

M_y Guizhou University

我的貴州大學

新生入学教育读本



貴州大學出版社

Guizhou University Press

My Guizhou University

我的貴州大學

新生入学教育读本

貴州大學出版社

Guizhou University Press

图书在版编目 (C I P) 数据

我的贵州大学 / 金春雷 . 等编 . — 贵阳 : 贵州大学出版社 ,
2008.9

ISBN 978-7-81126-064-9

I. 我… II . 金… III . ①大学生—入学教育②贵州大学—
概况 IV .G645.5 G649.287.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 138935 号

我的贵州大学

新生入学教育读本

编 者 : 金春雷 等

责任编辑 : 周 清

设计制作 : 甘地文化传播有限公司

出版发行 : 贵州大学出版社

印 刷 : 贵阳快捷彩印有限公司

成品尺寸 : 140×205 mm

印 张 : 12

字 数 : 250 千字

版 次 : 2008 年 9 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 : ISBN 978-7-81126-064-9

定 价 : 21.80 元

版权所有 侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与出版社联系调换

电话 : (0851) 8292951

《我的贵州大学》编委会

总 编：冯晓宪

主 编：金春雷

副主编：赵祥伦 王颖华 肖建宗

编 委：	惠淑林	叶 明	李 波	吕槐乐	尹晓莉
	杨 玻	涂 艳	周 莉	康 莉	陈 琳
	晏 超	方 芳	张建敏	戴隆满	陈姝殊
	杨 楠	李 波	李庆华	丁晓慧	邓世荣
	任洲麒	刘 剑	易启忠	黄 莉	王家祥
	胡小兵	袁新国	何茂莉	谭华军	张静矣
	王忠于	姚黔贵	唐小勇	周丕康	喻祖胜
	于贵和	余 颖	严加华		

序



大学一年级学生，在英语中叫做“freshman”，译成汉语，叫做“新鲜人”。其中包含了新鲜的元素和新鲜的气息。一个“新”字，生动地反映了新生的特点。孩子出生谓之新生。进入大学，成为大学生，也有“新生”的意义，是人生的又一新起点。

对于大学这个新起点，大多数新生可能一无所知，既感到新奇又有些惶恐；部分同学通过各种渠道对大学或许多少有些了解，但因为没有亲身体验，认识仍然是不全面的……从高中走进大学，就如同沿着小溪和江河驶进了大海。大海是如此辽阔、如此壮美，它令人激动，令人兴奋。在大学这一知识的海洋里，可以尽情地遨游，充分地展现。但是，大海中也有波涛巨浪，也有暗流险滩。所以，在开始航程之前，需要了解关于大海的知识，具备航海的技巧和经验。

带着为大学生生活导航的目的，贵州大学十多位长期工作在大学生教育和管理一线的学生工作者们以自己的经验、教训和热情，共同精心编写了《我的贵州大学》这个读本。本读本从各个方面介绍了大学的组织制度、学习方法、生活经验，也提供出若干值得注意的问题。

这个读本分十二章，涵盖大学学习与生活的方方面面。第一章为学校概况，目的是使新生大体了解学校的基本情况；第二章为新生们提供了入学准备方面的指导，包括入学手续的办理、安全纪律以及军训、礼仪等方面的内容；第三章汇总了学校教学与管理方面的相关制度和措施，并对学分制、专业教学计划、必修与选修、双学位、双专业、辅修制等问题进行了详细的介绍；第四章归纳梳理了大学的学习方法与相关考试信息，帮助学生确立大学的学习目标，树立新的学习观念，增强学习的针对性，制定合理的学习计划；第五章介绍了贵州大学校园





里的生动活泼的第二课堂，亦即是令我们个性得以充分发展的课外活动及组织。第六章根据新世纪对大学生的要求，在大学生个人综合素质，谈到了包含爱情观在内的道德修养；第七章则专门谈到了大学生的人格培养，提出一些有益的建议；第八章针对大学生在新环境中可能遇到的烦心事，着重谈到了心理健康和心理调适手段；第九章向我们提出了如何实现和谐人际交往的建议，帮助同学们学会如何做人、如何做事、如何与人合作共处；第十章专门谈班级建设和班级团队精神的培养；第十一章则介绍了贵州大学内部的青年团和学生会组织，尤其重要的是：为有志于服务校园、服务同学的学生干部，提出了切实可行的培养与锻炼成长的建议和方案；第十二章回答了社会实践与创新能力培养方面的具体问题，引导和鼓励大学生们积极参与到缤纷多彩的各类实践和创新活动中，增强创新精神和实践能力。

我们希望，通过本书提供的指导，大学生们能够明确自己的努力方向和奋斗目标；通过本书提出的建议，大学生们能够解决面临的各种问题；通过本书提供的方案，大学生们能够化解心中的苦闷烦忧；通过本书提供的方法，大学生们能够提高学习效率和学业成就；通过本书提供的资料，大学生们能够节省搜索信息的时间。当然，大学生们不要奢望本书提供的所有信息都可以简单地套用在自己身上，但是，以这些信息为基础，结合个人实际情况进行思考，相信同学们一定能够更好地设计自己的大学生活，最终心想事成。

作为新生入学读物，《我的贵州大学》十分注重内容的时代性和学生阅读的参与性，希望贵州大学甚至更多高校的大学生朋友们能够喜欢它，并从中获得有益的建议和启示。

2008年7月

目 录

第一章 贵州大学历史沿革	1
第一节 学府起黔中 百年传薪火.....	1
第二节 沐改革新风 教学呈异彩.....	5
一、办学规模	5
二、学科专业	5
三、师资队伍	5
四、办学条件	6
五、教学改革与建设	6
六、科学研究	7
七、国际交流合作	7
八、精神文明建设	8
第三节 建特色贵大 固立校之本.....	9
一、鲜明的办学指导思想	9
二、客观的学校定位	9
三、砺能致远 博学笃行——培养“四能”人才， 服务贵州经济社会	10
第二章 校园生活新篇章	17
第一节 什么是大学.....	18
一、大学的名称	18
二、大学的历史	20
三、大学的职能	21
四、大学的机构	22
五、大学的教师	22



第二节 新生入学手续的办理	24
一、入学报到时必须携带的材料	24
二、户口办理	24
三、交费	25
四、代收费	25
五、其他	25
第三节 安全及纪律教育	26
一、校规校纪教育	26
二、安全教育	26
第四节 军训教育	37
一、军事科学的性质、任务和目标	37
二、大学生参加军训的意义	38
三、大学生学习军事知识的方法	41
第五节 大学生的礼仪	43
一、中国传统文化的“礼仪”内涵与特质	43
二、大学生的“礼仪”素养	43
三、大学生日常礼仪	43
第三章 教学与管理	53
第一节 如何适应大学教学与学生管理	54
一、大学教学与中学教学不同	54
二、如何适应大学教学	55
三、如何看待我校学生管理规定	57
四、如何适应高校管理模式	57
第二节 把握身边的每一个机遇	59
一、关于申请转专业	59
二、关于免试攻读硕士学位研究生	61
第三节 认识本专业的教学计划	63

一、教学计划的定义	63
二、教学计划的内容	63
三、认识专业教学计划的益处	63
第四节 了解本专业的培养方案	65
一、人力资源管理本科人才培养方案	65
二、解读“人力资源管理本科人才培养方案”	78
第五节 如何对待专业课、公共课和选修课	79
一、对专业课, 目标明确而具体, 主动克服困难, 不断增强学习兴趣	79
二、对公共课, 认识其重要实用价值, 努力完成兴趣转化和提升	79
三、对选修课, 克服浅尝辄止, 力求深入了解 ..	80
第六节 关于学位	81
第四章 学习与考试	104
第一节 大学学习的特点与规律	105
一、正确把握大学学习规律	105
二、大学课程学习特点	108
第二节 大学学习的基本方法	111
一、制定科学的学习计划	111
二、掌握科学的学习方法	113
三、学会自学	116
四、如何做好课堂笔记	120
第三节 大学里的考试与考证	124
一、正确对待考试	124
二、大学英语学习与四六级考试	126
三、计算机学习与等级考试	130
四、考研与推免研究生	132





第四节 资料的收集与论文的撰写	136
一、图书馆资源	136
二、对互联网的应用	138
三、课程论文的撰写	141
第五章 五彩缤纷的课余活动	144
第一节 大学生课余活动的类型	145
一、按照活动性质的类型划分	145
二、按照活动与学业的关系划分	146
三、按照活动组织者划分	146
四、按照活动的地点划分	147
五、按照课余时间的时间划分	148
六、按照活动需要经费的情况划分	148
第二节 课余活动与大学生的成长发展	150
一、大学阶段大学生成长和发展的主要任务	150
二、大学阶段课余活动对于学生成长和发展的价 值和意义	151
第三节 如何合理安排和组织课余活动	155
一、常见的大学课余活动的组织管理模式	155
二、大学课余活动的策划	156
三、大学课余活动的时间安排	159
第四节 经典大学生课余活动精选	161
一、理论学习型活动	161
二、专业知识型活动	162
三、文体体育型活动	164
四、社会服务型活动	166

第六章 大学生素质培养 167

第一节 大学生政治道德素质的培养..... 168

一、思想政治素质的培养 168

二、大学生道德素质教育 169

第二节 加强大学生科学文化素质的培养..... 172

一、大学生的人文精神教育 172

二、大学生科学素质教育 175

第三节 加强大学生身心素质的培养..... 178

一、加强体育锻炼, 提高身体素质 178

二、大学生应有坚韧抗挫的心理卫生习惯 179

第四节 加强大学生感情素质的培养..... 182

一、提高情商, 善待父母和亲人 182

二、学会沟通, 跨越“代沟” 183

三、把握友情 珍惜友谊 185

四、大学生的友谊 187

五、培植和维系友谊 188

第五节 珍重恋人 呵护爱情..... 190

一、大学生对爱情的向往 190

二、学习与爱情的关系 190

三、慎重对待网恋 191

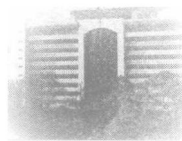
四、恋爱消费要明智 191

五、冷静对待失恋 192

六、正确看待同居现象 193

七、学会“经营爱情” 193

八、维护性健康 195





第七章 大学生人格培养 200

第一节 当代大学生诚信的培养..... 200

一、大学生诚信失范表现和原因 200

二、当代大学生提高诚信修养的措施 201

第二节 健康人格的培养 202

一、人格与气质 202

二、大学生道德人格和独立人格的培养 206

第三节 正确看待和追求人生价值 210

一、大学生价值取向 210

二、大学生应树立正确的价值观 210

三、大学生应树立正确的金钱观 212

四、大学生应培养正确的职业道德 212

第四节 自我安全教育 216

一、大学生自我安全教育的必要性 216

二、自身“三防”教育 217

三、计算机犯罪 219

第五节 树立正确的法纪观..... 221

一、大学生应熟知有关国家法律法规和学校的
规章制度 221

二、大学生怎样树立正确的法纪观 221

三、加强人格修养, 增进自身的法纪观培养 222

第八章 大学生心理调适 226

第一节 心理健康的标准 227

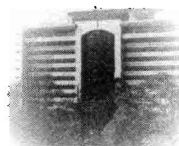
一、心理健康一般标准 227

二、大学生心理健康的标准 227

三、判断心理健康的原则 229

四、大学生心理健康的状态及其特点 230

第二节 自我意识完善	234
一、大学生自我意识发展的不良表现	234
二、健全自我意识的完善途径	236
第三节 如何适应大学	239
一、什么叫“适应”？	239
二、大学生应适应些什么？	239
三、通常大学生会觉得困扰的问题	240
四、学会适应大学生活	242
第四节 大学生自我情绪管理	246
一、大学生的情绪体验	246
二、大学生常见情绪问题及表现	246
二、大学生情绪调适技巧	249
第五节 心理调适途径	256
一、什么是“心理咨询”	256
二、心理咨询的范围	256
三、心理咨询的五个常见误区	257
四、心理咨询的分类	258
五、心理测量	260
第九章 积极健康的人际交往关系	263
第一节 大学生人际交往的基本特点	264
第二节 大学生人际交往的原则和技巧	266
一、大学生人际交往的原则	266
二、大学生人际交往的技巧	269
第三节 大学生人际交往应注意的问题	274
一、善待老乡情结	274
二、虔诚地与老师相处	275
三、学会与不同的人交往	276



四、还需注意的其他方面	276
第四节 良好的人际交往能力的培养.....	278
一、努力增强自己的人际魅力	278
二、人际交往能力的培养	280
第十章 班级建设与干部成长	283
第一节 我们的班级 我们的家	284
一、优秀班集体的标准	285
二、创建优秀班级的途径	287
第二节 优秀班级的建设管理	292
一、找准班级特点, 有针对性地开展工作的	292
二、建设管理要强调“三自”教育, 目的是培养“四能”人才	293
三、优秀班级建设重心在学习管理	293
四、优秀班级要重视心理健康建设	294
五、第二课堂的管理	295
第三节 学生干部的素质要求	296
一、学生干部的角色定位	296
二、班级中学生干部队伍的组成	297
三、学生干部应具备的素质修养	297
第四节 自我与团队精神	298
一、团队精神及其意义	298
二、打造优秀班级团队	299
第十一章 校园里的青年团、学生联合会与学生干部	300
第一节 大学团学组织	300
一、中国共产主义青年团的性质和工作方式	300
二、中华全国学生联合会的性质和工作方式	304

三、高等学校学生社团的性质和工作方式	306
贵州大学现有学生社团名单	308
第二节 大学学生干部素质及形象	309
第三节 大学学生干部工作方法与艺术	312
一、大学学生干部人际协调的方法与艺术	312
二、大学学生干部时间管理的方法与艺术	316
三、大学学生干部激励同学的方法与艺术	318
四、大学学生干部组织开会的方法与艺术	320
第十二章 步入社会前的实践与创新	324
第一节 大学生实践与创新的概述	324
一、实践能力和创新精神的内涵	324
二、实践能力与创新精神的辩证关系	325
三、培养大学生创新精神与提高实践能力的有效 途径	326
第二节 大学生科研能力的培养	329
一、大学生科研能力的培养措施	330
二、培养大学生科研能力的重要意义	333
第三节 大学生社会实践	335
一、大学生社会实践的类型	335
二、大学生社会实践的流程	337
三、社会实践的基本原则和注意事项	338
第四节 大学生毕业论文	342
一、科学选择论文题目	342
二、毕业论文(设计)撰写内容要求	343
三、毕业论文(设计)格式要求	344
四、毕业论文结构的基本构成	345



参考文献	347
温馨提示	351
一、校园生活指南	351
◇校内饮食指南	351
◇住宿指南	353
◇商业服务网点	356
◇交通指南	357
◇银行服务	364
◇邮政服务	365
二、疑问解答	367
后 记	371



第一章 贵州大学历史沿革

第一节 学府起黔中 百年传薪火

公元 1902 年 8 月（清光绪二十八年七月）创建的贵州大学，初名贵州大学堂，迄今已有 106 年的历史。

1901 年清政府举办新政，谕令“各省所有书院，于省城均设大学堂”。1902 年初，贵州巡抚邓华熙正式奏请设立贵州大学，以贵山书院为校址（今贵阳市省府路贵山饭店左对面），筹款修葺，扩充学舍，拟定办学章程，于同年 8 月正式创办了“贵州大学堂”。邓华熙任命候补道尹喜诏为贵州大学堂监督，聘请周恭寿、廖杭等为教习。贵州大学堂的办学宗旨是“实事求是，造就通才，兴学育人”。开办之初，招生 120 名，由各府州县选送有科举功名的高材生入学。设备斋和正斋，备斋两年毕业，正斋四年毕业。同一时期，国内山东大学堂（1901 年创立，山东大学前身），山西大学堂（1902 年创立，山西大学前身）等校也相继建立。

1904 年，贵州巡抚曹鸿勋据清廷颁布的《奏定学堂章程》，将贵州大学堂改为贵州高等学堂。1905 年 10 月，贵州巡抚林绍年将其改名为贵州高等学堂预备科。1906 年 4 月，贵州巡抚岑春蓂为培养师资，又将其改办为贵州师范学堂简易科。1909 年，贵州提学使陈石麟又将其改办为贵州官立矿业中学堂。1911 年 12 月，贵州新巡抚防军总统黄泽霖派军进驻矿业中学堂，

