

让青春漫步在校园系列丛书

走进大学

——大学生活导读

汪建华 主编 张国柱 柳青 赵敏 副主编



兰州大学出版社
LANZHOU UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

走进大学:大学生生活导读/汪建华主编. —兰州:兰州
大学出版社,2008.6

(让青春漫步在校园)

ISBN 978-7-311-03026-1

I.走... II.汪... III.大学生—学生生活 IV.G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 082875 号

责任编辑 魏鸿彪

封面设计 张稳移

书 名 走进大学

——大学生生活导读

主 编 汪建华

副 主 编 张国柱 柳 青 赵 敏

出版发行 兰州大学出版社 (地址:兰州市天水南路 222 号 730000)

电 话 0931-8912613(总编办公室) 0931-8617156(营销中心)
0931-8914298(读者服务部)

网 址 <http://www.onbook.com.cn>

电子信箱 press@onbook.com.cn

印 刷 兰州人民印刷厂

开 本 880×1230 1/32

印 张 7.75

字 数 227 千字

版 次 2008 年 6 月第 1 版

印 次 2008 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-311-03026-1

全套定价 140.00 元(共 7 册)

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)

陇东学院学术著作基金资助

让青春漫步在校园系列丛书

丛书编委会

主任：汪建华

委员：武国荣 孙鸣超 张国柱

闫彦宗 徐建新

ZOUJINDAXUE

兰 · 州 · 大 · 学 · 出 · 版 · 社

序 言

汪建华

跨进大学校门,意味着开始了一种新的生活。新的环境,新的学校,新的同学和新的学习任务,让你远离家庭的呵护和监管,开始独立生活。自己将独立地处理生活和学习中遇到的各类问题,支配属于自己的所有时间。

大学是人生的关键阶段。在这里不仅需要完成从基础知识的学习到专业知识学习的转变,为今后的职业生涯奠定基础,而且需要掌握终生学习的方法。

大学是人生理想的加油站。在这里将为自己编织生活梦想,明确奋斗方向,奠定事业的基础。

大学生活应该怎样度过……

了解大学,认识大学,熟悉大学的环境和生活,掌握大学的学习方法,完成从中学生到大学生的转变,是每一个走进大学的学生的“必修课”,而这一课不仅要用眼睛去看,更重要的是要用心灵去体会。《走进大学——大学生生活导读》一书,就是为你提供认识大学的指南。该书就大学

中诸如专业学习、怎样利用图书馆、奖助学金的评定、大学管理的特点、如何参加社团活动、就业与职业设计、大学生活安全以及大学党团组织等方面进行介绍。它有别于教科书的纯理论阐述,又不同于《大学生手册》中的具体规定;它既不是对大学精神和文化的解读,又不是对大学生生活的详尽描述。它只是对大学生活主要方面的介绍和提示,是一本指导性读本。

如果它对你了解和熟悉大学生活,在学习和生活中有所帮助的话,那将使作者感到极大欣慰。

希望它能成为你大学生活的良师益友,伴随你度过四年的大学生活!

目 录

序言

第一章 学习

- 大学生的首要任务 (1)
- 第一节 环境适应与角色转变 (1)
- 第二节 大学的教学与学习 (5)
- 第三节 大学考试与学位获得 (12)
- 第四节 专业素质与文化素养 (14)
- 第五节 实践学习与科学研究 (19)
- 第六节 深造之路与等级考试 (24)

第二章 图书馆

- 大学生求知的宝库 (30)
- 第一节 图书馆的基本知识 (30)
- 第二节 图书馆的产生与发展 (32)
- 第三节 高等学校图书馆 (35)
- 第四节 图书馆的图书分类 (36)
- 第五节 图书馆目录 (40)
- 第六节 文献组织与排架 (41)
- 第七节 图书馆服务 (44)
- 第八节 图书馆的联机书目查询系统(OPAC) (46)
- 第九节 中文文献信息数据库服务 (50)
- 第十节 数字图书馆检索 (59)

第三章 资助体系

- 大学学习、生活的保障 (65)



- 第一节 我国大学资助体系的发展 (65)
- 第二节 国家新资助政策体系的基本框架 (67)
- 第三节 高等学校学生资助政策体系的意义 (68)
- 第四节 国家新资助政策体系的基本内容 (70)

第四章 管理制度

- 大学学习、生活的规范 (84)
- 第一节 认识大学的管理 (85)
- 第二节 《普通高校大学生管理规定》 (86)
- 第三节 《大学生综合素质测评》 (91)
- 第四节 大学的日常管理制度 (94)

第五章 团学组织

- 大学学习、锻炼的广阔平台 (103)
- 第一节 共青团组织 (103)
- 第二节 学生会(研究生会) (111)
- 第三节 校园文化活动 (115)
- 第四节 高校团学组织开展的主要活动 (117)

第六章 社团活动

- 大学生素质拓展的有效载体 (130)
- 第一节 大学生社团的性质 (130)
- 第二节 大学生社团的特点和分类 (131)
- 第三节 大学生社团的作用和意义 (135)
- 第四节 如何选择参加社团 (137)
- 第五节 学生社团组织的成立与管理 (140)
- 第六节 新时期高校学生社团的发展方向 (143)

第七章 就业

- 大学生服务社会的基本途径 (146)
- 第一节 高校就业制度与当前的就业形势 (146)
- 第二节 大学生就业应具备的基本素质 (149)
- 第三节 就业指导与就业程序 (152)
- 第四节 毕业生求职技巧 (154)

第五节 甘肃省就业政策	(159)
第八章 心理健康	
——大学生成长成才的基石	(169)
第一节 心理健康概述	(169)
第二节 大学生健康及心理健康的判定标准	(173)
第三节 大学生常见的心理问题	(177)
第四节 大学生心理健康测量	(186)
第九章 安全	
——大学生活的重要前提	(198)
第一节 人身财产安全	(199)
第二节 饮食安全	(204)
第三节 校内外活动安全	(205)
第四节 交通安全	(209)
第五节 用电安全	(210)
第六节 消防安全	(211)
第七节 维护国家安全	(215)
第八节 “黄赌毒”的预防	(216)
第十章 加入中国共产党	
——大学生的正确政治追求	(220)
第一节 当代大学生的历史责任	(220)
第二节 大学校园的入党热	(222)
第三节 端正入党动机是加入党组织的前提	(225)
第四节 入党的基本程序和要求	(227)
第五节 入党申请书的撰写	(235)
第六节 《入党志愿书》的填写	(236)
第七节 转正申请的基本要求	(237)
编后语	(239)

第一章 学习

——大学生的首要任务

大学是梦想的家园,是实现人生理想的跳板,是人生的重要转折点。“十年寒窗诚然辛苦,四载春华更需努力。”大学是学习的黄金时期,大学生一定要珍惜来之不易的学习机会,用拼搏的激情和努力的汗水编织人生的五彩花环,用青春的志向搏击科学与文明的高峰,在象牙塔里铸就人生永恒的基石!满怀信心迎接大学生活,认真规划属于自己的学习生活,让自己的学识、修养在这一片新的天地里得到锻炼和提高。

第一节 环境适应与角色转变

人生是一个不断适应环境的过程。对于刚刚走进大学的莘莘学子来说,首要的任务就是要尽快适应新的环境,完成由中学生到大学生的角色转变。

一、新生面临的新变化

生活环境变化。走进大学,是每个大学生新的生活的开始,远离父母和家乡,没有了亲人无微不至的照顾,没有了可以倾诉衷肠的朋友。有了新的班级、新的教室、新的宿舍、新的同学,又一次开始了陌生同学的重新组合。环境的变化让很多同学感到心灵孤独和情感落寞,这种不适应感甚至会伴随大学生活很长时间,尽快适应新的生活环境是开始大学生

活的第一步。

人际关系变化。人际关系,是指在人际交往中建立和发展起来的人与人之间的关系。良好的人际关系会使人获得安全感和归属感。开展积极的人际交往,有助于适应新的学习生活,有助于增进身心健康,有助于更好地认识自我。孔子云:“己所不欲,勿施于人。”同学之间的交往应该本着真诚、尊重、宽容、互利的原则,适度保持交往的距离。尽量克服自卑与猜疑、妒忌与报复、孤独与羞怯等不良心理。人际交往是一门艺术,同时也是对自我人格的一种考验。保持良好的交往风度,待人态度诚恳、仪表礼节洒脱、行为神态得体、言语谈吐高雅,这样很快就会成为大家喜欢的人。

学习目的和心态变化。中学生主要面临着升学压力,学习的功利性比较明显。走进大学校门后,升学压力被就业压力所取代,课程学习的强度也相应降低。以前是一个明确的分数要求,如今是一个模糊的能力要求,致使很多大学生的学习目的不明确。心态方面,由于考进大学,都是同龄人中的佼佼者,很多大学生进入大学之初有些夜郎自大,自认为千军万马的高考已经轻松走过,大学的求学之路应该是一路坦途,拿到学位也应该轻而易举。须知学无止境,知识无涯。走进大学的校门,只是专业学习的一个开始,专业学习的深度和难度不可低估。大学生要正确面对大学的学习生活,以饱满的热情、不懈的努力、执著的追求、端正的心态不断塑造自我,超越自我。

二、迅速适应新的环境

为了尽快适应新的生活环境,首先要了解自己的学校、自己所在的院系和所学的专业,熟悉与大学学习生活密切相关的学校职能部门。

熟悉学校,即了解学校的历史、文化、师资队伍情况、学校的教学科研情况、图书资料情况以及学校在社会上的地位或知名度等;了解自己所学专业的结构体系、课程安排等;熟悉学校中的教学及辅助设施和学校的规章制度等。新生入学后,学校会发给一本《学生手册》,并组织学习、考试。《学生手册》是大学生适应新环境的好帮手,内容丰富,包含有

关国家法律、规章制度、学校各类奖惩规定等。同时,大学生有必要了解学校的教学管理和教学服务部门。大学里与学生关系比较密切的部门主要有:

1.教务处。教务处是组织和管理全校教学工作的职能部门。其主要职能是制定并实施教学计划,进行教学管理与研究以及学生的学籍管理,学生的报到、注册、休学、转学等事务也由教务处统一管理。

2.学生工作处。学生工作处是学校党委和行政领导下的专门负责学生的思想教育和日常管理工作的主要职能部门。主要职责是负责全校学生的思想教育、日常管理、考核、评优、评奖及违纪学生处分工作、学生贷款与勤工助学工作、经济困难学生的资助工作及大学生心理健康教育等工作。

3.招生就业指导处。招生就业指导处负责学校招生工作,为毕业生提供就业指导与服务,包括具体负责毕业生升入高一层次学校深造事宜等。其主要职责是:宣传、贯彻、执行国家和上级的就业指导方针,对学生进行正确的政策导向,开展对全校大学生的成才指导教育、择业观念教育和敬业精神教育活动;通过多种渠道向社会发布毕业生求职信息、资源信息,建立与用人单位的广泛联系,开拓就业市场;收集用人单位信息,举办不同层次的人才交流与招聘活动;向用人单位推荐毕业生,为毕业生提供就业政策咨询;建立完善的就业信息服务体系,办理毕业生就业及报到手续。

4.保卫处。保卫处是维持校园良好秩序的职能部门。主要负责校园内的安全、保密、消防、警卫、户籍管理与服务等工作。

5.团委。团委负责学校的共青团工作,在学校党委和上级团组织的领导下,围绕学校的中心工作,结合共青团自身的特点,开展生动活泼的思想政治教育工作。

6.图书馆。图书馆是大学的标志之一,是重要的教学、科研服务机构,是大学生学习的重要场所。图书馆里浩如烟海的各类书籍,不但可以为专业学习提供参考,而且可以开阔思维,提高修养。图书馆一般会在新生进校之初安排图情培训,专门指导文献检索的方法。

7.后勤公司。后勤公司或后勤服务中心主要是为师生员工提供生活

服务的部门,如校医院、食堂、公寓的管理等。

三、适时完成角色转变

尽快适应大学生活,完成由中学生向大学生的转变是迈向成功的第一步。大多数大学新生都能以积极的态度熟悉大学生活,尽快完成从中学生到大学生的角色转变。但是,仍有部分大学生以中学的思维习惯面对大学生活,在生活和学习上表现出明显的依赖性、被动性和他律性。第一次离开父母和老师的监督管教,独自一人在外地生活,部分大学生开始以成人自居,模仿成人表层化的生活习惯,抽烟喝酒;部分大学生中学时名列前茅,因高考发挥失误,或分数较高但志愿填报不当等原因,没有进入理想的大学学习,从此怨天尤人、愤世嫉俗,大有怀才不遇之感;部分大学生由于生长环境、家庭状况、个人特长以及个性心理等原因进入大学后产生自卑心理,封闭自我,很难适应角色转变。

庄子云:“知其不可为而安之若命,唯有德者能之。”对于无法改变的现实生活,与其被动地接受,不如乐观地面对。同进一所高校、同在一个班级、同修一个专业,就同在一条起跑线上,这一点你并没有输给任何人!即便今天你走进的学校不是你心目中最理想的学校,但是你必须知道不是所有的人都能走进北大和清华。任何一所学校都有自己的特色,都有自己的优势专业和闪光点。

认识和适应新的环境,首要的是要转变角色定位。大学生和中学生从类别上讲都属于学生这一社会学范畴,从承担社会责任的角度看,二者都是民族的希望,祖国的未来,肩负着中华民族伟大复兴的历史使命,但他们的角色定位和角色要求各有不同。获得高考录取通知书并不意味着已经成为一名名副其实的大学生,要想做一名真正意义的大学生就需要尽快完成思想上质的转变,适应新的学习环境。中学生的培养目标是基础意义上的,是为将来打下坚实的基础;大学生的培养目标是专业意义上的,直接以就业和贡献社会为目的。中学学习要求全面学好文化课,大学的学习则是要求掌握某种专业的技能。

中学生的角色意识在大学生身上根深蒂固,要转换新角色,就要求

大一新生全方位理解大学生的角色要求和遵守行为规范。教育部颁行的《普通高等学校学生行为准则》和各校自行制定的行为规范对大学生的思想、生活、学习等方面提出了明确的要求,指明了努力的方向。大学新生应该仔细阅读,转变自己的学习目标、学习要求以及学习观念,完成角色转变,适应大学生活,早日成为一名名副其实的大学生。

第二节 大学的教学与学习

大学的教学管理与运作机制和中学相比有着明显的区别。中学的管理是班主任和任课教师都参与进来,管理环节具体、细致、全面,和家庭教育联系紧密,学校和家长之间一直保持着沟通。相对来说,大学的教学管理机制比中学要“松”得多,给学生自己支配的时间比较多,教师一般不会直接参与教学管理。从闷罐式教育转向开放式教育,很多大一新生因此误以为自己终于得到了“自由”,以为自己可以随心所欲,可以“我的地盘我做主”,这样下去,最终遗憾终身。因此,作为大学新生,必须了解大学的教学形式、教学过程的特点和规律、课程结构。

一、大学教学的特点

(一) 大学的教学形式

教学形式是大学完成教学任务和育人目的的有效载体,其基本原理与中学教学并无二致,但是基于教育目标、内容以及教育对象的差异,大学的教学形式也自有特点、自成体系。

大学教学形式有两个基本特点:一是实践性和专业针对性。大学在教学组织过程中充分体现了理论与实际紧密联系的原则,充分反映了各专业发展的现实情况和社会对专业人才培养提出的新要求。大学教学更多关注专业发展状况、就业形势和用人单位的反馈信息,实践性、专业性非常明显。大学的专业课程和最终的培养指向明确以就业为目标,要求大学新生从进校伊始就要树立实践意识,重视理论联系实际。二是

研究探索性。大学在传承人类文明和知识的同时,肩负着探索创造新文化、新科技的任务,是社会发展科技创新的领军者,走在文化、科技的最前沿,用知识的不断更新推动社会向前发展。很多世界闻名的大学都是以杰出的科学研究为各自的国家以至全人类作出了卓越的贡献,科研和教学是大学起飞不可偏废的两翼。正如北大校长蔡元培所言:“大学者,大师之谓也,非大楼之谓也。”杰出的大学都在努力营造浓厚的学术氛围。

(二) 大学的教学过程

大学的教学过程与基础教育相比有明显的不同,集中体现在专业性、开放性等方面。大学前的基础教育属于博识教育,讲求宽泛的知识积累,大学的教学过程以传授专业的理论知识和基本技能为主要任务,大学教育模式是专深教育,是对某一专门学问和技能的纵深学习。同时,大学教学过程并不拘泥于传统的固定的模式,在整个教学过程中因校而异,因人而异,因专业而异,不拘一格育人才,开放性贯穿于教学过程的始终。大学的教学过程冲破了学科、课堂和书本的局限,教学管理上实行学分制、选课制等,学生在一定范围内可以自主制定学习计划,按照个人意愿选修课程,修完规定学分可以提前毕业,甚至部分高校已经开始互相承认学分,学生的学习自主性明显增强。教师可以在保证教学基本要求的前提下自主选择教材,自主组织教学内容,讲述自己的学术观点和科研成果。

(三) 大学的课程结构

大学的课程体系庞大而复杂,是一个动态发展的网络系统。大致可以分为基础课、专业基础课和专业课三类。一般按照循序渐进的原则和各类课程的依赖关系做层次性安排,呈现明显的阶段性。大致可分为四个阶段:一是基础知识学习阶段,包括公共基础课和一般基础课的学习。公共基础课包括马克思主义理论、外语、体育、法律基础、思想品德修养等,主要目的是使大学生为全面发展打好坚实基础;一般基础课包括高等数学、物理、计算机、大学语文等。二是专业基础知识学习阶段,主要是学习某一学科的基础理论、基本知识和技能。三是专业知识学习阶段,主要学习未来从事工作最直接和最实用的知识。四是毕业设计阶段,大学

生在教师的指导下综合运用所学知识和技能,独立分析和解决生产实践或社会实际中的具体问题,是对大学阶段所学本领的一次综合演习。一般来讲,每个专业都有一到两个主干学科,同时还有若干相关学科和交叉学科形成的课程组合成综合的课程体系。因此大学学习的过程中一定要重视专业主干学科的学习。当然,普通高校的课程结构随着社会的发展也在不断调整 and 变化之中,很多高校通过设立职业方向主修课,采取产学结合的方式将工作与学习结合起来,在这样一个拥有学位不一定就有工作的时代,大学的课程结构呈现出越来越明显的职业化倾向。

二、大学学习的特点

学习是大学生的主要任务。大学阶段的学习与中学阶段的学习相比,具有鲜明的特点:

(一)学习内容的专业性

大学学习的显著特点是学习内容的专业性。教学课程是围绕着专业的方向和需要开设的,教学的目的是使学生掌握专业知识和专业技能。大学的学习已经不再是一般意义上的知识接受,而是事业的起点。大学新生应该有意识地进行专业意识的培养,关注专业发展态势,了解专业前沿动态,在大学学习过程中融进自己对专业的执著追求,以事业化的心态学好专业。

(二)学习方法的自主性

中学时期,老师手把手地教,学习内容安排得详细周到,不少同学养成了依赖老师,只会记忆和背诵的习惯。大学学习虽然也有老师讲课,但是老师上课一般是介绍思路多,详细讲解少;抽象理论多,直观内容少;课堂讨论多,课外答疑少;参考书目多,课外习题少。老师讲课主要讲授重点、难点内容,或是自己最有心得的一部分,往往授课进度比较快,一节课可能要讲授一章或几章内容。授课之后的理解、消化、巩固等各个环节主要靠学生独立完成。因此大学的学习方式更多的是以自学为主,是典型的“老师领进门,修行靠个人”,教师只是作启发性的指导和答疑解惑,知识学习主要靠大学生自己。这就需要有较强的学习自

觉性。

另外,大学生对学习的内容有较大的选择性。如果说中学是以分数高低量化考核学生的话,那么大学则是以一专多能的目标全面综合评价学生。在教育改革日益深化、教育思想多元发展的今天,在以学术自由和科学精神为生命的大学精神的传承下,很多高校的名师、教授还鼓励学生广泛涉及各类知识,甚至希望学生能和自己辩论进而推翻自己的学术观点,大学教师也在很大程度上接受和理解学生对学习内容的自主选择。

(三)学习途径的多样性

庄子云:“吾生也有涯,而知也无涯,以有涯遂无涯,殆已。”进入大学后,大学生普遍感到知识浩如烟海,课外文化活动丰富多彩,为个体发展提供了广阔的天地和多样化的选择。怎样处理好课本知识与课外知识、专业学习与能力培养等诸方面的关系是许多大学生深感矛盾和困惑的问题。随着社会的发展和教学条件的改善,大学生的学习途径非常广泛。大学生在学习过程中既可以通过不同的途径和渠道吸收课本知识,也可以按照自己的学习兴趣去探求课本以外的知识,如通过自学、参加各种学术报告和知识讲座、查阅图书资料、参与社会实践、利用互联网等多种途径进行学习以获取知识。

(四)学习目的的创新性

21世纪是知识经济的时代,综合国力的竞争越来越多地取决于人才的知识创新能力。“创新是一个民族进步的灵魂”,在校大学生作为未来社会建设发展的主力军,不断提高自己的科技创新能力,是成长成才和社会发展的需要。大学教育的根本任务之一是培养学生思考、探索、解决问题的本领,创新就是要求大学生在学习过程中对书本之外的新观点进行钻研,真正做到“不唯书、不唯上、只唯实”。要求大学生不但要掌握所学的知识,而且要掌握知识的形成过程,了解学科发展状况、存在的问题以及解决这些问题的可能性,掌握科学的研究方法和培养独立思考、探索创新的精神,那些只知道死记硬背,墨守成规,缺乏灵活性、创造性的大学生将会感到压抑和不适应,也将会被社会所淘汰。

大学学习的以上特点,决定了大学生必须完成由教师指导下的学习

向自主学习的转变,由被动接受型向主动探索型的转变,由知识传承性向学习创造性的转变。只有尽快实现这三个转变,才能真正掌握大学学习的特点和规律,为以后的学习奠定良好的基础。正是由于这些特点,使得大学阶段的学习区别于中学阶段的学习,显得丰富多彩,挑战和机遇并存,压力和成就同在。

三、大学学习的基本方法

卢梭曾经说过:“形成一种独立的学习方法,要比获得知识更重要。”终生学习已经成为社会的共识,学会学习也已经成为个体生存和发展的需要。古往今来有千千万万的学习者,他们无不希望自己学有所成,相当多的学习者在自己的学习过程中也进行了孜孜不倦的努力和探索,其中也不乏“头悬梁、锥刺股”者。“成功=艰苦的劳动+正确的方法+少说空话”,这是著名的爱因斯坦“成功方程式”,在成功的王国里,正确的方法占据了三分之一的天下,可见学习方法的重要性。

(一)树立正确的学习观念

学会学习是时代向当代大学生提出的要求。学会学习的第一要义就是树立科学、正确的学习观,以正确的心态客观认识学习的意义,“态度决定一切”。树立正确的学习观就是树立终生学习观、全面学习观。一个人在校学习的时间是有限的,如果仅用学校学到的知识来满足工作的需要,也许短期之内是可行的,但长此以往是肯定不行的。因此,大学新生首先要破除一次学习终生受益的狭隘思想,要树立活到老学到老的学习观念。树立全面学习观就是在空间上不仅在学校中学习,还要在实践中学习、在生活中学习。毛泽东说过:“读书是学习,使用也是学习,而且是更重要的学习。”对当代大学生来说,一是在学校学习阶段要重视实践环节,重视理论联系实际;二是在参加工作后也要坚持学习,不断调整自己的知识结构。生活丰富多彩,书本知识总是无法囊括绚丽多姿的大千世界,生活中有更多需要我们学习的东西。正所谓“世事洞明皆学问,人情练达即文章”,“三人行,必有我师”,生活本身就为我们提供了广泛的学习空间。