

# 体育专业职业生涯规划书 体育教育专业 大学生职业生涯规划书(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 体育专业职业生涯规划书篇一

中西医临床医学专业的就业前景还是不错的，如果你能够掌握中西医学基本理论和基本技能，并良好的人文素质和社会适应能力，可以从事医药卫生行业的医疗、科研、教学、社区保健、卫生防疫、卫生行政事业管理等工作。并且本专业硕士研究生招生量较大，可继续求学深造。尤其随着国民经济发展，人民生活水平提高，全面建设小康社会的奋斗目标的确立，中西医临床医学就业前景良好。

我的性格

我的兴趣

对于我的兴趣，说实话我自己苦恼了很久，因为我没有很感兴趣的一方面。属于喜欢的方面很多，但实际有没有一个比较专一的类型。别人都说，每个人做好有自己比较拿手的一方面，所以的兴趣是军事，听歌等等。

我的价值观

虽然自己无法像为人那样对国家和社会做出很大的贡献，但是我会尽自己的力量做好自己。坚持积极的生活态度，保持良好的心态，遇到挫折永不气馁面对困难敢于挑战，做好吃苦耐劳的准备迎接一切坎坷与挫折，尽自己的努力照着自已

的梦想靠近，坚持自己，相信自我。

## 我的能力

我是一个大二的学生，目前来看，现在我在各个方面都不是很突出，但是我认为经过社会的学习与锻炼首先一定会掌握运用本专业知识的能力，其次，通过各种社会实践活动也会培养较好的与人沟通的能力。

优势与优点，班级群众基础好，动手能力较强。做事仔细认真、踏实，友善待人，做事锲而不舍，勤于思考，考虑问题全面。

劣势与缺点：英语成绩还不是非常的，人生阅历还不是很丰富，系统分析问题的能力还较弱。我一字以来都是偏内向的人，虽然多年来有所改进，但是在社交方面仍然比较欠缺。

## 职业现状

由于交通运输事业的飞速发展，汽车逐步进入家庭，汽车的各种服务也不断需要完善。因此汽车专业就业前景逐渐明媚，汽车制造业市场调研报告得知，汽车专业就是现代随汽车工业不断发展而出来的一个专门服务与这个行业的专业系，是一个非常大的概念。汽车专业就业前景非常广阔，主要包括，基本是围绕汽车行业研发，制造，销售，售后服务。这些过程都是属于汽车专业的范畴，这些证明了汽车专业就业前景是很广泛的。国家信息中心预测[]20xx年是我国汽车产业的第二个高速期的起点[]20xx年经济增长水平与汽车政策的这种组合决定了20xx年汽车市场将保持长期潜在的正常快速增长水平(15%)。但考虑20xx年振兴政策仍存在未释放完的因素。所以[]20xx年乘用车内需增长率将略高于长期潜在增长率，预计20%左右。

## 就业方向

现在我们所以的汽车类专业，是社会上热门行业

毕业生可在国家机关或企事业单位工作

从事各种现在汽车的维修综合性能的检测技术管理等工作

在汽车制造企业从事操作或技术类工作

从事汽车及汽车零件配件销售或售后服务等工作

从事汽车技术服务与贸易汽车保险与理赔等工作

从事汽车运输管路交通运输组织管理等技术和管理工作

swot分析

**strength**□汽车行业正在飞速发展，带动了经济的发展。跟加重要的事带动的人才市场的发展也就是汽车人才的需求。随着人们经济的增长，汽车行业会保持这一定的增长力。这不是别的行业所不具备的。同时国家促进汽车保有量的增加。这就为汽车人才保证了就业基础。

**weaknesse**□20xx年全球汽车市场格局变化可能性预期20xx年开始，从美国开始的金融危机席卷全球，全球范围内经济受到冲击，美国等全球主要国家汽车产业受到了严重打击，同比大幅降低，美国失去全球大汽车市场的地位。与此同时，中国市场发力□20xx年中国增速达到了46.15%。中国市场在全球市场中的地位日益凸显□20xx年中国汽车市场占全球汽车市场比重从20xx年的12.79%增至20xx年的22.05%，中国在全球汽车市场的影响力几近翻番。

**threat**□现在求高素质人才，大学生已不再是稀有人才，反而变得随处可见。所以如果没有好的成绩，必将被淘汰，学校竞争更加加剧.生活压力变大。

千里之行始于足下。好的开始，能让自己走得更好。我先为自己在未来的20xx年做好规划，希望可以走好步，为以后更长的道路打下坚实的基础。

## 总体目标和规划

一) 20xx年到20xx完成大学本科学业，并取得相应的学位证书，顺利通过与未来自己从事工作相关的职业考试取得相应的证书。

(二)、利用一年的时间熟悉并适应社会，适应，学会处理各种各样的事情。

(三)20xx年到20xx从事汽车研究员。从事汽车行业要有稳定的工作场所，有自己的工作队伍，在此期间继续跟老员工学习技巧，及一些专业知识。

## 短期规划——大学生活的规划

时光飞逝，在我写自己人生规划书的时候，我的大二生活也过一大半了，在此，我短期的规划从我的现在开始。

(一)在20xx年6月通过英语四级和计算机二级，在大三考取英语口语等级证书。

(二)在校期间多做一些志愿活动，尽自己的微薄之力帮助那些需要帮助的人，争取在毕业之前加入共产党。

(三)从大二开始准备，同时为英语口语考试、计算机二级考试做好准备，刻苦学习，为目标而奋斗。

(四)认真学好专业知识，取得在毕业的时候能够相应的学位证书。

(五)多跑图书馆，多看、多查阅与自己专业相关的资料，扩展视野；多参加体育锻炼，增强体质；积极参加集体和社会实践，培养团队意识和合作意识。

以上是我对未来20xx年的，有目标，才会有动力；有信念，才会坚定地沿着自己要走的路走下去；有规划，才会让自己的人生少走弯路，我相信我可以做到！

阿基米德只需要一个支点就可以把地球撬动，我只要给自己找到一个适合自己，能够充分展现自我，实现自我价值的基点即可。而这个基点就是我的职业生涯规划。我的规划不会随着时间的推移有太大的变化，但是会根据时代的发展、社会的需要做相应的调整。事情不会一成不变，很多时候，计划赶不上变化，我会对自己的规划进行适时的调整，并每半年做一次自我评估，按照实际情况作出一些更好的调整以适应社会的新变化。

既然选择了远方，便只顾风雨兼程！我既然选择了这样一条我自己想要走的路，那么我会拿出我的勇气、我的信心、我的执着坚定不移地为之拼搏奋斗。

## 体育专业职业生涯规划书篇二

姓名：###

性别：男

出生年月：1992年1月

性格：内外向 兼之

学历：大学本科一年级

专业：社会体育

座右铭：自信是成功的第一秘诀

## 二、大学毕业后的十年总体规划时间

### 大学生职业生涯规划书(社会体育专业)

#### 前言

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己的职业生涯进行规划，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

## 二、大学毕业后的十年总体规划时间

美好愿望： 希望以后可以有个自己的公司，或者可以拥有一家自己开的健身俱乐部

职业方向： 公司里的体育顾问、社会体育指导员、体育老师

## 三、自我盘点：

(3)气质：自我形象较好，谈吐得体，具有一定亲和力；

(4)学习能力：领悟性较强；

## 2、优势盘点：

从小生活条件艰苦，让我养成了不怕苦的精神，创业是一个艰苦的过程，在这个漫长艰苦的过程中，它将是唯一的，也是最宝贵的财富。

### 3、劣势盘点：

因为来自农村，没有经济基础，决定了我的事业起点相对言要低，而且，到目前为

止，还没有任何工作经验，各类荣誉证书太少。

### 4、优点：

乐观，开朗，胆大，有一股不服输的屈气。

### 5、缺点：

做事不够细心，有时候也比较怀疑自己的能力， 惰性较大。

## 四、解决自我盘点中的劣势和缺点

当劣势和缺点成为了你前进道路上的障碍时，就应充分得用你的优点，让其把你带出围障；虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

## 五、 社会环境分析

1、一般社会环境：电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。

2、特殊社会环境：社会的发展，人们体育价值观念的转变，再加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使社会体育得到广泛的开展。社会体育专业是新兴专业，前景挺好的。而且随着2017奥运会之后我国体育方向的转变——全民健身的方向，我们社会体育的学生就业

就好了。

## 六、角色建议：

父亲：目前，必须搞好学习，为以后找工作奠定基础，同时，还要多锻炼自己，让自己成为同龄人中的强者。

母亲：学习要认真，最好要考研。

老师：聪明、机灵古怪。

同学：有较强的工作能力。

## 七、职业生涯规划

### 1、学习生活规划

大学一年级：了解大学年活，了解专业知识，了解专业前景，了解大学期间应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。

大学二年级：熟悉掌握专业课知识，尽最大的努力考英语4级。考一些跟自己的专业有关有用的证书。

大学三年级：着重提高自己的工作能力、交际能力、动手能力和环境适应能力，同时极锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性；尽量多体验兼职，积累工作经验，大学四年级：目标应锁定在工作申请及成功就业上，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。

《社会体育专业大学生职业生涯规划书》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。



## 体育专业职业生涯规划书篇三

2、掌握舞蹈方位、力度、感觉。

3、发展学员的柔韧性和协调性，树立学员大胆表现的个性。

4、增进学员的灵活的形体，培养学员群体的合作精神。

5、培养学员舞台表现能力，增进他们的表现欲。

6、使学员们对舞蹈表演产生浓厚的兴趣，善于用肢体语言表现自己最美丽的一面。

3、通过舞蹈特长培训使孩子们的形体得到良好的发展，使学员们在舞蹈训练中感受舞蹈的乐趣，提高学员们的审美能力。

4、了解我国不同民族舞蹈和外国个别特色舞蹈，在基本功训练的基础上感受舞台表演使孩子们的特长得到充分展示。通过各种民族音乐学习表演各种民族舞蹈。

1、练习：压腿（前、旁、后），踢腿（前、旁、后），控腿，腰的训练

2、中间动作：大踢腿（前旁后）、大跳，倒踢紫金冠，转的技巧，舞姿训练。

3、舞蹈技巧训练：身、跳、翻、转等训练。

1、学习广场舞、汉族舞、等。

教学内容

第一阶段：基本内容

1、认识舞蹈

## 2、舞蹈的基本功训练

第二阶段：兴趣培养、分类舞蹈的基本动作体验。

民族舞部分：汉民间舞蹈

第三阶段：完整舞蹈小组合的学习

1、民族舞蹈

2、形体舞蹈

第四阶段：展示

九月份：基本内容：

认识舞蹈、了解舞蹈、站立的姿势、优美的体态

正、旁、后压腿、行进中的正、旁踢腿

把杆上的后踢腿、地面上的踢腿组合

把杆上的开肩练习、下叉（竖叉、横叉）

跪立的'空腰、跪立的下小腰

平躺的反手撑腰、直立的涮腰练习

十月份：兴趣培养、分类舞蹈的基本动作和组合

汉民间舞蹈的基本动作。一年级小学员学习舞蹈（欢聚一堂）

十一月份：完整舞蹈的学习（小苹果）（火火中国风）

分解舞蹈动作的学习

编排舞蹈动作的顺序进行训练

完整舞蹈的训练，配乐舞蹈训练

体能的练习、舞蹈的巩固

十二月份——一月份：舞蹈的展示

巩固舞蹈，进行展示。

## 体育专业职业生涯规划书篇四

姓名：张莲秀

学号：36018

为自己拟定一个职业生涯规划，给自己制定一个科学的、合理的目标，使自己的学习和生活更具有针对性和目的性，更具地里，有所指引，所以，制定这样一个规划是非常必要而且迫切的。因为对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的职业生涯规划，势必会造成生命和时间的浪费。作为当代大学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？。

### 1. 我的职业兴趣

生活型：强调工作与生活的整合，喜欢平衡个人、工作、家庭的需要，喜欢弹性的工作环境，不希望承担超出最低工作要求之外的其他工作，甚至可以牺牲工作中的某些方面来换取三者的平衡，对成功的定义比职业的成功更广泛。

分析

strengths□(优势)

1. 对所学专业有很浓厚的兴趣。
2. 自身性格适合深造该专业

### weaknesse□

1. 考虑问题不够全面。
2. 不喜欢处理复杂的人际关系，思想过于单纯。
3. 能用到的资源不丰富。

### opportunitie□

1. 国家对该类型人才的需求量大，
2. 国家对农业行业的支持，
3. 中国农村、农业人口庞大，市场广阔。
- 4、国家大力支持三农问题的解决。
- 5、该行业尚不完善，活动空间大。

### threat□

1. 毕业后涌向该行业的毕业生太多，竞争激励。
2. 由于多数农民的知识程度不会太高，对新事物的接受能力弱，工作难以进行。
3. 职业分析和职业前景展望

农业保险的现状

农业保险是指为农业生产者在从事种植业和养殖业生产过程中，对遭受自然灾害和意外事故所造成的经济损失提供保障的一种保险。近年来，农业保险在各级政府政策的大力支持下保持了较快发展势头。目前，农业保险的'承保险种明显增多，业务规模不断增大，覆盖领域逐步拓宽，保险主体日益多元，功能作用逐步发挥，各项试点逐步推进，具体表现在以下几个方面。

(一) 政策性农业保险试点工作逐步推进

(二) 政策性农业保险服务领域不断拓宽

(三) 政策新农业保险组织形式向多元化方向发展

(四) 政策性农业保险的功能作用逐步发挥

但是现阶段政策性农业保险发展中存在许多问题，主要问题有：

(一) 对政策性农业保险的认识不够明确

(二) 农民收入水平低，保险意识淡薄

(三) 保险公司经营管理技术水平落后

(四) 缺乏完善的法律法规支持

(五) 地方政府对政策性农业保险的财政补贴缺乏长效机制

(六) 巨灾风险分散体系和农业保险再保险机制的缺失

(七) 目前政策性农业保险保费补贴方式存在诸多隐患

从供给看，保险公司对农业保险的供给不足。保险机构少、覆盖面低，农业保险险种单一，农业保险人才匮乏；从需求

看，农牧民对农业保险的有效需求严重不足。农牧民农业保险意识淡薄。地处经济较发达地区的广大农牧民，通过保险机构的保险宣传，对农业保险知识有一定了解，但存有侥幸心理，致使投保积极性不高。不发达地区农牧民则受收入、经济与市场环境等因素影响，又缺乏专业保险机构开展宣传，基本没有农业保险意识。由此观之，农业保险虽然有一定的风险可能，但前景是美好的。在工作中为自己补充所需的知识和技能。

#### 4. 毕业后的十年规划(---2022年)

我的职业方向:保险经纪人、保险公估人

经济目标: 年薪8万

成功标准: 个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。

### 体育专业职业生涯规划书篇五

随着就业压力不断增大，高校应届毕业生更愿意毕业后自谋职业，直接参加工作。如北京市人事局毕业生就业网对届应届大学毕业生的网上随机调查显示：选择毕业后参加工作的占67.05%，考研或继续上学的占15.65%，出国留学的占5.33%，顺其自然、过段时间再考虑的占11.96%。可见，毕业后自谋职业，直接开始工作，是大学生实现初次就业的主要选择路

径。如果你的职业规划也是从这一路径开始，那么你就要提前做好求职的充分准备，将自己的择业与社会需要、个人优势、自我成长、社会就业形势、未来目标等紧密结合，明确自己的起点，准确选择好求职的行业、地区和层次，注重与自己的职业能力、职业素质相匹配，做好求职的心理准备，有针对性地积极参加各种类型的招聘会，抓住机会及时就业。

## 一、个人资料

姓名：

性别：

出生年月：1988年1月

性格：内外向兼之

学历：大学本科一年级

专业：社会体育

座右铭：自信是成功的秘诀

## 二、大学毕业后的十年总体规划时间

美好愿望：希望以后可以有个自己的公司，或者可以拥有一家自己开的健身俱乐部

职业方向：公司里的体育顾问、社会体育指导员、体育老师

自我盘点

(3) 气质：自我形象较好，谈吐得体，具有一定亲和力；

(4) 学习能力：领悟性较强；

## 2、优势盘点：

从小生活条件艰苦，让我养成了不怕苦的精神，创业是一个艰苦的过程，在这个漫长艰苦的过程中，它将是我的，也是宝贵的财富。

## 3、劣势盘点：

因为来自农村，没有经济基础，决定了我的事业起点相对言要低，而且，到目前为止，还没有任何工作经验，各类荣誉证书太少。

## 4、优点：

乐观，开朗，胆大，有一股不服输的屈气。

## 5、缺点：

做事不够细心，有时候也比较怀疑自己的能力，惰性较大。

## 四、解决自我盘点中的劣势和缺点

当劣势和缺点成为了你前进道路上的障碍时，就应充分得用你的优点，让其把你带出围障；虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

## 五、社会环境分析

1、一般社会环境：电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。



2、特殊社会环境：社会的发展，人们体育价值观念的转变，再加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使社会体育得到广泛的开展。社会体育专业是新兴专业，前景挺好的。而且随着奥运会之后我国体育方向的转变——全民健身的方向，我们社会体育的学生就业就好了。

## 六、角色建议

父亲：目前，必须搞好学习，为以后找工作奠定基础，同时，还要多锻炼自己，让自己成为同龄人中的强者。

母亲：学习要认真，要考研。

老师：聪明、机灵古怪。

同学：有较强的工作能力。

## 七、职业生涯规划

### 1、学习生活规划

大学一年级：了解大学年活，了解专业知识，了解专业前景，了解大学期间应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。

大学二年级：熟悉掌握专业课知识，尽的努力考英语4级。考一些跟自己的专业有关有用的证书。

大学四年级：目标应锁定在工作申请及成功就业上，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。

### 2、近十年的目标

~：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

~：贮备资金，积累经验；

：了解市场行情；

：筹划资金，办理相关的手续，准备建立公司；

2022年：拥有自己的公司或健身俱乐部

### 3、求职计划

(1)学位证书、资格证书，是我们求职的敲门砖，是一个公司招聘人才的首要条件，因此，我们要在大学生期间，拿到相关的证书。

(2)公司招聘人才看的不仅是文凭和证书，更多的是注重的个人的能力与素质，所以，我们在大学期间学习的同时，还在注重的是个人素质的提高和能力的培养。

(3)对于刚毕业的大学生来说，经验的缺乏是一个很突出的问题，要想在众多应聘者中脱颖而出，就要在变方面占优势才行，所以，我们还要在大学生活中积累更多的工作经验，这一方面可以通过兼职来实现，但在其过程中，要懂得经验。

(4)一定要在大四之前把简历制好，留下更多的时间来找工作。

(5)要时刻关注招聘信息，积级参加招聘活动，在公司选择我们的同时也选择一个适合自己的公司。

### 八、结束语

任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未

知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。