

# 关于举办东南大学第十二届大学生职业规划大赛 暨第四届全国大学生职业规划大赛校级选拔赛的通知

各院（系）：

为贯彻落实党中央、国务院决策部署，落实《中共中央办公厅 国务院办公厅关于加快构建普通高等学校毕业生高质量就业服务体系的意见》精神，厚植“以赛促学、以赛促教、以赛促就”的生涯文化，努力打造强化生涯教育的大课堂，东南大学将举办第十二届职业规划大赛暨第四届全国大学生职业规划大赛校级选拔赛。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、大赛组织

大赛由东南大学学生处就业指导中心主办，经济管理学院、材料科学与工程学院承办。

## 三、大赛目标

努力将大赛打造成强化生涯教育的大课堂，引导学生树立服务国家重大战略、服务社会重大关切、服务产业重大需求的价值观，科学合理规划学业与职业发展，提升就业竞争力。

## 四、大赛内容

大赛主体赛事包括面向学生的成长赛道、就业赛道。成长赛道仅限本科生报名，就业赛道分本科、硕士、博士组。

### （一）成长赛道

主要面向 2026-2027 学年本科一、二、三年级学生，考察其树立生涯发展理念并合理设置职业目标、围绕实现目标持续行动并不断调整的成长过程，通过学习实践提升综合素质和专业能力，体现正确的择业就业观念。

参赛选手需提交参赛材料如下：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，包含个人基本信息，职业目标，学习实践行动，优化改进等内容，不超过 50MB；可加入视频）。（评审标准见附件 2）文件夹以“学号-姓名-成长赛道”命名提交。

## （二）就业赛道

分设本科生组和研究生组。本科生组面向已经找到工作的四年级、五年级的学生为主（不含已通过推免等确定升学的毕业年级学生），可适当推荐特别优秀的三年级学生；研究生组面向全体研究生，分为硕士与博士两个组别。考察其求职实战能力，个人综合素质、专业能力与目标职业的契合度，个人发展路径与就业市场需求的适应度。

参赛选手需提交参赛材料如下：1.求职简历（PDF 格式）。2.求职综合展示（PPT 格式，包含个人基本信息、职业目标、岗位胜任力、发展潜力等内容，不超过 50MB；可加入视频）。3.辅助证明材料，包括实践、实习、获奖等证明材料（PDF 格式，

整合为单个文件，不超过 50MB）。（评审标准见附件 3）文件夹以“学号-姓名-就业赛道-本科/硕士/博士组”命名提交。

为更好提升同学们的生涯规划意识，请各院系广泛动员宣传，鼓励更多学生参加比赛。

## 五、赛制及日程安排

大赛采取分赛道统一报名方式，学院将学生参赛选手报名材料统一发送至邮箱。成长赛道（本科生）、就业赛道（本科生、硕士生、博士生）的比赛环节包括院（系）初赛，校级初赛、复赛、决赛四个阶段。

### （一）院（系）初赛（5月12日—5月20日）

由各院（系）组织学生报名及初赛工作，可参照参赛材料提交要求及决赛形式开展，按照不同赛道参赛选手要求择优推荐。请各学院（系）认真做好初赛组织工作，以线下（个人展示、结构化面试）等形式开展，也可采用材料函评方式。**在关注参与覆盖面的同时，着重挖掘具有较强演讲表达能力、特点鲜明、在成长过程中的有可推广意义的学生。**各学院（系）按照分配名额参赛，人数可以超过分配名额的 10%，向上取整。**两个赛道的每个组别至少推荐一名学生参加。**大赛成长、就业赛道参赛选手须为我校在校学生，每名选手结合自身条件选择符合要求的一个赛道报名参赛。根据教育部要求，往届大赛全国总决赛获金奖、银奖选手，无法再次报名原赛道比赛。

以院（系）为单位将《推荐汇总表》（附件 5）及相关参赛

材料电子版以“**学院+职业规划大赛选手推荐**”命名，**5月21日前发送到邮箱 crystal\_lk@seu.edu.cn**，《推荐汇总表》纸质版学院签字盖章后交至提交至九龙湖校区大学生活动中心 321。

**根据教育部要求，初赛总参赛比例应不低于学校学生总人数的 30%，经考虑我校有关要求和实际情况，各学院（系）推荐参赛的学生名额已经分配，详见附件 1。**

## **（二）校级初赛（5月21-25日）**

初赛采用评委函评方式。就业指导中心与承办院联系省赛评委对选手参赛材料函评，分别确定成长赛道、就业赛道进入复赛的选手名单。**进入初赛的同学可优先参加就业指导中心组织的**企业实习和就业交流活动、重点单位领航研习营、“征途计划”基层党政机关跟岗实习。****

## **（三）校级复赛（5月25日—6月6日）**

复赛由线下展评和参赛材料评委函评两部分组成。就业指导中心与承办院系统一组织省赛和国赛评委进行选手线下展评和参赛材料函评，分别确定成长赛道、就业赛道进入决赛的选手名单。**进入复赛的同学可优先参加就业指导中心组织的**重点单位领航研习营、“征途计划”基层党政机关跟岗实习，可优先获得就业指导中心三个意向单位的实习和就业推荐。****

## **（四）校级决赛（9月中下旬）**

### **1.成长赛道**

参赛选手通过现场比赛决出各类奖项，比赛设主题陈述、

**评委提问天降 offer 环节。**其中，主题陈述环节，选手结合生涯发展报告进行陈述和展示；评委提问环节，评委结合选手陈述和现场表现进行提问；天降 offer 环节，企业心选团根据选手表现，现场给出实习或就业 offer。

## **2.就业赛道**

参赛选手通过现场比赛决出各类奖项，比赛设**主题陈述和综合面试环节及天降 offer 环节**。其中，主题陈述环节，选手结合求职综合展示 PPT，陈述个人求职意向和职业准备情况；综合面试环节，评委提出真实工作场景中可能遇到的问题，选手提出解决方案；评委结合选手陈述自由提问；天降 offer 环节，企业心选团根据选手表现，现场给出就业 offer。

### **（五）至善生涯训练营（10月下旬-11月初）**

校级决赛结束后，学校将举办至善生涯训练营，获得决赛一等奖、二等奖选手和院系直推的选手共同进入训练营，训练营结束后择优推荐参赛选手参加江苏省（省级）比赛。另附《教育部关于举办第三届全国大学生职业规划大赛的通知》（教学函〔2025〕2号）  
[http://www.moe.gov.cn/srcsite/A15/s7063/202510/t20251021\\_1417550.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A15/s7063/202510/t20251021_1417550.html)，供参考。

## **六、奖项设置**

**（一）决赛奖项。**成长（本科）和就业赛道（本科、硕士、博士）各设一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优胜奖若

千名。设优秀指导老师奖 24 名。

**(二) 奖励。**决赛各奖项的获奖选手由就业指导中心颁发证书和奖品，获奖指导教师由就业指导中心颁发证书。

## 七、工作要求

**1.充分发动。**全国大学生职业规划大赛是教育部主办的重要赛事，各院系应充分发动学生，做好宣传动员工作，并确保总参赛比例应不低于学院学生总人数的 30%。

**2.精心组织。**各学院要高度重视、周密部署、选优育强，选拔优秀学生参赛并针对性打磨。

**3.广泛宣传。**各学院要充分利用新媒体等渠道，全方位对赛事进行宣传推广，总结往届经验以赛促学、以赛促教、以赛促就，相关活动新闻和经验总结可及时报送至就业指导中心，就业指导中心将择机在校内外媒体进行宣传推广。

## 八、联系方式

就业指导中心

张多良 025-52090274

经济管理学院

杨帆 025-52090718（复赛、决赛  
本科生成长赛道、就业赛道）

材料科学与工程学院

李凯 025-52090690（初赛、决赛  
硕博就业赛道、至善生涯训练营）

感谢大家对就业指导与生涯教育工作的大力支持！

附件：1.各院（系）参赛名额分配

2.成长赛道评审标准

2.就业赛道评审标准

4.校赛初赛选手推荐汇总表

东南就业指导中心

2026年5月12日