

最新大学生职业生涯规划活动总结报告(大全8篇)

通过撰写开题报告，我们可以对研究课题进行深入思考，并为后续的研究工作打下基础。我们特地整理了一些成功案例的整改报告，以供大家学习和借鉴。

大学生职业生涯规划活动总结报告篇一

此活动开始于20xx年10月15日，结束于20xx年3月13日，由就业创业部副部长×对本部门16个干事进行了为期一周的“大学生职业生涯规划”书写的培训，之后由16个部门干事在20xx年10月22日晚上到各个教室对×级新生进行活动介绍及相关内容的书写要求，并传达团委老师对活动的重视。

同学们按要求完成了职业规划且详细地为自己定下目标及实现目标的具体过程。于20xx年10月30日晚上×级各个班级负责人收齐并上交到学生会办公室。上学期活动结束后有学生会各个部门部长或部门代表参与了×级学生“大学生职业生涯规划”的评奖与评优。本学期，根据×级同学们在上学期写的规划书在此进行评比，目的在于看看半年后的现在，同学们的计划完成情况，适时调整自己的发展方向，以及进一步完善自己的计划。

本活动的意义在于消除同学们刚入大学的松散状态，使同学们走出思想误区，摆脱迷茫。一年级的同学们刚进入大学，对很多东西都不是很了解，为自己的将来发愁，举行此活动，正是为了让同学们明确自己的方向，使同学们变成一个有理想有文化的合格大学生。半年过后，同学们已对大学生活有的基本了解，对本专业的知识以及今后的发展方向有了初步掌握，本学期再次审核，是同学们对自己的目标有了更进一步的确立。

它使同学们清醒认识到自己该做什么，该怎样做，达到怎样的目标。这样有助于同学们自身的发展，而且目标和过程具体详细，远期近期目标相结合，更有助于激发同学们的动力。

赛后加大宣传，以增加职业规划意义的影响力。借此契机，望同学们能正确认识自身的个性特质，现有与潜在的资源优势，帮助自身重新对自己的价值进行定位并使其持续增值，引导同学们对自己的综合优势与劣势进行对比分析，使同学们树立明确的职业发展目标与职业理想，引导同学们前瞻与实际相结合的职业定位，搜索或发现新的或有潜力的职业机会，激励同学们新的追求，一起迈向精彩未来，开拓绚烂人生！对此次活动的前期筹划与具体开展过程，我们就业创业部进行了周密的准备与安排；在活动的进行中通过与同学近距离接触，也充分的认识到了同学们对自己今后生活工作的憧憬与担忧；在活动结束后我们也做了深刻的总结分析，认为今后应该更加深入的开展该活动，通过与学生签订“合同”的形式来约束他们，提高他们的自制力，将此活动办的更精更细更好，成为就业创业部的一个精品活动，将其纳入品牌化活动“我的未来不是梦”的亮点，并争取将活动推广到学校里，让更多的学生从中受益。

大学生职业生涯规划活动总结报告篇二

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。根据教育部有关文件精神，我院于4月25日—5月8日举办了“大学生职业生涯规划大赛活动”。

活动历经了报名海选预赛、复赛、培训期、院级决赛四个阶段。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、活动开展情况

1、成立职业生涯规划大赛活动领导小组，小组成员由院就业创业部和学习部全体成员组成。学院领导对此次活动高度重视，为本次活动的开展提供了有力的组织保证。

2、开展“早规划、早就业、早创业、早成才”宣传活动为了让学生们了解职业生涯规划，增强职业生涯规划意识，学院积极组织策划并召开活动启动会议，4月24日至4月25日在全院开展以“早规划、早就业、早创业、早成才”为主题的职业生涯规划设计宣传活动，通过展板、海报等方式的宣传，引起了学生们广泛关注，在校园内兴起了人生理想设计和职业生涯规划的热潮。3、全院开展职业生涯规划主题班会，达到了“人人参与、人人演讲”的要求。

为了让每一个大学生都了解职业生规划的真正意义与内涵，增强职业生涯规划意识，本次活动于4月26日——4月27日在全院范围内铺开，全院大一大二各班级开展了“设计精彩人生 描绘美好前程”主题班会，此阶段为本次活动的重点阶段，以班为单位，人人参与，人人演讲，同学们对人生规划书进行了大胆设计，积极展示自己的演讲才能。

3、海选初赛

经过前两个阶段活动的推进，全院形成了良好的职业生涯规划氛围。4月28日—4月29日各系开展了选拔赛，制定了严谨的工作程序和选评制度，通过宣传推广、培训咨询、辅导学生撰写作品、举办系级大赛、邀请专家评审等系列活动。此阶段活动精彩纷呈，亮点倍出，将大赛活动逐步推向高潮。学院对各系活动开展情况进行了全面检查，效果良好。

4、举办院级复赛

5月8日—6月8日是院级复赛阶段，各系对参加院级复赛的选手进行了强化辅导。从参赛的10名选手中产生了6名选手参加下一阶段的决赛，由于前期准备及宣传工作扎实，参赛作品内容各有特点，作品质量较高，ppt制作精美，评审组老师给予了高度评价。

5、举办院级决赛

5月8日晚七点，机电工程学院大学生职业生涯规划大赛院级决赛在校二教报告厅举行。

出席决赛活动及嘉宾有：学校就业创业部老师李向阳，上届获奖的学姐，院团委老师及学生会各执委等。

在现场演讲过程中，参赛选手也都发挥出自己的水平，镇定自若，自信大方，充分地展示了铜仁职业技术学院大学生的精神面貌和青春风采。经过了初、复赛的选拔，选手们更为成熟，个个自信的走进赛场，比赛过程更加丰富、更加精彩，选手们富有逻辑的规划更是激起了同学们的阵阵掌声，对很多抱有同样梦想的同学给予了启发。最后经过评选，最终评选出一等奖一名，胡艳宁和王永胜小组；二等奖两名，王杰组：孙明翰组，三等奖三名，刘亚楠组，陈帅组，褚文雅组。学院进行了表彰并给予精神及物质奖励。

本届大赛涌现了众多的优秀作品，令评委难以取舍。在各系老师的指导下，参赛选手在作品中表现出来的'规划思路更趋理性，规划目标更为现实，规划方法更加科学。

二、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。第一，学生树立了正确的就业观。活动很

好地传播职业规划的理念，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。

《职业生涯规划大赛活动总结》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。

大学生职业生涯规划活动总结报告篇三

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。根据教育部有关文件精神，我院于4月25日—5月8日举办了“大学生职业生涯规划大赛活

动”。

活动历经了报名海选预赛、复赛、培训期、院级决赛四个阶段。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、活动开展情况

1、成立职业生涯规划大赛活动领导小组，小组成员由院就业创业部和学习部全体成员组成。学院领导对此次活动高度重视，为本次活动的开展提供了有力的组织保证。

2、开展“早规划、早就业、早创业、早成才”宣传活动为了让学生们了解职业生涯规划，增强职业生涯规划意识，学院积极组织策划并召开活动启动会议，4月24日至4月25日在全院开展以“早规划、早就业、早创业、早成才”为主题的职业生涯规划设计宣传活动，通过展板、海报等方式的宣传，引起了学生们广泛关注，在校园内兴起了人生理想设计和职业生涯规划的热潮。3、全院开展职业生涯规划主题班会，达到了“人人参与、人人演讲”的要求。

为了让每一个大学生都了解职业生规划的真正意义与内涵，增强职业生涯规划意识，本次活动于4月26日——4月27日在全院范围内铺开，全院大一大二各班级开展了“设计精彩人生描绘美好前程”主题班会，此阶段为本次活动的重点阶段，以班为单位，人人参与，人人演讲，同学们对人生规划书进行了大胆设计，积极展示自己的演讲才能。

3、海选初赛

经过前两个阶段活动的推进，全院形成了良好的职业生涯规划氛围。4月28日—4月29日各系开展了选拔赛，制定了严谨

的工作程序和选评制度，通过宣传推广、培训咨询、辅导学生撰写作品、举办系级大赛、邀请专家评审等系列活动。此阶段活动精彩纷呈，亮点倍出，将大赛活动逐步推向高潮。学院对各系活动开展情况进行了全面检查，效果良好。

4、举办院级复赛

5月8日—6月8日是院级复赛阶段，各系对参加院级复赛的选手进行了强化辅导。从参赛的10名选手中产生了6名选手参加下一阶段的决赛，由于前期准备及宣传工作扎实，参赛作品内容各有特点，作品质量较高，ppt制作精美，评审组老师给予了高度评价。

5、举办院级决赛

5月8日晚七点，机电工程学院大学生职业生涯规划大赛院级决赛在校二教报告厅举行。

出席决赛活动及嘉宾有：学校就业创业部老师李向阳，上届获奖的师兄师姐，院团委老师及学生会各执委等。

在现场演讲过程中，参赛选手也都发挥出自己的水平，镇定自若，自信大方，充分地展示了铜仁职业技术学院大学生的精神面貌和青春风采。经过了初、复赛的选拔，选手们更为成熟，个个自信的走进赛场，比赛过程更加丰富、更加精彩，选手们富有逻辑的规划更是激起了同学们的阵阵掌声，对很多抱有同样梦想的同学给予了启发。最后经过评选，最终评选出一等奖一名，胡艳宁和王永胜小组；二等奖两名，王杰组：孙明翰组，三等奖三名，刘亚楠组，陈帅组，褚文雅组。学院进行了表彰并给予精神及物质奖励。

本届大赛涌现了众多的优秀作品，令评委难以取舍。在各系老师的指导下，参赛选手在作品中表现出来的规划思路更趋理性，规划目标更为现实，规划方法更加科学。

二、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。第一，学生树立了正确的就业观。活动很好地传播职业规划的观念，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、物尽其用、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。

《职业生涯规划活动总结报告》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。

大学生职业生涯规划活动总结报告篇四

职业生涯规划，是指按人生发展各阶段的不同，而自行设计的、适合自己各阶段发展的、带有个性化色彩的个人职业生

涯的一种中长期发展计划，一份好的职业生涯规划书应该结构完整、内容可行、形式新颖，一般包括自我评估（分析）、环境分析、职业评估、确定目标、实施策略、评估反馈六个方面内容。本内容共分3次课，每次课3节，我的教学进度安排是第一次课介绍职业生涯规划的相关知识，讲授大学新生做职业生涯规划的重要意义，并大致介绍职业生涯规划书包含哪些方面内容；第二次课详细分析职业生涯规划的六个方面内容，并结合经典大学生职业生涯规划书范例进行更细致的讲解，最后将作业布置下去，要求同学们通过各种途径查找相关资料，认真完成，并要求2周内完成作业；第三次课对同学们作职业生涯规划书时碰到的问题进行解答，并邀请个别已经完成职业生涯规划书的同学上台讲述自己是如何进行自己的职业生涯规划的，然后老师对其作品中好的地方或不足的地方进行点评。

教学前，我查阅了职业生涯规划的相关资料并认真分析了许多职业生涯规划书的范例，力图全面把握教学的各方面内容，想方设法以一种同学们乐意接受、轻松愉快的方式进行教学，现在就针对我上的这几次课谈几点体会：

- 1、 教学内容要丰富、新颖，案例要多。大学生的思维是比较活跃的也是比较善于质疑的，他们懂得很多东西，因此作为大学教师的我们更加要看书学习、查阅资料、准备充分，准备的内容要丰富、新颖，而这一点也正是我们年轻教师最大的挑战，因为我们知识面还有待拓展、教学经验还需多多积累。此外，我发现同学们对目前的就业形势、用人单位对毕业生的各方面要求和面试技巧，等这些方面内容特别感兴趣，尤其是爱听故事和实际案例，因此每次上课前我都花不少时间去查找这些方面的资料，同学们对于那些较为枯燥的纯理论的东西则提不起兴趣，因此在讲理论的东西时要注意方法方式，尽量想办法结合实际案例进行讲解。

上这两个班的课感觉完全不一样，小班课堂比较好控制，讲话和做其他事的少，同学们也比较听话；而大班的课比较难

上，总有一些同学在下面讲话或做其他的事，课堂纪律不好控制，有时候一堂课下来要强调2, 3次课堂纪律。因此分小组讨论或互动的教学形式在小班比较适合，在大班就不怎么适合。而大班一般采用讲授法、演示法和提问法比较好。

3、要学会讲故事。同学们对故事和身边的实际例子是特别感兴趣的，因此我们要多搜集一些这方面的资料，将故事和案例融入到我们的教学过程中，以此提起同学们的兴趣，使教学能更好的完成。

4、要学会组织好课堂，引导同学们的思路。只有好的课堂，才能更有效的进行教学，因此我们必须要学会组织好课堂，有必要时要及时强调课堂纪律，但要注意方法方式、把握时机，过多强调也会适得其反的。此外引导同学们的思路也非常重要，要学会发问，更要会解说和引导。

5、自己的语言功底还需加强，知识面还有待拓展。经过这几次上课，我发现自己还有许多地方需要改进和提高，语言表达要加强，知识面还有待拓展，教学经验还得多多积累。尤其是大班级大教室上课，讲话更要清晰、大声，课件的字体要醒目、字号要大些，不然坐在后面的同学就没办法听课了。

总之，通过《大学生职业生涯规划》课的教学实践，让我学到了很多的东西，不但锻炼了自己的胆量、强化了语言表达能力，还拓展了自己的知识面、积累了教学经验，真是受益匪浅，同时也让我发现自己还有很多地方需要改进和提高，未来的任务更加艰巨，但我相信只要不断努力和进取，自己的教学水平一定会更上一个台阶的。

2

职业生涯规划，是指按人生发展各阶段的不同，而自行设计的、适合自己各阶段发展的、带有个性化色彩的个人职业生

涯的一种中长期发展计划，一份好的职业生涯规划书应该结构完整、内容可行、形式新颖，一般包括自我评估（分析）、环境分析、职业评估、确定目标、实施策略、评估反馈六个方面内容。本内容共分3次课，每次课3节，我的教学进度安排是第一次课介绍职业生涯规划的相关知识，讲授大学新生做职业生涯规划的重要意义，并大致介绍职业生涯规划书包含哪些方面内容；第二次课详细分析职业生涯规划的六个方面内容，并结合经典大学生职业生涯规划书范例进行更细致的讲解，最后将作业布置下去，要求同学们通过各种途径查找相关资料，认真完成，并要求2周内完成作业；第三次课对同学们作职业生涯规划书时碰到的问题进行解答，并邀请个别已经完成职业生涯规划书的同学上台讲述自己是如何进行自己的职业生涯规划的，然后老师对其作品中好的地方或不足的地方进行点评。

教学前，我会查阅职业生涯规划的相关资料并认真分析了许多职业生涯规划书的范例，力图全面把握教学的各方面内容，想方设法以一种同学们乐意接受、轻松愉快的方式进行教学。

教学内容要丰富、新颖，案例要多。很多学生的思维是比较活跃的也是比较善于质疑的，他们懂得很多东西，因此作为该门课的教师我应该要多看书学习、查阅资料、准备充分，准备的内容要丰富、新颖，而这一点也正是我们年轻教师最大的挑战，因为我们知识面还有待拓展、教学经验还需多多积累。此外，我发现同学们对目前的就业形势、用人单位对毕业生的各方面要求和面试技巧，等这些方面内容特别感兴趣，尤其是爱听故事和实际案例，因此每次上课前我都花不少时间去查找这些方面的资料，同学们对于那些较为枯燥的纯理论的东西则提不起兴趣，因此在讲理论的东西时要注意方法方式，尽量想办法结合实际案例进行讲解。

上这两个班的课感觉完全不一样，小班课堂比较好控制，讲话和做其他事的少，同学们也比较听话；而大班的课比较难上，总有一些同学在下面讲话或做其他的事，课堂纪律不好

控制，有时候一堂课下来要强调2，3次课堂纪律。因此分小组讨论或互动的教学形式在小班比较适合，在大班就不怎么适合。而大班一般采取讲授法、演示法和提问法比较好。

我发现上这门课要学会讲故事。同学们对故事和身边的实际例子是特别感兴趣的，因此我要多搜集一些这方面的资料，将故事和案例融入到我的教学过程中，以此提起同学们的兴趣，使教学能更好的完成。而且，要学会组织好课堂，引导同学们的思路。只有好的课堂，才能更有效的进行教学，因此我必须学会组织好课堂，有必要时要及时强调课堂纪律，但要注意方法方式、把握时机，过多强调也会适得其反的。此外引导同学们的思路也非常重要，要学会发问，更要会解说和引导。

第二，自己的语言功底还需加强，知识面还有待拓展。经过这几次

上课，我发现自己还有许多地方需要改进和提高，语言表达要加强，知识面还有待拓展，教学经验还得多多积累。尤其是大班级大教室上课，讲话更要清晰、大声，课件的字体要醒目、字号要大些，不然坐在后面的同学就没办法听课了。

总之，通过《职业生涯规划》课的教学实践，让我学到了很多，不但锻炼了自己的胆量、强化了语言表达能力，还拓展了自己的知识面、积累了教学经验，真是受益匪浅，同时也让我发现自己还有很多地方需要改进和提高，未来的任务更加艰巨，但我相信只要不断努力和进取，自己的教学水平一定会更上一个台阶的。

大学生职业生涯规划活动总结报告篇五

本次班会，专门围绕“大学生职业生涯规划”提前做出了认真的准备，由于准备充分，辅导员结合口头讲述[ppt]及视频，多元化的向同学们阐述了做一个合理的职业生涯规划的重要性。同时各位同学在班会上发言积极踊跃，有的结合自身的职业生涯规划谈体会，有的将名人的职业生涯规划事迹进行讲述，还有的就对自己专业的认识进行阐述，总之，同学们从不同的角度表现了自己对专业的了解和对未来的规划。

主题班会的主要内容是围绕对于为我们大学生在未来的路如何选择，那么该如何选择，一是方向定位，作为目标的实现者自己对这个目标有没有认同，这至关重要，如果没有，则目标难以实现，起码会使实施的过程少了许多快乐，如果能实现，却很难充分享受实现所带来的快乐，因此，这种定位应该根据自己的长处和爱好来定，于是，这又出现了一个两难，短时间内怎么知道自己的长处，而当知道自己的长处后，时间却不长了。因此在时间不可逆转的前提下，应该先定方向。二是降低期望值，由于市场经济的发展，社会正逐渐从身份本位走向能力本位，在本科学历逐渐增长的情况下，按照市场的供求关系，学历所包含的价值量正逐渐降低，而对于能力的'价值预期正逐渐提升，这个时候，学历已不具有什么意义了，再者，当今大学生没有了什么特殊性，以进入“大众化就业”时代，学校也不是专门培养什么“精神贵族”，而是培养有知识，素质高的普通劳动者，在这种情况下，我们不妨降低对自己的期望，从心理学角度看，这样看似有点降低层次，但可以减轻我们的压力，而且有助于及时肯定自我，因为你的很小的进步都可以得到自我的及时肯定，这对于树立我们的信心很重要，人们的自信其实就是肯定自我，社会的肯定必须经过自我的肯定才能转化为自信，而且要维系这种自信，还得不断地对自我进行肯定，降低对自己的要求，并不等于降低对自己的要求，因为对自己要求严格，也是人发展所必需的。

职业生涯规划教育让同学们懂得需要规划一个适合自己的一个职业规划，一个计划，一个目标，成功人士之所以成功，很大的因素在于他们对自己未来的发展有一个明确的规划，而失败者之所以失败，很大的因素在于他们朝三暮四，今天想做这个，明天想做那个，在不同的行业上，不同的职位间来回的跳槽，结果什么都接触过，也什么都不专业。同学们认识到越早拥有的一个职业规划会成为自己的一个筹码，让同学们重新开始重视社会发展的趋势，考虑社会对各类人才的需求，甚至对每个人才所应具备的技能，还让同学们从今后的目标中认识到自己现阶段所必须把握的东西，有重点的学习，提升自己综合素质和能力。是自己在未来能作为一个更专业化，更职业化，更社会化，更国际化的人才，当然更要做一个有计划的人，因为没有计划的人一定会被计划掉，要不被计划掉，就必须按照自己职业生涯规划一步一步走向自己所计划的左后一章。

此次“大学生职业生涯规划”主题班会使同学们意识到丰富知识和专业技能的重要性，激发了他们的学习自觉性，同时鼓励学生树立信心，客观的对待自己，从实际出发规划未来，扎实前行，开拓进取。

大学生职业生涯与个人规划协会自成立以来，已经是经管系重要社团之一。本协会在老师的指导和全体社员的努力下，构建成了一个具有严格管理机构和平等交流的团体。本协会以务实精神为指导，由在校学生自愿组成的集学术性和实践性于一体兼其他服务活动的非盈利性学生组织。

本协会作为校园文化的载体，通过对大学生成长、成才、职业规划等理论的探索和研究，对就业领域的了解和认识以及与企业拉近距离等一系列的实践活动，指引学生树立正确的就业观念，从而不断丰富校园文化，培养大学生挑战自我、独立生活以及适应社会的能力，同时拓展大学生的求知领域，让大学生走出象牙塔、面向社会、体验社会，达到理论与实践相结合的目的。

本学年，社团策划组织并举办了一系列丰富多彩就业类宣传活动。完成了协会的既定目标，协会的全体成员在一次次活动中成长，协会的组织机构在活动中不断完善，形成了具有一定实力的学生社团。

的意志和信念。现将这学期工作总结总结如下：

本学年职业规划协会工作总结：

因为在本次活动上社员们团结一致塌实肯干的精神，所以活动取得圆满成功。同时让更多的老师和同学，肯定了职业规划社的各项工作，认识了一个工作负责的职业规划社。

有时，我们把全体成员比喻成一只手，每个成员就是手上一指一节，他们灵活、勤劳，各有其特点，当他们握在一起时，我们就是最有力量的团体！

生涯设计的目的绝不仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作，达到与实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己定下事业大计，筹划未来，拟定一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

毫无疑问，职协在大学生生活中无疑是浓墨重彩的一笔，在这个具有无限发展力的平台上，积累了实践经验，发掘了自身潜力，结交朋友。不得不提的是，协会发展到今天离不开就业办顾老师的信任与支持，让我们有一定的资源和平台来发挥才干，老师的管理自由化，让我们有足够的空间和平台去大胆地贯彻落实自己的活动思想，并在不断地完善中有了显著的成效。

感谢大家的执着付出和团队的互助！相信职协的明天会更好！

———大学生职业生涯规划社

大学生职业生涯规划活动总结报告篇六

“学业，职业生涯规划”

通过“学业，职业生涯规划”为主题的征文活动，使我院在校大学生对自己的人生进行规划，对自己的人生道路有一定的认识，树立自主意识，增强紧迫感和压力感，感染力和号召力。学会做人，学会学习，学会做事。全面建设和谐校园。推动我院各项建设再上新台阶。

1、板报组成员制作活动展览板。2、学习部成员分为两组，分别在5月29日上午和下午对报名同学进行帮助活动的主要流程：

1、向全体学生宣传“学业，职业生涯规划”征文活动。2。对全院进行作品征集。3。邀请嘉宾评出优秀作品。4。像全院展示优秀作品。

1、以“学业，职业生涯规划”为主题

2、体裁：文体不限，诗歌，散文，议论文等均可；

3、字数：800字以上；作文必须是原创，紧扣主题，要求字迹工整，感情真实，内容积极向上，不得抄袭，一经发现，将取消评选资格。

4、请在作品正面注明作者的姓名，班级。活动具体过程

5月27日板报组制作本次活动的展览板

5月28日在质监学院前院，宿舍楼前进行报名活动，同学们积极性很高，报名踊跃，共有50人报名。

5月29、30日对作品进行收集整理。

5月30日对参赛作品进行评选，评选出优秀作品，进行评奖。

5月31日制作展板，展示获奖作品，写通知张贴本次获奖选手名单。6月1日为获奖同学发放奖品及证书。

学生会学习部向在校学生发布关于此次征文比赛的通知。参赛选手于5月30日前将作品交于地办学生会学习部。

由学习部成员对参赛作品进行评比

- 1、同学们应按时到达集合地点；
- 2、活动前应准备好所需的物品，如：展览板，报名册，签字笔；
- 3、在活动过程中同学们应遵守秩序；
- 4、维持秩序和宣传活动时需使用文明用语。
- 5、本次活动本着“公平，公正，公开”的原则，对所有参赛作品进行评定。

通过此次“学业，职业生涯规划”的征文活动，让“学业，职业生涯”的概念更、加深入人心，完善自身的心理素质，积极挖掘潜力，学会正确认知、合理规划，形成初步目标构想，并主动实施、及时调整、认真准备、积极竞争。使同学们的校园生活更加精彩。

“学业，职业生涯规划”征文活动，主要提倡同学们对自己的学业，职业，人生进行系统的，合理的规划。学业是学习自己的专业知识，为自己走向社会打下良好的基础。职业是参与社会分工，利用专门的知识技能，为社会创造物质财富和精神财富，获取合理报酬，作为物质生活来源，并满足精神需求的工作。学业与职业的关系是相辅相成的，学业提升

我们的知识，而职业则是把知识运用到实践中去。大学校园不仅是知识的殿堂，更是为日后能更好的在社会上立足打下良好的基础。要在大学期间的学习学到更多的本领，提高自己认识事物判断事物的能力。这是大学期间的主要目的和任务。作为接受高等教育的群体，努力学好专业课，勤奋探出人生路。消失的旧时光，在回忆的路上缓缓飘散，而新的曙光萦绕将我们带入了大学，开始了我们新的学业，为了人生不断努力。

大学阶段是过程，基于专业学习基础的职业素质培养；职业阶段是目标，在社会中学习和锻炼事业和生活的平衡。大学生应该明确自己在学业，职业生涯上的每一步，为未来奠下基土，努力学好专业课，勤奋探出人生路。只为着一个亘古不变的真理：永远都只有根基稳固的大厦才能在风雨中坚挺依旧。

一等奖：李青11-2

二等奖：刘帅娟11-2孙双双11-8

学生会学习部

20xx年5月31日

大学生职业生涯规划活动总结报告篇七

“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。

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

大学生职业生涯规划活动总结报告篇八

在一个变化无常的世界里，不可能会有一成不变的事物，包括职业目标。一切都在运动中变化，而我们却在这一变化过

程中很容易迷失了自己。人生在世，最紧要的不是我们现在所处的位置，而是我们未来要去的方向。因此，我们要去努力发现自己最正确的发展方向，这种方向不一定是最佳的，但却一定是最适合我们的，最能够实现自身价值的方向。人是职业的人，我们应沿着怎样的职业轨迹成长才能实现自我的人生价值呢？大家不妨来一同看一下“立体育人教育体系——人生坐标系”：

在我们每个人的生活坐标中，我们把所从事的行业领域的发展方向，定为x轴。因为人是存在社会属性的，人生的整体规划离不开个人所从事行业的影响，故而我们将这一因素也引入到“立体育人教育体系——人生坐标系”中来。

如果我们在西方炒股，20世纪60年代炒钢铁，70年代炒化纤，80年代炒网络，90年代炒微电子，那么新世纪呢？有人说炒生物科技，有人说炒航空技术……众说纷纭，时代是不断发展的，社会是逐渐进步的，整个社会的发展都有其行业发展的轨迹，这便是我们将要研究的要素之一。

俗语道：“女怕嫁错郎，男怕入错行。”在职海中择业，与我们在股市中选股一样，宁愿选择朝阳产业中的绩劣企业，也不要选择夕阳产业中的绩优企业。至于如何区分朝阳产业与夕阳产业，我们将在后面的篇章予以详谈。

宇宙间最大的力量如果是惯性，那么，生命中最大的力量就应当是习惯力了，而每个人的性格又是决定习惯力的最主要因素。性格决定命运，性格也同样决定职场的成败，而学历与家庭背景已不是最主要的决定因素了。因此，我们将每个人的性格这一重要因素引入“立体育人教育体系——人生坐标系”中也是适当的。

千人千面，只有相似的性格，却没有完全相同的性格。不管你的性格如何，都有你自己的特点和优势、劣势。所以，我们应该充分挖掘自己独特的个性，去走我们独特的人生路。

只有这样才不至于一味盲目的从众，人家考研究生，你也一定要考；人家考律师，你也一定要考；人家进政府机关，你砸破脑袋也一定要进……人云亦云，随波逐流，最终会找不到自己的人生定位，而被时代淘汰。因此，我们将性格成长的方向设定为y轴。

在图中，第一、四象限为人们的右半脑所控制；二、三象限为人们的左半脑所控制。处于一、二象限控制下的毕业生，其性格特征偏于“外向”，而处于三、四象限的毕业生，其性格特征则偏于“内向”。

我们每个人的性格并无好坏之分，不同的性格特点都会找到与其相适合的职业。前面所提到的**，是一位难得的营销人才，性格上显然有趋于外向的一面；而很多歌迷喜欢的台湾歌手罗大佑，其融入灵魂深处的才情，自然是只有性格上呈现出受右半脑掌控的人才能做到……凡此种种，不一一列举，将在后面的篇章予以详解。

在这个日益提倡“学习型组织”的“学习型社会”，职业的发展离不开“学习型个人”的存在。我们每位初入社会的大学生的成长都离不开智商与情商、逻辑思维与形象思维、理性思维与感性思维，以及静态思维与动态思维等全面均衡的立体发展。既然每个人都是立体的，那么我们的人生坐标系自然也应该是立体的。我们每个人都是可以全方位立体塑造的，那么在我们的人生坐标系中，与x轴、y轴相交错的第三维空间坐标轴即z轴，便是我们的“塑造轴”。

“立体育人教育体系”不仅包括对大学生职业生涯的规划，而且也涉及了教育领域中的数、理、化、史、地、政、生、语、外以及经济领域中的行政、营销、管理等各学科，它将是成为全方位立体的“学习型个人”的有效学习方法。