

职业生涯规划书大赛作品(优质7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

职业生涯规划书大赛作品篇一

女：亲爱的同学们，

合：大家下午好！

女：我是主持人，

男：为普及大学生职业生涯规划知识，引导我校学生树立正确的成才观、就业观，科学合理地规划大学学习与生活，提高就业能力与实践能力，我校开展了职业生涯规划大赛。本次比赛从刚开始筹办，走过了系部的初选、预赛，一直到今天的复赛，始终得到了明校长的大力支持。在此，请让我们用热烈的掌声向那些为我们的大赛付出过辛勤汗水的人们表示最真诚的谢意。

女：20xx年是不平凡的一年，在这一年里，我们经历了无数的悲悲喜喜，走过了无数的离离合合，但是哭过，笑过之后，冷静下来的我们还是要去面对自己未知的未来。

男：恩，是的。无论过去的记忆是多么痛苦，多么的不堪回首，我们还是希望今天的比赛会让我们的同学振奋起来，重新燃起那黎明东方的片片曙光！

男：那么，下面请允许我向为大家介绍今天到场的嘉宾及评委

女：他们分别是

专家评委

汽车工程学院书记

机电工程学院书记

营销学院书记

校团委书记

公共教学部老师

招生就业办副主任

招生就业办老师

女：让我们再次以热烈的掌声欢迎他们的到来

男：本次大赛，本着公平公正的原则，选手们采取抽签的方法确定出场顺序。由于本次大赛时间相对比较紧凑，所以我们的打分环节，会在大赛的最后再做统计。才艺展示呢，可以根据个人情况简而言之。

女：那么下面让我们正式开始今天的比赛。

1男：恩！首先是本场一号选手————，他的目标是成为一名优秀的区域经理，而扎实的能力和踏实的态度，也将会成为他就业之路上的敲门砖，那么下面有请来自营销学院保险专业的李艳新，看他是如何向我们展示属于他的职业生涯规划。

2女：下面是本场2号选手，一个雷字，其实已经恰到好处的概括了我们的2号选手。稳重、理性。有请来自机电工程学院的雷鸣！

3男：不轻言放弃的精神，不轻易妥协的气魄，祝愿他的职业生涯之路能够像这春天一样，复苏，成长，茁壮。好了，下面我们将听到的是三号参赛选手汽车工程学院李祥泉的演讲，掌声欢迎。

4女：今天真的是个好日子呢，能够听到这么多优秀的演讲，看到这么多优秀的作品，我都有些迫不及待要欣赏接下来的杰作了。俗话说，巾帼不让须眉，下面是本场的一位女选手，不要被她柔弱的外表欺骗哦~，因为真实的她却满是豪情与理性。男接：：：恩，是的，我在这儿接一句啊，周美妍也是广播站的一员，与她共事的日子，我发现，从他的身上流露出的是一种坚韧，一种实干，话不多说，让我们共同进入她的规划与人生。有请来自机电工程学院的周美妍，掌声有请。

5男：刚刚这位选手的职业生涯规划相当的缜密和具体，希望它会顺利实现自己的梦想，早日走上自己的职业生涯之路。我们知道，鹰总是飞到最高的地方，以此来傲视群雄。满是浩然、霸气。所以我们五号选手的梦想便是成为那只飞的最高的雄鹰，成为一名区域的销售经理。下面让我们有请五号参赛选手来自汽车工程学院的陈立书，大家掌声欢迎。

7男：听了刚刚这位选手的演讲，你是否也为她的梦想蓝图而震撼呢，我想这就是信念的力量吧，让我们共同体验接下来的选手将带给我们的震撼表现。有请来自机电工程学院的张天一。

8女：挥洒青春的汗水，掌握自己的命运，这是我们的时代，更是所有人的未来，上一位参赛选手的精采表现是否会给接下来的选手带来压力呢，让我们拭目以待，欢迎八号参赛选手，来自营销学院的李楠。

9男：比赛似乎到了一个高潮阶段，每个选手都竭尽所能的发挥自己的能力，好吧，就让我们看看接下来的选手是如何表

现的吧，有请九号参赛选手来自营销学院二手车专业的刘玉成。

10女：下面这位选手可不简单，她有着远大的理想，那就是成为一名销售总监，好了，话不多说，让我们拭目以待吧，欢迎十号参赛选手，来自营销学院的付玉仙。

11男：当下，机遇与挑战同时存在，就业形势非常严峻，年轻的我们无畏困难无畏失败，就是为了能够实现那个心中的梦想，让我们祝福这位选手能够实现他心中想要的未来，接下来上场的是11号参赛选手来自汽车工程学院的姜传旭。

掌声欢迎请12号选手做好准备。

车工程学院的郝志明，他的职业生涯规划。

13男：职业生涯规划让我们较为清晰地认识了自己的特性、职业的特性和社会环境，可以说是我们职业起航的第一步，合理规划自己的人生道路，赢在起跑点。感谢12号选手的精彩演说给了我们这样的启示。接下来请掌声欢迎13号参赛选手，来自机电工程学院的韩强。请14号选手做好准备。

14女：人生可以平凡，但不可以平庸；人生不一定伟大，但一定要崇高，让我们一起走进14号选手，深深地感悟一下这位未来的工段长，看看他是如何规划要求自己的，有请来自汽车工程学院的王志领，大家掌声欢迎。

17男：比赛即将接近尾声，前面几位选手的精彩表现我们都已经见识过了，那接下来这位作为压轴选手的17号参赛者来自机电工程学院模具专业的刘彦泽将带给我们怎样的视听盛宴呢，让我们拭目以待。

女：经过严格的选拔和考验，本次“大学生职业生涯设计及规划能力大赛”即将接近尾声，下面就是本次比赛的最高潮

阶段，公布获奖选手名单。

男：接下来我宣布获得本次“大学生职业生涯设计及规划能力大赛”三等奖的选手是.....

女：获得本次”大学生职业生涯设计及规划能力大赛“二等奖的是

男：接下来是今天最激动人心的一刻了，即将揭晓的是获得本次”大学生职业生涯设计及规划能力大赛“一等奖的选手，他就是.....

男：没有人说过实现梦想的路是容易的，但是我们都选择了这条路，那就让我们同所有的选手一起朝着自己的梦想努力吧！

女。下面我宣布，本次”大学生职业生涯设计及规划能力大赛”合。到此结束

职业生涯规划书大赛作品篇二

在学院老师指导和学生会各部门的积极配合下，为期一周的职业生涯规划大赛在12月15日落下帷幕，此次大赛吸引了众多园艺学子，我们一共征集了104份参赛作品，学院老师以公平，公正为原则，以思想性、创新性、真实性为主要评比标准，淡化文学性、艺术性，最终评选出7份优秀作品，分别颁给一，二，三等奖，优秀奖，此外，我们还选送了3份优秀作品至校创业就业服务部参加校大学生职业生涯规划大赛。

职业生涯规划其实就是对自己一生的规划，对自己过去现在和未来的整理。本次职业生涯规划大赛，很好的鼓励了广大同学们把握好将来的职业发展方向，树立正确的职业观，就业观。也帮助了大学生认清自我，完善自我，提升自我，从而科学规划，远离迷茫，提高自身素质，选择理想的职业。

相信通过本次大赛，大学生职业生涯规划大赛在广大同学们的心中已经有了一定的影响力。在日渐严峻的就业面前，只要有危机意识的同学都会为自己的大学生涯做好规划，为将来的就业做好准备，为自己美好的将来付诸更多的努力。

创业就业实践部部长王承龙

2011.12.20

职业生涯规划书大赛作品篇三

通过大学生涯规划大赛的活动，传播规划理念，引导大学生树立正确的成才观、就业观和培养科学的规划意识，指导大学生学习掌握科学规划的一般方法，从而认识自我，了解当今就业环境，树立正确的大学目标，进一步推动我校就业工作的深入开展。

全校大一新生赞助单位

“大学生涯规划设计参赛作品”的内容可自行选择，但须符合《大学生涯规划大赛参赛作品规范》的要求。

1、初赛：电子版与打印版各一份，格式参照策划书附件二的评选标准

2、决赛：分为作品现场展示，现场问答两个环节。

1) 参赛选手根据自身的实际情况和社会需求，从专业、就业、职业等方面进行个人大学生涯规划设计。

2) 大学生涯规划设计必须有扉页，扉页需填写参赛者的真实姓名、性别、学校、班级、联系方式等相关信息。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

参赛者朝气蓬勃的精神风貌。

3) 学生参赛作品的评选标准，将以参赛选手的大学生涯规划设计、个人作品现场展示为主要评选内容。

4) 初赛、决赛评分标准：满分100分，其中初赛中的参赛作品的分值占60%，决赛当中的现场展示等占40%。

各参赛学生在10月24日之前把作品上交到大学生就业创业协会的邮箱，打印版交到摊点。本次大赛的评委会将会根据大学生涯规划书的评选标准，公平、公正地评选出优秀的作品。

(一) 初赛 10月26日

(二) 决赛11月12日

(一) 初赛：

协会11、12级会长、部长

(二) 决赛：

1) 老师代表团：招生就业处老师、学校资深教师；

2) 学生代表团：11级各会长、部长； 决赛中老师代表队分值占70%，学生代表队分值占30%。

具体时间 大赛阶段 主要内容

10月11日—10月13日 报名 通过电话形式和摆设摊点进行报名

10月14日 初赛阶段 参赛选手在参加完培训后，收集资料并设计撰写大学生涯规划书

10月14日 10月23日 提交初赛规划书 提交初赛的大学生涯规划书（具体详见参赛作品提交）

10月24日 初赛作品的评选 组织评审团对参赛者的作品作公平公正的评审

11月3日 11月10日 决赛准备 参赛选手进一步完善作品

11月10日 11月11日 决赛彩排

11月11日 决赛之夜 赢在桂中医大学生涯规划大赛

职业生涯规划书大赛作品篇四

XX

主办单位：院团委、公共课部、就业指导中心

承办单位：院学生会学习部、各系学生会学习部

活动工作组

组长：

副组长：

成员：院系学生会学习部全体成员

全体在校学生

1、比赛内容和形式：

本次大赛的内容包括职业规划指导专题讲座、比赛规则专题培训以及初、决赛，参赛学生设计、制作《个人职业生涯规划书》并通过“现场展示、现场解说”形式进行。

2、报名方式

到各系学生分会学习部报名，参赛选手填写《参赛报名表》后即可获得报名资格。

3、参赛作品提交方式

参赛选手将个人职业生涯规划设计书面参赛作品（A4打印稿一份）作品上交本系学生分会学习部。并将电子版材料发送至e-mail个人职业生涯规划作品必须有扉页和目录,扉页填写参赛者的真实姓名、系部、专业班级、联系电话、e-mail、qq号等相关信息。

4、日程安排

阶段

主要内容

时间

指导培训

公共课部、就业指导中心组织专门培训讲座

4月14日—20日

宣传报名

院系学生会学习部对大赛进行全方位的宣传工作，组织学生
学习《大赛通知》和相关要求

4月21日—27日

初赛

各系自行组织初赛，对提交的作品进行评比，并推荐优秀作品参加学院总决赛

4月28日—5月11日

决赛及颁奖典礼

入围选手参加总决赛，并进行现场颁奖

5月16日

5、参赛作品评选规则

1、本次大赛评选活动将邀请相关专家老师对参赛作品评审将以思想性、合理性、逻辑性、创新性、可行性为主要评选标准，淡化文学性和艺术性。

2) 参赛作品应以近期目标为规划重点，即大学期间和毕业后五年内的职业生涯规划。

3) 初赛作品由各系部进行评比和颁奖，并按照每专业推荐2名选手的名额参加总决赛。

4) 决赛增加“压力面试”比赛内容，评分标准：满分为100分，其中“参赛作品”的权重占70%，“现场展示、压力面试”的权重占30%。“参赛作品”按照去掉一个最高分和一个最低分取平均分的方式确定最后成绩；“现场展示”的时间为3分钟，“压力面试”为2道问题，每道问题的回答时间为1分钟。

5) 初赛奖项由各系根据实际情况自行设立。决赛设立一等奖2名、二等奖4名、三等奖6名、优秀奖8名，颁发的荣誉证书和奖品。院团委根据比赛情况推荐优秀选手参加湖北省大

学生职业规划设计大赛。

1、各系要充分认识到开展大学生职业规划设计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，并予以全校通报！

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。

职业生涯规划书大赛作品篇五

女：亲爱的同学们，大家，

合：下午好！

男：这里是*大学“大学生职业生涯规划”大赛决赛现场。我是本次活动的主持人，我是。

女：大家好！我是。

男：大赛以“ ”为主题，以传播和普及职业规划理念，促进大学生学习与掌握职业规划的基本方法，唤醒大学生的就业创业自主意识，并推动我校毕业生就业创业工作的深入开展为宗旨。

女：本次大赛从开始，*大学校区赛是由上百名参赛选手从学院初赛到校区初赛，从专家评审到复赛的层层选拔，历时一个多月时间，现有11名选手脱颖而出进入校区决赛。让我们拭目以待他们激烈而精彩的角逐！

女：请允许我为大家介绍今天莅临本次大赛的各位评委，

他们是：...

女：让我们以热烈地掌声欢迎各位领导的到来！

男：接下来，为大家介绍决赛流程：

决赛的评审共包括三个环节：

女：本次大赛设一等奖1名，二等奖4名，三等奖6名。

男：为了大赛公平，前三位选手展示完毕，评委统一为三位打分，以后选手依次打分。男：四月的车轮碾过了一道深深的痕迹，留下职场的收获。

女：五月的伊始传达着一种坚定的信念，播下规划的种子。

男：今天，我们将看到挥洒汗水的激情。

女：今天，我们将感受坚定信念的魔力。

男：下面我宣布，*大学“大学生职业生涯规划”大赛决赛

女：现在开始！

男：首先有请一号选手来自**学院的进行展示

男：感谢1号选手的精彩展示，请评委提问。

女：感谢评委的精彩提问，接下来有请2号选手上场，大家掌声欢迎！

男：千里之行，始于足下。让我们勇敢选择自己未来的路，规划属于自己的职业蓝图。女：即使前面是荆棘抑或康庄，为了梦想，我们无怨无悔！

男：所有选手的展示环节到此结束。下面有请为本次大赛做点评。

男：获得*大学大学生职业生涯规划”大赛决赛二等奖的是：

有请 为选手颁奖

女：最激动人心的时刻到了。下面，我宣布，获得*大学大学生职业生涯规划”大赛决赛一等奖的是：

有请为选手颁奖！

男：大学舞台上的职业生涯规划已经结束，人生舞台的职业生涯规划才刚刚开始。女：我们期待新一代大学生实现人生规划，走出更精彩的人生！

男：让我们再次以热烈的掌声感谢各位评委的到来，也感谢各位选手亲友团的精彩表现。下面，我宣布，*大学大学生职业生涯规划”大赛暨决赛到此结束！

再会！

请各位领导上台与选手合影，请各位同学有序退场。

职业生涯规划书大赛作品篇六

女：亲爱的老师、同学们，大家

合：晚上好！

男：交工群英竞风采，规划人生成未来！欢迎大家来到铁道运输系第一届大学生职业生涯规划大赛总决赛现场。我是主持人。女：我是主持人，欢迎大家的到来。为了引导和帮助我们科学地进行职业生涯规划，谋划未来，奋发成才。特此我

系学生会承办了此次大学生职业生涯规划大赛，使同学们通过本次比赛了解职业世界，从个人的起点出发，思考自己的前途，策划每个阶段的发展模式，为梦想的实现铺就通途。

男：在比赛开始之前，由我为大家介绍比赛规则：每位参赛选手依照抽签的顺序依次上台演讲并接受评委老师的现场提问，时间需控制在10分钟以内，评委老师根据每位选手的综合表现，给予相应的评分。

女：下面请允许我为大家介绍莅临比赛现场的领导老师
有：#####

男：我认为职业生涯规划的定义应该有很多种说法，每个人的理解也都是不同的吧。好了，话不多说，就让今天的比赛去揭开职业生涯规划的神秘面纱。看看我们10位选手是怎样理解的。有请今天的1号选手来自铁运0906班曹妍掌声欢迎！

女：前路漫漫，职业生涯规划大赛将为您剖析职业生涯策划的要点，为您敲开就业大门，迈向未来。

男：振翅飞翔，职业生涯规划大赛将让你找到职航的翅膀，翱翔于职业的苍穹，腾飞梦想。

女：时间过得真快啊，随着参与大赛的10选手都已经演示完毕，此次比赛也将落下帷幕，再次感谢我们的评委老师和10位参赛选手。

男：接下来有请肖珺老师对我们今晚的决赛做简单的点评。并宣布获奖名单。

感谢肖老师的点评，相信不仅参赛选手受益匪浅，在座的其他同学也一定有所收获。

女：有请获奖选手依次上台，请领导老师为他们颁奖。

男：让我们再次以热烈的掌声恭喜获奖选手，同时也由衷的感谢其他选手，正是因为有了你们的积极参与，才让本次比赛过程中精彩纷呈、高潮迭起。也感谢现场同学们的积极参与。

女：最后衷心祝愿大家在以后的日子里将自己的人生规划做到更好，成就美好的未来！

请领导老师上台与获奖选手合影留念！

职业生涯规划书大赛作品篇七

（一）促进学生进行个人职业生涯规划，提高职业规划的意识和能力，明确学习目标，端正学习态度，增强学习动力。

（二）明确学生就业意识，提高学生的文字表达和职场应聘能力。

（三）创建分析自我、了解职业、知晓环境的平台，为广大学生提供认识职场、认识社会的机会。

（四）为《大学生职业发展与就业指导》课程实践教学提供平台，丰富课程实践内容。

起航生涯规划，铸就职业人生

20xx年9月29日至10月29日。

本次大赛采取学生报名，递交个人职业生涯规划书，学院组织初赛（或指导教师推荐），参加学校最终评选，确定学生获奖名单的程序进行。

（一）参赛报名

1、参赛对象

全校全日制本科学生均可报名参赛。其中，四（五）年制本科的大二学生必须参加比赛，其他年级的学生自愿参加本次大赛，大二学生参赛情况将作为评定《大学生职业发展与就业指导》课程实践考核的重要依据。

2、组织报名

必须参赛的学生由《大学生职业发展与就业指导4-1》任课教师负责组织报名，其他参赛学生由学院组织报名。

3、指导教师

指导教师可由讲授求职技能的任课教师、辅导员或其它有指导学生求职技能专长的老师担任。

（二） 递交作品

1、必须参赛的学生，将作品送交给承担《大学生职业发展与就业指导4-1》的任课教师。任课教师根据学生作品的水平，筛选并推荐报大赛组委会（人数为授课班级学生总人数的5%—10%）。

3、送交作品时间

参赛学生作品送交大赛组委会截止时间□20xx年10月14日

4、作品递交方法

本次大赛采用电子版递交参赛作品，大赛组委接收学生作品专用电子邮箱：

经任课教师推荐的作品，由任课教师老师汇总并统一命名邮

件主题后上交；主题命名格式为：参赛作品+学生姓名+班级+学院+指导教师姓名。

经学院推荐的作品，由学院指定专人汇总并统一命名邮件主题后上交；主题命名格式为：参赛作品+学生姓名+班级+学院+指导教师姓名（指导教师姓名为选填）。

5、作品要求

职业生涯规划设计书要求内容完整、简明扼要，格式清晰，版面美观大方，创意新颖，能充分体现个性而不落俗套，文如其人，能充分展现参赛大学生朝气蓬勃的精神风貌。

（1）参赛作品必须有封面（按照a4纸的尺寸设计），封面需要填写参赛者的真实姓名、性别、学院、班级、联系电话□e-mail等相关信息，同时须注明指导教师的姓名、所在院系(部门)和联系电话。

（2）参赛作品封面下应有职业生涯规划书内容简介、具体内容，具体内容一般不少于2500字。

（3）参赛选手可根据自己的个人职业素质测评报告，结合自身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，一份完整的职业生涯规划书，要附有简要的职业测评报告和生涯人物访谈报告。

（三）表彰与颁奖

大赛将于10月下旬公布比赛结果并表奖优胜选手，具体时间和地点另行通知。

一等奖10名

二等奖20名

三等奖30名

单项优秀奖40名

优秀指导教师

优秀组织奖