

大学四年高效度过指南

《规划大学》编委会 主编

图书在版编目(CIP)数据

规划大学 《规划大学》编委会主编 -- 上海
上海财经大学出版社 -- --
- -

中国国家版本馆 数据核字第 号

- ☐ 责任编辑 朱晓凤
- ☐ 封面设计 贺加贝

规 划 大 学

《规划大学》编委会 主编

上海财经大学出版社出版发行
(上海市中山北一路 369 号 邮编 200083)
网 址: <http://www.sufep.com>
电子邮箱: webmaster@sufep.com
全国新华书店经销
上海颀辉印刷厂有限公司印刷装订
2024 年 8 月第 1 版 2024 年 8 月第 1 次印刷

710mm×1000mm 1/16 19.5 印张(插页:2) 308 千字
定价:78.00 元

编委会

主 编

陈半光

副主编

张怀鑫 张家祥

潘 杰 张宏辉

编委会成员

陈红兵	邸 飞	冯 昊	盖均超	高 雯	葛 欢
李皓月	李天瑜	蒋 峰	李秋虹	李金凤	林舒思
林 莹	梁玉荣	莫 佳	秦 婧	沈 超	施春燕
孙俊芳	田蒙燕	武胜军	吴玉涛	王 蕴	卫广麒
夏恩馨	邢文馨	薛 靓	赵倩莹	姚正平	姚慧萍
严 芳	苑霞霞	张 露	张 秦	张瑞桐	张宇洋
赵婉汝	庄 美				

大学生涯是大学生从传统意义上的学生转化为一个合格职业人的过程,这一特殊的任务决定了大学生不但要完成学习知识、提升素质的人生任务,还要实现积累知识、提高技能、顺利就业的目标。大学生活顺利与否直接影响着学生的未来发展,如何支持学生顺利适应大学生活,善用大学资源,快速让学生成长,离开校园的时候顺利开启职业生涯,成为高校学生培养的重要任务。

大学生涯中每个年级、每个关键阶段皆有其需要完成的生涯任务,前一个阶段任务完成的质量关乎下一个阶段任务能否顺利完成,比如:大学生入校之后能够很好地适应新校园环境 and 角色转换,会为下一阶段的大学生活打下良好的基础。因此,大学是什么?如何走好大学第一步?大学阶段每一个学年的重要任务是什么?如何实现每个学年的目标等这些问题自然成为大学生需要思考进而行动以实现目标的问题。全程化的生涯教育和就业指导成为高校学生工作的必然。

欣闻《规划大学》即将出版,作为三十多年来从事高校学生教育工作和大学生职业发展与就业指导全程化研究的教师,我非常敬佩编委会老师们的敬业精神,也特别感谢老师们为大学生成长所做出的努力,在实践的基础上将大学四年各阶段的任务梳理出来组成的“大学四年高效度过指南”,覆盖了大学新生活适应、角色转变、学业规划、社团活动、社会实践、保研考研、考公考编、出国留学、求职就业和职场适应等方方面面。为初入大学校门,怀揣梦想又懵懵懂懂的莘莘学子提供了大学生活的指南,不但让学生们知道什么时间需要做什么和如何做,清晰的指导可以让同学们少走很多弯路;也可以为老师们,特别是辅导

员、班主任等同仁们提供有效的工作思路和方法,极大地提高工作效率;更为重要的是,为初涉职场的老师们提供了清晰的工作地图,从此不需要在迷茫中摸索,而是能够明确地帮助学生在大学生涯的每一个阶段有效地实现生命的成长与蜕变。同时,这本书也可以为不知道如何帮助孩子更好成长而干着急的家长们提供方向性的帮助,了解大学生活,有效地指导孩子清晰自己大学的主要任务,支持孩子顺利完成学业、成功开启职业生涯。

对大学生而言,这是一本大学生涯发展地图;对大学老师而言,这是一本高效的工作手册;对家长而言,这是与孩子有效沟通的桥梁,相信《规划大学》的问世会让我们的学子们学习更加轻松,老师们工作更加高效,家长们对孩子更加放心和安心。

再次感谢编委会老师们的贡献!

教育部就业创业专家、“职业指导金手指奖”获得者 蒋建荣

2024年6月26日于南开园

“凡事预则立，不预则废。”对于每一个人来说，想要最终达成一个目标，都离不开科学合理的规划、有效的时间管理、强大的执行能力和高超的应对策略。

“以终为始，久久为功。”我们最终想要什么结果，就可以这个结果为导向倒推，并为实现这个结果做出对应的准备和努力。想要保研，那就需要提前规划，从大一一开始就设定保研这个终极目标，根据保研上岸所需的绩点、科研、英语、竞赛等各项必备条件，倒推出每个学年、每个学期甚至每个月需要完成的任务，坚持不懈，最终成功上岸。

《规划大学》不是一本偏重理论教学的职业规划书，没有涉及太多繁复的理论阐释，而是一本侧重“拿来就用”的实操性学业规划指南。全书以新生入学就读的时间线为轴，按照学年将大学生从大一到大四会碰到的诸多主要问题予以全面而深入的分析。从疑惑分析到解决方案，鼓励学生们提前进行规划，谋定而后动，以避免走弯路或陷入本可避免的窘境，从而更加高效、妥善地应对大学生活中的各种挑战。

《规划大学》一书，从覆盖绝大多数同学的考研、保研、出国深造、考公考编、就业五个主要毕业去向为着眼点，将这些终极任务系统分解，对应到每个学年、每个学期需要达成的短期目标：考四六级、参与科研、参加竞赛、准备简历……步步深入，层层递进，为学生的学业规划与职业规划提供强大助力。

《规划大学》提供的只是方向和建议,不一定适合所有人。但相信可以给即将进入大学的“准大学生”和大一新生一些指导,给处于迷茫期的低年级同学一些帮助,给茫然不知何处去的高年级同学一些建议,给想搭一把手却怕帮倒忙的孩子家长一些启迪。

每一个令人羡慕的成果背后,都隐藏着无数次的坚持与努力。成功从来不是一蹴而就、一劳永逸的。在你驾驭奋斗之舟乘风破浪、奔赴梦想之岸的时候,既要保持航向正确,同时也需要保持积极乐观的心态和坚韧不拔的毅力和耐心。纵有乌云一时遮望眼,你也能在狂风骤雨后迎着彩虹继续前行,最终抵达梦想彼岸。

祝愿所有同学都能在大学里学业有成,前程似锦!

编 者

2024年7月于上海



大● 挑战与适应

第一节	迎接挑战	003
第二节	攻克“四大难关”	009
第三节	学业至上	013
第四节	打造社交圈	029
第五节	投身实践	038
第六节	遵纪守法,不踩“红线”	050



大● 探索与发展

第一节	初步确定发展方向	058
第二节	考试与证书	086
第三节	了解论文、科研与竞赛	102
第四节	修读双学位	128

第五节	实践活动	132
第六节	参军入伍	138



大③ 提升与冲刺

第一节	明确自己的发展方向	147
第二节	继续提升学习	184
第三节	着手论文与科研	187
第四节	参加校内外实践	194



大四 飞跃与奔赴

第一节	毕业实习与毕业论文	199
第二节	毕业去向	206
第三节	就业扶持政策	267
第四节	就业流程与档案管理	272
第五节	就业指导与服务	280
第六节	平稳度过职场新手期	289

大一篇

挑战与适应

- 第一节 迎接挑战
- 第二节 攻克“四大难关”
- 第三节 学业至上
- 第四节 打造社交圈
- 第五节 投身实践
- 第六节 遵纪守法,不碰“红线”

亲爱的大一新生,欢迎进入大学!

相较于高中教室—食堂—宿舍“三点一线”、单一的学习生活,四年的大学生活将更加多元、更加自主、更加丰富多彩。

在大学期间,你将学习更加深入和专业的知识,培养自己的批判性思维、解决问题的能力 and 创新精神;你将通过参与各种社团、活动、实习,培养自己的领导能力、团队合作精神和社交能力;你将结识很多志同道合的朋友,亦师亦友的老师,搭建起自己崭新的人脉圈;你将参加各种学术竞赛、学术研讨会为未来的职业发展打下良好基础。

大学四年,将是你人生中一个重要的学习阶段,也是你自我成长和发展的关键阶段。因此,合理规划大学四年生活对于你的成长和未来发展至关重要。

每到毕业季,我们都会找一些毕业生开个茶话会,了解他们大学四年的感受和得失。在聊天的过程中,不时听到他们后悔的声音:悔不该把过多的精力投入游戏中而导致挂科不断、绩点难看;悔不该沉溺于谈情说爱而忽视了学习本身;悔不该浪费太多的时间去进行一些没必要的社交,耽误了实习、竞赛、考研……可惜世上没有后悔药可买。

《礼记·中庸》有云:“凡事豫(预)则立,不豫(预)则废。言前定则不跲,事前定则不困,行前定则不疚,道前定则不穷。”做任何事情,事前有准备就可以成功,没有准备就可能会失败。

大学四年的学习也是如此。我们唯有做好合理的规划,明确自己的目标和努力方向,合理安排时间和精力,该学习学习,该休息休息,该实践实践,才能有效输出、事半功倍、无怨无悔。

一、大学大不同

从高中生到大一新生,我们的身份有了一个明显的转换。随着身份转换,我们会发现,即将开始的大学生活与我们非常熟悉的高中生活发生了很大的

变化。

(一)

1. 学习方式的改变:在中学阶段,班主任老师通常会统筹安排学生的学习内容、学习进度、学习计划,并监督检查学生的学习进度、学习效果。而相对于中学老师统筹安排好的“填鸭式”教学,大学老师则不再“贴身”监督、指导学生的学习。学生需要培养自我管理和自我学习的能力,根据课表自己制订学习计划,自行安排学习时间,主动学习,独立完成作业和课程任务。

2. 教学方式的改变:在中学阶段,出于高考应试的需求,老师可能会为学生详细讲解题目的解题步骤、解题难点,甚至反复强调模拟,力求学生能够举一反三,完全掌握。而大学的课程内容更加深入和专业化,学习任务更多,学习进度更快。这就需要学生适应这一教学方式的改变,注重自主学习和独立思考,课前预习,课后复习,主动探索和研究课程内容,并学会利用各种学习资源和工具。

3. 学习目标的改变:在高中阶段,学生的奋斗目标就是挤过独木桥,考上一所好大学;而到了大学,学习专业知识,提升自己的各项能力,为最终的成功就业做好准备就成了新的学习目标。

4. 学习环境的改变:大学的学习环境通常比高中更加自由和开放。在高中阶段,学习基本上局限于自己的教室;而到了大学,你将面对更多的学科选择和课程要求,由于选择课程的不同,授课地点也将在不同的教学楼、实验室、体育馆、图书馆等交叉进行,这就要求我们适应这种变化,做好时间管理和应对之策。

5. 评估方式的改变:在高中阶段,学习成果的验收大部分是通过试卷测评的形式;而到了大学,考试评估方式通常不仅仅是考试,还包括课程论文、项目演示等形式。新生需要适应这种多元化的评估方式,积极参与互动和合作,学会独立完成研究和写作任务,展示自己的学习成果。

(二)

从高中进入大学,学生通常会离开家庭,大部分时间需要独自生活在学校

或外地,需要独立面对、处理生活中的各种问题,如活动安排、卫生管理、物资采购、饮食安排、资金管理、健康管理等。这对很多习惯了高中阶段“后勤司令”全面保障的大一新生来说,有一个很大的心理落差。这就需要新生尽快摆脱过去对家长的依赖心理,学会独立生活、自主决策、自我管理。



大一新生李明,来自一个温馨的小家庭,高中时期,父母为他打理好一切,从学习到生活,他几乎不需要为任何事情操心。然而,当他踏入大学校园的那一刻起,一切都变得不同了。

高中时,他的课余时间大多被父母安排去参加各种补习班或兴趣班,而在大学,他需要自己决定是参加社团活动、学术讲座还是进行自主学习。这种转变让他感到有些迷茫,但也激发了他要自主规划时间的意识。

以前,家里的卫生都由母亲打理得井井有条,而现在,他需要自己打扫宿舍、整理衣物。起初,他对此感到有些手足无措,但随着时间的推移,他逐渐学会了如何保持环境的整洁和舒适。

高中时,他只需要告诉父母需要什么,父母就会为他购买。而在大学,他需要自己学会挑选商品、比较价格,甚至学会砍价还价。这些新的经历让他逐渐成熟起来。

资金管理对李明来说也是一个全新的挑战。高中时,他从未关心过家里的经济状况,而现在,他需要学会管理自己的生活费和零花钱。在经历了一个月严重超支之后,他制订了预算计划,并努力控制支出,避免不必要的浪费。这种经历让他更加珍惜每一分钱,也让他对未来的生活有了更清晰的规划。

总的来说,从高中进入大学对李明来说是一个充满挑战和机遇的过程。他逐渐摆脱了过去的依赖心理,学会了独立生活、自主决策和自我管理。这些经历不仅让他更加成熟和独立,也为他未来的生活奠定了坚实的基础。

(三)

进入大学后,学生们的人际交往通常会发生很大变化。在高中,学生一般与同班同学和任课老师交往较多,社交圈相对较小。而进入大学,学生除了会

遇到来自不同地区、不同背景、不同性格的同学,也会遇到各个院系、专业的教授学者,再加上大学环境的包容开放,与社会上各个职业身份的人进行交往都是有可能的,因此有更多的机会与不同的人建立联系。

二、了解校训与专业

大一新生在填报志愿的时候,可能通过学校官网、公众号、招生宣讲会、学校宣传资料、新媒体等途径了解自己的大学、院系和所报专业的一些基本信息,如大学的历史、地理位置、规模、办学理念、院系设置、师资力量、学科建设等情况,对于自己在大学的学习与生活也有了一定的认知和预期。但仅仅这些还不够,同学们在进校后还需要继续了解一些你以前没有掌握的关键信息,为自己的大学学习生活和未来的职业规划做好准备。

首先,理解校训。

校训是一所大学的精神象征,它承载着学校的价值观和文化传统,凝练了学校的办学理念和核心价值,具有概括性和激励性。校训通常由简短的语句组成,包含了学校的办学理念和对学生的期望。通过校训,学校向内部师生传递的积极向上的精神信念,激励着师生们积极进取,勇攀高峰。同时,校训也是学校文化传统的一部分,代代相传,传承不衰。

校训是大学的行为准则,它规范了学校成员的行为和行事风格。每所大学都有自己独特的校训,它代表了学校的特色和形象,是学校文化的重要组成部分。校训蕴含了对学生、教师和管理者的期望,引导他们树立正确的世界观、人生观、价值观和行为规范,鼓励学生积极进取,努力学习,做一个有担当的人。同时,校训也对教师提出了要求,要求他们在教书育人的过程中,秉持着学校的价值观和理念,为学生树立榜样。通过校训,学校向外界展现了自己的精神风貌和价值取向,树立了学校的良好形象,吸引了更多的学生和教职员工加入学校这个大家庭中来。

校训蕴含了对学生的教育理念和期望,它要求学生在学业上追求卓越,在品行上锤炼自我,在实践中践行社会责任。通过校训的熏陶,学生可以树立正确的人生目标和行为准则,培养积极向上的品格和乐观向善的心态,增强社会责任感和使命感。

其次,了解专业。

在当今竞争激烈的社会中,了解自己所学专业的必要性和对未来职业发展的重要意义变得越来越重要。对于每个大学新生来说,了解自己所学专业的意义在于确定自己的职业方向、提高自己的职业能力、增强自信心和追求职业发展的成功。

1. 了解自己所学专业的必要性在于确定自己的职业方向。通过深入了解自己所学专业的知识和技能,我们可以更好地理解自己的兴趣和潜力所在。例如,如果我们对计算机科学感兴趣并且具备相关技能,那么我们可以选择从事与计算机相关的职业,如软件工程师或数据分析师。

2. 了解自己所学专业对未来职业发展的重要意义在于提高职业能力。随着科技的不断进步和行业的不断发展,我们需要不断更新自己的知识和技能,以确保自己在职场上保持竞争力。通过深入了解自己所学专业的知识和技能,我们可以更好地掌握相关的专业知识和技术。这可以帮助我们提高职业能力,更好地适应职业发展变化,使我们在将来的工作中保有核心竞争力。

3. 了解自己所学专业对未来职业发展的重要意义还体现在增强自信心方面。通过深入了解自己所学专业的知识和技能,我们可以更好地了解自己的优势和能力,可以更有信心地与他人交流和合作,更有信心地面对职业挑战,更有信心地追求自己的职业目标。

三、转换七步走

从高中生到大一新生身份的转换是一个重要的过程,很多学生在进入大学后没有认识到这个转换的必要性和重要性,从而导致在后面的学习、生活上走了很多的弯路。以下一些建议可以帮助你成功地完成这个转换。

1. **调整心态:**要充分意识到你已经进入了大学阶段,不再是高中生,要对自己有更高的期望和要求。积极适应新的学习和生活方式,接受新的挑战和责任。

2. **独立生活:**大学生活通常需要更多的自理能力和独立性。要学会管理自己的时间、处理日常事务、解决问题等。尽量减少依赖家人的程度,自己承担更多责任。

3. 学业规划:制订一个学习计划,了解自己的学习目标和课程要求。合理安排时间,确保能够兼顾学习和其他活动。积极参与课堂讨论,主动与教授和同学互动。

4. 社交活动:大学拥有一个相对更加开放的社交环境,尽早参与各种社团、学生组织和学术活动,结识新朋友,建立自己的社交网络。积极参与学校的社会实践活动,扩展自己的视野和经验。

5. 健康管理:保持良好的身体和心理健康非常重要。合理安排作息時間,保证足够的睡眠和休息;均衡饮食,保持适量的运动,以及寻求必要的心理支持和咨询。

6. 学习资源:利用大学提供的学习资源,如图书馆、实验室、辅导中心等。学会使用学习工具和软件,掌握信息检索和学术写作的技巧。

7. 目标规划:思考自己的职业目标和兴趣,为未来做好规划。利用大学提供的实习和就业资源,积极参与实践机会,为将来的就业或继续深造做准备。

因此,面对从高中到大学的转换,大一新生们在迎接变化的同时更要适应变化,要保持积极的生活态度和努力的学习态度,不断培养下列能力。

1. 高效学习能力:大学学习与高中有很大的不同,需要掌握更高的学习能力。学会高效学习、整理笔记、制订学习计划和解决问题的能力。

2. 时间管理能力:大学生活相对自由,需要学会合理安排时间,平衡学习、社交、兴趣爱好和个人发展等各个方面。

3. 自我管理能力:学会独立生活,如保持卫生、健康饮食、规律作息等。同时,也要学习管理自己的情绪,寻找适合自己的心理调节方法。


4. 人际交往能力:大学是一个广泛交流的平台,学会与不同背景的人交流、合作和建立人际关系是十分重要的。

5. 解决问题能力:遇到问题时,学会分析和解决问题的方法,包括寻求适当的帮助。

6. 积极主动的态度:培养积极主动的态度,参与校内外的活动、社团和志愿者工作,拓宽自己的视野和人际网。

一、攻克方言关

很多大学生到异地求学、生活,在想要快速融入同学、学校、城市时,会碰到一个拦路虎——“方言”。尤其是对一些相隔千里求学的学生来说,更是一个极大的挑战。



大一新生张浩,来自东北的一个小城市,高考后成功考入了位于上海的某知名大学。初到上海,张浩满怀期待,希望尽快适应这个繁华都市的生活,并与新同学建立良好的关系。然而,他很快发现,语言成了他融入新环境的一大难题。

上海的方言与东北话有着天壤之别,张浩在听上海当地的同学们用上海话交流时,往往感到一头雾水,无法上前搭话。这种语言上的隔阂不仅让张浩感到孤独和无助,也影响了他与同学之间的交流和友谊的建立。

而张浩在适应上海这座国际大都市生活方面也遇到了挑战。在上海的街头巷尾,人们往往用方言进行交流,这让张浩在购物、问路等日常活动中感到不便。他不得不更加依赖手机导航,这在一定程度上增加了他的生活成本和时间成本。

对于像张浩这样相隔千里求学的学生来说,方言无疑是一个极大的挑战。他们需要付出更多的努力和时间来适应新的语言环境,同时也要学会调整自己的心态和期望,以更加开放和包容的态度去面对这个全新的世界。

大学是一个相对开放的小社会,你可能会接触到各式各样的人,不可能每个人都会说普通话,因此,适当了解一些大学所在地的方言是十分有用的。要克服方言,可以尝试以下几个方法。

1. 培养学习方言的兴趣:兴趣是最好的老师,因为兴趣会激发学生的好奇心和动力,去更加努力地学习和探索,对于学习方言也是如此。作为大一的大学生,在此阶段不要故步自封,不要沾沾自喜于自身的当前成绩,要勇敢地尝试离开象牙塔的保护,去与社会上各个阶层的人交流,在熟悉当地方言的同时,也可以拓宽交际面,甚至找到自己梦想的领路人。

2. 多与同学对话:在日常与同学的交往中,方言能拉近彼此的关系。当地同学会非常乐意教你方言,并纠正你的发音和用词。无论是同班同学还是室友,同学之间互相学习方言,学着用方言与别人进行交流沟通时,能够很快缩短彼此的距离。

3. 多听多说多练:学习任何一门语言都是一样的,你需要通过大量的听力练习来熟悉其语音特点,通过多说来提高口语表达能力,以及通过多练习来掌握方言独特的语音、词汇和语法特点。

4. 多渠道学习方言:观看当地方言的节目或视频可以快速提升方言水平。当地电视节目为了照顾非本地观众,播放时一般会有普通话字幕,词、调、音、意俱全,这样,收看电视节目时边听边对照边跟读,学习起来事半功倍。

二、攻克饮食关

在不同地区、不同文化和不同民族之间存在着饮食习惯和饮食方式上的差异。这些差异可能包括食材的选择、烹饪方法、饮食习惯、餐饮礼仪等方面。以我国的南方和北方来说,南方饮食多以米饭为主食,菜肴以清淡、微酸、微甜为主,偏好煮、蒸、炖等烹饪方式;北方则多以面食为主,菜肴则以重油、咸鲜为主,喜欢烧烤、炸、炒等烹饪方式。

很多新生初到异地求学,对当地的饮食习惯不太适应。曾有湖南的一位同学在上海就读,刚开学一周,就打电话回家求救:“妈!实在吃不惯,快给我寄一箱辣椒酱来!”可见不同地域饮食的差异有多大。克服饮食关需要积极主动地去尝试和适应,保持开放心态,并寻找适合自己的解决方案。尽量让自己适应环境,而不是强求环境为你改变。

外地大学新生要克服饮食关,可以尝试以下几个方法。

1. 寻找适合的饮食:如果对当地的食物实在无法适应,可以尝试在学校附

近寻找自己喜欢的家乡餐馆或食堂就餐,也可以考虑网购、携带一些自己喜欢的零食或食品,以备不时之需。

2. 保持开放心态:尽量保持开放的心态,尝试接受和适应当地的饮食习惯。不要排斥或嘲笑当地的食物,尽量去尝试,可能会发现一些意想不到的美味。

3. 探索当地美食:了解当地的饮食文化,尝试当地的特色美食。可以通过网络、自媒体等查找喜欢的餐馆或小吃摊,或者参加当地的美食活动。

三、攻克贫富关/经济关

一些大一新生进入大学以后,会因为家庭背景、地区发展、学习机会等因素,产生一种贫富差距明显的无力感,尤其是面对来自发达省市地区的同学的时候。

李强来自一个经济非常落后的农村家庭,他凭借自己的努力,以优异的成绩考入了一所位于大城市的知名大学。然而,当他踏入大学校园的那一刻起,他逐渐感受到了一种前所未有的贫富差距带来的无力感。

许多同学来自发达省市地区,他们穿着时尚,使用的电子产品都是最新款。而自己,由于家庭经济条件有限,他的衣物和用品都显得相对朴素和陈旧。这让他同学在面前感到有些自卑和局促不安。

因为家庭经济的限制,在社交和娱乐方面李强往往只能选择婉拒或者尽量少参与,这让他与同学们之间的距离越来越远,也让他感到更加孤独和无助。他知道自己无法改变家庭背景和经济条件,但他也不想因此放弃努力和追求更好的未来。然而,现实的压力和困境仍让他感到迷茫和失落。

贫富差距真实存在,同学们要勇于面对,不要因为经济差异而放弃自己的梦想和目标。与他人比较只会让人陷入无尽的竞争和焦虑,导致对自己和他人的不健康评价,影响人际关系,甚至可能导致心理健康问题。因此,面对与同学之间的差距时,你可以尝试以下几个方法提升自己。

1. 保持积极心态:无论家庭经济条件如何,都要保持积极的心态。接受自

己的家庭经济条件,不要感到羞愧或自卑。每个人的家庭背景和经济状况都不同,这是正常的。相信自己的能力和潜力,相信通过自己的努力可以改变自己的未来。

2. 尊重他人:尊重每个人的个人品质和努力,不论他是富裕还是贫困。不要通过财富来评判一个人的价值,与来自不同财富背景的人建立友善的关系。尊重他们的观点和经历,不要害怕和他人交流。通过深入交流和相互理解可以消除贫富差异带来的隔阂。

3. 寻求资源和支持:如果自己面临经济困难,可以向学校或社会组织寻求帮助和资源。许多学校和社会机构有提供资助项目,包括奖学金、助学金等。

四、攻克想家关

大学新生身在异地,思念家乡是正常的情绪,逐渐适应新环境需要时间,可以给自己一些调整的空间和机会,不要过于苛求自己,同时也要积极寻求支持和寻找新的乐趣,让自己渐渐适应新的生活。以下是一些应对想家情绪的建议。

1. 联系亲朋:与家人和朋友经常保持联系,通过电话、视频通话、社交媒体等方式与他们交流,分享生活中的点滴,让他们了解你的近况。

2. 建立新的兴趣爱好:通过参加课外活动、加入兴趣小组或社团,发展新的兴趣爱好,充实自己的生活,转移注意力,减少思乡的情绪。

3. 探索新环境:积极参与校园生活,探索新的环境和文化,体验新的事物,让自己融入新的生活方式,逐渐适应新的环境。

4. 寻找支持:建立一个支持系统,可以是与同学、室友或老乡会、学生组织,结识新朋友,分享彼此的经历和感受、困惑与不解,互相支持和鼓励。

5. 寻求帮助:如果你的想家情绪过于强烈、持续影响你的生活和学业,可以考虑咨询学校的辅导员或心理健康服务部门,寻求专业的帮助和支持。

王琳是一个来自湖南的小城姑娘,她凭借自己的努力和优异的成绩,成功考入了一所位于北京的知名大学。然而,当她踏上这片陌生的土地时,心中不

禁涌起一股浓浓的思乡之情。

初到北京,王琳面临着诸多挑战。气候、饮食、文化等方面都与她熟悉的湖南大相径庭。她时常想念家乡的辣味菜肴,怀念那里的山水和亲人。每当夜深人静时,她总会不由自主地想起家中的温馨和安逸,时常感到孤独和无助,不知道该如何融入这个新的环境。

然而,王琳也明白,作为一名大学生,她需要逐渐适应这个新环境。她给自己一些调整的空间和机会,不过于苛求自己立即融入这里的生活。她试着去接受新的饮食文化,学习适应北方的气候。她还会利用周末的时间,去探索北京这座城市的魅力,参观名胜古迹,感受这里的历史和文化。

同时,王琳还加入了学校的社团组织,结识了一群志同道合的朋友。他们一起参加各种活动,分享彼此的故事和经历。这些新朋友给了王琳很大的帮助和鼓励,让她不再感到孤单和无助。

一、绩点、学分和综测

(一)

学分,是用于计算学生学习量的一种计量单位,简单来说就是修读完一门课程取得的对应分数。大学里每一门课程都有一定的学分,每门课程及实践环节的具体学分数以专业教学计划的规定为准,只有通过这门课的考核(笔试、论文、报告等),才能获得相应学分。值得注意的是,学分是我们毕业的一个硬性要求,所有高校都要求到大四毕业时,学生必须修满规定的总学分数才能毕业。

综测,即综合素质测评,是大学里面评奖评优的重要参考指标,综合素质测评的内容包括德育测评、智育测评、体育测评和能力测评四个方面。

对在校大学生来说,综测代表了你在大学期间的全面表现。综测根据四个测评类别的情况给予一定的比例,再将学生在校参加的各项活动、证书、实习或

者各种竞赛奖项给出一定的分数,根据所占的比例算出总分,然后根据总分评定学生优秀与否,并根据综合素质测评来评定奖学金。

值得一提的是,综测的目的就是全方面评价一个学生的在校表现,如你只是依靠成绩,不去参加任何大学活动、讲座、比赛,你的综测分可能也不会太高。

绩点,一般指的是平均学分绩点,又称 GPA,一般以取得一定的学分和平均学分绩点作为毕业和获得学位的标准。一般情况下学分高的课程的总绩点占比也高,如表 1-1 所示:

表 1-1 成绩、等级、绩点对照表

成绩(分)	等 级	绩 点
90—100	A	4.0
85—89	A—	3.7
82—84	B+	3.3
78—81	B	3.0
75—77	B—	2.7
72—74	C+	2.3
68—71	C	2.0
64—67	C—	1.5
60—63	D	1.0
补考 60	D—	1.0
60 以下	F	0

(二)

国内大部分高校通用的绩点计算方法是:

绩点=(分数÷10)−5

学分绩点=学分数×课程绩点数

＝学分数×绩点

＝学分数×[(分数÷10)−5]

总学分绩点=所修全部课程的学分绩点总和

$$\begin{aligned}\text{平均学分绩点} &= \text{所修课程学分绩点总和} \div \text{所修课程学分总和} \\ &= (\text{课程学分} 1 \times \text{绩点} + \text{课程学分} 2 \times \text{绩点} + \text{课程学分} n \times \text{绩点}) \div (\text{课程学分} 1 + \text{课程学分} 2 + \text{课程学分} n)\end{aligned}$$

举个例子大家就一目了然了：

小陈同学的专业属于文科，在高中时数学、英语成绩就不好，结果他第一学期高等数学成绩只考了 68 分，那么他该科目的绩点 $= (68 \div 10) - 5 = 1.8$ 。

假如这学期他一共修了 5 门课程，分别是计算机 3 学分，3 绩点；高等数学 4 学分，1.8 绩点；大学英语 3 学分，3 绩点；思想道德修养 2 学分，3 绩点；职业规划 3 学分，4 绩点，那么他的总学分绩点就是这 5 门课程的学分绩点之和，平均学分绩点 $= (3 \times 3 + 4 \times 1.8 + 3 \times 3 + 2 \times 3 + 3 \times 4) / (3 + 4 + 3 + 2 + 3) = 2.88$ （计算时保留到小数点后两位）。

各个大学里学分绩点的计算方法并不相同，有四分制和五分制的，有些学校采用分段绩点法，按照分数区间区分绩点层次，还有些学校采用百分制。

（三）

1. 绩点是大学生评选奖学金的重要依据之一。首先，绩点是评选奖学金的基本门槛，只有达到要求的学生才有资格参与评选；其次，绩点可以反映学生的学术表现和学业水平，在众多奖学金申请者中，高绩点的学生往往排名靠前，有更大的机会获得奖学金；最后，奖学金设有多个等级，一般与绩点高低成正比，绩点高的学生有机会获得更高级别的奖学金。

2. 绩点是保研筛选方面的重要指标之一。许多大学的研究生招生部门会将学生的绩点作为基本的筛选标准之一，认为绩点可以反映学生在大学期间的学术表现，包括对课程的理解和掌握程度、学习态度和学业成就等方面，而具有较高绩点的学生可能会在未来的学术研究和学业上能够取得更好的成绩。

3. 绩点是转专业/分流的重要评判标准之一。一般在大一下学期，有转专业或者分流的机会，这种情况也是会看绩点的。通常来说，学生转专业时，学校会要求学生必须达到一定的绩点才能申请转专业。这是因为新专业可能有不同的课程要求和学术标准，学校需要确保学生有足够的能力来完成新专业的学习。

4. 绩点是出国留学的重要参考指标之一。许多国外大学和研究机构会要求申请者提供他们的绩点,以评估他们的学术能力和成绩水平。高绩点可以显示申请者在学业上的优秀表现,从而增加他们被录取的机会。在一些情况下,高绩点还可以帮助申请者获得奖学金或其他教育资助。因此,对于计划出国留学的学生来说,保持一个较高的绩点是非常重要的。

5. 绩点是求职面试的重要通过指标之一。求职面试时,面试官查看简历,除了看学校的水平外,还会看绩点,以及四、六级考试分数。如果你的绩点低,招聘人员很可能根据你的低绩点,怀疑你的学习能力,进而怀疑你是否具备胜任招聘岗位的工作能力。

因此,无论你未来是要考研、保研还是直接就业,高绩点无疑是很强的竞争力,想要在毕业工作、考研有更多的机会,一定要保证高绩点。

(四)

绩点在大学有着非常重要的作用,大学绝对不是你高三毕业时想象中的休息站,而是一个全新的起点和战场,特别是大一上学期的 GPA 尤其重要。因为很多学校转专业是在大一下学期开展,而评定的核心标准就是大一上学期的 GPA。一旦大一上学期的 GPA 不高甚至偏低,就可能会影响你未来的规划路线,无论是求职就业,还是考研、保研、出国留学……俗话说得好:一步慢,步步慢。一旦在起步阶段因为自己的疏忽大意而落后于人,再想后续赶上就需要花费更多的时间和精力,是一件得不偿失的事。

一般来说,绩点=平时成绩+考试成绩。但各个学校两者的比重并不固定,任课老师可能会在学期的第一节课交代本门课成绩的评分标准,同学们一定要高度重视。在获知该门课程的评分标准之后,我们就可以做一些有针对性的努力,以争取一个好成绩。

1. 平时成绩

首先,学习态度是影响平时成绩的关键,老师在这方面的考察方式主要包括:每节课的出勤情况、课后作业、小组作业、实验成绩、论文报告、回答问题的积极程度等。因此,建议根据课程安排,提前 5—10 分钟进入教室,不要迟到早退、旷课逃课,上课尽可能坐前排,积极与老师互动交流,请教问题,给老师留下

深刻印象。

其次,老师也可能布置一些日常任务,将我们的表现也纳入平时成绩中。个人独立完成任务应当至少展示出自己所花费的功夫,包括字数多少、精美程度等。团队合作的任务则需要注意分工,老师会衡量我们在最后的成果中扮演了什么样的角色来打分。所以要尽可能地本着敢于承担责任的精神,积极争取担任团队中的组长、汇报人等,带动队友共同完成目标。

此外,课后作业也是平时分的重要来源之一,很容易拉开彼此差距,一定要认真对待。每次作业都要及时上交,不漏交不错交。撰写论文报告要态度端正,认真对待,引用借鉴合理,逻辑清楚,排版工整,注意字号行距等细节。

2. 考试成绩

不同专业、课程的考试形式其实差异很大,主要可以分成闭卷/开卷考试、课程论文/设计以及其他。这里要告诉同学们的是,好记性不如烂笔头,绝不是没有道理的。

日常上课,尽可能课前预习,课上认真听讲记笔记,课后复习多做练习。考试季认真复习备考,开卷考试更要认真对待,甚至更用心。

写论文时,认真对待,不要应付了事。一篇条理清晰、论据有力、精彩纷呈的好论文是你打开高绩点之门的钥匙。

另外,大学会开很多选修课,同学们可以在选课前,多向学长学姐们请教,根据自己的学习能力、兴趣爱好来选择课程,以做到兴趣与学业兼顾,绩点与效率齐飞。

二、入学测试

很多大学,开学之后有“开学第一考”的传统。不同的学校,可能考核的东西是不一样的。这里主要说三种类型。

(一)

部分学校可能会进行英语、数学等学科的摸底考试。学校进行入学摸底考试的目的,一是更好地把握新生水平,根据新生摸底的成绩合理分班授课。学校对于不同级别的班级实施差别化课程设置和师资配置,不同层次的班级教学

进度和课时安排会有一些不同。如部分学校规定“快班”或“A 班”的同学可以在大学一年级的的时候就参加英语四级考试,而“慢班”或“B 班”英语成绩比较差的学生,只能到大学二年级再参加英语四级考试。二是部分学校把入学摸底考试成绩作为学生转专业的参考依据。因为新专业可能相比原专业的学习难度更大,会在英语、数学等方面要求更高。有意愿转专业的同学需要根据学校公布的考查内容提前进行针对性备考。

还有一些学校会要求对大一新生进行计算机能力测试。如上海大学、中央财经大学、北京师范大学、华中师范大学等就要求新生入学前进行计算机水平测试。

对于开学第一考,新生同学应做好心理准备,认真备考即可,即使考的不理想,没有进入“快班”或“A 班”,也不要气馁。一般来说快、慢班或 A、B 班用的教材都是一样的,授课老师水平也差不多,只是教学进度不同,可能会增加一些口语、翻译、写作等自选课程。

(二)

一些艺术类大学院校会对艺术类专业新生进行入学资格审查和专业复测,复测内容通常与专业统考内容相关,对于审查或专业复测不合格、入学前后两次测试成绩差异显著的考生组织专门审查。

如西南民族大学在 2023 年招生章程中规定,建筑类专业须参加徒手画测试,测试成绩不能满足专业学习要求者,学校根据其高考成绩调整到录取分数相当的专业就读。

华南理工大学也明确规定,录取至建筑学、城乡规划、风景园林三个专业的考生,入校后须加试素描。素描成绩不合格者参照学校当年各专业在生源地录取分数线及考生高考志愿,依据高考投档成绩,按照高分转低分的原则结合录取要求,调入新专业。

华侨大学规定,部分理科专业还将进行物理分级测试。

新生入学资格审查和专业复测,对新生的专业水准进行一次学前考察,其目的是检验学生的专业水平,以让授课老师对学生的专业水准有一定程度的了解,并在此基础上制订相应的教育方案。新生专业复测,确保了学校招生工作

的公平性,是对生源质量的重视。同时也给同学们提供了一个锻炼的机会,搭建一个交流与学习的良好平台,为提升同学们的专业水平创造了良好的氛围。

(三)

近几年,为服务国家发展战略,培养拔尖创新人才,更好地满足考生个性化成长需求,越来越多的大学开展二次选拔项目招生。部分高校的实验班、拔尖班等特殊人才培养模式,会在入学后针对大一新生进行二次选拔。不同高校、不同专业(专业类)的二次选拔方式有所不同,对面试、笔试等分数的比例也不尽相同,且更看重学生的综合素质。

一般来说,高校二次选拔的专业均为本科培养中的王牌专业,且部分专业仅在新生中进行二次选拔招生。二次选拔给了广大新生挑战自我的机会,新生甚至可以借助二次选拔招生的机会选到自己非常心仪的学科和班级,有些学校会给予转专业的机会。

如南开大学“8+4+X”二次选拔所有项目(除个别班级有特殊专业要求)面向新生“零门槛”开放,一入校即可按个人兴趣和能力选择参加选拔,每年提供约800~1 000个名额,接近新生人数的25%。

而清华大学的“二次选拔”分类比较细致,分别有:经济学堂班、世界文学与文化实验班、清华大学—香港中文大学经济学本科双学位、计算机科学实验班(姚班)、人工智能班(智班)、量子信息班、丘成桐数学领军计划、钱学森力学班、数理基础科学班、计算机与金融双学士学位班等。

中国人民大学二次选拔专业集中在人文科学试验班、金融学类和财政学类专业。主要有政治学、经济学与哲学专业(PPE实验班)、古典学实验班、国学—古典学实验班、金融学—数据科学与大数据技术双学位实验班、金融学—数学双学位实验班和财政学—数学双学位实验班等。

复旦大学的二次选拔计划有数学英才试验班,双学士学位班(法学—经济学、国际经济与贸易—数据科学与大数据技术、预防医学—公共事业管理)等。

南京大学的二次选拔计划主要包括拔尖计划(包含了大理科、数学、物理学、化学、生物科学、计算机科学、天文学、中国语言文学、哲学、经济学、地质学、地理科学、大气科学等专业)、传媒实验班、生物演化与环境国际班等。招生的

对象是不包含强基、外语类保送、艺术类、高水平运动队等特殊批次的其他全日制本科新生。

对这类人才培养模式设置的专业感兴趣的同学可以浏览本校官网或向辅导员、参加过二次选拔的学长学姐了解本校二次选拔的具体形式、考核内容等,提前准备,积极备考。


1. 多数高校的二次选拔为“笔试+面试”的模式,笔试一般考查和选拔专业相关的学科基础知识,如数学、物理、哲学等学科。考题涉及的知识点一般为高考范畴,但难度要略高于高考,与强基计划笔试考查难度相接近。

2. 面试考核考生的综合素质,部分高校还会考查英语水平。所以想要参加二次选拔的同学,要坚持学习英语,锻炼英语的听说能力,提升自己的表达能力。

3. 询问参加过二次选拔的学长学姐,获取二次选拔考情的一手信息。

三、转专业

转专业是学生由原专业转入另一专业学习的简称。每年都有很多同学因为对填报的专业课程实在不感兴趣、志愿被调剂、有计划的“曲线救国”(考的分数不够,先报考该校分数低的专业,再通过转专业就读心仪专业)、学习跟不上等各种因素,对自己报考的专业并不满意。这时候,转专业就成了学生们的“救命稻草”。



李明是一名大一新生,他原本选择的是计算机专业。然而,在经过一段时间的学习后,他发现自己对编程并不感兴趣,反而对经济学产生了浓厚的兴趣。他意识到,继续在计算机专业学习可能会让他感到压抑和缺乏动力,因此他决定尝试转专业。

李明先主动与学校的教务部门和经济学院的老师进行了沟通,了解转专业的相关政策和要求。他得知,转专业需要满足一定的学业成绩要求,并通过经济学院的考核。

为了准备转专业,李明开始自学经济学的基础知识,并积极参加经济学院

组织的讲座和活动。他还经常向经济学院的老师请教一些问题,并得到了他们的悉心指导。

在准备充分后,李明向经济学院提交了转专业申请。经过考核,他的学业成绩和经济学基础知识的掌握程度都达到了要求,最终成功转入了经济学院。

转专业后,李明感到非常兴奋和满足。他发现自己在学习经济学领域的学习更加得心应手,也更有动力去探索和学习新的知识。

(一)

教育部《普通高等学校学生管理规定》[中华人民共和国教育部令(2017 年)第 41 号]第二十一条规定:

(1)学生在学习期间对其他专业有兴趣和专长的,可以申请转专业;以特殊招生形式录取的学生,国家有相关规定或者录取前与学校有明确约定的,不得转专业。

(2)学校应当制定学生转专业的具体办法,建立公平、公正的标准和程序,健全公示制度。学校根据社会对人才需求情况的发展变化,需要适当调整专业的,应当允许在读学生转到其他相关专业就读。

(3)休学创业或退役后复学的学生,因自身情况需要转专业的,学校应当优先考虑。

根据教育部和各省市教育部门的相关精神和制度,许多高校放宽了转专业的限制,越来越多的学生可以通过正常的途径,转到自己心仪的专业学习。

总体上来看,大多数高校转专业的条件基本相似,总结如下,同学们可以做个大致参考。具体到自己就读的学校,以本校相关转专业规定为准。

(1)学生确有专长,本人申请,由所在专业推荐,经转入专业考核证实,转入该专业更能发挥其专长者;

(2)学生有某种疾病或生理缺陷,经学校指定的医疗单位检查证明,不能在原专业学习,但尚能在其他专业学习者;

(3)学校认为有某种特殊困难,不转专业则无法继续学习者。但新生入学未满一学期者,本科三年级及其以上或专科二年级及其以上者,自费转入公费者,无正当理由者,均不得转专业。一般须报学校教务部门审批或备案。

当学生的现实情况符合国家关于允许转专业的规定后,通常还要注意以下几点要求,以免做无用功。

(1)成绩要求。有一些学校对转专业有一定的成绩要求,比如不挂科,或者成绩排名在多少名以内等。比如规定只有平均学分绩点在同专业同年级学生的前10%的学生才可以申请转专业。

(2)人数限制。由于转专业涉及学院之间的协调问题,有些学校会严格限制转专业的人数,严格限制热门专业的人数,比如规定各学院接收转专业人数控制在全年级学生总人数的5%—15%之内。

(3)年级限制。大多数高校要求大一下学期才可以报名转专业,进入大二后则增加了不少限制,大三、大四可转专业的高校更是寥寥无几。

(二)

转专业当然不是想转就转,它有许多限制条件,未达到规定的学生是无法申请转专业的。

(1)未在原录取学校报到入学、注册和入学未满一学期的;

(2)招生时国家已有明确规定不能转专业的本、专科学生,含外国语保送生、定向生、国防生、小语种、艺术类、体育类专业学生、免费师范生等;

(3)招生时有特殊要求的本、专科学生和非经全国统一高考招收的特殊录取类型学生(含专升本、五年一贯制、三二分段制、单独招生、注册入学、中职推荐免试);

(4)由低学历层次转入高学历层次;

(5)保留入学资格、保留学籍、休学期间的;二次以上(包括二次)转专业的;

(6)应予退学或应受到开除学籍处分的;

(7)处于毕业学年的;

(8)其他规定不能转专业的情形。

(三)

转专业的好处显而易见,可以跳出当前专业,转到自己与兴趣爱好更符合、更喜欢的专业学习。但是转专业过程中也存在一些弊端和风险。对于此,同学

们要有清醒的认识。

1. 学习压力增大。想要转专业的同学不仅要学好当前专业的所有课程,保证不挂科,并取得较好的成绩,还要自学补齐目标专业第一学期的专业基础课程,加上要准备面试面谈等,这就要付出更多的时间和精力,会大大增加同学们的学习压力。

2. 所转专业不一定适合自己。有很多同学盲目申请转专业,缺乏对目标专业的充分调研,结果在转完专业之后发现新专业还不及自己之前的专业,自己在新专业学习更加吃力,甚至有的同学觉得新专业更不适合自己。

3. 转专业成功率不高。有了可转资格只是成功的第一步,好专业、热门专业有一定的人数限制,想转的人又多。想成功转专业,首先,要成绩够突出;其次,笔、面试要通过,难度很大,大多数学校转专业的成功率不到5%。

大学转专业并不容易,尤其是转到热门专业就更不容易,大家一定要结合自己的兴趣爱好、职业规划等多方面综合考量,充分调研目标专业的情况,做好充足的调查后再做决定。

(四)

1. 了解自己的兴趣和职业目标:首先确定自己是真的想转专业还是看着别人转而盲目从众,要仔细思考自己对当前专业的了解、兴趣程度和未来的职业规划,确定自己是否真的需要转专业。

2. 研究目标专业:参考学校的官方网站、教学计划和学生手册等资料,详细了解自己想要转入的专业,包括该专业的课程设置、就业前景和相关要求等。

3. 咨询辅导员或指导老师:与院系辅导员或指导老师进行沟通,向他们咨询关于转专业的具体流程和要求,以及可能的影响和挑战。

4. 了解转专业的条件和要求:每个学校的政策都有所不同,有些学校要求学生在本专业成绩优秀,才能申请转专业;有些学校则允许学生在一定时间内自由转专业。因此,学生需要仔细阅读学校的相关规定,了解转专业的具体条件和要求,要确保自己符合转专业的条件。

5. 提交申请:在了解转专业的政策之后,按照学校规定的流程和时间节点,准备好所需的申请材料。一般来说,申请材料包括个人简历、申请书、成绩单

等。其中,个人简历需要详细介绍自己的个人信息、学习经历和兴趣爱好;申请书则需要明确表达自己对新专业的热爱和转专业的理由;成绩单则需要证明自己在原专业的学习能力和表现。然后将申请材料提交相关部门。

6. 考试或面试:有些学校在审批转专业申请时,会要求学生参加面试或考试。面试主要考查学生的综合素质和专业知识;考试则主要考查学生的专业知识掌握情况。因此,学生需要提前了解新专业的课程设置和知识体系,以便在面试和考试中取得好成绩。在面试或面谈中,要清晰表达自己的理由和动机,展示自己的积极态度和适应能力。

7. 等待结果:一般来说,学校会在一定时间内对申请进行审核,并通知申请结果。耐心等待学校的通知,如有需要,可以向学校咨询申请进展情况。

8. 接受或拒绝录取:如果申请成功,学校会发出录取通知,你可以根据自己的最终意愿决定是否接受。如果被拒绝,也不需要气馁,可以考虑其他备选方案,如继续努力学习当前专业或考虑其他学习目标专业的机会,如选择双学位、辅修第二专业、旁听等。

(五)

大学转专业的成功率并不高,绝大多数人不能成功转专业。如果转专业失败,也不需要气馁,毕竟对学习原来的专业不会有影响,继续原专业的学习就好。同时可以考虑其他备选方案,如选择辅修双学位、辅修第二专业、选修喜欢的专业、考研报考喜欢的专业等。

特别值得一提的是辅修双学位。在本科学习期间,学习本专业的同时跨学科门类辅修另一专业的学位课程,达到规定要求后同时获得另一学科的辅修学士学位,既满足了自己对喜欢专业的求知欲,双学位也可以提升自己的就业竞争力。

四、英语四、六级考试

大学英语四、六级考试是由教育部主办,教育部教育考试院(原教育部考试中心)主持和实施的全国性标准化考试。分为四级考试(CET-4)和六级考试(CET-6),每年各举行两次,分别在同一天上午和下午进行。试卷分四大块,

听力、阅读、综合和写作。从 2005 年 1 月起,成绩满分为 710 分,不设及格分数线,给每个学生报总分和各部分的单项分。由教育部高教司委托“全国大学英语四、六级考试委员会”给 425 分以上的考生发成绩单。

四、六级考试十分重要,同学们应认真对待。

1. 与毕业证、学位证挂钩

虽然教育部并未规定四、六级成绩与毕业证、学位证挂钩。但是很多高校在实际工作中会要求毕业生必须过大学英语四级。一些 985、211 大学重点院系、重点班级还会要求学生必须过大学英语六级。

2. 保研考研需求

对于想考研的同学来说,英语是必考(修读其他语种的除外),而且研究生英语考试的难度与六级大致相当。况且作为一名高学历研究人才,很多文献是外语的,如果英语不行,那么做研究恐怕就会很吃力了。另外,很多高校在选择保送研究生、评优、评奖学金、评选学生干部时也会把四、六级证书当做必要的组成部分。

3. 出国留学需求

虽然出国留学申请对于英语有更高的水平要求,但是托福、GRE 成绩有一定的时效性,那么为了保持外语学习的状态,随时能参加留学申请的语言考试并考出好成绩,英语四、六级考试就是一个不错的锻炼机会。毕竟,学习掌握一门语言需要天天讲,时时练。

4. 求职就业需求

就业市场中许多企业和机构会要求应聘者具备一定的英语能力,虽然四、六级考试并不是衡量一个人英语能力的唯一标准,它只是评估英语水平的一种方式。但是目前四、六级考试成绩的确是一种相对比较直观可以证明大学生英语水平的指标,四、六级证书早已成为许多用人单位招聘人才的基本要件。

而且,同学们如果有机会去外企面试,那么英语四、六级证书就是最基本的“敲门砖”。在外企工作,由于要经常与外国人打交道,因此除了英语会读会写外,还需要具有流利的口语交际能力。

所以,同学们还是要认真对待,尽可能学好英语,努力备考,考取一个较高的四、六级分数,以适应这种需求,为自己以后就业、考研、保研、出国、找工作、

晋升职位增加砝码。

此外,由于大部分学校不允许大一新生报名考四级(一些重点院系的实验班、重点班学生除外)。因此,学校一般安排在大学的二年级开始四、六级的报名考试。基本上学校每年会组织两次四、六级考试,只有通过四级(现在是425分以上)后,才能报考英语六级的考试,也才能刷高六级分数,让自己的成绩更具有竞争力。

五、关于奖学金

大学奖学金是指国家和大学为了鼓励和奖励优秀学生或经济困难学生而设立的一种荣誉和资助制度。大学奖学金可以减轻学生的经济负担,激励学生努力学习,提高学习质量。大学奖学金的种类和金额根据不同的学校和专业有所差异,一般分为国家奖学金、励志奖学金、社会奖学金、校内奖学金、单项奖学金等。奖学金的种类多种多样,不同种类的奖学金对应的申请条件和奖金也各不相同。我们这里就大多数高校常见的奖学金的概念、金额、申请条件、奖学金的重要性等做一些简单介绍,供新生同学参考。具体本校本专业可以申请哪些奖学金,同学们可以通过学校、院系官网或者向本校的学长学姐、辅导员了解。

(一)

1. 国家奖学金

国家奖学金主要由中央政府出资设立,用来奖励学业完成情况优秀的学生,其中本、专科国家奖学金的奖励标准为每人每年8 000元,硕士研究生每人每年2万元,博士研究生每人每年3万元。

国家奖学金每学年评审一次,实行等额评审,坚持公开、公平、公正、择优的原则。各高校于每学年开学初启动评审工作,当年10月31日前完成评审。获得国家奖学金的学生为高校在校生中二年级以上(含二年级)的学生。同一学年内,获得国家奖学金的家庭经济困难学生可以同时申请并获得国家助学金,但不能同时获得国家励志奖学金。

《教育部、财政部关于印发〈本专科生国家奖学金评审办法〉的通知》第六条,申请国家奖学金的基本条件如下:

- (1)具有中华人民共和国国籍;
- (2)热爱社会主义祖国,拥护中国共产党的领导;
- (3)遵守宪法和法律,遵守学校规章制度;
- (4)诚实守信,道德品质优良;
- (5)在校期间学习成绩优异,创新能力、社会实践、综合素质等方面特别突出。

国家奖学金是大学期间的最高奖学金,在很多大学一般是专业前 10%或者前 30%有杰出表现的大二及以上的同学才具备申请资格,一般一个学院只有 1~2 个名额。国家奖学金是申请难度系数最大的,同时含金量也是奖学金里面最高的,社会认可度极高。获奖者在以后的保研、求职就业、考公等方面都具有很大的优势。

2. 国家励志奖学金

国家励志奖学金由中央和地方政府共同出资设立,除了品学兼优(学习成绩排名位于专业前 30%,且个人综合素质测评为“良好”等次以上),还得是家庭经济有困难的同学才可以申请;其中奖励标准为每人每年 5 000 元。申请对象同样是二年级以上(含二年级)的全日制普通高校本、专科(含高职、第二学士学位)在校生。申请时需要提交家庭贫困证明。

国家奖学金、国家励志奖学金不能同时申请,但是家庭困难的学生可以同时申请国家助学金。

3. 校级奖学金

校级奖学金由学校设立,主要用于表彰品学兼优、表现突出的在校学生。学校不同,校级奖学金的规定和金额也有所不同,一般都分为三个等次,一般是一等 3 000 元、二等 2 000 元、三等 1 000 元,有些学校可能更低一些。校级奖学金主要按照综合的绩点+综合素质测评分来评选的,名额相对较多,只要体测成绩良好及以上,没有挂科,本专业前 30%都有机会获得,相对容易。

4. 社会奖学金

社会奖学金由社会团体、企业或个人设立,主要用于资助学习成绩优秀、家庭经济困难的学生,每人每年 500—5 000 元不等。

5. 校长奖学金

部分大学设有校长奖学金、创新创业奖学金等,不同学校名额、金额不同。比如有些大学设有校长奖学金,奖励金额每人每年在 10 000 元左右,用于奖励那些成绩特别优秀,在道德风尚、社会服务、研究创新、文体竞赛等某一方面表现特别优异的几名学生。

6. 企业奖学金

企业奖学金一般是校友/企业设立的,金额不定。由于是企业设立,可能会更看重大型竞赛获奖、核心期刊发表文章经历。

7. 专项奖学金

专项奖学金是为了表彰在特定领域表现出色的学生而设立的,例如社会活动、科研成果、文艺比赛、体育比赛等,每人每年 500—2 000 元不等。

(二)

大学奖学金的申请和领取一般分为以下几个步骤。

1. 填写申请表。学生需要根据自己的情况和奖学金的要求,填写相应的申请表,一般包括个人基本信息、学习成绩、科研成果、社会活动、荣誉证书等内容。申请表可以在学校或专业的网站上下载或在线填写,也可以在指定的地点领取或提交。

2. 提交材料。学生需要将申请表和其他相关的证明材料,如成绩单、论文、获奖证书等,在规定的的时间和地点提交给学校或国家专门的奖学金评审委员会。提交的材料应该真实、完整、规范,否则可能会影响申请的结果。

3. 接受审核。学校或国家专业的奖学金评审委员会会对提交的材料进行审核,根据奖学金的标准和名额,进行初审、复审和终审等环节,最终确定奖学金的获得者名单。审核的过程可能会涉及面试、答辩、考核等方式,学生应该做好充分的准备,展示自己的优势和特色。

4. 领取奖学金。学校或国家会在确定奖学金的获得者名单后,进行公示和通知,学生可以在规定的的时间和地点,凭借有效的身份证件,领取奖学金。领取的方式可能是现金、转账、兑换券等,学生应该按照要求进行操作,如有疑问,可以咨询相关的工作人员。

(三)

大学奖学金是一种对学生的认可和鼓励,也是一种对学生的激励和挑战。申请和领取大学奖学金的成功率,取决于学生的学习成绩和综合素质表现,也受到学校和国家相应政策和规定的影响。想要提高申请大学奖学金的成功率,可以从以下几方面着手。

1. 保证学习成绩优异。学习成绩是申请大学奖学金的基本条件和重要依据,学生应该努力提高自己的学习水平,保持良好的学习态度和习惯,积极参与课堂讨论和实践活动,不断拓宽知识面,深化专业能力,争取在每门课程中取得优异的成绩。绝对不能挂科、补考。否则,基本上与奖学金无缘。

2. 争取科研创新取得成果。科研创新是申请大学奖学金的重要加分项,学生应该根据自己的兴趣和专业,选择合适的科研课题,积极参与导师或团队的科研项目,撰写高质量的论文、报告或申请专利,参加各类学术竞赛或会议,争取在科研领域取得突出的成果和荣誉。

3. 积极参与社会服务。社会服务是申请大学奖学金的有效补充项,学生可根据自己的特长和爱好,利用自己的课余时间或周末,选择适合的社会服务机会,如志愿者、社会调研、扶贫支教等,积极为服务社会和他人贡献自己的力量和智慧,培养自己的社会责任感和团队协作能力,提高自己的人际交往和沟通能力。

4. 关注奖学金信息。奖学金信息是申请大学奖学金的必要条件,学生应该及时关注学校或国家的官方网站、公告栏、微信公众号等,了解奖学金的种类、金额、要求、流程、时间、方式等信息,按照规定进行申请和领取,避免错过或延误的情况。

一、最亲近的伙伴——同学室友

大学生活是每个人人生中宝贵的时光之一,是美好而难忘的,而与室友相

处更是大学生生活中不可或缺的一部分。室友是同学们在大学中最常接触的伙伴,你们将共同度过整整四年的时光,你们将一起经历成长、学习和探索,互相关心、互相帮助、互相督促,一起学习,这种同窗情、室友情如同战友情一样,是值得珍惜的真挚情感。

生活上,来自天南地北的你们彼此成了最亲密的朋友,大家朝夕相处,共同生活,一起锻炼,一起逛街,一起参加社团活动……当一个人遇到困难时,不管是生活上还是情感上,总会有另一个人伸出援手,给予你们帮助和支持,鼓励着你们迎坚克难,不断前行,让你们感受到一种家人般的温暖与安慰。

学习上,一起上课,一起泡图书馆,一起考研,一起组队参加各种竞赛,一起面试……在学习中讨论课业,互相督促,互相分享知识和经验,这种无私互助、共同进步的合作精神,不仅让你们在学业上有了更大的进步,也让你们建立起了更深厚的友情。

良好的室友关系对大学生生活至关重要。那么,大学生应该如何与室友同学相处,共度这美好的四年呢?

首先,要学会尊重。每个人都有自己的生活习惯和个性特点,因此在与室友相处时,需要尊重彼此的差异。如果室友喜欢安静,就应该注意不要在宿舍里大声喧哗;如果室友喜欢整洁,也应该尽量保持宿舍的整洁。尊重是室友相处的基础,只有相互尊重,室友关系才能更加和谐。

其次,要学会沟通。在与室友的相处中,沟通是非常重要的。如果有什么不满或者矛盾,应该及时坐下来沟通解决,而不是将矛盾积压在心里。通过沟通,可以更好地了解彼此的需求和想法,进而找到解决问题的方法。此外,沟通也可以促进室友之间的交流,增进彼此的友谊。

再次,要学会包容。大学生活中,每个人都会有情绪低落或者遇到困难的时候,这时候就需要室友的理解和支持。因此,当室友遇到困难时,应该给予适当的帮助和支持,而不是冷漠或者嘲讽。

最后,要学会分享。在与室友相处的过程中,可以共同分享零食、家乡特产、彼此的快乐和悲伤,一起度过大学生活中的日日夜夜。例如,可以一起出去游玩、一起准备考试等。通过分享,可以增进彼此的感情,建立深厚的友谊。

良好的室友关系不仅可以让我们在大学生活中收获快乐和温暖,还可以培

养我们的人际交往能力和团队合作精神,对我们的成长和发展具有积极的影响。希望每一位同学都能与室友和睦相处,共同度过这段难忘的大学时光。



林浩来自南方的一个小镇,性格内向而细心;而小张则是东北的大男孩,豪爽直率;小李来自上海,时尚且善于交际;小王则是西部山区的一个朴实少年,勤奋刻苦。他们四人初识时,因为生活习惯和性格差异,也曾有过小摩擦和误会。但随着时间的推移,他们逐渐学会了相互理解和包容。

在学习上,他们互相督促,共同进步。每当有人遇到难题或困惑时,其他人都会伸出援手,一起讨论解决方案。在准备期末考试时,他们会一起复习,互相提问,确保每个人都能够充分掌握所学知识。

在生活中,他们更是彼此关心,互相帮助。有一次,林浩生病了,高烧不退,是小张和小李连夜陪他去医院,小王则负责帮他买药和送饭。这种室友之间的关心和照顾,让林浩深感温暖和感激。

课余时间,他们也会一起参加各种活动,探索城市的每一个角落。无论是周末的短途旅行,还是假期的长途跋涉,都留下了许多难忘的回忆。

四年的大学生活转瞬即逝,转眼间他们即将毕业。在毕业典礼上,他们紧紧地拥抱在一起,感慨万分。这四年的时光,他们一起经历了成长、学习和探索,留下了许多宝贵的回忆。

如今,他们虽然各奔前程,但彼此之间的联系从未断过。无论是微信上的问候,还是偶尔的聚会,他们都能够感受到那份深厚的情谊。他们知道,无论未来走到哪里,这段大学室友之间的情感都将是他们心中最为珍贵的回忆。

二、最好的“知音”——辅导员

大学辅导员是大学生活中不可或缺的重要人物。

大学辅导员在生活上能够为学生提供很多帮助。他们可以为学生提供关于住宿、生活费用、就餐等方面的建议和指导,帮助学生更好地适应大学生活。此外,在学生面临人际关系、情感困扰等问题时,辅导员也可以给予学生耐心的倾听和建议,帮助学生解决问题,缓解心理压力。

最重要的是,大学辅导员在心灵上是学生的知音。大学生在面临困难、挫折、迷茫等问题时,可以向辅导员倾诉心声,寻求理解和鼓励。辅导员会给予学生及时的心理支持,帮助学生树立正确的人生观和价值观,引导学生走出困境,迎接人生的挑战。另外,对于面临学业困难或者学习压力大的学生,辅导员可以给予及时的帮助和支持,帮助学生调整心态,克服困难,找到适合自己的学习方法。

同学们在面对学业、生活、情感等方面的问题时,可以积极地寻求辅导员的帮助和支持,使自己能够更好地适应大学生活,充实自己的大学生活。



李华是一名大二的学生,他在大学生活中遇到了许多挑战和困惑,但幸运的是,他遇到了一位非常优秀的辅导员——王老师。

在学业上,王老师给予了李华很多宝贵的建议和指导。当李华遇到难以理解的课程内容时,王老师总是耐心地为 him 解答疑惑,帮助他厘清思路。同时,王老师还会根据李华的兴趣和特长,为他推荐一些适合的学术活动和项目,鼓励他积极参与,提升他的学术能力。

除了学业上的指导,王老师还是李华身边的“知音大姐”。

有一次,李华因为家庭原因感到情绪低落,对未来充满了不确定感。王老师得知后,主动找到他,与他进行了深入交流,不仅给予了李华情感上的支持,还帮助他分析了家庭情况,提供了一些解决问题的思路。在李华最需要帮助的时候,王老师就像一盏明灯,指引他走出了困境。

在李华看来,王老师不仅是他在学业上的指导者,更是他人生道路上的良师益友。她的关心和支持让李华感到温暖和力量,也让他更加坚定了自己的目标和信念。

三、最宝贵的“财富”——师兄师姐

大学生活对于大一新生来说是一个全新的开始,完全不同于高中生活,同学们会遇到各种挑战和困难。在这个过程中,师兄师姐们就成了你们最宝贵的财富。有了师兄师姐的帮助,同学们可以少走许多弯路,更快地适应大学生活。

首先,师兄师姐们可以分享他们的经验和故事,让大家更好地了解大学、院系、专业,他们可以告诉新生们学习上需要注意的事项,生活中需要掌握的技巧,还有一些社团活动和社交技巧等。这些经验可以让同学们少走弯路,更快地适应大学生活。

其次,师兄师姐们可以给予大一新生们学业上的指导。在大学里,由于学习内容和教学方式的不同,同学们在学习上会遇到各种各样的问题,有了师兄师姐们的帮助,大一新生就可以更快地解决这些问题。同院系、同专业的师兄师姐们可以推荐一些好的学习方法和资源,帮助你更好地选择课程和规划学业,可以根据你的个人情况给予一些建议,让你能更好、更快地适应大学的生活、学习。



张涛,一名刚刚踏入大学校园的大一新生,对于即将开始的大学生活充满了期待和好奇。然而,随着大学生活的展开,他逐渐发现,这里的生活与高中时期截然不同。大学课程更加复杂,时间更加自由,社交圈子也更加广阔。面对这些新的挑战 and 困难,张涛感到有些无所适从。

幸运的是,张涛遇到了一群热心肠的师兄师姐。他们看出了张涛的困惑和不安,主动伸出援手,为他提供了许多宝贵的建议和指导。

在学习上,师兄师姐们向张涛介绍了大学的学习方法和技巧,帮助他更快地适应大学的教学节奏。他们分享了自己的学习经验,告诉张涛如何合理安排时间,如何高效地学习。有了这些指导,张涛的学习成绩逐渐提升,他也更加自信地面对未来的学业挑战。

在生活上,师兄师姐们也给予了张涛很多关心和帮助。他们告诉张涛如何独立生活,如何处理人际关系,如何平衡学习和娱乐。当张涛遇到生活上的困难时,师兄师姐们总是及时出现,为他排忧解难。

此外,师兄师姐们还带领张涛参加了各种社团活动和志愿服务,让他更快地融入了大学的生活。通过这些活动,张涛不仅结交了许多新朋友,还锻炼了自己的组织能力和团队合作精神。

四、最博学的“朋友”——任课老师

在学习过程中,你可能会遇到各种各样的问题,包括专业课程上的难点、学术科研方面的困惑、未来的职业规划、个人发展等。这时候可以积极主动地向任课老师寻求帮助和建议。虽然大学的老师不像高中老师一样专职就是教授学生,除了教学任务外,他们都还承担着国家、学校一定的学术科研任务,工作比较繁忙。但是只要你勇敢提问,他们一般都会在百忙之中为你答疑解惑,给予你学业上的指导,个人发展上的建议。

尤其值得一提的是,与大学老师保持良好关系还可以为你提供更多的学术资源和机会。大学老师通常有丰富的学术背景和经验,他们可能会推荐学生参与一些研究项目、实习机会或者学术交流活动,这些都是学生成长的机会。通过与老师建立良好的关系,学生可以更容易地获得这些机会,从而提升自己的学术水平和综合素养。

此外,与大学老师保持良好关系也有助于建立学术合作和人际网络。大学老师通常有广泛的学术和社会资源,他们可能会为学生介绍相关领域的专家、学者或者同行,帮助学生拓展人际关系。这对于学生未来的学术研究、职业发展都有着积极的影响。

然而,要与大学老师保持良好的关系也需要学生付出努力。首先,学生需要尊重老师,尊重他们的学术成就和个人空间。其次,学生需要表现出对学习的积极态度,并努力取得好的学业成绩。最后,学生需要主动与老师沟通交流,积极寻求老师的帮助和指导。



陈浩是一名计算机专业的大二学生,他对于自己的专业课程非常投入,但也时常遇到一些难题和困惑。特别是在学习高级算法这门课程时,他发现课程的内容相当深奥,自己难以理解其中的一些关键概念。

陈浩并没有因此气馁,他选择了主动向任课老师李老师寻求帮助。尽管李老师平时工作繁忙,不仅要备课教学,还要参与多个重要的学术科研项目,但每次陈浩去找李老师请教时,李老师都会尽量抽出时间耐心解答他的问题。

有一次,陈浩对于某个复杂的算法原理感到十分困惑,他提前预约了李老师的时间,带着自己的疑问和笔记去了办公室。李老师详细地为他解释了算法的原理,并给出了具体的解题步骤。在李老师的指导下,陈浩逐渐掌握了这门课程的精髓,成绩也有了显著的提升。

除了专业课程上的帮助,李老师还给陈浩提供了很多关于学术科研方面的建议。他鼓励陈浩多参与科研项目,提升自己的科研能力。在陈浩表示对未来职业规划感到迷茫时,李老师结合自己的经验,为他分析了不同行业的发展趋势,建议他根据自己的兴趣和能力来做出选择。

五、“同乡情”——大学同乡

大学生活对于刚刚进入大学的新生来说是一个全新的环境和挑战。尤其是对来自外省市的同学来说,当乡音在耳边响起的时候,会有一种天然的归属感、安全感。

对于大一新生来说,大学是一个充满挑战和机遇的阶段,因为初来乍到,没有熟悉的人和事物,一旦遇到自己解决不了的困难时,常常会感到沮丧、孤独、想家、无助。而来自同一个地方,有着相似的沟通语言、文化背景和生活习惯的大学同乡,他们作为已经在大学中生活过一段时间的“过来人”,经历了新生所面临的各种问题和困惑,积累了丰富的经验和教训,可以给予小老乡一些宝贵的建议和帮助,帮助他们更好地适应大学生活,解决问题和面对挑战。

甜不甜,家乡水;亲不亲,故乡人。在大学生活中,新生遇到各种困难和挑战时,如果不方便同室友、同学、辅导员老师交流,可以多同大学老乡沟通交流,寻求帮助和支持。他们可以给你熟悉感和安全感,给予你宝贵的经验和建议。慢慢地,你会发现,有了老乡的关心、帮助和陪伴,所有遇到的困难都变得没那么难了,自己的社交圈子扩大了,大学生活丰富了,路更好走了。



张涵,一个来自湖南的大一新生,刚刚踏入北京的大学校园。对于她来说,这座城市充满了未知和新鲜,但同时也充满了挑战 and 不安。北京的繁华与喧嚣,让她既兴奋又有些迷茫。

刚开始的几天,张涵感到有些不适应。陌生的环境、陌生的人,让她感到有些孤独和无助。尤其是在课堂上,老师的语速和口音都与她熟悉的湖南话截然不同,这让她在听课的时候感到有些吃力。

然而,有一天,她在食堂偶然遇到了几位同样来自湖南的老乡。当那熟悉的乡音在耳边响起时,张涵感到一种前所未有的亲切和温暖。她们用家乡话交流着,分享着彼此的感受和经历。那一刻,张涵感到自己仿佛又回到了家乡,那种孤独和无助的感觉瞬间烟消云散。

此后,张涵和这些老乡们经常一起学习、一起吃饭、一起游玩。她们互相帮助、互相支持,共同面对大学生活中的各种挑战。当张涵遇到学习上的困难时,老乡们会耐心地为她解答疑惑;当她感到迷茫和不安时,老乡们会给予她鼓励和支持。

在张涵看来,这些老乡不仅是她的朋友,更是她在陌生城市中的亲人。他们的存在让她感到了一种天然的归属感和安全感,也让她更加坚定地相信,自己能够在这个全新的环境中茁壮成长。

六、职场引路人——毕业校友

进入大学,同学们慢慢地会发现,学校或者院系会经常请一些毕业校友回来与在校生交流心得,分享经验。他们或者在学术科研上有所建树,或者在职业发展上比较成功,但无一例外,都能给在校生未来的学习、求职、发展带来一些启迪、一些思考。

第一,认识毕业校友可以加深对专业的了解与认知。毕业校友已经进入工作岗位并有一定的工作经验,他们对专业知识和技能有着更深入的了解。通过交流活动,毕业校友可以分享自己在工作中遇到的问题和解决方案,大一新生则可以了解在学校学习中不容易获得的实践经验和行业动态,对自己的专业有更深入的认识,为未来的学习奠定坚实的基础。

第二,认识毕业校友可以获得更多实习、求职资源与机会。在大学期间,学生们都希望能够找到一份好的实习或工作机会。而毕业校友可以帮助大一新生了解行业的招聘需求和趋势,提供实习或工作的推荐和内部信息。同时,他们可以结合自己的求职经验和技巧,帮助大一新生准备面试和打磨简历。借助

与毕业校友的交流和合作,大一新生可以更快地掌握现实职场的要求,培养、提升自己的求职竞争力。

第三,认识毕业校友可以获得职业发展的建议和人脉。毕业校友已经在工作岗位上有了成就和经验,他们可以为大一新生提供职业规划和发展方向的建议。通过与毕业校友的交流,大一新生可以了解到不同岗位的职业要求和发展路径,为自己未来的职业规划提供参考。毕业校友还可以帮助大一新生建立职业网络和人脉资源,为将来的职业发展提供支持和帮助。

在与毕业校友交流的过程中,应该注意以下几点。首先,要尊重毕业校友,不要打扰他们的生活和工作。其次,要虚心听取毕业校友的建议,不要自以为是。最后,要保持联系,建立起良好的人际关系,更好地规划自己的未来。



进入大学后,李华逐渐发现,学校经常组织一些校友交流活动。这些活动往往邀请了在各个领域有着卓越成就和丰富经验的校友回到母校,向在校的学弟学妹们分享他们的心得和经历,传授他们的宝贵经验。

有一次,学校举办了一场校友分享会,邀请了一位在科研领域取得杰出成就的校友。这位校友详细介绍了自己在科研道路上的艰辛与收获,分享自己在学术研究中遇到的挑战和解决方法。他强调了创新思维和实践能力在科研中的重要性,并鼓励大家要勇于探索、敢于创新。

李华在聆听校友的分享时深受启发。她意识到,要想在科研领域有所建树,不仅需要扎实的专业知识,更需要具备独立思考和解决问题的能力。这次分享会让李华对自己的未来规划有了更清晰的认识,也激发了她对科研的热情。

另一次,学院组织了一次职业发展讲座,邀请了一位在企业界取得成功的校友。这位校友分享了自己的职场经历,从初入职场的困惑到逐渐找到自己的定位,再到成为企业高管的过程。他强调职业规划的重要性,并分享了一些求职技巧和职业发展建议。

李华在听完讲座后受益匪浅。她明白了职业规划对于个人发展的重要性,并开始思考自己的职业兴趣和目标。同时,她也学到了很多实用的求职技巧,这对于她未来的求职之路无疑具有很大的帮助。

一、军训

大学生军训是每位大学新生入学后都要经历的一项重要活动,它不仅能锻炼学生身体,更能培养学生的坚强意志和团队合作精神。

各大学新生军训通常安排在新生开学的第一个月或者开学前的暑假期间举行,持续时间一般为两到四周。大学生军训是国家国防教育的重要组成部分,内容主要包括军事理论教育、体能训练、队列训练、军姿、军事技能训练以及军事纪律等方面。

大学生军训的重要意义不仅可以提高个人素质,更是对大学生全面发展的促进。

首先,大学生军训是锻炼学生身体的绝佳机会。在军训期间,学生们要进行长时间的体能训练,如晨跑、拉练、仰卧起坐、俯卧撑等,这些锻炼可以增强学生的体质和耐力。同时,有些学校的军训也包括一些军事技能的学习,如行军、射击、枪械的使用、防身术、野外求生技能等,这些技能的学习不仅能够提高学生们的实践能力,还能够培养他们的自我保护意识和安全意识。

其次,大学生军训有助于培养学生的坚强意志和顽强精神。军训中,学生们要面对各种困难和挑战,如高强度的体能训练、严格的纪律要求等。这些艰苦的环境能够考验学生的意志力和毅力,让他们在逆境中坚持下去。而且,军训还要求学生们服从指挥、团结协作,这培养了学生的集体主义精神和团队合作能力,让他们明白只有团结一致才能取得成功。这些品质对于学生未来面对挑战和困难时都至关重要。

最后,大学生军训有助于提高学生的纪律观念和自律能力。军训中,学生们要遵守军事纪律,如队列训练、军姿、紧急集合、按时起床、整理内务等,这些要求培养了学生的自律意识和时间观念,提高了他们的组织纪律性。同时,军训也要求学生们保持良好的仪容仪表,让他们懂得如何端正自己的形象。这种

严格的要求能够让学生们养成良好的生活习惯,提高他们的纪律观念和自我约束能力。

军训不仅是一次锻炼,更是一次自我成长的机会,能让大家在以后的大学生活中面对各种挑战时从容应对。

李梅是一个性格内向、不太善于交际的大一新生。在军训开始之前,她对于即将到来的集体生活充满了不安和担忧,担心自己无法融入集体,也无法应对军训的种种挑战。

军训的第一天,李梅就感受到了前所未有的压力。站军姿、走方阵,每一项训练都让她感到力不从心。尤其是当教官要求大家高喊口号时,李梅总是感到喉咙发紧,声音微弱。

然而,就在李梅感到无比沮丧的时候,她的室友小玲主动向她伸出了援手。小玲是一个开朗活泼的女孩,她鼓励李梅要勇敢一些,不要害怕在集体面前表现自己。小玲还教给李梅一些喊口号的技巧,帮助她逐渐找到了自信。

在接下来的军训日子里,李梅和小玲一起努力训练,互相鼓励和支持。她们一起度过了烈日下的煎熬,也一起分享了训练间隙的欢笑。在这个过程中,李梅逐渐克服了内心的恐惧和不安,变得更加自信和开朗。

二、加入社团、俱乐部

大学生社团和俱乐部是大学校园中丰富多彩的一部分,社团和俱乐部的种类繁多,涵盖了文学、艺术、体育、公益、科技、理财等各个领域,为学生们提供了丰富多彩的社交和学习交流平台。在大学中,学生社团和俱乐部是学生自我管理、自我教育的重要组成部分,旨在帮助学生们更好地发展自己的兴趣爱好,提高个人能力和技能。

参加社团对大学生有着多方面的意义。第一,社团可以帮助学生们拓宽人际关系,结交志同道合的朋友,丰富大学生活。第二,社团可以提供学生们锻炼自己的平台,例如在学术社团中可以提高专业技能,在体育俱乐部中可以锻炼身体素质。第三,通过参加社团,学生们还可以培养团队合作精神和领导能力,

这对未来的职业发展也是非常有益的。

大学生社团的招新时间一般在每学期开始的时候进行,具体时间会根据不同学校的安排而有所不同。一般来说,招新活动会在新生开学后的第一、二周举行。学生可以通过学校官方网站、社团宣传海报、社交媒体等渠道了解具体的招新时间和地点。建议学生在招新活动前提前关注相关信息,以便及时参加感兴趣的社团的招新活动。

那么,我们该如何选择社团呢?

首先,学生们可以根据自己的兴趣爱好和特长,选择自己喜欢的社团投入其中。比如喜欢足球,那就加入足球类社团,驰骋在绿茵场上,奋力奔跑。

其次,按照补缺原则选择自己的社团。比如觉得自己内向,沟通能力欠缺,可以加入学校的演讲与口才、朗诵类社团,学习沟通技巧,补足自己的短板;觉得自己身体孱弱、胆小怯懦,可以选择武术类社团,传统武术、跆拳道、空手道等,慢慢锻炼,强身健体。

最后,按照发展的原则选择自己要加入的社团。当下社会,要求大学生不但要专业精通,还要“一专多能”。比如就读在综合性大学的同学,可以选择专业以外的社团俱乐部参加,如金融研习社、象棋协会、投资理财协会、计算机协会、外语类社团……广交朋友,学习培养多种知识与技能,为走上社会做好知识与能力储备。

大一新生选择适合的学生社团或学生组织可以按照以下步骤进行。

(1)了解学校的社团和组织:浏览学校的网站、社交媒体平台或参加学校组织的宣传活动,了解学校提供的各种社团和组织的类型和活动内容。

(2)确定自己的兴趣和目标:思考自己对哪些方面感兴趣,比如体育、艺术、志愿者服务等。同时,考虑自己想要达到的目标,比如提高某项技能、广交朋友、拓展人际网络等。

(3)参加招新活动或会议:参加一些社团或组织的招新活动或会议,了解活动内容、成员构成和组织文化。与现有会员交流,了解他们的经验和感受。

(4)参观社团或组织的活动:如果可能的话,参观一些社团或组织的活动,这样可以更好地判断自己是否适合加入。

(5)考虑时间和精力:考虑自己的学业和其他活动安排,确定自己有足够的

时间和精力参与社团或组织的活动。避免加入太多社团或组织而导致时间和精力分散。

(6)尝试新的领域:大学是一个尝试新事物的好时机,不要害怕,尝试一些自己之前没有考虑过的领域或活动。这样可以开阔眼界,丰富大学生活。

提醒一下,记住选择适合的学生社团或组织是为了丰富自己的大学生活,提高个人能力和拓展人际关系,所以选择的过程应该是积极主动的,不要被太多他人的意见或压力影响了自己的选择。

三、竞聘班干部

班干部是班级组织的核心,承担着组织协调、沟通交流、服务同学的重要职责。作为大学这个“小社会”中最小的组织单位,班级虽小,但事务不少。对于大学生来说,竞选担任班干部还是有很大的益处的。

首先,担任班干部是一个锻炼和成长的机会。通过竞选和担任班干部,我们可以学会领导和管理团队,培养自己的组织能力、沟通能力和协调能力。这些能力对我们未来的发展非常重要。

其次,担任班干部可以为班级和同学们做出更多的贡献。作为班干部,我们可以更好地代表班级的利益,协助老师管理班级事务,组织班级活动,解决同学们的问题,促进班级的和谐发展。这不仅可以提升班级的凝聚力,还可以让同学们的学习和生活更加顺利。

最后,担任班干部可以提升自己的社交能力和拓宽人际关系。在竞选和担任班干部的过程中,我们需要与老师、同学和家长等各方面进行良好的沟通和合作,这有助于扩展我们的人脉,结交更多的朋友,为将来的发展打下良好的基础。

很多同学认为做班干部会占用自己大量的时间和精力,耽误自己的学业,得不偿失。确实,担任班干部意味着你将承担起更多的责任和义务,处理班级事务、协调同学关系、解决各种问题,都需要你投入更多的时间和精力。但是,这种付出将会为你换来更多的成长和收获。你将学会更好地管理时间,更好地与人沟通,更好地处理复杂的情况。这些都是未来职业生涯中非常宝贵的技能和经验。

竞选班级干部不仅是对自己的挑战,更是对自己的肯定。不管你是一个擅长组织的人,还是一个擅长创新的人;是一个擅长沟通的人,还是一个擅长解决问题的人,都请你珍惜这宝贵的成长机会,为你在大学生活中的精彩添上充实、有意义的一笔。

王琳是一名大一的学生,自高中以来她一直都对班级事务充满热情,担任过学习委员、团支书、班长等学生职务。进入大学后,她决定继续挑战自己,参加班级干部的竞选。

王琳是一个擅长组织的人,她善于制订计划并协调各方资源,确保活动的顺利进行。在竞选过程中,她充分发挥了自己的这一优势,精心策划了一场别开生面的竞选演讲。她不仅详细阐述了自己的竞选理念和目标,还展示了过去参与和组织班级活动的经验。她的演讲赢得了同学们的热烈掌声和广泛认可。

竞选成功后,王琳作为班级干部,面临着一系列新的挑战。她需要协调班级内部的各种事务,解决同学们在学习和生活中遇到的问题。同时,她还要与学院、学校等各方进行沟通,为班级争取更多的资源和权益。

在这个过程中,王琳遇到了很多困难和挫折。但她并没有气馁,而是不断寻求解决方案,努力克服困难。她学会了更好地与人沟通、协调和解决问题,也锻炼了自己的领导能力和团队合作精神。

四、勤工俭学

在大学生活中,勤工俭学已经成为一个十分普遍的现象。很多大学生不再局限于课堂上的知识学习,他们越发重视在课堂之外的技能提升和经验积累。调查报告显示,有 49% 的同学认为参加勤工俭学的目的是“增加社会实践经历”,有 21% 的同学是为了“丰富自己的个人生活”。大学生利用课余时间和假期兼职打工,接触社会、体验社会、了解社会,正在成为一种潮流。通过勤工俭学,学生不但能获得一定的经济收入,还能够获得实际工作经验来丰富他们的简历,为将来的职业生涯奠定坚实基础。

大学阶段是培养专业知识和技能的时期,然而,仅仅依赖课堂上的理论学习

远远无法满足现实世界对大学生的技能诉求。勤工俭学提供了一个独特的机会,使学生能够将所学知识付诸实践,将课堂上的理论与实际应用相结合。这种结合不仅有助于加深他们对理论的理解,还能够帮助他们将知识应用于实践中。

除了积累经验,一些家庭条件不好的学生还可以通过勤工俭学为家庭减轻一定的经济负担。在大学期间,学费、生活费等开销会给一些家庭带来一定的经济压力。通过自力更生,学生可以在一定程度上减轻这种负担,甚至减轻家庭的经济担忧。

勤工俭学还可以培养同学们的独立意识和人际交往与沟通能力。通过参与工作,同学们会更加深刻地理解社会的运作和人与人之间的相互关系,学会尊重他人、团队合作以及如何处理各种人际关系,这些都是我们未来工作和生活中必不可少的能力。

(一)

大学校园中的勤工俭学形式和岗位种类繁多,主要包括以下几种。

1. 学生助教:大学中许多课程需要助教来协助教授进行教学工作,学生可以申请成为助教来辅助教学并获取一定的报酬。获得途径通常是通过教务处或学院的招募公告,学生可以根据自己的专业背景和兴趣选择适合的助教岗位。

2. 图书馆助理:学生可以在图书馆担任助理,负责图书借还、馆内整理和维护等工作。获得途径通常是通过图书馆的招募公告,学生可以直接向图书馆咨询并提交申请。

3. 校园导游:大学一般会有校园导览服务,学生可以申请成为校园导游,带领游客参观校园并讲解相关信息。获得途径通常是通过学校的招募公告,学生可以向校园导览中心或相关部门咨询申请流程。

4. 实验室助理:大学中的科研实验室通常需要学生助理来协助研究工作,学生可以申请成为实验室助理,参与科研项目。获得途径通常是通过教授或实验室负责人的推荐,学生可以向自己感兴趣的实验室咨询并提交申请。

除了以上列举的形式和岗位,还有其他一些勤工俭学的机会,如校园活动志愿者、校园媒体记者、辅导员助理等。获得途径通常是通过学校相关部门的

招募活动,学生可以关注学校的公告和通知,积极参与报名。

总之,大学校园中的勤工俭学提供了丰富多样的岗位和机会,同学们可以根据自己的兴趣和能力选择适合的岗位,并通过不同的途径获得这些机会。

(二)

社会上有形形色色的兼职陷阱,涉世之初的学生稍不注意就会上当受骗。由于大学生利用业余时间打工已成为大学校园里的一种普遍现象,不少中介公司以此为“契机”,抓住大学生社会经验不足的弱点,明目张胆地进行欺诈活动。

王磊是一名大一新生,他渴望通过做兼职来锻炼自己,同时也希望能减轻家庭的经济负担。一天,他在校内看到了一家中介公司发布的兼职广告,声称提供多种高薪兼职岗位,非常适合大学生。

王磊心动了,他主动联系了这家中介公司,并按照要求缴纳了一定的中介费用。然而,当他满怀期待地等待兼职岗位时,却发现自己陷入了一个陷阱。

中介公司并没有按照承诺提供合适的兼职岗位,而是不断地以各种理由推脱,甚至开始玩起了“失踪”。王磊多次联系中介公司,但始终无法得到一个明确的答复。他意识到自己可能上当受骗了,但此时中介费用已经无法追回。

更让王磊感到愤怒的是,他后来了解到这家中介公司经常在校内发布虚假兼职广告,专门针对社会经验不足的大学生。他们利用大学生对兼职的渴望和缺乏警惕性,明目张胆地进行欺诈活动。

王磊的经历并非个例。社会上确实存在很多形形色色的兼职陷阱,这些陷阱往往利用了大学生渴望锻炼自己、减轻经济负担的心理。因此,大学生在寻找兼职时一定要保持警惕,提高自己的防范意识和自我保护能力,选择正规、信誉好的中介公司或平台,避免陷入类似的陷阱。

因此,大学生选择勤工俭学时,尽量通过学校的职能部门来寻找工作机会。比如家教,有些学校学生处(工作部)会有勤工俭学办公室之类的部门,负责学校相关工作。在校外兼职时,一定要擦亮自己的眼睛,小心上当受骗。

五、加入学生组织

这里说的学生组织,指的不是社团,而是学校或者院系层面的团委、学生管理部门、学生会等学生组织。

校级学生会是学校内部的主要学生组织,接受学校党委的领导和团委的指导,并对学生进行领导、督查和服务,是学校和学生之间的桥梁和纽带。大部分学校的学生会组成部门包括主席团、办公室、纪检部、组织部、宣传部、文艺部、体育部、外联部、企划部、女生部等。院系学生会的部门设置也基本如此。

对于刚刚进入大学的新生而言,是否加入学生会是摆在很多人面前的一个问题。很多“过来人”的说法让新生犹豫不决。“会占用太多时间和精力,很容易耽误自己的学习”“不是在打杂,就是在去打杂的路上”“开不完的会,做不完的事,感觉一直在忙,但是又不知道在忙什么”……但是,任何事情都是有两面性的,加入学生会也是这样,加入学生组织虽然会占用一部分休息时间,但它也会给学生带来许多好处。

1. 扩大社交

通常来说,加入学生会后需要你更多地与别人打交道。所以,如果你喜欢结识朋友,学生会是一个不错的选择。加入学生会可以认识更多的人,增强自己的社交沟通能力,包括直系学长学姐、同届同学、学校老师、校外人士等。

2. 锻炼才干

学生会是一个能锻炼人的好地方。不仅能够锻炼学生的个人能力,比如语言表达能力、组织管理能力、社交能力以及领导能力等,还能够让学生收获很多在书本中学习不到的人生经验。比如和其他成员一起筹备一场大型活动,如新生杯合唱比赛,涉及诸多流程,包括策划、组织、执行、经费募集与使用、突发事件处理等,都要考虑周全。如果完整地经历过活动策划、拉赞助、请嘉宾、活动执行这一系列环节,那么对个人的沟通能力、组织能力和协调能力的提升是很有帮助的。

3. 增强求职竞争力

加入学生会后,会积攒起策划活动、执行任务等方面的相关经验。如果表现非常优异,比如成为学生会主席、副主席、部门部长独当一面,更能大幅提升自己的综合素质和能力,增加自己的闪光点。千万不要小瞧这点闪光点,相对

于那些“一张白纸一样”的其他求职者来说,你为自己的个人简历增添的学生干部经历,足以吸引招聘者的注意力,从而加大应聘成功的概率。

当然,在你决定申请加入之前,一定要搞清楚学生会的各个部门的职能和工作任务,不要盲目加入。最好根据自己的兴趣爱好和特长申请加入相关部门,否则很可能会损害你自己的积极性,影响你的规划与发展。

六、追求进步,积极向党组织靠拢

(一)

北宋张载以“为天地立心,为生民立命,为往圣继绝学,为万世开太平”勾画出知识分子的历史责任感和使命感;周恩来总理在年少时发出“为中华之崛起而读书”的呐喊,掷地有声,展现了老一辈无产阶级革命家为国为民的博大胸襟和远大志向。

当代青年是国家的未来、民族的未来,是未来社会的主要建设者和领导者。

当今世界正经历百年未有之大变局,当前世界政治、经济、军事格局的变化充满了不确定性和复杂性。一方面,随着世界各国实力的不断增长和发展,各国在经济、科技、军事等领域的竞争日益激烈,相互之间的利益冲突和竞争加剧,国际体系逐渐呈现多极化的趋势。另一方面,各国之间的相互依存日益加深。世界各国的经济、政治和文化联系更加紧密,贸易、投资、信息流动更加便捷,国际合作更加频繁。各国也在国际事务中加强合作,共同应对气候变化、贫富差距、恐怖主义等全球性挑战。

中国正处于全面建设社会主义现代化国家的关键时期。国家经济持续增长,科技实力不断提升,国际影响力逐步增强。同时,中国也面临着诸多挑战,如经济结构转型、环境污染、社会公平等问题需要解决。

时代需要青年学子凝鸿鹄之志,立不世之言,充分发挥主人翁精神,肩负起弘扬民族精神和文化的责任,传承和弘扬中华民族优秀传统文化,传承和发展爱国主义、集体主义、社会主义等精神,为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

时代需要青年学子具备国际视野和全球意识,积极学习国际先进科学技术

和管理经验,提高自身综合素质,为国家的创新发展和国际竞争做出贡献。

时代需要青年学子关注社会问题,积极参与公益事业和社会服务,关心弱势群体,促进社会公平正义,以实际行动支持和拥护国家的发展战略,积极参与国家的现代化建设和改革开放进程,为构建和谐社会,为中国的强大和繁荣,为中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

(二)

当代青年要清醒地认识到当前中国能够和平崛起屹立于世界民族之林来之不易,是无数先烈和前辈抛头颅、洒热血,奉献青春与才干而得来的;要清醒地认识到现在的国家富强、民族振兴是全国各族人民在中国共产党的正确领导下努力奋斗出来的。

中国共产党是风雨来袭时中国人民最可靠的主心骨,是中国特色社会主义事业的坚强领导核心;党的领导是党和国家的根本所在、命脉所在,是全国各族人民的利益所系、命运所系。只有共产党才能救中国,只有共产党才能发展中国。

近代以来,中国陷入了内忧外患的黑暗境地,中华民族经历了战乱频仍、山河破碎、民不聊生的深重苦难。中国共产党自创立以来,就把马克思主义的基本原理同中国实际结合起来,把党的命运与中国人民和中华民族的命运联系起来,团结带领各族人民进行了长期而艰苦卓绝的斗争,推翻了帝国主义、封建主义和官僚资本主义“三座大山”,建立了中华人民共和国,奠定了社会主义基础。党的领导使得我们国家从过去的落后挨打走向了独立自主,实现了国家的独立和人民的解放。

中华人民共和国成立以来,中国共产党人坚持以实事求是为原则,敢闯敢试,自力更生,艰苦奋斗,进行了不断探索与调整。尤其改革开放以来,中国共产党坚持以经济建设为中心,推动了中国经济的快速发展和社会的全面进步。正是在中国共产党的坚强领导下,中国人民成功走上中国式现代化道路,创造了人类文明新形态,绘就了人类发展史上的壮美画卷,中华民族迎来了从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃,中华民族伟大复兴展现出前所未有的光明前景。

(三)

加入中国共产党是每个有志于为国家 and 人民奉献的大学生的梦想和追求。青年学生积极向党组织靠拢,表现出他们对政治的关注和追求进步的态度。他们愿意靠近、加入党组织,参与党的活动,表达自己的观点和意见,同时也能够接受党的指导 and 教育,不断提升自己的政治素养和思想觉悟。这种上进的表现,不仅有利于个人的成长,也有助于社会的进步和发展。

中国共产党作为无产阶级的先锋队 and 中国特色社会主义事业的领导核心,始终高度重视吸纳新鲜血液加入,引导大学生积极参与党的建设和社会主义事业。那么,对于在校大学生来说,年满 18 岁后,如何加入中国共产党呢?接下来将从具体要求和具体步骤两个方面详细介绍。

1. 大学生加入中国共产党的基本要求

(1) 政治立场坚定。作为共产主义事业的接班人,大学生应当具备坚定的马克思主义信仰,热爱祖国,热爱人民,热爱社会主义;应当具有对中国共产党和社会主义制度忠诚的态度,并且愿意在实践中不断增强自己对马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想的学习,践行全心全意为人民服务的宗旨。

(2) 品德优良。道德品质是一个人是否适合加入中国共产党的重要标准之一。大学生想要加入中国共产党,需要具备良好的道德品行和高尚情操,要有坚强的意志,正直的品格,良好的人际关系和团队合作能力,自觉遵守党的纪律,严格遵守社会公德和职业道德,并时刻保持着正确、健康、积极向上的态度。应当以身作则,在日常行为中起到模范带头作用。

(3) 学业优秀。大学生加入中国共产党需要具有优秀的学业成绩,要有良好的学习态度和刻苦钻研的精神,具备较高的理论水平和实践能力,能够在学习中不断进步,为党和国家的建设贡献自己的力量。

(4) 积极参与。大学生要积极参加学校组织的各项活动,并且在其中发挥积极作用。不计个人得失,甘于奉献,为同学们服务,为学校服务,为社会服务。

以上就是加入中国共产党的具体要求,大学生在申请加入中国共产党之前要认真思考自己是否符合这些要求,如果符合,那就可以按照下面的具体步骤

来申请加入中国共产党。

2. 中国共产党发展党员流程图



入党流程图



为维护学校正常的教育教学秩序和生活秩序,保护学生的合法权益,很多高校依据法律法规、《普通高等学校学生管理规定》以及其他有关规定,结合本校章程以及实际情况,制定本校的各项管理规定,来保障学校有序运行。

在法治社会中,每一个公民都有遵守法律的义务。大学生作为社会的知识群体,更应当成为守法的典范。只有严格遵守国家法律,才能避免陷入违法犯罪的深渊,为自己的人生道路奠定坚实的基础。同时,守法也是对他人的尊重,是构建和谐社会的基石。

而校规则是学校为了保障学校正常的教学秩序和学生的健康成长而制定的具体规范。它涵盖了学习、生活、社交等各个方面。遵守校规,不仅有助于维护学校的正常秩序,还能培养大学生的自律能力和责任感。

遵纪守法,不踩“红线”,这不仅是一句口号,更是每一位大学生应当践行的责任和义务。对于大学新生而言,在校期间应严格遵守国家法律法规和学校的规章制度,一定要对国法校规心怀敬畏,学法守法,学纪守纪,避免受到不必要的处分。若不慎受到处分,也应积极面对并努力改正,以争取更好的未来。

违纪案例一:

大一新生小 A 到学校报到当天,在学校操场偷拍女生裙底时被当场抓获。事件发生后学校高度重视,学校相关部门和小 A 所在学院第一时间开会研究,启动劝其退学处置程序,并将小 A 的情况及学校意见通知家长。小 A 及其家长同意自动退学。鉴于小 A 处于新生入学报到资格审查阶段,尚未取得正式学籍,学校按流程终止办理小 A 入学手续。

违纪案例二:

某大学学生反映该校学生小 B 在新媒体账号上发布虐猫视频并发表不当言论。学校立即成立专门工作组开展调查。经查实后,依据《普通高等学校学生管理规定》和本校的学生违纪处分规定,给予学生小 B 开除学籍处分。

违纪案例三：

2022年3月,某高校学生小C在期末考试中违规携带手机进入考场,并通过QQ群接收校外人员发送的试题答案,被监考老师当场抓获,小C对自己考试作弊严重违反学校考试纪律的行为供认不讳,最终小C被给予留校察看处分。

违纪案例四：

2023年5月,某学院小D同学未经批准,私自在外租房,多次夜不归宿,无故旷课达20余学时。学院领导和辅导员老师多次通过电话、微信等联系方式与其联系,但该生不回信息、不接电话,拒绝与学校老师沟通,行为非常散漫,纪律意识极其淡薄。为严肃校规校纪,教育本人,警示他人,经学院学生违纪处理小组研究,根据该校《学生违纪处分暂行规定》之规定,决定给予小D严重警告处分,处分期限为8个月。

这些案例表明高校对于学生的违纪行为通常会采取严肃的处理措施,以维护学校的秩序和教育环境。需要注意的是,不同高校对于违纪行为的界定和处分方式可能会有所不同,但总体原则都是为了教育学生遵守规章制度,培养良好的品德和行为习惯。

一、学生违法违纪的相关规定

对于学生违法违纪情况,《普通高等学校学生管理规定》第五十一条规定:对有违反法律法规、本规定以及学校纪律行为的学生,学校应当给予批评教育,并可视情节轻重,给予如下纪律处分。

- (一)警告;
- (二)严重警告;
- (三)记过;
- (四)留校察看;
- (五)开除学籍。

第五十二条规定:学生有下列情形之一,学校可以给予开除学籍处分。

- (一)违反宪法,反对四项基本原则、破坏安定团结、扰乱社会秩序的;

(二)触犯国家法律,构成刑事犯罪的;

(三)受到治安管理处罚,情节严重、性质恶劣的;

(四)代替他人或者让他人代替自己参加考试、组织作弊、使用通讯设备或其他器材作弊、向他人出售考试试题或答案牟取利益,以及其他严重作弊或扰乱考试秩序行为的;

(五)学位论文、公开发表的研究成果存在抄袭、篡改、伪造等学术不端行为,情节严重的,或者代写论文、买卖论文的;

(六)违反本规定和学校规定,严重影响学校教育教学秩序、生活秩序以及公共场所管理秩序的;

(七)侵害其他个人、组织合法权益,造成严重后果的;

(八)屡次违反学校规定受到纪律处分,经教育不改的。

二、常见大学生违法违纪行为

常见的高校学生违法违纪行为包括但不限于以下几种。

1. 考试作弊:包括携带与考试相关的资料、抄袭他人答案、替考、使用电子设备作弊等。

2. 学术不端:抄袭、剽窃他人的学术成果,伪造实验数据或研究成果等。

3. 弄虚作假:违反学校的诚信原则,在评奖评优、申请助学贷款、家庭经济状况认定及各项资助申请过程中弄虚作假。

4. 旷课:未经请假或请假未获批准而擅自缺课。

5. 打架斗殴:在校园内与他人发生肢体冲突,扰乱校园秩序。

6. 酗酒闹事:在校园内过度饮酒并引发不良行为。

7. 违反宿舍管理规定:如私自调换宿舍、留宿他人、晚归或夜不归宿、在宿舍使用违禁物品,如违禁电器、危险物品(易燃、易爆、有毒等),违反宿舍消防及其他安全规定等。

8. 网络违规:在校园网络上发布虚假信息、不良信息或非法信息、传播谣言、侵犯他人隐私等。

9. 破坏公共财物:故意破坏校园环境、损坏校园建筑、公共设施、教学设备等行为。

10. 违反校园治安管理:未经许可在校内摆摊设点、张贴散发宣传品/印刷品或拉挂横幅等。

11. 扰乱学校秩序:扰乱课堂和教学楼、会场、科研场所、办公场所、图书馆、食堂、宿舍楼等公共场所秩序。

12. 参与非法组织或活动:参加邪教组织、非法传销活动等;在学校进行宗教活动。

13. 侵犯隐私:偷窥、偷拍、窃听、散布他人隐私等。

14. 侮辱诽谤:公然侮辱他人、威胁他人人身安全,捏造事实诽谤他人或捏造事实诬告陷害他人。

15. 性骚扰:偷拍女生裙底,故意用身体触碰女生,通过语言、文字、图片、行为等方式对他人进行性骚扰。

16. 违规操作:违反规定,擅自将爆炸性、毒害性、放射性、腐蚀性物质或其他危险物质带出规定的保管场所。

17. 违背公序良俗:虐杀动物、故意在公共场所裸露身体、拍摄发布不雅视频等。

18. 阅看、传播淫秽的文章、书刊、图片、音像等淫秽资料或非法资料;持有、吸食、注射毒品;参与赌博;卖淫、嫖娼等。

三、违法、违纪被处分的后果

虽然学校对于学生的违法违纪行为,是本着批评教育与惩戒相结合的原则,会酌情给予违纪学生适当处分。但纪律处分结果也是视学生违法、违纪行为的性质和过错的严重程度而定。但对大学生来说,不管是被处以警告、严重警告的较轻微处分,还是记过、留校察看这类较重的处分,还是更严重的开除学籍的处分,都存在影响未来发展的潜在风险。

《普通高等学校学生管理规定》第五十七条规定:除开除学籍处分以外,给予学生处分一般应当设置6~12个月期限,到期按学校规定程序予以解除。第五十八条规定:对学生的奖励、处理、处分及解除处分材料,学校应当真实完整地归入学校文书档案和本人档案。

很多学校都会规定:警告的处分期为6个月;严重警告的处分期为6个月;

记过的处分期为12个月；留校察看的察看期为12个月，察看期同时为处分期。

大学生处分是否会记入档案，取决于处分的类型和严重程度，以及学校的具体操作。

一般来说，如果是比较轻微的处分，如警告或严重警告，通常不会记入档案。这些处分主要是为了教育学生，让他们认识到自己的错误并加以改正，而不会影响他们的前途。然而，如果处分比较严重，如记过、留校察看或开除学籍等，那么这些处分很可能会记入档案。

此外，即使处分被撤销，也可能会在档案中留下记录。一些学校为了照顾学生就业，可能不会将处分放入档案，但这些资料仍然会有留底，可以查到。

1. 受到处分后有可能导致没有资格参评三好学生、优秀学生干部、优秀共青团员、优秀共青团员干部等。

2. 受到处分后有可能丧失参评奖学金的资格。

3. 受到处分后有可能影响今后考研究生、保研、参军入伍、考公务员的政审。

4. 受到处分后有可能影响毕业后学位证书的获取。

“国有国法，校有校规。大学生应该遵纪守法，不踩红线。”

大学阶段的学习生活，强调“自律”。对于大一新生来说，刚进入大学应该认真了解并遵守学校的各项规章制度，包括考试纪律、宿舍管理规定等，避免因不了解规定而导致违法违纪行为的发生。同时，要树立正确的价值观和行为准则，尊重他人，自觉遵守法律法规和社会公德，坚守道德底线，追求真、善、美。如果遇到问题或困惑，应及时与辅导员、老师或学校相关部门沟通，寻求帮助和指导。