

顺义区首期求职能力实训营开营

应届毕业生提前感受“求职历程”

□本报记者 张晶

“非常有幸能够参加这次求职能力实训营，实训营不仅提升了我的求职技能，更让我深刻感受到专业指导的重要性和指导老师无微不至的关怀。”拿到三张“面试通关卡”的北京城市学院社会工作专业2024届毕业生董畅通过实训营活动的系统学习，熟练掌握求职简历的制作技巧，并深刻领悟了如何在面试中有效展现自身优势。

为期4天的求职能力实训营由顺义区人力资源和社会保障局、北京城市学院联合主办，在北京城市学院顺义校区开营。此次实训营以服务青年群体就业为主题，面向2024年应届高校毕业生，通过为期3天的集中培训与1天的现场招聘签约，以“职业指导+沉浸式体验+招聘双选会”模式，全方位提升学员的求职实战能力，帮助学员在未来的职业生涯中实现更好的个人成长与职业发展。

设置“实战化”课程

“授课老师没有让枯燥的理论知识变得沉闷，而是通过生动的案例和实用的技巧游戏，让复杂的面试流程变得简单易懂。”不同于传统的理论知识传授，此次实训营强化实操、重视“实战”的课程内容，让董畅受益匪浅。

在课程设置方面，此次实训营更加突出求职实操与演练。来自公共、非人力资源服务领域的4名专业讲师，将丰富的理论知识融入到实际案例中，围绕职业发展、岗位筛选、简历撰写、面试技巧等内容，通过专业的技巧培训以及有趣的互动游戏，帮助即将走进职场的毕业生提高求职能力，更快适应角色转变。

在模拟面试环节中，来自智联招聘的职业指导老师结合自身工作经验，为学员搭建不同岗位面试场景，现场扮演“面试官”，帮



助学员及时发现自身短板，进行针对性的训练，将培训效果落到实处。

上岗是“最大实效”

量身定制求职“秘笈”

与董畅一起参加实训营活动的还有应届毕业生刘芸萱。作为一名视觉传达设计专业的毕业生，她希望找到一份与美术相关的工作，然而性格偏于内向的她，在公共场合表达时稍显紧张，如何在即将到来的面试中充分展现个人优势，提高面试成功率，成为她此次入营训练的核心议题。

经过跟班辅导员的深入了解与细致分析，针对个体情况制定了专门的工作方案，提前辅导她进行面试模拟训练，重点破解语速慢拖沓等问题。经过一系列精心准备和辅导，她也顺利获得了美术老师职位的“面试通关卡”。

此次实训营创新制定了辅导员跟班机制。由基层优秀职业指导业务骨干组成辅导员队伍全程提供个性化职业指导服务，记录每名学员的学习情况与职业成熟度。每日闭营后，辅导员还会针对每名学员表现进行复盘讨论，共同研讨下一步辅导方向，确保通过学习，每一名学员都能够得到专业化的就业帮扶。

此次实训营增加了就业资源“一刻钟”环节。辅导员利用开营前15分钟，通过交流群分享近期市场上的热门岗位资源，对岗位工作内容、应聘条件、求职技巧等进行讲解。一方面为学员获取就业岗位信息提供了快捷通道，另一方面也帮助学员了解岗位具体内容，进而在简历投递、求职面试过程中更有针对性。

同时，除面试模拟、求职路演等培训以外，为帮助学员实现就业目的，活动还在结合学员专业方向以及就业意愿的基础上举办了为期一天的专场招聘会，邀请了中国航空传媒有限责任公司、首儿药业(北京)有限公司等17家企业进行现场招聘，为学员提供机械工程师、行政专员、文案策划等318个就业岗位，希望在帮助学员增加实战经验的同时，也为他们提供更多的求职就业机会。与董畅、刘芸萱共同参训的25名学员，通过现场求职共收到企业发放的“面试通关卡”38份。

下一步，顺义区人力资源和社会保障局将结合不同群体服务需求，为更多求职者提供优质的求职能力提升培训，助力求职者实现职业梦想。

什刹海上赛龙舟

□本报记者 陈曦

近日，“金融街杯”体育季暨金融街地区第十三届龙舟赛在什刹海举办，27支队伍参赛，300余名体育健儿“同海竞技”。

随着发令枪响起，一艘艘龙舟如离弦的箭，在水面划出一道道优美的线条，队员们全力以赴，伴着激昂的鼓点，整齐划一挥动手中的船桨，劈波斩浪，向终点奋进。

为了优化观赛体验、提升赛事丰富度，本次比赛邀请专业解说员进行全程详细解说，同时引进图片直播平台，分别设置水面、陆地机位，对活动现场进行

全程图片记录，留下比赛的一幕幕精彩瞬间。

金融街街道相关负责人介绍，金融街地区龙舟赛经过十余年精心打造，已成为金融街最具影响力的区域赛事之一，赛事弘扬“融合发展、勇立潮头”的龙舟赛精神，丰富端午节文化体验，成为地区单位、从业者交流的纽带。下一步，金融街街道将立足区位优势，持续为辖区单位搭建文体交流平台，以赛聚才，以赛融企，不断优化营商环境，为地区高质量发展凝聚拼搏合力。

密云三中开发密云版VR大思政课程

学生“身临其境”感受红色精神

□本报记者 任洁 通讯员 赵长顺

“这种用VR眼镜来体验当时历史环境的课程形式，让我更加身临其境地感受到当时历史事件的发展过程，激发我对历史事件深入了解的兴趣，也让我在很放松的状态下学习。”“运用VR眼镜学习红色精神，我们仿佛身在其中参与每一场战役，更加体会到如今生活的来之不易。”在密云区第三中学(以下简称密云三中)，一堂VR思政资源支持下的《学百年党史，悟建党初心》思政课给学生带来别样的深切体验。

“密云三中打造全新的思政教学VR实践教室，独具特色的VR课程资源植入道德与法治课堂，优势显著。”作为VR课程资源主要开发策划者、创建者，该校道德与法治学科组组长张一介绍。密云三中重塑思政课发展环境，提出“人人都是思政师、处处皆为思政课”口号，让思政课由思政课教师“一家的事”变成“大家的事”。“当下的思政课建设，更需要通过现代信息技术增强思政教育的魅力，增强思想政治知识的理解和体验。”学校党支部书记、校长王立敏说。

在相关部门、区教委以及专

业技术支持下，学校独立开发研制密云版大思政VR课程资源，根据密云区特色设计制作四个主题，教育资源涵盖密云区古北口长城抗战纪念馆、长城抗战遗址、承密联合县政府旧址纪念馆等红色地标；邓玉芬、白乙化等英烈人物，代表“密云水库精神”的“十妹突击队”“九兄弟队”等团队和独臂英雄李世喜等4万名劳动模范创造的不平凡事迹；以“特色蜜、水库鱼、环湖粮、山区果、平原菜”为重点的特色农业等，独具密云特色的历史文化、农业科技、地理风貌等也列入其中。

“根植于密云区域、内涵丰富的大思政课程资源运用到课堂上，学生可以身临其境地参与各种教学活动，增强了参与感和学习动力，让学生更加了解密云特色，涵养家国情怀。”王立敏表示，VR大思政资源还可以应用在历史、地理、生物等多个学科，更好地体现跨学科理念。同时，VR大思政资源应用可以辐射延伸到密云区域内外其他学校，实现教育资源深度融合与共享。

科普基地开放日走进“北京第一通电村”

□本报记者 周美玉 文/摄

从电力知识宣传到科创成果展示，再到电力工器具及设备展览……为提高公众对电力科普知识的兴趣和理解，近日，国网北京石景山供电公司响应“全国科技活动周”号召，开展走进“北京第一通电村”电力科普基地开放日活动。

此次展览在模式口“北京第一通电村”红色电力展馆举行，面向全社会公众免费开放，旨在通过电力知识科普和互动体验增进公众对电力行业的了解与认识。

展览主要分为室内电力红色历史文化介绍和室外电力科技发展科普教育两个部分。走进展馆，来自石景山供电公司的志愿讲解员向公众详细介绍了模式口通电改造发展史、红色电业在解放北京的历史贡献以及北京电业的百年发展史。一幅幅珍贵的图片、一件件历史实物，为人们生动再现了那段充满传奇色彩的历史。“没想到北京电力有这么波澜壮阔的历史。”来自华北电力大学的李同学参观后表示，“模式口一路的变迁也是北京电业百



年发展的缩影，向电力前辈们致敬。”

室外广场展区包括居民用电知识宣传、电力爱心教室、科创成果展示、电力工器具及设备展览等板块，公众可进一步了解居民用电安全知识，学习节约用电的技巧和阶梯电价政策等。其中，电力爱心教室区域通过互动游戏和科学实验，让青少年探索电力的奥秘。

在设备展览区，新型电力设备展览项目格外吸引公众的目光，这是电力行业的“新物种”——巡检机器人和机器狗。这些智能设备能够在复杂环境中自主完成巡检任务，大大提高工作效率和安全性。

“今后，我们将继续举办类似的科普活动，让更多的人了解电力、认识电力、爱上电力。”石景山供电公司相关负责人表示。



朝阳邮政服务古旧书博览会

为满足广大书友和邮迷集藏的需求，近日，在位于潘家园旧货市场的古旧书春季博览会现场，朝阳邮政农光里邮政支局设立专台，设置了中邮印龙、明信片打印机等环节增加互动交流，以及多种邮册及文创产品参与展会夜市经济。

本报记者 边磊 摄影报道