

2023年全国大学生职业生涯规划大赛(实用10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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

全国大学生职业生涯规划大赛篇一

面对严峻的就业形势，希望举办职业生涯规划大赛，帮助同学们树立生涯规划知识，掌握职业生涯规划基本知识，树立正确的人生目标和就业观念，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，增强毕业生的就业竞争力，帮助就业生成功就业。

全国大学生职业生涯规划大赛篇二

古语有云：“凡事预则立，不预则废。”面对日益严峻的就业压力，大学生应该尽早地进行大学生职业生涯规划，规划好大学四年的学习、生活、工作，合理的安排大学四年时间，避免学习的盲目性和被动性，并确定职业发展方向和实施策略，使大学生在大学期间和以后的人生发展道路中少走弯路。

本次赛事旨在引导大学生以科学的态度规划自己的职业生涯，使职业规划理念深入人心，激发大学生的学习热情和学习动力，进而提高我校学生的就业竞争力，赢在职场的起跑线上。本次大赛由楚雄师范学院团学工作部主办，政管系团总支、政管系大学生艺术团、雁岭广播站承办，将配套举办相关的讲座、论坛等系列活动，邀请优秀学生对参赛选手进行指导，力图以我们最大的努力帮助选手规划好自己的人生。同时，以此项活动为契机，形成适合我校就业指导工作体系和特色，促进学风建设，推动我校大学生就业指导工作的进一步发展。

全国大学生职业生涯规划大赛篇三

为切实贯彻落实xx在全国教育工作会议上提出的“建立和完善高校毕业生就业服务体系”和《教育规划纲要》“加强就业创业教育和就业指导服务”的总体部署要求，引导广大学生树立正确的成才就业观，在教育部高校学生司指导下，全国高等学校学生信息咨询与就业指导中心特举办全国大学生职业生涯规划大赛。

全国大学生职业生涯规划大赛篇四

1. 高度重视，加强领导。本次职业生涯规划大赛重在引导学生树立正确的职业规划意识，为广大学生提供了交流和学习的重要平台，是广大学生认识社会、认识自身的重要机会。
2. 广泛宣传，营造氛围。各学院要高度重视此次活动的开展，及时成立组织和协调机构，指派专人负责活动的开展。要积极做好大赛活动的宣传发动工作，充分利用多种途径在校内广泛宣传、发布活动信息，确保本学院学生及时了解相关情况，发动学生积极参加本次活动，并组织做好本学院初赛。
3. 严格要求，密切配合。各学院要密切配合组织单位，发挥优势，加强协调，对于初赛参赛作品，各学院要组织相关教师认真评审和答辩，对于有思想、有潜力、质量高的参赛作品进行重点指导，如果整体参赛作品质量较好，经同意后可以适当放宽参加复赛的名额。

全国大学生职业生涯规划大赛篇五

为了响应国家教育部关于培养大学生创新精神的号召，经过一系列的准备和筹划，我们举行了大学生职业生涯规划大赛数计学院初赛，本次活动是在9月10号开始启动的，在开始报名后得到了包括专科部在内的各个年级学生的支持，报名人

数多达100人以上，最后以班级为单位进行筛选，优秀者进入学院选拔，初赛以“职业生涯规划设计参赛作品”为评选内容，提交书面文档，并包括现场展示和答辩环节，提高了参赛选手的竞争力。

本次大赛目的在于，希望能帮助学生尽早树立职业生涯规划意识，引导大学生以科学态度和理念规划自己的大学生活，变被动学习为主动学习，变被动就业和主动择业。通过大赛的活动帮助学生学习 and 掌握职业规划基本方法，树立正确的成才观和就业观，唤醒大学生的就业自助意识，提升大学生的职业素质，提高大学生的就业竞争能力。

初赛当天，18位选手参与答辩，作品展示并顺利地回答了评委的问题，参赛作品较多，选手个人所展示时间没有把握得很准确。初赛具体环节是这样的：先由选手展示作品，部分选手采用ppt的形式，经过自我展示，然后回答评委提出的问题。

经过两个多小时激烈的角逐产生了本次初赛的了一等奖，二等奖，三等奖各一名，优秀奖若干。获奖名单如下：

此次比赛，充分展示了大学生朝气蓬勃的精神风貌及职场新人的职业形象。比赛选手们的演讲充满激情、肢体语言恰当丰富、富有感染力，使更多的同学了解到大学生职业规划的重要性，通过人生职业规划掌握命运风帆，使每个人都受益匪浅。

社会动向的把握和准备。

对于06级同学来说，已经大四了，这样的一个比赛更能让他们清楚地明吧，进入社会工作要准备一些什么，以及该向那方面发展，对于未来毕业找工作的准备更加明确清楚，对于其他年级的同学尤其是新生，能够让他们更加明确自己在大学的目标和任务，能够更加有针对性的进行学习 with 锻炼，使

得自己的未来有目标性，总之这样的一场比赛，同学们收获的不仅仅是奖项或者是比赛经验，更多的是对未来的规划与目标。

回顾职业生涯规划大赛系列活动的整个过程，有许多经验值得我们认真总结。

第一，通过评委评分，使我们对比赛的公平性有着一定的信心，并且从评委他们身上学习到很多有建设性的见解。

第二，全院同学对此次比赛都相当重视大家都纷纷参与，在大赛进行过程中提出了很多很衷肯的建议和意见。从而让我们能够不断修正当初定下的方案使之更加完善。

第三，为了便于活动的顺利开展，我们对此次活动作了全面的宣传，使同学们对我们的活动有更加深入的了解，为活动的举行营造了良好的舆论氛围。

第四，此次的成果是毋庸置疑的，我们选出了一部分质量较高的作品。

由于时间较仓促，工作开展碰到了一些问题。很大程度上由于本人在举办这方面的活动经验不足的原因，也在各阶段活动开展的过程中，碰到过各种方面的问题，基于此类问题，我们要与比赛相关指导老师多交流，这次活动的成功进行都与大家的努力分不开，不仅是关于职业生涯规划设计方面经验，还有关于具体比赛流程方案等，大家的意见可以增强我们对比赛的组织能力以及把握能力，希望我们在交流中学习，在交流中进步，争取以后做得更好。

数计学院团总支学生会

09□09.21

医学院 为深入贯彻落实科学发展观，做好毕业生就业工作，帮助我院学生树立正确的人生目标和就业观念，增强竞争意识、危机意识、职业规划意识，用科学发展观规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动择业”，增强就业竞争力，用高效行动去实现职业目标。为此我院举办了“大学生职业生涯规划设计系列活动”。

活动历经了班级预赛、系级复赛、院级决赛三个阶段。通过“人人参与，人人演讲”的形式，达到了全面提高同学们的自我认识，树立正确的成才观和就业观，发掘自身潜力，学会科学定位，从而提高就业竞争力的目的，现将本次活动作如下总结：

一、活动所得成绩

回顾职业生涯规划大赛系列活动的整个过程，有许多经验值得我们认真总结。

《大学生职业生涯规划设计大赛总结》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。

全国大学生职业生涯规划大赛篇六

“大学生职业生涯规划设计大赛”活动总结 为提高我系学生综合素质，增强就业竞争力，帮助学生更好的明确学习目标，让同学们从观念、心态、知识、技能等方面做好应对竞争压力和职业挑战的全面准备，使他们能够更好的适应市场经济发展对人才的要求，团委决定举办第二届大学生“职业生涯规划设计大赛”

2017年11月27日下午3：30本次活动在大家的期待下在教学楼b302如期进行。本次活动分为四个环节，第一环节为主持

人介绍评委组成员，并介绍演讲规则，与会的评委有团委书记王贡献老师和学工处徐晓刚等五位老师。第二环节进入比赛，参赛选手阐述自己职业生涯规划：在内容上，选手们主题鲜明、突出，观点正确、鲜明，角度新颖、得当。材料典型、充分，事、情、理交融，逻辑严谨，说服力强，充分借助了多媒体的优势，精心制作了ppt幻灯片，更加直观的向评委和大家描述了自己的观点。在演讲技巧上，普通话标准，口齿清晰，语言形象、生动，动作表情直观、灵活，感情饱满。在演讲效果上具有较强的感召力和说服力以及激励性，整个态度亲切，精神饱满。第三环节为评委对参赛选手进行提问并给分，评委们具有针对性的对每一位选手作出提问，并且给他们以宝贵的建议，选手们则发挥充分才智一一作出回答。最后一个环节为主持人公布成绩与获奖名单。

我们学习部全体成员以及宣传部部分成员团结一心，各司其职，互相配合顺利完成了这次的活动。当然活动中也有美中不足的，部分参赛选手没有做到完全的脱稿，超时现象也较普遍，这都与我们的宣传不当有关，再有就是教室的领取也临时出了点小问题。

活动中学到了许许多多。

活动目的

为丰富大学生的大学生活，和拓展对专业领域知识的了解，以及对在校三年有一个大概的想法，去更好的认识自己，认识自己所处的环境，理性地思考自己的未来，科学地规划自己的生涯蓝图，让自己的学习生活变得更加充实和有意义，让将来的生活更加绚烂。护理学院为提高学生专业技能、职业素养，即以学生为本的宗旨，举办了此次职业规划比赛。

活动准备

- 1、院党委宣传部负责统筹策划大赛文宣工作和各类宣传文稿

的审核、把关、汇总。

活动流程

1. 现场播放宣传片。
2. 主持人致开幕词，宣布比赛开始。
3. 介绍评委老师。
4. 选手依次上台演示个人ppt□现场答辩以及才艺展示，同时评委老师现场打分。
5. 主持人宣布比赛结果；
6. 有请领导为获奖选手颁奖；
7. 主持人宣布比赛结束。
9. 合影留念

比赛过程

第一，学生树立了正确的就业观。活动很好地传播了职业规划的理念，使全院同学充分认识了自己，学会了客观地分析环境，并且能够科学地树立目标，做出正确的职业选择，为以后就业奠定了基础。对促进我院毕业生就业工作具有积极的作用和深远的影响。

第二、学生制定了具体的职业目标。职能部门精心策划，通过活动前宣传、职业生涯规划主题班会、各系初赛、学院复赛及决赛几个阶段，使全院学生都参与到活动来，使同学们深入地了解职业规划的重要性，培养了同学们分析问题的能力，都能根据自己的实际情况制定了具体的职业目标，增加

了同学们的自信心，从而达到预期效果。

第三、锻炼了学生的三种能力。

1、组织协调能力。通过活动学生能根据自己的实际情况，预见未来的要求、机会和不利因素，并做出职业生涯规划，规划切实可行，具有可操作性，组织实施严密，有条不紊，主次分明，而且合理调配、安置人财物等有关资源，做到人尽其才、物为其用、财尽其力，善于总结提高，把感性认识上升到理性认识，更好地开展工作。

2、语言表达能力。流利自如、文雅幽默机智又风趣的谈吐是成功就业的必备条件。通过职业生涯规划比赛使学生在演讲和辩论中有意识地剔除了口语杂质，提高了语音表达能力和沟通能力，交际充满自信，能自如应对面试，沟通肢体语言正确亲切，使学生迅速提升应聘自信心，从而获得用人单位的青睐，赢得了就业先机。

3、实际操作能力。学生对职业生涯规划知之甚少，大赛筹备小组对活动方案进行了认

真讨论，对活动全过程进行了仔细设计、论证，在活动开始前确定了正确的指导方针，形成了一整套可操作性强的活动方案；现场演示能力、操作能力都明显提高，学生通过参加活动，对自己的职业生涯进行了合理的规划，学习的目的性更强、学习更加主动，实际创作能力普遍得到了提高。

第四，提升了学生的就业能力。今年全球金融危机带来的严峻就业形势，由于职业生涯规划活动的开展，学生的就业定位比较准确，就业能力得到提升。

第五、提高了就业指导老师的`工作水平。如何指导学生进行职业生涯规划是摆在我们面前的一个新课题，在这次活动中，我们的就业指导老师全程参与指导和辅导学生进行职业生涯

规划，他们通过查阅资料、讨论、教学研究活动、观摩和修改学生作品，提高了自己的就业指导工作水平。

活动中的不足及今后的打算

此次举办职业生涯规划活动，经验不足，在各阶段活动开展的过程中，碰到过各种方面的问题，同学们开始对此了解认识不够，前期工作开展比较困难。

为了更好地指导学生进行职业生涯规划，使就业指导工作事半功倍，我们在今后的工作中力争做到：

1、职业生涯规划指导常规化：就是要将职业生规划的指导工作贯穿于全学程，使教室、实验室、寝室和实习单位都成为我们的指导场所。

2、职业生涯规划比赛制度化：就是在成功举办的首届职业生涯规划大赛的基础上，建立职业生涯规划比赛的相关制度，每两年举办一次比赛。

3、活动方案多元化：就是在形成活动方案时多与比赛相关指导老师和专家多交流，多征求相关部门的意见，使活动方案更加完善，更具操作性。

4、指导学生具体化：就是通过职业生涯规划指导引导学生走进职场，走近职业人士；

通过课后布置人物访谈，个别辅导，课上讲述过程与收获，确保大多数同学通过课程能主动和有意识的去寻找、发现和接触职场目标人物。

5、指导老师专业化：就是要加大投入，利用三到五年的时间，通过自学、外出培训等形式，培养10名具有中级以上职业生涯规划指导教师资格的指导教师。

活动总结

我们举办这个活动，主要是为了让同学们认识到职业生涯规划的重要意义，明白职业生涯规划将伴随我们的大半生，拥有成功的职业规划才能实现完美的人生。尽管活动是结束了，可是留给我们的却是回味无穷。本次活动还存在着许多的不足之处，比如：活动时间有点赶，没有考虑到新生活的活动比较多，同学们老师都比较忙，导致活动因此延期。还有在比赛时选手不能脱稿进行演讲等。

尽管有许多缺点，但一个活动还是有一定的优点的：

1. 通过比赛，更多的大学生对职业生涯规划有一定的了解，使他们更有冲力，更具方向。。
2. 组织工作做的比较好，比赛过程中，没有出现重大失误，比赛圆满成功

全国大学生职业生涯规划大赛篇七

为普及大学生职业生涯规划知识，引导大学生树立正确的就业观，科学合理规划大学生生活，尽早树立职业规划意识，提升求职就业技能。12月11日14:30，由招生就业处和团委主办，大学生职业发展协会承办的潍坊学院第二届大学生职业生涯规划大赛决赛于闻韶楼报告厅举行，莅临本次大赛的评委以及嘉宾有发展规划处处长曲振国老师，发展规划处副处长毕廷廷老师，外国语学院综合办李忠玲老师，启航教育经理吉祥老师，招生就业处就业指导科科长陈衡老师，招生就业处就业指导科副科长刘磊老师，潜能影业艺术总监高舜到场观看比赛。

决赛分为ppt演讲进行职业规划和现场答辩两个环节。参赛选手结合ppt从自我认识、职业认知、职业生涯规划、制定行动

策略、计划修正与备选方案等五个方面进行阐述，评委根据学生的阐述以及规划方案设计进行提问。整个比赛过程紧张有序，学生们的职业生涯规划设计结构完整、逻辑清晰、条理清楚、详略得当、重点突出，职业生涯规划目标制定贴切合理，演讲过程富有感染力。

经过将近三个小时的比赛，张嘉玮同学以生动流畅的演讲和优异的职业规划设计获得了本次比赛的一等奖；葛巧婕，王雨欣，孙露获得二等奖；杨学萍，马欣，裴广蒙，杨睿，王孝磊，张栋凯获得三等奖。

比赛尾声，曲振国老师结合学生的表现对本次比赛进行点评。他深入浅出地分析了每个学生的优缺点，指出比赛中学生存在的问题，同时要求同学们树立职业规划意识、竞争意识和危机意识，明确自己的发展方向，充实自己的大学生活。

本次比赛的成功举办有力地传播和普及了职业规划理念，引导同学们学会科学定位自己的发展方向，通过对自身性格、兴趣、特长以及所处环境的客观、全面分析，充分认识自我、认清环境，积极应对社会就业形势变化，帮助同学们树立职业规划意识、竞争意识和危机意识，对同学们择业、就业具有积极的作用。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

搜索文档

全国大学生职业生涯规划大赛篇八

一、活动背景：

面对严峻的就业形势，希望举办职业生涯规划大赛，帮助同学们树立生涯规划知识，掌握职业生涯基本知识，树立正确的人生目标和就业观念，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，增强毕业生的就业竞争力，帮助就业生成功就业。

二、活动目的和意义：

为进一步提高我院学生的就业竞争力，举办林学院学院“大学职业生涯规划设计大赛”活动。通过举办“职业生涯规划设计大赛”，助我院学生尽早树立职业生涯规划意识，引导我院学生以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动就业”，让大家赢在起跑线上，成为职场上抢手的新人。同时也可有效地推动我院大学生就业指导工作的进一步发展。同时，培养同学们的创新精神，树立职业生涯规划理念，提高职业生涯规划意识，为将来顺利就业，创业，打下基础。

三、活动主题：

四、活动时间：04月22日

五、活动地点：林学楼报告厅

六、活动对象：林学院全体同学

七、负责部门：林学与园林学院学生会实践部

八、邀请嘉宾：林学院领导和嘉宾

九、活动流程：

活动前期：

1、邀请嘉宾

2、借助宣传部和网络部的力量，在院通知该比赛，扩大宣传力度。

活动中期：

比赛前实践部和宣传部的成员提前两个小时布置会场及检查音响，麦克风，并组织人员进场。网络部负责ppt播放事宜。

1、主持人自我介绍，介绍嘉宾及参赛选手。

2、领导致辞

3、参赛选手个人ppt展示，每人限时8分钟，时间提示方式：用手机，笔记本显示倒计时。

4、由嘉宾提问，指定选手回答，时间一小时三十分

5、无领导小组讨论，现场随机分组，限时三十分

6、职业角色模拟，限时四分钟

7、嘉宾评分，对获奖选手颁奖。

比赛后期：

1、由学生会成员打扫会场，总结此次活动中的不足，避免以后活动中出现同样的`错误。

十.备注：

- 1、准备扩音器
- 2、嘉宾未来齐，应核实情况，尽快通知并确定
- 3、若评分相等，评委根据参赛选手个人简历进行评分

十一、评分细则：

a□参赛作品要求内容完整、简明扼要、格式清晰，版面大方美观，创意新颖，能充分展现参赛者的大学生朝气蓬勃的精神风貌，充分展现职场新人的职业形象。

附件（二）

评分规则（满分50分）：

- 1根据规划内容评分。
- 2根据演讲能力评分。
- 3根据大体能力评分。

附表1：

评分项目

评分标准

分值

选手得分情况

备注

设计内容的完整性（20分）

1、有自我分析

2

2、有环境分析

2

3、有目标分析

2

4、有短期、中期、长期计划

2

5、有具体实施方案

2

6、有目标计策校正调整环节

2

设计内容的科学性可实施性（35分）

1、能对自身及外部环境进行全面、科学、客观的分析

4

2、能结合自身分析及外部环境设立合理的职业目标

3

3、能根据职业目标指定合理的短、中、长期计划

3

全国大学生职业生涯规划大赛篇九

5月28日下午，我校第二届大学生职业生涯规划大赛决赛在学校演播厅举行。校党委委员、纪委书记刘亦工、两办主任刘创、党委宣传部部长张剑桥、党委学工部部长柳周峰、教务处处长钟华、招就处处长汤福球、团委书记陈超文出席并担任本次大赛评委。

陈超文对第二届大学生职业生涯规划大赛予以充分肯定，从整体上讲述了各学院的参赛情况，并指出此次职业生涯规划大赛参赛规模大，活动范围广，越来越多的学生加入到职业规划的学习和实践活动中来，此届共有三千多名学生参加比赛；选手水平高，充分展示了我校学生风采和潜力；吸取上届工作经验教训，组织工作进一步完善，就业指导工作得到丰富和加强。

经过班级初赛、院级初赛、院级小组赛的层层筛选，来自各学院的13名同学脱颖而出，晋级本次决赛。此次比赛评分标准分为两大部分：现场ppt演示文稿的展示占作品总分的60%，职业规划书占40%。比赛现场，选手们一个个不甘示弱，以独特的风格展示出自己的职业规划。有把职业规划形容成为自己选婚纱，有用七色描绘自己的生活蓝图，也有用卡通艺术点亮自己的梦想。其中，美术学院08级环境艺术设计班彭浩以科学合理、切实可行的自我规划、真实动感的ppt自信风趣的谈吐、优雅帅气的举止荣获湖南理工学院第二届大学生职业生涯规划大赛决赛冠军。

刘亦工对本次比赛做了总结。一方面，他充分肯定了选手的精彩表现；另一方面，他就选手们在演讲过程中出现的不足提出三点建议。他强调，在自我认知方面，必须做到深入透

彻地把握自己；职业认知方面则应紧密联系社会现状及社会需求；而在计划路径实施过程中，要通过考级、考证来证实自己的实力。最后，他期望每位同学都能构建自己的梦想，然后朝着理想的目标努力奋斗。

全国大学生职业生涯规划大赛篇十

大学生职业生涯规划大赛活动策划书为了响应校区团工委的号召，推进学院就业指导工作，帮助大学生明确学习目标，促进学生树立职业意识，从观念、心态、技能等方面做好应对竞争压力和职业挑战的准备，更好的适应市场经济对人才的要求。经院团委研究，决定举办我院大学生职业规划设计大赛，现将有关事项通知如下：

一、活动主题：树立职业意识，规划精彩人生。

二、活动对象：全院学生

三、大赛规程：

1、比赛内容和形式：

本次比赛的内容主要是参赛选手设计书和制作“个人职业生涯规划ppt”电子稿件两部分。优秀作品通过“现场展示、现场解说”形式进行。分为初赛和决赛两部分。初赛以班为单位，选出的优秀作品将参加决赛。决赛时，通过“现场展示、现场解说”的形式进行。

2、参赛作品提交方式

参赛选手将个人职业生涯规划设计参赛作品上交到院学生会组织部。并将电子版材料发送至邮箱。截稿日期为3月26日。个人职业生涯规划作品必须有扉页和目录，并包括封面设计。扉页填写参赛者的真实姓名、专业班级、联系电话、邮箱等

相关信息。

3、院决赛设立一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名、优秀奖4名，颁发荣誉证书。届时由获得一等奖和二等奖的3名选手代表院里去参加校区的比赛。

四、相关要求

1、参赛选手结合自己的实际情况与社会需求，从专业、就业、职业等方面，按照“自我认知、职业认知、职业规划设计”三大步骤来进行职业生涯规划设计。

2、参赛作品要求内容完整、简明扼要，格式清晰，版面大方美观，创意新颖，能充分体现个性而不落俗套，文如其人，能充分展现参赛者的大学生朝气蓬勃的精神风貌，能充分展示职场新人的职业形象。

五、说明

1、各班要充分认识到开展大学生职业生涯规划活动的必要性和重要性，把此项活动作为大学生思想建设和成才教育的重要形式，认真做好赛前宣传和初赛组织工作。

2、参赛作品不得抄袭、剽窃、盗用、他人作品，一经发现即取消参赛资格，并予以通报批评。

3、所有参赛作品的著作权归参赛者和主办方共同所有，主办方有权将所有入选作品汇集成册并出版发行等。

4、所有参赛作品概不退稿，请自行保留底稿。

5、所有参赛作品均不得涉及暴力、色情、非法宗教宣传等与国家关法律、法规相抵触的内容。如遇此类投稿，主办方有权决定对其采取不予评审、不予发表或删除等措施。

6、大赛组委会拥有本届大赛活动的最终解释权。

六、号召

每个人都是自己的筑梦师。让我们从职业生涯规划做起，从现在开始做起！为了我们美好的明天，行动起来吧！

外国语学院团总支学生会组织部

[大学生职业生涯规划大赛活动策划书]