



劳动创造幸福，技能成就未来

2021年全国职业院校技能大赛上海中职师生展示良好职业素养和技能水平



劳动创造幸福，技能成就未来。

日前，由教育部、人力资源社会保障部、工业和信息化部等国家部委主办的2021年全国职业院校技能大赛落下帷幕。上海代表队共有74名学生获得奖项，其中11枚金牌、26枚银牌、37枚铜牌，选手获奖率达92.5%。中职生获奖率比上一届提升14.72%，充分展示了上海中职生的技能水平和良好的职业素养。

在当前全社会大力弘扬尊重劳动、崇尚技能的社会环境下，全国职业院校技能大赛不仅为广大青年提供了技能成才的广阔舞台，更在一定程度上反映上海职业教育教学改革成果和综合育人水平。为此，上海中职学校需进一步加强比赛内涵建设，回归育人本位，以大赛成果反哺教学，进一步深化和助推职业教育教学改革。



“普通教育有高考，职业教育有大赛。”全国职业技能大赛对于中职生的重要性，从这句在教育圈内流传广泛的话语就能窥见一斑。

在2021年全国职业院校技能大赛中，上海中职代表队由21所中职学校80名参赛选手组成，在教育部组织的40个赛项中，上海中职参加38个赛项的比拼，共34项比赛获奖，赛项获奖率达到89.5%。其中74名学生获得奖项，获奖率超过90%！

尤其是，在比赛过程中，上海中职师生表现出的不畏挑战、攻坚克难、精益求精等良好精神风貌和职业素养，充分显示了上海中职师生的风采。

攻坚克难，全力以赴，发扬上海职教精神

今年的比赛项目有所调整，单纯就比赛时间上来看，就从原本的3个小时，大幅提升到8小时！上海市经济管理学校智能家居安装与维护项目参赛的三位选手至今回忆起备战、出战的场景，仍历历在目。队长黄腾负责编程和设计工作，她回忆说，当师生们得知比赛内容有所调整时，距离全国大赛仅仅只剩下一个月的时间。

如何面对赛事突如其来调整？“练！付出更多努力加倍训练。”上海中职师生发扬攻坚克难的精神，全力以赴调整备战计划加紧训练。

2021年全国职业院校技能大赛延续上一届的比赛形式，每赛项每省市只能派出一支代表队，赛项设置也比上一届有大幅度增加，本届大赛涵盖了10个专业大类，40个赛项；赛项内容也有大幅调整，上海各中职经历过上一届的历练后，吸取经验，适时地调整训练模式，认真备赛、训练选手。

黄腾说，比赛前的最后一个月里，在指导教师的带领下，参赛团队三名选手每天进行全流程赛前模拟训练，耗时8小时，是对选手脑力和体能的考验。“比赛让我们感受到了坚持的重要性，虽然辛苦，但最终我们也看到了回报。”最终，上海市经济管理学校夺得智能家居安装与维护项目金牌。

指导教师、该校计算机专业教师周斌全也表示，经过大赛的历练，学生学到技能不是首要目标，而是学到许多技能之外的精神和方法。比如，遇到问题不慌乱的定力，团队协作、克服困难达到目标的能力等，这些对学生的终身发展意义深远。

此外，在本届大赛上海参与的38个赛项中，部分赛项与世界技能大赛接轨，这给上海中职校带来了新的挑战，但上海中职校不惧困难，全力以赴，从中可以看到上海中职校的高涨的参赛热情和执着的参赛精神。早在去年底的试点赛中，上海市杨浦职业学校车身修复专业教师马波和参赛选手朱俊峰就嗅到了

比赛标准向世界技能大赛靠拢的味道。比如，车身修复赛项增加了车门拆装与调整、升窗机更换、保险杠拆装与修复等模块的内容，目的是与世界技能大赛比赛要求接轨，促进高技能人才的培养。

为此，试点赛结束后，教练组与选手提高了备战水平和训练强度，按照世界技能大赛的标准要求选手，朱俊峰最终摘得全国技能大赛车身修复赛项的金牌。

在当前全社会提倡“劳动光荣、技能宝贵、创造伟大”，以及重视职业技能竞赛的整体氛围下，上海中职学校越来越重视人才选拔和技能训练，推动教育教学改革，助力学生成才。这就是上海职教人的精神。

优中选优，志在必得，彰显“职教有我”之气质

今年全国职业技能大赛中，每赛项每省市只能派出一支代表队，所以上海选拔赛的竞争尤为激烈，上海各中职校都想代表上海到全国赛场上拼杀，所以各中职校都拿出了最好的选手、最好的指导教师来奋力一搏，今年的上海选拔赛尤为精彩。

成为今年全国职业技能大赛分布式光伏系统安装调试与应用赛项的参赛选手，三位来自上海市经济管理学校的“00后”学生王权、吴嘉豪、陈志浩没少跟指导教师抱怨——按照训练计划，他们要在四个小时的时间里完成全部参赛动作，每天训练三遍。12个小时的时间里，指导教师要求他们带着安全帽，在闷热的训练基地里完成任务。“一天训练下来整个人都是蒙的，汗水积在头发里，都有一股味道。”王权苦笑说。

因为训练强度很大，负责排线任务的吴嘉豪每天要练习焊接50-60根电线。“我每天吃两个人的饭量，尽量不喝水，因为上厕所会影响比赛进度。”赛后吴嘉豪笑言自己胖了十斤。

负责接线工作的陈志浩也说，训练过程中总会遇到意外情况，作为参赛选手，除了在体力和完成度上有所保障外，还要灵活动脑。今年全国大赛中，团队成员一进赛场就发现首先要把手之前接好的电线盖板和接线槽拆下来。“起码浪费了20分钟时间，但我们互相打气，要稳扎稳打，最终摘得了这枚金牌。”

正是由于这样的精彩，今年上海代表队在全国的赛场上屡创佳绩，获奖率达92.5%；上海中职除了保持原有传统优势项目上的获奖，在今年部分新增的赛项上，上海代表队取得了重要突破，为今后参加国赛和世赛积累了宝贵的经验。

让全国职业技能大赛成为上海中职教育改革的“助推器”

全国职业院校技能大赛已成为职业教育每年一度的盛会，是学生展示职业风采和职业能力的重要平台，是促进职业教育改革的助推器。通过比赛，全社会营造出“劳动光荣、技能宝贵、创造伟大”的氛围，职业教育的影响力不断扩大，各职业院校交流互鉴、收获友谊、共促发展。

在上海市教委的关心、市教委职教处的领导下，市教研室负责今年全国职业技能大赛上海代表队的参赛的组织、协调及实施工作。上海中职代表队坚持与全国职业院校技能大赛相结合、与国家职业标准相结合、与企业需求相结合、与职业院校课程改革相结合，注重顶层设计，加强制度保障，严格规范选手选拔，依托各校训练基地重点组织选手训练与培养，扩大国赛的覆盖面和影响力，切实提升上海中职参赛队的整体水平。

从比赛场上归来，上海中职师生总结吸纳比赛中的优秀经验，以赛促教、以赛促研、以赛促改、以赛促建，进一步推动上海中职教育向前发展。

以赛促教，中职教育人才培养要紧贴市场需求

近年来，网络直播带货逐渐走入人们的生活，成为商业领域的新现象。这一发生在经济生活中的显著变化，在今年也成为了全国职业技能大赛的赛题。由上海商业会计学校四名同学组成的队伍，参加了今年全国职业技能大赛电子商务技能赛项的比拼，收获与挑战均十分丰富。

作为带货“主播”兼客服，上海商业会计学校学生李汝怡起初压力不小。作为团队中首个出场参赛的选手，她希望自己表现突出，为团队赢得开门红。虽然是“00后”，李汝怡平日也没少看直播，但轮到自己成为主播，需要学习的东西还有很多。她分析说，备赛期间，她和团队成员、指导教师一共分析了10个参赛主题，并按照不同的主题撰写直播稿件。“平日看似网络直播说话很随意，其实每句话都饱含深意。”李汝怡说，她为每个主题撰写3000多字的主播稿件，在大家的精心打磨下，每篇稿件被删减到了2000字，字虽少了，但内容更加清晰

准确。

平时看直播节目几个小时都很快过去，李汝怡说，自己直播了10分钟都觉得很辛苦。备赛期间，一个主题的直播要练习上百遍，有时候嗓子累到失声。“每分钟要说什么、看到弹幕应该有怎样的临场反应，都是得分点。”这位“00后”主播还表示，为了让直播内容更新颖，团队成员还在直播中添加了不同流行歌曲、诗词等内容。作为网络主播，李汝怡还自备、自学了全套的化妆技巧，这些都是专业性的体现。

而她的搭档、团队成员张欣仪则负责的是网店装修内容。从小受过绘画训练的张欣仪以为设计一个网店装修初稿是手到擒来的事，没想到，她接连几次设计得比较满意的模板，都被指导教师指出了很多问题。“起初心里有点失落，逐渐我意识到，网店装修要同时考虑到美观和实用性，不能像单纯绘画那天天马行空地发挥，更没办法设计出可以反复套用的模板，要跟网店的销售需求不断转变设计理念。”张欣仪说。

经过反复地打磨，上海商业会计学校的参赛团队一举斩获2021年全国职业技能大赛电子商务技能赛项金牌。比赛内容的调整，让上海中职师生们开始关注真实生活中发生的转变，促进他们在课堂教学中与时俱进、关注社会需求和热点。

以赛促研，锻造出实力强劲的训练基地

俗话说：“铁打的营盘，流水的兵”，全国职业技能大赛不仅锻炼了选手，也锤炼了一批批优秀的指导教师，锻造了一个个训练基地。随着赛事一年年的开展，各项目的训练基地都有了一套完善的训练系统和软、硬件系统，基地除了有选手训练体系，同时也创造了一套指导教师的训练体系，训练了一批批指导教师，随着指导教师的新老更替，本届大赛中也涌现了一批责任心强、技术过硬、能力突出的指导教师，这些体系的建立为提升上海中职学生技能水平和竞赛水平提供了重要保障。

与此同时，全国职业技能大赛内容和评价标准的与时俱进，也对上海中职师生提出了新的挑战，如何做好传帮带，如何提升指导教师的业务水平和创新能力，如何固化上海职教发展经验成果，如何利用训练基地，增强职业教育适应性，不断深化产教融合、校企合作，积极推进“三教”改革，促进教师专业发展和专业能力提升，如何培养教师敢闯、敢拼的“亮

剑”精神……这些问题需要从市层面整体谋划，并建立相应的教师培养机制和激励机制，从整体上提升指导教师的业务水平。只有科学合理的体系建设，实力强劲的训练基地，才有可能源源不断地培养出优秀的指导教师，培养出更高水平的学生。

以赛促改，对标全国加强人才选拔和培养机制建设

由于近来世赛的升温，上海有20所中职校被人力资源社会保障部命名为世界技能大赛选手培养基地。人力、物力、资源投入之大，各中职校应积极探索如何利用各种相关资源，更好地利用世赛基地的优势，建立两大赛事梯队的培养，使得世赛和国赛在选手和教练培养上能够相辅相成，互相促进。同时，这些学校还应广泛开展宣传动员，吸引更多优秀的、有潜能的中职生积极参赛，逐步提升国赛的水平。

全国范围内技能竞赛氛围浓郁，各省市高度重视、大力投入，这也给上海参赛队提出了重要的挑战。从全国范围来看，除了一直以来实力较强的江苏、山东、浙江、广东等省市以外，今年国赛还涌现了河南省、湖南省、山西省、安徽省、福建省等一批实力强劲的新秀。

在上海，全国比赛前与兄弟省市参赛选手进行拉练比赛，是多年来一直保持的传统。今年全国大赛之前，上海市经济管理学校分布式光伏系统安装调试与应用项目参赛团队，就与全国较强的兄弟队伍进行了赛前拉练比赛。“一方面了解其他队伍的备赛情况如何，也从对抗中寻找自己的定位和不足，更是赛前一次珍贵的心理素质训练。”上海市经济管理学校参赛队选手王权说，这次拉练，确实丰富了选手们的临场经验。比如拉练比赛的场地与学校不同，很多选手因此影响了睡眠，需要提前布置、调整房间环境。这些对于全国大赛之前的备战而言，虽然细小，但十分重要。

如何应对越来越激烈的区域竞争、如何争取新的发展优势，如何在教学改革中融入新的国赛内容？从今年的竞赛成绩来看，一些往年的优势赛项在融合了世赛内容后，上海也失去优势，除了进一步提升教师业务能力和指导水平以外，“好苗子”是关键，科学规范的人才选拔和培养机制是保障。

对此，上海应进一步加强整体谋划和重点布局，制定更加科学、精准、高效的人才选拔和培养机制与办法，鼓励各中职学校积极参与各级竞赛，为提升中职学生职业技能水平创设更好的人才培养机制和氛围。

