

# 大学生职业规划大赛官网 大学生大赛职业规划(汇总9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学生职业规划大赛官网篇一

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。

## 大学生职业规划大赛官网篇二

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种设施也很健全，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生活空间。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！

## 大学生职业规划大赛官网篇三

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项准备。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

## 大学生职业规划大赛官网篇四

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

**大学生职业规划大赛官网篇五**

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计划书相关材料外，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、组织构架等方面做具体分析，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

## 大学生职业规划大赛官网篇六

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。

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】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

### 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

一等奖□xx名相应奖品奖励

二等奖□xx名相应奖品奖励

三等奖□xx名相应奖品奖励

特等奖□xx名相应精品奖励

大学生大赛职业规划篇级信息工程学院大学生职业生涯规划大赛于5月7日圆满完成。通过举办大赛，帮助学生尽早树立职业生涯规划意识，引导大学生以科学的态度和理念规划自己的大学生生活，变被动学习为主动学习，变被动就业为主动择业。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。现就大赛的有关情况总结如下：

一、赛前在院团委的支持和学生会的协助下，给与参赛选手各类关于职业生涯规划的撰写的. 宣传资料，让参赛选手能够从自我认知、职业认知、职业生涯规划等方面，根据个人能力和自身条件完成职业生涯规划设计。

二、初赛阶段，共有12个专业的同学报名参赛，送交参赛作品100多份。参赛选手需同时提交书面文档和电子文档。初赛以“职业生涯规划设计参赛作品”为评选内容，共进行1天，期间由学习部和专业指导老师进行优秀作品评选。最后，初赛评选出8份优秀作品进入决赛。

三、决赛阶段，由于吸取了去年决赛时间过长而导致会场纪律欠佳的经验，最终确定了选手进入决赛现场个人展示和答



辩环节，各位选手在答辩环节就参赛作品进行了展示并顺利回答评委的提问，决赛在两个小时就已顺利完成。

这次大赛有许多东西是值得我们思考和改进的。

首先我们这次活动在校学生会的积极邀请下，请到了咱们院书记和院长等众位领导，使这次活动的会场增添了许多生机，院长书记的激情演讲激发我信息学院莘莘学子的学习热情，和促使同学们能正确面对未来职业的抉择，更加有自信和勇气面对未来。

其次，这是我们今年第一次开办这样的活动，积累了丰富的经验。

还有学生会各位领导的积极参与使活动有序进行。

但是，因为时间仓促导致了本次设计大赛在决赛赛前场地布置上有所不足，下次定当加以改进。还有许多小细节没有注意到，尤其是会场卫生和秩序。

的确有许多不足，但我们有信心和能力，在以后会办的越来越好，我相信咱们学习部的每一位同学都有这个决心的。

总的来说，大学生职业规划大赛取得圆满成功。评选出一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，参与奖2名。

## **大学生职业规划大赛官网篇七**

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 and 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。

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

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项准备。

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）

# 大学生职业规划大赛官网篇八

敬爱的评委，亲爱的同学们：

大家下午好！我是11级市场营销二班的xxx！我来自广东佛山顺德，不知在场的各位有没有我的同乡！我是我们班的学习委员，是学社联新闻部的干事，不知在场的各位有没有我的同事！我加入了营销协会，定向越野，以及乒乓球协会，不知在场的各位有没有我的同志！我喜欢运动，羽毛球，乒乓球，篮球...我喜欢动漫，《灌篮高手》~《海贼王》是我的最爱！很高兴能站在这里，更高兴能有个机会认识在场的你们！现在，我将与大家一起分享我的职业规划！虽然说是一个规划，倒不如说是我的一个梦！不过不是做梦，而是梦想！“为梦想插上翅膀”这就是我规划的主题。

步入了大学，我们的自由多了，很多人可能会因漫无目标而迷失方向。给自己一个规划，就像是给人生导航！日益激烈的就业压力迫在眉睫，所以我们更应该好好的规划我们的职业生涯！让自己的学习，工作，生活，让自己的每一天都过得充实而有意义！

这就是我的职业规划，但这仅仅只是规划。规划不是一劳永逸、一成不变的！为了适应这千变万化的职场世界，我会结合社会环境以及个人能力的变化及时做出调整！规划只有与时俱进，才能对我们的人生奏效！对于我们这些当代大学生，会有迷茫、彷徨和不知所措。但我却对我的未来信心满满！因为我已找到了通往幸福的路，我相信，只要我坚定不移的走下去，我一定会成功！

人生没有定数，似孤帆，惊涛骇浪中漂泊；似孤鹰，碧海蓝天中飞翔！让我们为梦想插上翅膀，寻找梦的彼岸，成就永恒的追求！……谢谢大家，谢谢！

## 大学生职业规划大赛官网篇九

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。