

大

主编 常桦 龚萍

学

赢在起跑线上 >>>

进入大学必读

新

长征出版社

生

大 学 新 生

——赢在起跑线上

主 编	常 桦	龚 萍			
副主编	冯德强	高锡文			
编 委	胡 威	李 丹	刘建桥	吕 勇	施雷庭
	王继业	文华丽	肖 翔	徐 鸿	尹冬华
	余 梅	张有忠	郑明国		

长征出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学新生/常桦,龚萍主编. —北京:长征出版社,2010.6

ISBN 978 -7 -80204 -532 -3

I. ①大… II. ①常…②龚… III. ①大学生—入学教育 IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 094261 号

书 名: 大学新生—赢在起跑线上

作 者: 常 桦 龚 萍

责任编辑: 闫恒凯

装帧设计: 孙思宇

出 版: 长征出版社

社 址: 北京阜外大街 34 号 邮编:100832

电 话: 68586781

经 销: 新华书店

印 刷: 北京东海印刷有限公司

开 本: 787 × 960mm 1/16

字 数: 190 千字

印 张: 19

版 次: 2010 年 6 月第 1 版

印 次: 2010 年 6 月北京第 1 次印刷

定 价: 36.00 元

ISBN 978 -7 -80204 -532 -3

(如有印刷、装订错误,请寄本社发行部调换。部分摘录未联系上作者,如有需要请与本社联系)

序 言

从蔡元培先生的“大学者，研究高深学问者也”、“大学者，囊括大典，网罗众家之学府也”到梅贻琦先生的“大学者，非有大楼之谓也，有大师之谓也”。如今，大学所承担的作用已经不仅仅是教书育人和人类文明的保存和传承，大学是知识生产的主力军，还是决策咨询、信息传播、国际交流的重要力量，大学已成为仅次于政府的人类社会的第二中心。

大学是智慧的象征，是精神的家园，是令人向往和憧憬的圣地。从高中走进大学，就如同沿着小溪和江河驶进了大海。“天高任鸟飞，海阔凭鱼跃”，在大学的知识海洋里，大学新生可以尽情地遨游，充分地展现。

在大学，一批又一批优秀青年鱼贯而入、比肩而出。大学是一个舞台，给人展示的机会；大学是一面镜子，让自己认识自己；大学是一个超市，让人各取所需；大学是一个富矿，等待人们去开采……

大学给予人们知识。

在大学里人们不仅能开阔视野、提高个人文化修养，也能为从事专业技术工作积累丰富的专业知识、打下扎实的理论基础。大学阶段良好的知识基础将使人受益终身。

大学培养人们的能力。大学为人们提供了独特的观察世界、认识世界的视角和方法，大学为人们全面、深入地认识社会和自然提供了条件。

大学能培养友谊和爱情。回忆大学生活，人们最难忘的就是那几位室友、学友、球友、书友，这些友谊成为了人生最大的财富。在这种财富中，最珍贵的当属那纯真的爱情。大学中，成千上万的风华少男、窈窕淑女在此聚集，因此，青春



在此萌动,激情在此激发,最美丽动人的故事在此诞生。

大学能给人很多很多,希望每一位大学新生都充分认识到大学的价值,充分获取大学的养分,获得自己的需要。

任何一位即将或刚刚开始大学生活的新生,在感受向往已久的象牙塔生活时,新鲜里又不乏丝丝渺茫。到底该怎样开始你的大学生活?

作为过来人,我们也曾哭过笑过苦闷过彷徨过兴奋过感动过,我们了解作为大学新生的你的喜怒哀乐,了解你的困惑和需要。书中写的很多都是我们自己经历过的,你读了一定会有十足的亲切感和现场感。

谨以此书作为我们送给大学新生的祝福以及我们为你们即将开始的大学生活献上的一份礼物,衷心希望你们能够喜欢!

目 录

第一章 适应——

走进象牙塔,你准备好了吗 /1

(一)初来乍到 /2

走进象牙塔 /2

熟悉校园新环境 /4

适应校园外的社会环境 /5

大学与中学的不同之处 /6

(二)那段水土不服的日子 /8

就这样自由了,还有点不习惯 /8

开始想念妈妈的唠叨,爸爸的严厉 /10

大学里卧虎藏龙,那我是什么 /11

重新思考人生理想 /12

(三)人际关系 /14

新生人际交往须知 /14

你准备要怎样亮相呢 /15

拜托,请讲普通话 /16

己所不欲,勿施于人 /17

既然有缘相遇,就不要错过相识相知 /18

海纳百川,有容乃大 /20

辅导员,新生的良师益友 /21

(四)角色转变 /22

前方转弯儿,请注意 /22

从认同我的校园开始 /23

放眼看世界 /24

搞笑语录 大一新生面临的十种危险,千万别去做 /26



第二章 学习——

想说爱你并不是很容易的事 /29

(一)学习转变 /30

我要学习 /30

不见分数,只见学分 /31

必修课、选修课与公共课 /32

挂科时的救命稻草 /33

我是双学位 /34

(二)学习态度 /35

适应校园的学习气氛 /35

不喜欢自己的专业,怎么办 /36

“逃课”——自由是相对的 /38

(三)学习方法 /39

方法好才是王道 /39

有计划地学习 /40

课堂听讲有技巧 /41

笔记的大学问 /42

在实践中学习 /43

学知识,学能力还是学方法 /45

我的独家学习秘方 /46

(四)学习资源 /47

充分利用大学的资源 /48

同学是战友,学长是军师 /49

吾爱吾师 /50

把图书馆坐穿 /51

在大学听讲座 /52

网络资源的利用 /54

(五)复习考试 /55

大学考试的压力还是很大滴 /56

考前突击是必须滴 /57

严肃点,考试呢	/58
考证时代	/59
想拿奖学金的请注意	/62
英语四六级的噩梦	/63
(六)飞跃重洋	/67
为什么出国	/67
个人材料的准备	/68
GRE、雅思和“托福”	/70
套磁	/73
收获 OFFER	/74
搞笑语录 校园逃课广告大全	/75

第三章 工作——

选择我喜欢的,喜欢我选择的 /77

(一)社团活动	/78
社团是什么“团”	/78
在社团中培养和锻炼自己	/79
做社团活动策划	/80
小心社团腐败	/82
(二)学生干部	/82
大学新生如何成功竞选班干部	/82
当好学生干部	/84
团委、学生会的工作	/86
拉赞助应注意什么问题	/87
(三)学生党员	/88
怎样看待入党的愿望和动机	/88
怎样争取入党	/89
预备党员和党员要起到表率作用	/90
(四)社会实践	/91
个人实践和团队实践	/91
社会实践应注意的问题	/92



重视社会实践的总结 /93

(五)兼职工作 /93

兼职工作的得与失 /94

参加兼职工作应有的心理准备 /95

看穿兼职工作中的谎言 /96

我来做家教 /97

学业第一,兼职第二 /98

搞笑语录 另类校规 /101

第四章 情感——

为谁欢喜为谁愁 /103

(一)亲情无价 /104

老爸老妈,我爱您 /104

老爸老妈,我想您 /105

原来爱我的人这么多 /107

(二)友情可贵 /108

用心呵护你的朋友 /108

“哥们义气”讲不得 /109

竞争在,友谊也在 /110

红颜知己 & 蓝颜知己 /112

(三)爱情永恒 /115

喜忧参半的校园爱情 /115

恋爱,选修 or 必修 /117

恋爱进行时 /118

没有你,我也很好 /119

要结婚,你确定 /120

小测试 爱上某人的七大预兆 /122

第五章 心理——

知我者谓我心忧 /123

(一)心灵沼泽 /124

这么怀旧,我老了吗 /124

我只是一个大孩子	/125
如此骄傲,又如此自卑	/127
我努力求知,却变得更迷茫	/128
寂寞不是我想要的	/130
心情“淘气”了	/131
神经衰弱惹的祸	/133
自己的事自己做主	/134
(二)自我调节	/136
专家支招	/136
挫折,没什么大不了	/138
自信的人是最美的	/139
(三)寻求帮助	/140
与老师同学家人朋友交流沟通	/140
心理问题,不可小视	/141
叩开心理咨询之门	/142
心理咨询师如何开导人	/144
搞笑语录 作弊的42个经典理由	/146

第六章 网络——

天使与魔鬼的化身 /149

(一)包罗万象	/150
你的世界也全在网上吗	/150
BBS 必读	/152
博客时代	/153
(二)“网事”如风	/154
网络,挡不住的诱惑	/154
网恋的美丽与忧伤	/156
网上购物需谨慎	/156
戒不掉的网游	/158
(三)关注网络	/160
网络信息对价值观的冲击	/160



有效利用网络 /161

网络是把双刃剑 /163

搞笑语录 QQ之经典回复骗局 /165

第七章 休闲——

生活无处不精彩 /167

(一)运动休闲篇 /168

生命在于运动 /168

我运动,我快乐 /169

适合你的健身方式 /169

(二)娱乐休闲篇 /172

娱乐 High 翻天 /172

赛场风云 /173

本地漫游 /174

(三)假期休闲篇 /175

充实的双休日 /175

让寒暑假更精彩 /176

读书空间 /177

向名人学读书 /178

搞笑语录 新新大学生对生活的另类理解 /181

第八章 生活——

我的地盘我做主 /183

(一)衣食住行篇 /184

老妈,请不要担心我的生活 /184

逛街购物有技巧 /185

每天都有饭局,怎么办 /187

我的宿舍最温馨 /188

校外租房好不好 /188

爱美的女生看过来 /189

大学生应该养成的10个环保习惯 /190

(二)理财消费篇 /191

大学生炒股的利与弊	/191
富二代,低调点	/193
穷二代,高调点	/194
避免消费上的误区	/195
选择适合自己的手机卡	/196
搞笑语录 等咱有了钱——女生版	/198
(三)校园维权篇	/200
对高校的乱收费说 NO	/200
校园维权	/200
大学生维权现状	/201
(四)安全保障篇	/202
公寓的安全要旨	/202
谨防被骗	/204
识破非法传销	/206
女大学生的自律和自我保护	/207
远离赌博、烟酒和毒品	/208
(五)青春健康篇	/209
生病了,怎么办	/210
男生应该知道的	/211
女生应该知道的	/212
安全环保地恋爱	/213
不小心踩到“地雷”,怎么办	/215
搞笑语录 宿舍常用经典用语	/217
附录1 大学老生经验谈	/219
(一)学习篇	/219
(二)生活篇	/233
(三)休闲篇	/245
(四)工作篇	/250
附录2 入学手续办理与军训生活	/253
(一)入学准备	/253



打点行装	/253
安全之旅	/254
赢得大学生活的开门红	/254
(二) 手续办理	/255
新生报到注意事项	/255
入学手续办理程序	/256
入学缴费须知	/257
(三) 助学解困	/257
绿色通道确保贫困生入学	/257
申请国家助学贷款必读	/258
(四) 军训生活	/259
大学军训的意义	/259
大学军训的内容	/260
军训注意事项	/260

第一章 适应—— 走进象牙塔，你准备好了吗

CHAPTER 01

挥手告别从前的稚嫩，抹去一身昨日的铅尘，带上父母的殷切期望，怀揣自己磅礴的理想，莘莘学子即将开始自己的象牙塔之旅，追寻自己悠远的大学梦。象牙塔里，机会与挑战同在、希望与失望并存、成功的喜悦与失败的哀叹交织。新的校园环境，新的人际关系，新的人生角色……一切都是新的开始。走进象牙塔，你准备好了吗？





进入大学,面对新的环境和新的人,你过去所有的一切对他们来说是一张白纸,这是你最好的重新塑造自己形象的时候,改掉以前的缺点,每进入一个新的环境,都应该以全新的形象出现

(一)初来乍到

初次远离家乡在外地求学,大学新生心中充满了对未来四年大学生活的憧憬与好奇。对于大多数刚刚步入大学的新生来说,来到一个陌生的城市读书,校园及周边的环境几乎都是陌生的,大学新生要尽快熟悉新生活中的一切。

走进象牙塔

你将走进大学。

在此之前,你刚刚从“黑色六月”中挣扎出来,千军万马的竞争中,你没有失败,你没有被从独木桥上挤下去,你已经可以伸手触摸到你的大学生活了。

一个国家的学制也许会给人放松的机会,但是一个人的人生却不会。结束高中生活意味着你即将来到你人生中最重要课堂之一——大学。高中生活的结束并不意味着学习生涯的结束,人生不是小说,不是每一段故事都会有一个结局。

在此之前你也许已经从不同的渠道了解到对大学生生活的不同描述,但那是别人的大学生活,不是你的。也许你能从中悟出点什么,可它们都无法回答你这个问题:大学到底是什么?

大学是天堂吗?也许是。四年大学生活后,你可能成绩斐然,对自己的人生和理想有了清晰的认识,对自己的未来有了明确的规划。你可能在大学遇到了你一生中最重要的朋友、最刻骨铭心的爱情、最温暖的回忆……

大学是地狱吗?也许是。四年大学生活后,你可能仍然



浑浑噩噩,对这个世界、对周围的人丧失了信心,对未来一无所知。四年之后,可能仅仅是生计在迫使你活下去。你可能在大学中没有交到过一个真正知心的朋友,没有体验过一段毫无欺骗的感情,大学,提前教会了你这个残酷的词——生存……

可大学既不是天堂,也不是地狱,大学甚至不是大学——相信我,不存在所谓的北京大学、清华大学以及其他的某某大学,这些不过是一堆在报刊、网络和电视上成天出现的词汇,它们跟你有什么关系?

但是,确实存在某个人的大学。比如,比尔·盖茨的大学,温家宝的大学,张朝阳的大学……同样存在的是“你”的大学。记住,对于你来说,存在的是“你”的大学——这并非是我在故弄玄虚。

什么意思呢?举个例子:你跟 A 素不相识,但是你们同时考进了——比如说,北京大学的不同专业,那么,“北京大学”这个词对于你们俩来说,意义会是一样的吗?

当然不!北京大学可能是你理想中的大学,但 A 的梦想是清华大学;也许你在你的专业如鱼得水,可是 A 却十分讨厌他每天的课程与老师;或者,也许你在北京大学遇到的是与你气味不相投的朋友,但 A 却结识了他一生的爱人;又或者你在北京大学沉浸于知识与智慧的海洋中流连忘返,而 A 在北京大学获得的更多的是开阔的视野、练达的人情世故和处理工作的经验……无论如何,四年之后,北京大学在你们两个人心中的意义十有八九是完全不同的。

是的,我就是这个意思:对你来说,“北京大学”其实没有意义,有意义的是“你在北京大学的生活”,也就是“你的北京大学”;而对 A 来说,有意义的是“A 的北京大学”。尽管同是“北京大学”,但是意义却千差万别。

也许你会说,这不过是个“偷换概念”的游戏罢了,这么咬文嚼字是没有意义的。

人生重要的不是所站的位置,而是所朝的方向

生活是一份一份等待打开的便当,请不要以为每份便当都会一样





但是我会告诉你，这么讲是有意义的，因为这么讲是在告诉你一种看待生活的方法，通过这种方法你会发现一件事情，这件事情就是——重要的不是你要上的大学是个怎样的大学，重要的是你是一个怎样的人。如果你是一个精彩的人，那么你的大学生活必定精彩；如果你不是一个精彩的人，那么通过把你自己变得精彩，你也必将有一个精彩的大学生活。

是的，通过把“XX 大学”变成“你的大学”，你会变得精彩。

而如何使自己精彩，便是这本书要回答的问题。

你将走进大学，你将走进象牙塔，你将走进这片对你来说还是神秘的土地。就像即将远行的浪子已收拾好行囊，即将远航的水手已升起高帆，我们要做的是——

勇敢走进多彩的大学校园，悉心寻找梦想的世界！

熟悉校园新环境

作为大学新生的我们初到校园，一切都感觉是那么陌生。

不仅生活上有着诸多的不便，心理上也有一定的压力。因此，要尽快熟悉校园周围的环境。要熟悉的内容包括食堂、宿舍、教室、图书馆、开水房、浴室、洗衣房等等。其中重点包括管理学籍的院、系办公室；管理户籍的户籍科；提供后勤保障的学生服务站等。不仅要熟悉地点，也要了解它们的运作模式。熟悉环境的方法很简单，那就是多问，不要怕开口。此外，我们必须了解和熟悉校园附近的银行、邮局等。这样，就能在最繁忙的第一个月里出行自如更有效率。

作为大学生，除了在学校参加学习和社交活动之外，外出购物游玩等也是必不可少的。一些大城市的交通虽然比