

# 最新职业规划大赛决赛主持稿(实用7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 职业规划大赛决赛主持稿篇一

各种资料显示，大学生毕业人数趋年增加，毕业生的就业越来越是问题。面对严峻的就业形势，职业发展联合会通过举办职业生涯规划大赛，帮助同学们尽早树立职业生涯规划意识，明确自己的人生目标，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动择业”，赢在职场起跑线上，成为抢手的职场新人，增强我校毕业生的就业竞争力。特举办“大学生职业生涯规划大赛”。

### 二活动目的

旨在培养大学生的创新精神和创业能力，树立职业生涯设计理念，合理规划职业生涯，激发自我潜能，拓展自身素质。[1]帮助广大同学明确学习目标，端正学习态度，增强学习动力，树立和提高职业规划的意识和能力[2]提高同学们制作自荐书及参加职场应聘的技巧和能力[3]创建一种学校和社会相结合的互动模式，给广大同学提供认识社会，认识职场的机会[4]丰富同学们的课余生活，提供实践、交流和学习的平台。

### 三活动时间

\*\*\*\*\*

## 四活动地点

\*\*\*\*\*

## 五参与单位与组织

职业发展联合会\*\*\*\*\*等

## 六活动内容

1. 职业规划的理解对个体未来职业发展进行策划和准备，包括确立阶段性或长期职业目标，确定适合个体的发展道路，明确将要进行的调整和各种准备。2. 职业规划的内容职业目标、职业发展道路、将要进行的准备工作等；涉及择业、调整职业和更大的发展计划；涉及自我认识、知识和能力的发展性培训，行为活动与态度、认知、价值观等几方面的调整和准备。要进行合理的职业设计，须从主观和客观两方面考虑。主观方面，涉及到个人的价值观、需求、能力、性格特点、发展取向等。客观方面，涉及到个体所处的社会环境和其他外在因素。

3. 职业生涯规划以书面形式呈交，做为初赛环节。决赛以演讲形式进行。初、决赛之间有一个起死回生环节，未入选同学自主报名，以演讲形式进行，从未通过初赛的选手中挑出部分进入决赛。

## 七活动流程

### 1. 准备阶段（1--2周）

**【1】** 完善并确定活动方案

**【2】** 本次活动经费准备

## 2. 宣传动员阶段（2--3天）

利用海报、网络等进行宣传动员，同时可在各二级学院宣传动员

## 3. 初赛阶段

【1】可以以班级形式组织学生报名

【2】递交职业生涯规划书，并为后期起死回生环节和决赛环节的演讲做准备

## 4. 起死回生环节

【1】组织未进入决赛的选手自主报名

## 5. 决赛阶段

【1】时间和地点

\*\*\*\*\*

【2】以演讲形式进行，伴有答辩环节现场

## 八专项事宜

### 1. 宣传工作（宣传部）

做好活动前后期的宣传工作，张贴分发宣传材料，与校园新闻部门的交接工作

### 2. 外联工作（外联部）

邀请商家参与活动赞助，邀请校内外单位和组织，购买或租赁活动所需物品

### 3. 筹备工作

活动摄影，报名活动，活动会场申请和布置，后勤工作等

### 4. 总结工作及评估工作(办公室和监察部)

#### 九大赛奖项事宜

一等奖：\*名相应奖品奖励

二等奖：\*名相应奖品奖励

三等奖：\*名相应奖品奖励

特等奖：\*名相应精品奖励

#### 十经费预算

#### 十一颁奖仪式

#### 大学生大赛职业规划六篇

#### 有关大学生大赛职业规划三篇

【精选】大学生大赛职业规划三篇

【精选】大学生大赛职业规划四篇

【精华】大学生职业规划锦集九篇

## 职业规划大赛决赛主持稿篇二

围绕“规划理想职业，成就精彩人生！”的主题，对自己的职业生涯进行适当、合理的规划。希望通过此次活动可以让外国语系的同学们可以认真的思考一下自己的职业生涯的规

划，且为之付出实际行动，减少毕业后盲目就业的现象。

通过职业规划大赛的活动形式，传播和普及职业规划理念，引领和示范职业规划实践，提升大学生职业素质和就业能力，帮助大学生学习与掌握职业规划的基本方法、树立正确的成才观和就业观，从根本上唤醒大学生的就业自助意识，并推动我院毕业生就业工作的深入开展。

5月中旬

浙江理工大学科技与艺术学院校园内

外国语系实践部

总负责人

实践部副部长：

活动策划人：

实践部副部长：

活动工作人员

实践部全体成员

（详细点）

一．前期宣传：

联系各班级班长和团支书，做好通知动员工作，充分调动大家参与活动的积极性，并事先提醒相关比赛注意事项，确保活动圆满成功。

二．大赛活动安排（报名阶段）

1. 赛选手对自己的职业进行规划，上交电子稿和打印稿（打印稿交至何处），截稿时间：5月15日下午4点邮箱地址：.
2. 邀请系辅导员、教学秘书及学生会主要干部评选出优秀作品（评分细则），颁发证书及奖品（可不要）。
3. 优秀作品展出。

一等奖1名二等奖2名三等奖3名

（放报名通知里就好）

1. 所有参赛作品概不退稿，请自行保留底稿。
2. 参赛者必须是参赛作品的原创作者，并保证其拥有该作品的合法著作权。
3. 所有报名参赛单位、参赛者均被视为同意并自愿遵守本届大赛比赛规程。
4. 大赛组委会拥有本届大赛活动的最终解释权。

大学生大赛职业规划六篇

有关大学生大赛职业规划三篇

**【精选】**大学生大赛职业规划三篇

**【精选】**大学生大赛职业规划四篇

**职业规划大赛决赛主持稿篇三**

一年一度的大学生职业规划大赛素质拓展训练在风景如画的二郎山开展，这次素质拓展训练让我受益匪浅，让我学到很多东西领悟到团队的价值人生的意义。

团队利益无小事，这是怎样高度的一种定义啊！在队友分工协作、各尽其能、高度负责，牵一发而动全身的社会，对团队是什么样的要求？是要求个人激发自我潜力，超越团队目标；是时刻认识到细节决定成败；是始终坚持一切团队利益高于个人利益。有了这些及共同目标，再加上充分的沟通才能造就卓越的团队。第一天我们早上5点多就起床迎接激动又兴奋地素质拓展训练。集合的过程有点长快7点才向目的地出发，到二郎山我们发现那太美了在这样优美的环境中训练在苦也觉得是一种美的享受。到达训练基地安顿好教练为我们做了自我介绍带我们做了一些小游戏。重要的一个环节是我们每个人都给自己取了一个代号，在素质拓展训练中我们一切职务都不再显现人与人之间都以代号相称。接下来我们明确了素质拓展训练的目标融炼团队、超越自我。我们的拓展训练项目有信任背摔、高空断桥、坎坷人生路、翻越毕业墙。

信任背摔中我深刻体会到团队信任的重要性。在这个项目中每名伙伴从1、7米的高台上背对下面倒下去，下面有6组伙伴搭建的人梯将其接住。试问我们正常人谁敢背对着地面从高台上跳下去，正是有了伙伴的支持与帮助、有了团队伙伴之间的信任才有可能将这项活动很好地进行下去，也让参与这项活动的队友有了深刻的感悟。这项活动不仅仅是团队之间的信任还有队友的牺牲精神、团队之间的友爱与帮助。成为一支优秀的团队这些都是必不可少的因素。

高空断桥是一项挑战性很高的训练项目，队友系好安全带后爬上8米高的跳台然后跨越1、2米的断桥再降落下来。这项活动可以考验队友的冒险性与挑战力。我上到8米的高台上走到断桥尽头的时候也有些恐惧，但我就死死盯住对面的目标我就给自己一剂定心丸——我一定能到达对面的目标，默数三二一我就勇敢的跳出去了结果就落到了对面的跳台上了。当人们面临危险与挑战的时候要勇敢，要坚定，要自信不要过多犹豫。有的队友站在跳台上一直害怕左看看又看就不敢跳，不要犹豫勇敢一点每个人都能跳过去。人都有无比强大的潜力就看你如何将它激发出来。学会战胜自己，最大的敌人就

是自己，克服自己内心不利于成功的因素，我们就能做最优秀的自己。

坎坷人生路是一个励志感人的情景剧，他让我们深刻的体会到了人与人之间的亲情、友情、爱情。一个幸福的人和一个快乐的人分别是一个盲人和哑人他们互相搀扶演绎一场悲喜交加的人生故事，有段哑人搀扶盲人走过一段崎岖的山路。这个活动彻底将每个人的心扉都打开了，好多女生泣不成声几回到乎所有的队友都落泪了。我们深刻的体会到人间最珍贵的亲情、友情和爱情，通过这个活动我们也了解到自己的不足，让我们学会了孝顺、感恩、包容……通过这个活动每个人都好好的感动了一回，让我们体会人间感情至深。

翻越毕业墙是团队在不借助任何外力的情况下集体翻越4、2米高的毕业墙。不借助任何外力必须搭建人梯而且教练让我们有了时间观念，必须在最少的时间里完成任务，我们定的15分钟以内，结果出乎我们的意料我们仅用了9分1秒，可见我们团队的潜力之大，我们团队的团结心语凝聚力之大。搭建人梯的伙伴有2组，一组3个人我们踩着他们的肩膀与大腿爬上高高的毕业墙，最先上去的是几个男生他们负责拉队友上去也发挥了中流砥柱的作用。我们克服种种困难，众志成城终于将毕业墙跨在我们的脚下。其中为我们搭建人梯的伙伴和拉队友上去的伙伴付出了很多很多。拓展训练结束了，但留在心里的震撼却是永恒的。训练的时间虽短，收获却很大。回顾在训练中受的挑战和磨练，感受颇深。这次训练，是一次身心的大洗礼，是进一步推动我全力以赴作好各项工作的动力。它不仅仅是一种简单的训练，而是一种文化、一种精神、一种理念；同时也是一种思维、一种考验、一种气概。真正实现了认识自我，挑战自我，超越自我的目标，更熔炼了一支坚强，团结的优秀团队。

这次拓展训练心得体会，总结起来有以下几点：一是分层管理、明确领导极其重要。每个人的岗位职责确定之后，各司其职，有利于明确责任，发挥个体的主观能动性，使其既知



道自己应该做什么，又思考怎样做好。二是做事要先做计划，再开展行动。这就是磨刀不误砍柴工的道理。三是遇到问题应学会换位思考。在工作中，不要为表面的现象所困扰，有些印象其实是主观的臆想，需要你的耐心和智慧，通过分析、判断，充分了解它的本质，通过组织、协调达到目标，通过沟通交流，才能建立多赢的局面。四是要学会相互配合。在工作中，各单位之间需要沟通和信息的共享，需要相互配合和协调，形成力量的整合才能完成共同的任务。五是要因材施教。要看到差异，容纳差异，协调差异，利用差异，在差异中取长补短，在差异中塑造一个完美的集体、完美的团队。六是要以大局为重。我们的集体是临时组织起来的，每个人都有不同的性格特点、生活习惯、喜好、长处和短处，这些习惯，有些对团队有利，有些对团队有害。在实际工作中要正确区分个人和团队的利益，不能把生活中的不良习惯带到工作中来，要积极、快速的转换自己的角色和心态，准确定位，服从安排。为了完成团队的任务，我们必须遵守纪律，团结协作，扬长避短，甘于奉献。

## 职业规划大赛决赛主持稿篇四

敬爱的评委，亲爱的同学们：

大家晚上好！

我是10级环艺一班的xx□这位是我的助手王瑞。今晚，我将与大家一起分享我的职业规划！与其说是规划，倒不如说是我的一个梦！不过这可不是做梦，而是梦想！而我规划的主题便是：为梦想插上翅膀！

步入了大学生活，我们的生活空间自由多了，很可能会因无目标而迷失方向。给自己制定目标，就像是给船舶导航！日益激烈的就业压力就在我们身边，我们就更应该好好的规划我们的职业生涯！使自己能够有目标的学习，有目标的工作，有目标的生活，使自己每天都过得充实而有意义！而职业生

涯规划则是为我们的梦想插上翅膀，让我们在人生战略上更胜人一筹！

首先，我的规划分为六个部分：自我分析，环境分析□swot分析，大学四年规划，毕业后计划以及调整与反馈！

知己知彼，才能百战不殆！在职业分析之前，我先对自己做了一个全面的剖析！我性格开朗，擅长交际，是一名乐观主义者！这种对什么事情都乐观对待的态度能为我以后的创业提供很好的条件！而且我还拥有不服输的个性，所以我确信，我的人生必将是精彩而且辉煌的！。

可是，金无足赤，人无完人！通过swot分析法，我将自己的优

缺点做了一次比较！一个健康的身体，一个明确的目标，外加耐心细心的处事态度以及开朗的个性造就了一个活泼大方且意志坚定的我！但这样的我并不完美！面对这个社会的种种压力，有时我会用一些借口去忽悠自己！过于固执的处事态度显示出的却又是一个不够稳重的我！这样一个具有双面性格的我，还需不断的去改正，力求以一个更完美的姿态去面对这个多变的社会！

我很庆幸自己有一个完整的家庭，父母的支持给了我无尽的力量！他们的存在，为我撑起了一片广阔的蓝天！而湖南理工学院的各设施也很健全，学习氛围也很浓厚，这就为我提供了一个很好的学习环境和空间。于是，这里便成了我新旅程的起航之处！。

扬帆启航，总有一天会到达梦想的彼岸。而我的梦想便是成为一名市内设计师！放眼市场，市内装饰行业的前景是非常好的，许多省市都把这个行业作为新的经济增长点来规划！室内设计专业更是被人们称为“金色灰领”。但是需求大并不等于竞争小。环艺人才的急剧增多为我以后的就业带来了

很大的压力！所以，我必须从各方面努力提升自己的能力，争取在这一领域占据自己的一席之地！。

万丈高楼平地起，所有的成大事者必定是从身边的‘小事’开始入手的，所以从现在起，我开始计划我大学四年的征程！大一为试探期，适应新环境，培养沟通能力是我这一阶段的目标。而就目前来看，我已圆满完成了这一阶段的任务！大二为定向期，这一阶段必须打牢专业基础，并确定合适的定位！大三则为冲刺期，我必须专注于自己的目标，专业课的学习进入深化阶段，各种软件的学习也进入强化阶段！

而且这一阶段还需有意识的进行能力、职业素养的提高和经验的积累！只有这样，才不至于在大四的实践中太过慌张！。大四就不用说了，寻找就业，到实践中去检验自己的目标是否合理。

接下来是毕业后的计划了，这才是我人生真正意义上的启航！因为我将用工作去创造快乐，再用快乐去服务社会！我要花三年时间做一名设计工作者，进入相关企业工作，提高经验，提高技能！再用十年时间争取成为一名设计总裁，并积累一定的资金，为下一步的创业做积极的准备。最后，再用十年时间经营一家自己的设计公司，并积极投身于慈善事业建设之中，使公司不断变强、变大！

## 职业规划大赛决赛主持稿篇五

华南农业大学招生就业处副处长，就业指导中心副主任谢珊以“95后生涯规划的4大关键词”为题，以目标、走心、平衡、给力四个关键词形象的为同学们介绍了职业生涯规划的方向；爱普科斯电阻电容（珠海）有限公司人力资源总监陈燕以“职业信用卡”为题，讲述了在求职，入职、在岗，离职过程中个人信用的重要性；深圳大学职业发展与就业指导教研室主任，教育部全国大学生职业规划大赛和就业指导课程大赛全国总决赛评委陈德明以“职业规划新趋势与高校人才

培养”为题，强调了传统的单一职业角色的职业规划正被挑战，复合型人才在当今社会更具有竞争力，高校应注重人才思维方式、解决问题能力的培养。

本届论坛旨在生涯育人，引导大学生树立正确的就业观和成才观。通过论坛举办明确指出了作为新时代的大学生，不仅要掌握尽可能多的知识同时还应掌握用于更新知识的本领；掌握专业知识的同时努力提高自身的综合素质，根据现代社会的发展需要，塑造自己，发展自己，不断适应现代社会的就业需求，使自己能够顺应社会的进步，时代的发展，增强就业能力。

## 职业规划大赛决赛主持稿篇六

面对人才竞争，拓展就业空间；规划精彩人生，打造锦绣前程

xx师范大学泰州学院全体学生

通过职业规划大赛活动帮助大学生全面了解自我，认清职场环境，选定职业目标，实现“人职匹配”。同时提高大学生的职场创新能力、实践能力和就业能力，引导他们树立正确的就业观、成才观、价值观，促进高校毕业生充分就业。

共青团xx师范大学泰州学院委员会

xx师范大学泰州学院商学院团总支

xx师范大学泰州学院创业联社

中国移动公司泰州分公司

选拔赛时间：11月1日(星期一)决赛时间：11月8日(星期一)  
地点另行通知

## （一）选拔赛

### 1、活动前准备

（1）多媒体教室□ppt□席卡

（2）邀请评委

（3）确定主持人

（4）其他相关事宜

### 2、比赛步骤

（1）评委预审规划书

（2）选手现场展示（限时4分钟）

（3）评委提问

（4）才艺展示（限时1分30秒）

（5）评委打分，统计结果

## （二）决赛

### 1、活动时准备

（1）场地布置（待定）

（2）会场秩序安排（评委、嘉宾、学生观众）

（3）现场录像

### 2、决赛流程

- (1) 评委预审规划书
- (2) 选手现场展示（限时4分钟）
- (3) 评委提问
- (4) 才艺展示（限时1分30秒）
- (5) 评委打分，得分统计
- (6) 公布比赛结果
- (7) 领导讲话
- (8) 颁奖、拍照

1、个人职业生涯规划设计参赛作品必须有扉页。扉页填写参赛者的真实姓名、性别、系别、班级、联系电话□e-mail等相关信息。

2、作品内容完整，简明扼要，格式清晰，版面大方美观，创意新颖，正文部分不超过一万字。作品用a4纸打印，黑白、彩色均可。

3、就业类作品应包含“自我认知”、“职业认知”和“决策实施及调整”等部分，参赛学生可根据个人能力和自身条件独立完成职业生涯规划设计。作品内容应包含但不限于以上内容。

4、创业类作品应包含除职业规划书相关材料外，另附一份完整的创业计划书。创业计划书应对项目基本情况、市场分析、经营管理、风险评估、财务预估、团队组建、组织架构等方面做具体分析，要注重创业计划与个人职业规划的有机结合。作品内容应包含但不限于以上内容。

5、学院将邀请有关专家对参赛作品进行评选，以思想性、创新性、真实性为主要评比标准，淡化文学性和艺术性。

6、现场展示部分可通过演讲、面试、实例展现等形式，表现参赛选手的个人素质。突出实用性和可操作性等。

7、才艺展示方面要与自身规划的职业相关，能充分展现参赛选手朝气蓬勃的精神风貌，以及职场新人的职业形象，且个人才艺应对达到自身的职业目标具有一定的促进作用。

同时可设优秀奖、最佳台风奖、最佳创意奖、最佳风采奖、优秀指导老师（待定）

1、宣传经费：100元（海报）

2、会场布置：200元（鲜花+水+横幅）

3、奖项预算：2400+100（奖金+荣誉证书）

4、其他预算：200元

## 职业规划大赛决赛主持稿篇七

面对严峻的就业形势，职业发展联合会通过举办职业生涯规划大赛，帮助同学们尽早树立职业生涯规划意识，明确自己的人生目标，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动择业”，赢在职场起跑线上，成为抢手的职场新人，增强我校毕业生的就业竞争力。特举办“大学生职业生涯规划大赛”。

旨在培养大学生的创新精神和创业能力，树立职业生涯规划理念，合理规划职业生涯，激发自我潜能，拓展自身素质。[1]帮助广大同学明确学习目标，端正学习态度，增强学习动力，树立和提高职业规划的意识和能力[2]提高同学们制

作自荐书及参加职场应聘的技巧和能力[3]创建一种学校和社会相结合的互动模式，给广大同学提供认识社会，认识职场的机会[4]丰富同学们的课余时间，提供实践、交流和学习的平台。

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

职业发展联合会\*\*\*\*\*等

1. 职业规划的理解对个体未来职业发展进行策划和准备，包括确立阶段性或长期职业目标，确定适合个体的发展道路，明确将要进行的调整和各种准备。

2. 职业规划的内容职业目标、职业发展道路、将要进行的准备工作等；涉及择业、调整职业和更大的发展计划；涉及自我认识、知识和能力的发展性培训，行为活动与态度、认知、价值观等几方面的调整和准备。要进行合理的职业设计，须从主观和客观两方面考虑。主观方面，涉及到个人的价值观、需求、能力、性格特点、发展取向等。客观方面，涉及到个体所处的社会环境和其他外在因素。

3. 职业生涯规划以书面形式呈交，做为初赛环节。决赛以演讲形式进行。初、决赛之间有一个起死回生环节，未入选同学自主报名，以演讲形式进行，从未通过初赛的选手中挑出部分进入决赛。

1. 准备阶段（1--2周）