

# 漳州职业技术学院通识教育学院文件

通识〔2025〕14号

---

## 关于举办 2025 年全校大学生职业规划大赛 的通知

各二级学院：

为深入贯彻落实教育部及省政府关于推进高校毕业生就业创业工作的决策部署，强化就业指导体系，深化职业生涯规划教育，切实提升我校学生职业素养与就业竞争力，经研究，决定举办 2025 年全校大学生职业规划大赛。现将有关事项通知如下：

### 一、大赛主题

筑梦青春志在四方 规划启航职引未来

### 二、参赛对象

全体在校学生。

### 三、大赛流程及时间安排

1. 初赛阶段：即日起至 2025 年 10 月 30 日。参赛者于 10 月 30 日前将**报名表**（见附件 1）及**参赛作品电子版**发送到 **zyfzxcxcy123@126.com**。学校将组织校内外专家对参赛作品进行评审。初赛作品评审参照《2025 年全校大学生职业规划大赛评分标准》执行（见附件 2）。

2. 决赛阶段：2025 年 11-12 月，具体时间及规程另行通知。

请各二级学院安排专门人员负责，认真做好宣传工作，积极组织发动学生报名参赛；通识教育学院负责做好大赛的组织、协调与沟通工作，组织校赛活动，邀请校内外专家评审并选拔重点培育对象进行指导，最终择优并推荐参加省级赛事。

### 四、同期活动

大赛期间将举办系列生涯发展活动，包括生涯成长训练营、职业规划咨询、说专业谈职规等。活动将邀请企业 HR、职业规划专家和优秀校友，通过座谈、案例研讨、个性化咨询等形式，帮助学生拓宽职业认知、明确发展方向、提升职业规划能力。具体活动安排另行通知。

### 五、参赛作品及要求

#### （一）参赛作品

参赛作品主题要结合个人实际与社会需求，从专业、职业、就业等方面进行个人职业规划设计；作品内容需涵盖自我认知、自我定位、环境分析、短中长期职业生生涯目标设定、实施行动计划制定、评估和反馈等，以思想性、创新性、真实性为主，淡化

文学性、艺术性。

1. 生涯发展报告：介绍设定职业目标的过程；实现职业目标的具体行动和成效；职业目标及行动的动态调整等（PDF 格式，文字不超过 2000 字，图表不超过 5 张）。

2. 生涯发展展示（PPT 格式，不超过 50MB；可加入视频）。

## （二）要求

1. 生涯发展报告封面如附件 3 所示，参赛者需严格按照封面格式填写个人信息。

2. 参赛者必须是参赛作品的原创作者，如发现抄袭、盗用或不符合规定及侵犯他人著作权等情况，将取消获奖资格。

3. 所有参赛作品概不退稿，请自留底稿。

## 六、奖项设置

本次比赛将设金奖、银奖、铜奖和优秀奖，各奖项数量分别按照入围决赛人数的一定比例设立。

根据《漳州职业技术学院学生综合评价实施办法（修订）》（漳职院学〔2024〕122 号），获得奖项的同学，“五育”积分智育部分分别按 6 分、4 分、2 分、1 分进行加分。

## 七、大赛咨询与联络

1. 联系人：沈延文老师，电话：13906062984

颜巧婷同学，电话：18059852762

2. 邮箱：zyfzxcxcy123@126.com

3. 大赛工作 QQ 群：912862037（群名称：漳职院职规赛学生咨询 QQ 群，二维码见右侧）。



请同学们加入该群，入群备注“年级+专业+姓名”。

- 附件：
1. 2025 年全校大学生职业规划大赛报名表
  2. 2025 年全校大学生职业规划大赛评分标准
  3. 2025 年全校大学生职业规划大赛生涯发展报告(封面模板)

漳州职业技术学院通识教育学院

2025 年 9 月 19 日

附件 1

## 2025 年全校大学生职业规划大赛报名表

序号	参赛作品名称 (职业目标)	姓名	性别	年级	院系	专业	联系电话	电子邮箱

## 附件 2

# 2025 年全校大学生职业规划大赛评分标准

指标	说明	分值
职业目标	结合所学专业多渠道了解相关行业发展趋势和就业市场需求，综合分析个人能力优势、兴趣特长等，合理设定职业目标。	30
	基于职业目标对综合素质和专业能力等方面要求，科学分析个人现实情况与职业目标间的差距，制定合理可行的成长计划。	
	职业目标能够将个人理想与国家需要、经济社会发展相结合，体现正确的择业就业观念。	
学习实践行动	围绕目标职业要求，结合学校育人特色和所学专业，利用学校及社会资源开展学习实践。	50
	学习实践行动取得阶段性标志性成果，接近职业目标要求。	
动态调整	及时对学习实践行动成效进行自我评估，总结分析收获、不足和原因，对职业目标和学习实践行动路径等作动态调整。	20

附件 3

## 2025 年全校大学生职业规划大赛 生涯发展报告（封面模板）

作品主题： \_\_\_\_\_

姓 名： \_\_\_\_\_

学 院： \_\_\_\_\_

专 业： \_\_\_\_\_

班 级： \_\_\_\_\_

联系电话： \_\_\_\_\_

