师进行了详细的讲解与演示。老师先讲了电源配电线路图中的重点，这使选手们零散的知识得以汇聚，对电源配电线路图形成新的、清晰的认知。经过老师的讲解，选手们按照照明线路图，顺利完成了照明线路的接线任务，并在老师的指导下顺利进行了通电实验。

敬业精神的传帮带

“昨天妈妈提醒我十八岁生日，我竟然都忘了，只顾着忙比赛，都没想起来这件事……”正在紧张备赛的上海南湖职业技术学院20汽电班学生黄起涛跟院长朱建柳聊起了忙碌的状态。在首届“南湖杯”职业技能大赛颁奖典礼暨上海市“星光计划”第十届职业院校技能大赛赛前动员会上，朱

院长跟大家分享了这个故事。回顾“南湖杯”备赛历程，黄同学感慨颇多，“这个奖项对我来说意义重大，更重要的是要感谢我们的带队老师，在备赛过程中，是她身上的无私奉献和敬业精神感动了我，给了我坚持下去的动力。”

“对学院来说，‘星光计划’是对教学

质量的全面检阅，是深化产教融合、拓宽人才培养渠道的具体实践；对同学们来说，‘星光计划’是检验个人技能功底、展现南湖学子精神风貌的平台，同学们要在比赛中勇攀技能高峰，预祝大家取得优异成绩。”副院长周一峰的总结是对所有筑梦“星光”的同学的祝福。

>>>大赛介绍

为推进上海市职业教育的改革与发展，上海市教育委员会和上海市人力资源和社会保障局在上海市职业院校中举行“星光计划”职业院校技能大赛。从2004年起，每两年举办一次。

各个职业院校上千名拥有优秀职业技能的学生争相在两年一届的“星光计划”中一展身手。能在“星光计划”中脱颖而出的获奖学生会受到各大企事业单位的青睐。所以“星光计划”渐渐成为本市职业院校最看重的赛事之一，能获得“星光计划”名次也成为广大职业院校学生引以为豪的荣耀。

上海市举办的“星光计划”是两年一届，而越来越多的职业院校也会每两年举办一次“星光计划”初赛。一方面有助于提升学生职业技能，另一方面也为第二年年市级“星光计划”选拔人才。