

2022 年大学生大赛职业规划范文汇总 9 篇

高校生大赛职业规划范文汇总 9 篇

东消逝水，叶落纷纷，荏苒的时间就这样静静地，渐渐地消逝了，我们又有了新的工作，来为以后的职业发展做一份职业规划吧。究竟应如何做职业规划呢？以下是我收集整理的高校生大赛职业规划 9 篇，欢迎阅读与保藏。

高校生大赛职业规划 篇 1

一、大赛背景

调查显示：在高校高校生群体中有不少人存在着学习爱好不浓，人生目标不明确，缺乏职业规划意识。同时也有一部分同学拥有自己的远见，却没有展示自我的平台。然而对于这个就业压力日增不减的社会来说，各行各业对人才素养的要求已越来越高。作为一名高校生，假如不能从根本上提高自身的综合素养，有预见性地、科学地规划自己的学习生涯和职业生 涯，很难在社会中立足，让自己的才华得到发挥与呈现。为了更好地帮助广阔同学树立正确的人生观、学习观、成才观，确立正确的奋斗目

标，同时也提高同学们的创业、择业、就业实力。我们细心策划了此次“规划将来，成就幻想”法学院首届职业生涯规划大赛。

二、大赛目的

1、帮助广阔同学明确学习目标，端正学习看法，增加学习动力， 树立和提高职业规划的意识和实力。

2、提高同学们制作自荐书及参与职场应聘的技巧和实力。

3、创建一种学校和社会相结合的互动模式，给广阔同学供应相识 社会，相识职场的机会。

4、丰富同学们的课余生活，供应实践、沟通和学习平台。

三、大赛主题

培育规划理念，实现心中幻想

四、主办单位：

广东省广州华立学院青年创业者协会

五、参加对象及方式

1、参加对象：华立学院全体学生

2、参加方式： 个人或者是团

高校生大赛职业规划 篇 2

敬重的各位老师，敬爱的各位参赛同胞、同学们：

大家下午好！

能够参与此次由生物工程学院学生会举办的高校生职业规划大赛并在此共享自己的职业规划书我感到特别荣幸。

我是来自 xx 学院 13 届 xx 班的刘 xx。

这个人才竞争的时代，假如你没有有一个明确有效的职业规划，势必会造成对时间对生命的奢侈。《礼记·中庸》有句话说的好，“凡事预则立，不预则废”。不错的，作为一名即将毕业的当代高校生，假如茫然的踏入这个竞争激烈人才济济的社会，如何能够赢得自己的一席之地值得我们深思。

人们说，夜明珠就算被掩埋在土中依旧会放出自己的光线，当夜行的人路过就会发觉并将它收起来。这一切都是与条件的，就跟《伯乐相马》一样，一匹日行千里的良驹假如没有慧眼识金的伯乐，一切都是白饶。常言道：千里马常有而伯乐不常有，既然这个慧眼识金的伯乐不常有，面对这类问题我们该如何自处？哀痛无望？还是一蹶不振？这些都是不对的。我坚信，命运驾驭在自己的手里。人生就好像一宗空白的长卷，内容的精彩与否全

凭自己如何书写如何规划！

读书可以增长学问和培育个人涵养以及明事理，最重要的是增加谈资。是自己在与人沟通的时候不至于不知如何是好。所以在闲暇之余我经常读一些书籍。在这个快节奏的环境里有时候自己会莫名的苦恼，古典音乐的琳琅振响、一次说走就走的旅行以及静心书写一副书画作品可以瞬间放松自己，让自己忘掉之前的苦恼，身心得以放松。我这个人比较随性，性格比较内向，因此经常在交际上较为被动。对于数字不敏感的我是我最大的一个缺点。四周的亲朋好友们经常夸张我说我尊老爱幼，谦和有礼，而且阳光乐观。子曰：三人行必有我师。为了能够摆脱自己的窘境，我主动参与各类活动。希望以此能够更好的熬炼自己。曾子的三省是我的信念。人非圣贤，但都是独立的个体，拥有属于自己的优势。我在与他们沟通的同时可以学到更多的课本中没有的学问。

我这个人性格比较内向，喜爱宁静的一个人在探讨一些事情，而不喜爱凑喧闹。相对于与人打交道的工作来说，我更倾向于艺术类、探讨型的工作。为了能够更好的确定自己的奋斗目标，我做了一次霍兰德职业测试。测试结果让我很满足。因为 a 类打头

的职业最合适的是书画等艺术类工作，正好否和我的爱好。

因此我确定了自己的终极目标：成为一名国画师。

许多人一提到画师就很抵触。因为觉得画师一辈子以卖画为生，成名的寥寥无几，大多是穷困潦倒。更让人纠结的是，许多画师为了能够创建出更好的作品常期会隔离自己，大多状况下脾气还很怪异，跟人沟通很费劲。个人觉得大家的相识是片面的，性格怪异的画师是有的，但是不代表全部的画师都是这样。更多的画师追求的并非是物质的需求，他们更多的是为创建儿奋斗，追求的是精神的享受。

为了能够更好的实现自我目标，面对已经度过三分之二的高校生活，我做了近期的一些目标。能够考过英语四级是我的一个心愿。为什么呢？挚友的父亲曾经跟我这么说过，会说话不会写字的人说白了就是文盲，任何人把他丢到一个生疏环境，为了能够生存他会在最短时间内学会当地的语言。但是会不会书写就不肯定了。没事的时候多去趟图书馆，我想书籍是心灵洗礼的承载，更是了解世界的途径之一。为了能够更好的与人沟通，看一些书也是不错的方法。最至少不会在沟通的时候冷场或者是被人无视。

人才真的太多了，虽然我喜爱书画，水平也怕连入门都没吧，所以，提高手绘实力是必要的。当然，人际沟通圈也是很重要的，人是一个群居动物，假如长期封闭自己，我想不傻也离疯不远了。对于内向的我来说，多参与活动时摆脱心理素养较低的一个最佳选择。在参与活动的同事既可以熬炼自己交际实力，还可以放松下自己，何乐而不为。上高自考说实在的’，我并不是奔着它那文凭而去的，那个含金量也就那么回事儿。最重要的是增长学问，可以拓宽眼界。

《劝学篇》中有一句话说的很切合实际：不积跬步无以至千里，不积小流无以成江海。一个人在确立自己的奋斗目标后，就应当一步一步的踏踏实实的苦心专研。胜利的人生并不是那些人生的荣誉，那些都是过去，而是那一步步的实践。乐在其中就是这么一个道理。

我信任，鸿志不汝较，奋翼起高飞。但当养羽翮，鸿举必有期！

我的演讲完毕，感谢大家能够在百忙之中抽出时间来倾听我的演讲。

高校生大赛职业规划 篇 3

xx 月 x 日晚，新闻与传播学院团委、学生会在实 xxx 教室胜利举办了新闻与传播学院职业规划大赛初赛。出席本次大赛的有 xxx 副书记，xx 老师，xx 老师，xx 老师，xx 老师。

现将职业规划大赛工作总结如下：

一、学院领导、老师的高度重视和大力支持。

在迎新大会上，xx 副书记让大一新生着手写自己的“职业生涯规划”，并让他们上交自己的职业志向。这为学院举办职业规划大赛做好了打算。

针对大一新生上交的职业志向，苏运生老师和钟春燕老师刚好让主席助理着手建立“学长制”，组织职业爱好相同的同学进行系统学习、探讨和沟通。

朱子木老师亲自到珠海跟大家说明写职业规划大赛的重要性，并召开部长级会议，传达本次活动的重要性。

大赛当天，xx 副书记，xx 老师，xx 老师亲自担当评委，对参赛选手进行了严格的筛选和中肯的点评，给了在场的同学很多启发。

二、策划完备

在接到“职业发展协会”的通知后，院团委学生会马上确定活动负责助理为杜小英，负责部门为学调部，并于 xx 月 xx 日做好了策划，对各部门工作做了具体的分工，对赛场布置做了具体的说明。使得在打算校运会、中国文化节、《新闻学生》调研版、举办学院讲座的同时，职业规划大赛能够如期实行。

三、各班主动协作

xx 月 xx 日晚上 xx 点，负责本次活动的负责人召开了班委会议，会上向班长、副班长、学习委员说明白这次活动的意义，以及希望各班主动协作的想法。在会上，各班班委主动响应，推举班级负责人负责此次工作。各班负责人表现出极大地热忱和负责的看法，刚好收集班上同学的作品，并刚好上交。xx 月 xx 日，负责人召集班长、副班长、学习委员组成班级评议小组，八个班的作品交叉互改，并于 xx 月 x 日选出了前二十名。

四、学调部有条不紊的进行工作

在收集齐八个班的作品后，刚好将各班作品均等分为八份，并让各班交叉互改，选出前二十名。xx 月 x 日，学调部部长、副

部长以及主席助理仔细评比前二十名的作品，并于 xx 月 x 日评出前十二名，并发短信通知入围选手开会，说明参赛事宜，并跟进其打算状况。

五、不足之处

由于阅历不足，以及各部门沟通存在问题，职业规划大赛也存在很多不足之处，须要尽快改正或改进。

1、教室问题

策划书中明确要求秘书处借阶梯教室，但秘书处回答说借不到。之后便向老师恳求帮助，主席助理在钟春燕老师的帮助下，借到了阶梯教室(阶四)。但由于沟通方面出现问题，主席助理不知道已有人为职业规划大赛借了教 xx，故在没有退教 xxx 的状况下，又借了阶梯四。

由于职协更改作品提交日期，为了让同学们有充分的时间打算，大赛推迟了一周。xx 月 xx 日，秘书处的干事去将阶四换成 xx 月 x 日的竞赛教室。但是仍旧没有退教 xxx，导致 xx 月 xx 日(原定于此日进行竞赛)教 xx 开了门和多媒体，而没人运用和爱护，使得学校教学设备处于危急之中。为此，珠海学院对新闻与传播

学院进行指责教化，并宣布不再借多媒体教室给新闻与传播学院。

为此，秘书部部长在苏老师和钟老师的帮助下，几经周折，才接借到 xxx，使得大赛得以顺利进行。

针对这个问题，秘书处以后会派专人负责借教室的事宜，并尽力借到符合活动的教室。

2、会场出现的问题

① 由于秘书处在打印前没有刚好更改会场变动状况，导致流程表出现多次涂改。给嘉宾和评委老师不好的印象。

② 由于工作人员都是新干事，没有会场工作阅历。使得会场有些混乱

③ 没有强制学院学生会的干事和部长前来做观众，导致观众太少，场面冷清。

④ 在竞赛最终环节，没有做好把门工作，使得很多观众提前离开，使场面更加尴尬。

⑤ 大多数选手没有把握好时间。希望以后开展类似活动前进行彩排，并对进入决赛的选手进行跟进。

针对这些问题，以后会场负责人在支配工作前肯定要强化工

作要求，工作范围等留意事项。秘书处在了解活动变动状况后肯定要刚好更改流程表等相关文件的信息。在组织和宣扬方面要做到位，肯定要确保观众的数量，维持会会场秩序。对参赛的选手要进行跟进，询问其是否须要帮助等。总之，以后活动中要更加注意细微环节。

这次大赛所出现的多处问题和不足，是负责部门和主席助理的责任。由于阅历的不足和工作跟进的不到位，一些错误导致了大赛的整体效果。经过举办此次竞赛的和对竞赛进行总结，信任会在今后的类似活动中有所完善和进步。

高校生大赛职业规划 篇 4

主办单位：*****建筑与城乡规划学院

承办单位：建筑与城乡规划学院 10 级年级分会

一、活动主题： 振翅现在，翱翔将来

二、活动背景：近年来，高校毕业生的就业压力不断加大，就业形势亦不容乐观。面临日趋严峻就业压力的高校生们，须要主动适应这种新改变，在努力学习文化学问的同时，变更思想观念，正确相识自己的优势与不足，化“被动就业”为“主动择业”，

不断丰富实践阅历，全面提高自身素养。

三、活动目的：本次活动旨在通过大赛的形式，引导 10 级学生以科学的看法规划自己的职业生涯，使职业规划理念深化人心，进而激发 10 级学生的学习热忱和学习动力，化“被动就业”为“主动择业”，让 10 级学生提前树立职业规划意识，赢在职场的起跑线上，提高就业竞争力。

四、活动可行性分析：本次职业规划大赛着重使学生意识到职业生涯设计的重要性，熟识如何进行职业生涯设计，做自己人生的总设计师，了解自我，了解社会需求，主动适应社会的发展。

五、活动对象：10 级全体在读学生

六、活动时间 10 月份

七、宣扬工作：

宣扬内容：由宣扬部负责宣扬大赛背景与宗旨、目标、活动对象、流程与内容及大赛成果。

宣扬方式：

1、海报宣扬。

2、网络宣扬：

八、活动流程：

（一）、讲座——“给自己一个航标”

形式：自主上网测试

目的：让同学树立自我管理观念，利用网络资源搜寻相关信息，了解自己在职业生涯规划上的优势和不足以及能够从事或适合哪些方面的工作职务。

内容：各班级组织同学通过校内网进行测试，再将测试结果统计，以班级为单位上报学院。

（二）、组织班会——客观相识自我，畅想职业生涯

形式：由各班委组织各班级同学，以班会的形式仔细探讨与学习《高校六业》等有关书籍，畅想职业生活。

目的：通过学习、了解有关职业的信息，针对自身状况，各抒己见，共同探讨，树立职业规划意识，从而尽快走向职业规划大道。

内容：以班级为单位进行沟通和探讨

（三）、高校生职业规划大赛之个人职业规划设计赛

形式：职业规划设计参赛作品评比

目的：本活动旨在普及职业规划学问，引导高校生学习驾驭职业规划的基本方法，科学规划自己的职业生涯。

内容：以班级为单位，各班组织上交参赛作品，以个人为单位进行评比。

作品评比：

大赛设“评委会”，依据公允、公开、公正的原则评比各奖项；

评委会人员： 副书记、10级辅导员、院主席团成员 10级年级分会

竞赛评分规则：（1）符合职业规划的主题和要求
（2）内容完整，简明扼要，格式清楚，版面美观大方，创意新奇
（3）文笔流畅，见解独到
（4）思想深刻，与现实联系紧密
（5）能充分体现特性而不落俗套，文如其人，能充分呈现参赛高校生朝气蓬勃的精神风貌，能充分呈现当代青年人的职业新人形象。

内容要求：职业生涯规划应结合主客观条件，而职业规划设计书更要结合自身，并要包括以下内容：

1、参赛选手依据自己的人才素养测评报告，结合自己的实际状况与社会需求，从专业、就业、职业等方面进行个人职业生涯规划设计。

2、个人职业生涯规划设计参赛作品必需有扉页。扉页填写参赛者的真实姓名、学号、性别、专业、班级、联系电话、E-MAIL等相关信息。

3、确定志向。有了明确的职业发展方向是毕业生走向社会就业的第一要素。首先要确定自己想要什么，然后沿着这个方向去努力。

4、精确自我评估和分析客观条件。毕业生职业规划中，进行精确的自我定位特别重要。对自己的评估应包括：爱好、性格、技能、特长、思维方式等，要将自我相识和他人评价相结合。外部要分析社会环境、各种职业环境和组织环境，应留意环境条件的特点、发展改变状况、自己与环境的关系、环境对自己有利与不利的因素等等。

5、评估职业机会。通过多种途径，尽可能获得目标行业、目标职业的相关讯息，结合自己的专业状况、就业机会、职业选择、家庭环境、社会需求等因素，理性评估职业机会，以此作为设定自己职业目标的基础。

6、职业目标制订要合理。从目前的就业环境来看，选择职业发展目标时，切忌贪高贪快。要保证目标适中，同时也不行过高或过低，并将长期目标和短期目标结合起来，通过不断实现短期目标最终实现长远目标。

7、制定行动安排、考核措施，并进行评估、回馈、调整和修订。确定了职业发展目标后，要通过一系列发展规划措施来确保目标实现。职业生涯发展中，会常常发生改变，考虑到影响职业生涯规划的因素许多，对职业生涯设计的评估与修订也很必要。修订的内容可以包括职业的重新选择、职业生涯路途的重新选择、人生目标的修正、实施措施与安排的变更等。

竞赛评分细则：

（1）清楚性：考虑目标是否清楚明确，实现目标的步骤是否合理。（10 分）

(2) 变动性：目标是否具有弹性或缓冲性，是否依循环境的改变而做出调整。(10 分)

(3) 实际性：现实生涯目标的途径是否考虑到求职者的特质、社会环境、组织环境以及相关的因素。(10 分)

(4) 一样性：主要目标和分目标是否一样，目标和措施是否一样，个人目标与组织发展目标是否一样。(10 分)

(5) 激励性：目标是否符合求职者的性格、爱好和特长，是否能对求职者产生内在的激励作用。(10 分)

(6) 详细性：生涯设计各阶段的路途划分与支配是否详细可行。(10 分)

(7) 前景发展性：是否具有适应市场经济发展的前景可行性，设计是否具有事实依据。(10 分)

(8) 持续性：人生每个发展阶段是否持续连贯。(10 分)

(9) 可评估性：设计是否具有明确的时间限制或目标，能否随时驾驭求职的执行状况，能否为设计的调整供应参考依据。(10 分)

(10) 全程性：拟定生涯设计时是否考虑到生涯发展的整个

历程，作全程的考虑。（10 分）

九、嘉奖方法

1. 竞赛由评委会从各专业评比出 1-2 名“职业规划之星”，颁发荣誉证书；

2. 评比出班级“优秀组织奖”，并颁发证书。

高校生大赛职业规划 篇 5

尊敬的评委，敬爱的同学们：

大家下午好！我是 11 级市场营销二班的赖荣晖！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！我喜爱运动，羽毛球，乒乓球，篮球....我喜爱动漫，《灌篮高手》~《海贼王》是我的最爱！很兴奋能站在这里，更兴奋能有个机会相识在场的你们！现在，我将与大家一起共享我的职业规划！

虽然说是一个规划，倒不如说是我的一个梦！不过不是做梦，而是幻想！“为幻想插上翅膀”这就是我规划的主题。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/398050054031007003>