



# 青春梦工厂

——我的大学生活

陈曦 黄炳坤 汤恺 编著



东南大学出版社  
www.ceupress.com.cn

---

图书在版编目(CIP)数据

青春梦工厂——我的大学生活/陈曦编著.  
—长沙:中南大学出版社,2013.10  
ISBN 978-7-5487-0978-7

I. 青... II. 陈... III. 大学生—入学教育 IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 229110 号

---

青春梦工厂——我的大学生活

陈 曦 编著

- 
- 责任编辑 秦瑞卿  
 责任印制 易建国  
 出版发行 中南大学出版社  
社址:长沙市麓山南路 邮编:410083  
发行科电话:0731-88876770 传真:0731-88710482  
 印 装 长沙市利君漾印刷厂

- 
- 开 本 787×1092 1/16  印张 10  字数 254 千字  
 版 次 2013 年 11 月第 1 版  2013 年 11 月第 1 次印刷  
 书 号 ISBN 978-7-5487-0978-7  
 定 价 21.00 元
- 

图书出现印装问题,请与经销商调换

# 青春·梦想·人生

## ——《青春梦工场——我的大学生活》序

七月流火，八月流金，时光进入一年中最好的季节。值此金秋时节，首先向新同学们表示衷心的祝贺。祝贺你们实现了求学路上的一次惬意转身，成为了一名大学生，进入了人生中最美好的年轮。

时光如一支梦幻的蜡笔，涂抹着每个人青春的色调。从中学到大学是人生中一个非常重要的转折时期。路遥在《人生》中写到，人生中紧要的就几步，一定要走对才行。可以想象，作为大学新生的你们也需要有一本入学参考。因此我们编写这本教材的目的是：与你同行，伴你成长，帮你成才，助你圆梦，愿你幸福。

时光如一支神奇的彩笔，描绘出每个人青春的模样。大学时光在人的一生中，是最值得留恋的时光。为了你们能够顺利地愉快地度过大学美好时光，在这里，我们就大学阶段的学习和生活，给你们几条建议：

### 一、迅速调整求学心态，尽快适应大学生生活

心态影响人生。大学以前的学习和生活，大都在家长和老师的严格监督之下进行，可以由你们自己支配的时间少之又少。而大学的学习和生活，则要求独当一面，主宰命运，运筹帷幄。如果心态调整得好，那么你们的大学生活将十分充实和精彩；如果不能调整好心态，很快上路，那么风华正茂的青春时光就会如流水般逝去。因此你们不妨借鉴一下师兄师姐们大学生涯的经验教训。

没有特色就没有区别。大学办学必然有自己的特色，有自己的教师特色、课程特色、教学特色，且都是截然不同于中学的。你们来到我们学校后，应迅速了解学校及周边环境，了解学校的办学理念和办学特色，了解优秀学生的成长经历与经验；迅速适应老师的教学方式和方法，配合好老师的教学与实训。我们给你们的只是一些引领和借鉴，你们得根据自己的实际来量身打造。

### 二、积极参与校园活动，努力投身社会实践

大学校园处处是课堂，大学又与社会这个更大的课堂紧密相连，为你们今后投身社会、建功立业打下坚实的基础。大学与中学的不同，就体现在生活的丰富多彩上。学校为广大学生提供了广阔的生活天地，提供了理想的自我锻炼和展示平台，提供了良好的社会实践机会；但最终能否利用好这些平台和机会，就看我们同学的投入了。正如雷锋所说：青春永远是美好的，可是真正的青春只属于那些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人！在大学有许多的组织、社团、活动、竞赛以及社会实践等着你们去体验哦。

### 三、培养独立自主能力，规划绚丽精彩人生

知识能改变命运。青年时代是培养习惯、希望和信念的美好时光。从某种程度上来说，上大学将很大地改变你们的命运。你们今天付出的每一份努力，都是为了今后能生活得更自由、更幸福。曾子说：士不可以不弘毅，任重而道远。因此，在大学里要努力规划好自己的人生，为了美好的未来刻苦学习，培养能力。

### 四、拥有青春伟大理想，成就心中美丽梦想

理想是青年人飞翔的翅膀。法国作家雨果说：“没有理想，就没有人的生活。”白日莫闲过，青春不再来。青春是迎接未来光明和幸福花绽开时期，而又是一去不复返的时期。青年的心灵很美好，青春梦想很甜蜜，可人生的道路也充满艰辛。许多人在回忆自己的青春时，也充满遗憾。所以保尔·柯察金说：人生最宝贵的是生命，生命于我们只有一次。一个人的生命应当这样度过：当他回首往事的时候不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧。

同学们，我们有理由相信：你们靓丽的身影将为我们学校增添一道更靓丽的风景；你们优秀的表现将让我们学校的办学水平水涨船高；你们光明的未来将让我们学校的名气如日中天。因此，我们衷心希望同学们都做一个敢于有梦、勇于追

梦、勤于圆梦的当代大学生，都拥有一段无悔的青春，都成就一个绚丽的人生。

最后让我们以印度诗人泰戈尔的诗共勉：

年轻时，我的生命有如一朵花，当春天的轻风来到她的门前乞求时，从她的丰盛中飘落一两片花瓣，她从未感到这是损失。

现在，韶华已逝，我的生命有如一个果子，已经没有什么东西可以分让，只等待着将她和她的丰满甜美的全部负担一起奉献出去。

编者

二〇一三年七月

# 目 录

<b>第一章 务实顺德 大学梦圆</b> .....	(1)
第一节 顺德：一个敢于有梦的地方 .....	(1)
第二节 顺德：一个勇于追梦的地方 .....	(2)
第三节 顺德：一个勤于圆梦的地方 .....	(3)
<b>第二章 初识顺职 缤纷校园</b> .....	(5)
第一节 顺职专列 师姐导游 .....	(5)
第二节 缤纷社团 师兄导航 .....	(10)
一、校级社团 群策群力 .....	(10)
二、院系社团 汇聚精英 .....	(15)
第三节 山灵水秀 玩转周边 .....	(18)
一、顺德景点 景色宜人 .....	(18)
二、周边景点 放松休闲 .....	(19)
<b>第三章 善于规划 梦想起航</b> .....	(22)
第一节 学会适应 成功过渡(一年级) .....	(23)
一、认识变化 调整角色 .....	(23)
二、熟悉环境 调适心理 .....	(26)
三、确立目标 开始规划 .....	(30)
第二节 选定方向 自我拓展(二年级) .....	(34)
一、精心策划 别样人生 .....	(34)
二、良好心态 先进理念 .....	(37)
三、及时行动 未来不虚 .....	(40)
四、积少成多 目标可期 .....	(43)
第三节 全力冲刺 收获成功(三年级) .....	(45)
一、苦干巧干 方能成功 .....	(45)
二、面临选择 勇敢抉择 .....	(48)
三、学业终点 职业起点 .....	(50)
四、成功秘诀 师兄传授 .....	(53)
<b>第四章 梦想舞台 挥洒青春</b> .....	(59)
第一节 提升思想 培养党性 .....	(59)
一、党性修养 意义重大 .....	(59)

二、党性修养	内容丰富	.....	(60)
三、党性修养	途径多样	.....	(61)
第二节	团学组织	绽放梦想	..... (63)
一、校团委	委员会	欢迎你来	..... (63)
二、校学生会		欢迎加入	..... (65)
第三节	校园活动	丰富多彩	..... (66)
一、品牌活动项目	介绍	.....	(66)
二、待培育活动项目	简介	.....	(69)
第四节	班级如家	我爱我家	..... (70)
一、对班级的认识		.....	(70)
二、班级管理的内涵		.....	(71)
三、加强班级管理	人人义不容辞	.....	(71)
第五节	学习榜样	你追我赶	..... (72)
一、厚德之星		.....	(72)
二、诚信之星		.....	(75)
三、敏行之星		.....	(77)
四、自强之星		.....	(81)
五、创业之星		.....	(83)
六、优秀毕业生		.....	(85)
<b>第五章</b>	<b>主动学习</b>	<b>夯实基础</b>	..... (89)
第一节	适应环境	更新观念	..... (89)
一、适应环境		早入角色	..... (89)
二、更新观念		终身学习	..... (90)
第二节	确立目标	激发动能	..... (92)
一、确立目标		明确方向	..... (92)
二、激发动机		培养兴趣	..... (94)
第三节	掌握方法	提高效率	..... (96)
一、提纲挈领		执着前行	..... (96)
二、掌握方法		学会学习	..... (98)
第四节	善用资源	与时俱进	..... (100)
一、去图书馆		善用资源	..... (101)
二、多听讲座		碰撞火花	..... (104)
三、去到网络		上公开课	..... (105)
<b>第六章</b>	<b>防微杜渐</b>	<b>警钟长鸣</b>	..... (109)
第一节	诚信考试	诚实做人	..... (109)
第二节	专注学业	勤于学习	..... (110)
第三节	心存敬畏	严格自律	..... (111)
第四节	谨小慎微	从我做起	..... (113)

---

第五节 理性恋爱 健康成长·····	(115)
第六节 典型案例 吸取教训·····	(115)
<b>第七章 情感熏陶 自我完善·····</b>	<b>(118)</b>
第一节 感悟生活 积累成长·····	(118)
一、人际交往 生存需要·····	(119)
二、为人处世 提升素养·····	(119)
第二节 心怀感恩 勇于担当·····	(126)
一、寸草春晖 莫忘亲情·····	(126)
二、同窗情谊 师长恩情·····	(129)
三、谨慎交往 正确恋爱·····	(130)
<b>第八章 就业创业 成就未来·····</b>	<b>(135)</b>
第一节 就业创业 形势分析·····	(135)
一、就业形势 具体分析·····	(135)
二、分析原因 寻找对策·····	(137)
第二节 就业行业 具体分析·····	(140)
第三节 完善自我 从容应对·····	(140)
一、择业期待 适合自己·····	(140)
二、认清自我 尽早规划·····	(141)
三、增强意识 把握机会·····	(141)
四、调整心态 做好准备·····	(141)
五、提高素质 提升实力·····	(142)
六、我校毕业生的精彩实例·····	(143)
第四节 选择深造 提升学历·····	(145)
一、考专升本 获得本科·····	(145)
二、尝试考研 获得硕士·····	(147)
三、出国留学 升本升硕·····	(147)
第五节 锐意进取 拼搏创业·····	(148)
<b>致谢·····</b>	<b>(152)</b>

# 第一章 务实顺德 大学梦圆

顺德，位于珠三角腹地，东连广州市番禺区，北接佛山市南海区，西邻江门市新会区，南界中山市，邻近深圳市、香港特别行政区和澳门特别行政区，是广佛都市圈、粤港经济圈的重要组成部分。境内以江河冲积平原为主，土地肥沃，四季如春，自然条件得天独厚。

顺德建县于明景泰三年(公元1452年)，现常住人口246万人，其中户籍人口122万人，旅外华侨和港澳同胞超过40万人。虽然顺德人口不多，面积也仅为806平方公里，但一直以来，顺德就是一个敢于有梦、勇于追梦、勤于圆梦的人才辈出之地。

## 第一节 顺德：一个敢于有梦的地方

据《顺德县志》记载，自北宋咸平四年至清末，顺德全县共出过318名文进士，其中4名状元，2088名文举人，科举及第居广东省前列。提起顺德的状元，顺德人都深感自豪。顺德有三位文状元：南宋伦教张镇孙、明代杏坛黄士俊、清代杏坛梁耀枢；一位武状元：明代龙江朱可贞。广东13位文武状元顺德就占了4位，成为状元数量最多的地方。

中国著名的启蒙读本《三字经》传说就出自北宋时期顺德陈村人区适子之手，这从一个侧面反映了顺德人自古对教育的重视。绵绵不绝的读书风气一直延伸到当今，培养出无数青衿学子，秉烛求明，读书索理。

据《顺德县志》记载，顺德建县以来，读书求学之风甚盛，在广东所有县市中，其书院数量仅次于广州和南海，与潮州、高要不相上下。自宋至清，境内先后开设书院39间。有一种说法是本地书院的出现比顺德设县还要早200多年，早在南宋就出现了羊额书院、义斋书院、九峰书院、薪斋书院等，此后元、明、清绵绵不绝。

顺德有迹可寻的书院，最古老的要属凤山书院。凤山书院始建于明代，后在康熙年间重修。另一所梯云书院建于乾隆十四年，因其所在地梯云山(现今钟楼公园上人民礼堂这一座山)而得名。本地很多才俊都出自这两座书院，如辛亥革命知名人士廖平子、卢信等。

还有一些书院私塾散落乡间，有些名称沿用至今，如容桂容山中学的“容山”二字，就源自晚清时的容山书院。据资料记载，清嘉庆十三年(1808年)，容山书院由容奇武举伍朝日、杨玉中、陈其昌以及监生李良弼、林士元等五人筹建，是当时乡里的最高学府，与当时肇庆星岩书院、惠州丰湖书院和广州学海堂书院齐名，号称广东四大书院。从嘉庆到光绪近百年，容山书院闻名遐迩，远至南海、番禺的学子，都来此研读经史。辛亥革命后，书院改名为容山小学。知名人士杨宗锡、杨建藩、陈学基、李本立等人，都曾在此就读。

顺德科举一直以数量多、人才精而闻名远近，究其原因，是历代政府部门、民间团体、乡间宗族对科举人士的经济支持和精神奖励，形成了从政府、社会到宗族的三位一体支持结构，支撑了科举人才的产生。人才辈出，不仅与雄厚的经济基础有着密切的关系，而且与乡民重视教育有着更密切的关系。

顺德人不仅重视启蒙教育、科举教育，也十分重视“学以致用”的职业教育和技术教育。

20世纪初,由于缫丝业的迅速发展,顺德曾一度成为中国民族工商业最发达的地区之一,被誉为“南国丝都”、“广东银行”。而随着民族工商业的发展,顺德早期的职业技术教育也应运而生了。

20世纪20年代开始,伴随着缫丝业竞争的加剧,机器化大生产对熟练工人的要求也越来越高,促使一部分怀着“实业兴邦”梦想的顺德人重视职业人才培养,纷纷投资外地大学和研究所,兴办职业教育,为顺德缫丝业的发展培养人才。商人岑国华在岭南大学投资兴办生丝研究所和试验场,培养业务骨干。商人薛光森在四会县购地1500多亩,创建宏农机械场,培养专业技术人员。这种做法后来被顺德各界实业家所效仿。

民国十七年(1928年)3月,顺德最早的职业学校——华南蚕丝业讲习所在乐从连安书院开办。这是一所商办职业学校,办学费用由蚕丝业研究所向丝商筹集,由于当时全省80%以上的蚕丝厂集中在顺德,实际费用主要由顺德丝商提供。华南蚕丝业讲习所从一开始就显示了明确的办学目标和较高的办学水平。学校以改良蚕丝业为办学宗旨,学制四年,课程设置结合当时的产业需求分必修课和选修课两种,共37科。

1930年,顺德丝业商人再次集资在乐从兴办蚕丝学校,并从广东蚕丝业研究所和岭南大学延聘师资,培训技术人员。

此后,经广东省政府批准,又先后开设顺德农业职业学校,由广东省蚕丝局局长廖崇真兼任校长,开设初、高级蚕桑科各两班,并设检验室和车间供学生实习之用。到抗日战争前夕,这些学校为全省蚕丝业的发展培养了大批人才,深受欢迎。

从投资外地的大学和研究所培养人才,到在本省的岭南大学和研究所、试验场,或去邻县培养急需的机械专业技术人才,顺德的岑国华、薛广森们,以实际行动证明了其追求科教兴业、追求高等教育的梦想。但这样的梦想,在战乱纷飞、国难家仇的20世纪三四十年代,在日伪统治时期及解放前,几近幻想。由于社会动荡、经费筹措困难等诸多原因,至1949年秋统计,顺德全县仅有5所小型初中和100所小学,学生共1.2万余人,失学儿童高达5万之众。

可以说,无论行政区划怎样变动,顺德人追求科技创新,追求科教强市、强县、强区的梦想从来没有变;顺德热切希望拥有一所自己的大学,拥有在本土培养一批又一批高素质职业技术人才的心愿从来没有变。

## 第二节 顺德：一个勇于追梦的地方

顺德曾获得“广东四小虎”、“岭南壮县”、“南国丝都”、“广东银行”等美誉。

“党以重教为先,政以兴教为责,民以支教为荣,师以从教为乐”,在“今天的教育就是明天的经济”的战略思想指引下,顺德仅1999年至2001年,光是投入的教育经费就达24.47亿元。顺德3至6周岁的幼儿入园率达96.7%;小学适龄儿童入学率达99.98%;初中入学率达99.71%;高中入学率达93.29%。2003年,全顺德参加高考的考生90%实现了上大学的愿望。顺德教育还有令所有为之付出心血、慷慨捐助的人们值得欣慰的一串串硕果。

顺德已经拥有包括国家级科研课题在内的数以千计的科研成果;顺德教育事业已经培养了十多万人次的各类人才;顺德小学已经开始英语教学;互联网时代,顺德已经有一百多所学校建立了校园网……这些成果,也是一代又一代顺德的各级领导,一代又一代的顺德海外乡亲万众一心、不懈努力的结果。

顺德教育好比一座基础扎实的金字塔，人们期望，它的塔尖有一颗闪闪发光的明珠，这颗明珠，就是顺德人自己的大学。

### 第三节 顺德：一个勤于圆梦的地方

1999年6月30日，这是一个阳光灿烂的早晨，顺德市委、市政府隆重举行顺德职业技术学院成立暨挂牌仪式。

那一天，时任广东省委常委、副省长的欧广源和国家教育部、省高教厅、省教育厅和佛山市有关领导刘占山、许学强、刘达中、李玉光，顺德市的领导冯润胜、杨肖英、胡洪骚、黄锦秋、招汝基、何庆嘉以及香港联谊总会会长翁祐、卢德光等专程前来贺喜。

时任顺德市委常委、主管教育工作的领导招汝基回忆学院成立挂牌的情景时，思绪万千。他说，欧广源副省长代表省委、省政府所作的一番语重心长的讲话，令人记忆犹新。顺德有史以来创办的第一所高等院校来之不易，它凝聚了顺德百万人民几代人的梦想，希望顺德人民加倍珍惜这来之不易的成果，高起点、高标准地将顺德职院办成广东省的著名高职院校。

学院创办过程中，曾有许多不平凡的艰辛历程。早在1994年，顺德市委、市政府就将办大学列入党委、政府的重要议事日程，并将办校的选址初定在桂洲马岗村，马岗村民听到说要办自己的大学，热情十分高涨，村里很快腾出200亩土地作为建校用地，并动工进行了“三通一平”。

然而顺德大学进入实质性筹建操作阶段时，曾遇到体制上的限制和各种条件制约的问题，但顺德人并没有因此而丧失办大学的信心。

从那以后至90年代末期，正处于世纪之交的顺德，在全省率先实行综合配套改革的动力推动下，生产力大发展，经济实力迅速增强，到1999年底，全市国内生产总值达286亿元，工农总产值达702亿元，分别比1989年增长了3倍和6倍。

雄厚的经济需要强大的智力作后盾。1999年省委、省政府确定顺德为率先基本实现现代化试点市后，人才需求便更加迫切，办一所大学就更加重要了。1999年2月春节刚过，时任顺德市委、市政府主要领导的陈用志、冯润胜就顺德职院的筹建专门召开会议，市长冯润胜在会上代表市委、市政府充满信心地说：“顺德是个县级市，但不要小看自己，不要受级别束缚，要有雄心壮志，要么不干，干就要干得最好，起码要办成省内有名的高职院。”2000年3月，顺德发起了兴建顺德大学的筹款热潮。市长冯润胜在当年的3月1日发表电话讲话：国运兴衰，系于教育，号召“人人都做贡献”。

进入21世纪的第一个春天，正是顺德建市九周年到来之际，市委、市政府作出“关于加快教育现代化进程的决定”，要求教育为顺德实现现代化做贡献。正因为有顺德历届党委、政府的高瞻远瞩的战略决策和全市上下勇于开创教育事业的信心和决心，才圆了顺德人百年办大学的梦想。

2003年10月21日下午5时许，一群青年学生从碧波荡漾的碧桂园湖畔，向顺德职业技术学院新校园中心的“智慧之门”走来——他们在老师的指导下排练列队、站位、挥动双臂、迎接客人……

10月26日，同学们在此举行盛大、隆重的新校园落成庆典，他们向来自海内外的嘉宾，向捐资数亿元建校的各界人士代表、各级领导，向一直以来关心顺德职业技术学院成长的清

华大学、上海交大等多所名校的校长们汇报：他们怎样在入学时登上一级级台阶，步步高升，进入求学的智慧门；他们又将在求索知识、追求真理的过程中怎样学有所成，再次经过“智慧之门”，走向社会，成为在顺德职业技术学院新校园学成的第一批大学生，为祖国的现代化事业贡献自己的一份力量。<sup>①</sup>

十多年来，一批批敢于有梦的莘莘学子来到顺德职院，通过三年的时间，他们勇于追梦，走出校门，他们勤于圆梦，为顺职人创造了一个又一个辉煌。

**新的梦想，新的辉煌，等着你们——全国各地的新同学们。  
顺德职院欢迎敢于有梦，勇于追梦，勤于圆梦的你们！**

---

<sup>①</sup> 本文参考了邓俭《顺德改革》的相关内容，新华出版社2005年。

## 第二章 初识顺职 缤纷校园

### 第一节 顺职专列 师姐导游

各位师弟师妹们：大家好！欢迎乘坐“顺职专列”，我是你们的“师姐”导游，从现在开始，将由我来为大家介绍顺职大学学习生活之旅。

#### 1. 住

读大学，我们就住在美丽的校园里了，所以我们要对未来生活三年的校园有所了解。

一所大学要想培育出优秀的学生，需具备三大要素：大楼、大师、大气。大楼构建校园景观，大师积淀校园魅力，大气标立校园精神。我们学校校园风光优美，有最优秀的师资，有最完善



的教学设备，可以说软硬件都具备了。学校现设有9个二级学院（机电工程学院、电子与信息工程学院、应用化工技术学院、医药卫生学院、设计学院、经济管理学院、酒店及旅游管理学院、人文社科学院、外语学院）和1个教学部（思想政治理论课教学部）。学校共有39个专业，建筑面积高达51万平方米，拥有校内实训基地58个，教学仪器设备总值1.5亿元。全校教职工总数813人，其中专任教师613人，高职职称188人。

校园的美景会让你觉得自己仿佛置身于公园一般，我相信你的亲朋好友会很乐意来我们学校参观的，因为真的太美了，景色如画一般。我的朋友都很羡慕我能在这样一所学校就读，我也为自己能在顺职院就读而感到骄傲与自豪。如果你去过一些大学校园，你就会觉得我们学校好大，大到你会觉得自己真的有必要配置一辆代步的工具。

住宿条件是每个同学都很关心的，学校在这方面也下了很大的功夫。我们学校的宿舍全部装上了崭新的空调，同学们再也不用害怕炎炎夏日的煎熬啦！我们学校的宿舍是公寓式的，宿舍类型有：两房一厅、三房一厅，宿舍的每一间房住4个人，不过，在两房一厅类型的宿舍中，有一种是每一间房间只有3个人住的。两房一厅的宿舍有2个卫生间、冲凉房，还有一个阳台；三房一厅的宿舍有3个卫生间、冲凉房，还有一个阳台。三房一厅的宿舍还有一个特点，那就是它的厅与阳台之间隔着一扇很大的落地窗。怎么样，够美吧？我们可以看到美丽的风景！还有，勤劳的师弟师妹，你们要打扫好宿舍的卫生，如果，你们把宿舍的卫生打扫好，那么，会有惊喜等着你们！

在入学前，我想大家都不知道应该准备哪些物品，下面我给大家一些建议，因为我们要军训，所以最重要的是先准备好军训要用的物品，如防晒霜、爽身粉，女生要准备好护肤品——爽肤水、洗面奶等，相关的生活用品还有垃圾桶、插排、锁头、竹席、枕头、蚊帐，被子、被套、牙膏、牙刷、毛巾等，女生也可以买电吹风，不过电功率要小一点的，因为涉及到安全用电问题。建议外省的同学买个床垫，因为你们有可能睡不惯这种硬的床板。宿舍每晚11点以后就要熄灯了，所以我们要准备好台灯；要准备足够的笔和笔记本，当然你可以在家里买了带到学校；最后还要准备好足够的衣架，因为广东这边会有“回南天”，衣服会很难干，那时你就会体会到衣架多是很重要的。

14栋一楼是一个快递取件中心。在我们学校网购是很方便的，因为很多大型的快递公司都有专人负责我们学校这个市场。学生宿舍楼每隔一层就有一台投币洗衣机，每次只要投3块钱就可以洗一桶衣服，不过很多人只有在洗被单、被套时才会用上它，平时的衣服都是用手洗的。

## 2. 食

所谓“食在广州，厨出凤城”中的“凤城”，说的就是以美食闻名天下的顺德了。各位如果是吃货，那就有福了。顺德可谓遍地美食，而且很便宜。所以来到顺德美食之乡，不吃一些美食，真的有点对不起自己哦！所以，我将介绍给你们好吃的小吃与地方！

来到顺德首选当然是“双皮奶”，大良的双皮奶最正宗，非常好吃，而且品种还蛮多的。吃双皮奶，可以去大良步行街、嘉信城市广场等，逛街逛累了，就坐下来品尝一下双皮奶。除此之外，顺德特产还有李禧记崩沙、金榜牛乳等。

在我们学校，有三个学生饭堂，它们分别是：竹苑、荷苑、桃苑，是解决我们一日三餐的重要场所。竹苑二楼有一边是专门为少数民族的同学而开设的，比如为回族同学提供的食品等。平时如果想换换口味，可以到商务楼附近的富豪西餐厅、小飞象餐厅、美食坊等，里面有很多食物品种可供同学们选择。

其次是商务楼各商家的服务，有中国移动校园店、中国电信体验店、超市、书店、打字复印照相中心、面包店、水果店、眼镜铺、精品店等，除此之外，在生活区还有理发店、凉茶铺、小卖部等，基本能满足同学们日常生活所需，可以这样说，生活在顺职院的校园里很是舒适方便。

## 3. 行

交通的问题，在顺德“行”是很方便。“行”的工具具有：自行车、摩托车、汽车、地铁、轻轨等等。当然你要踩旱冰鞋、轮滑等，也可以。所以，我们出行是很方便的，想去哪里就去哪里。而且，广珠城轨就有一个“顺德学院”站，从我们学校东门坐918路公交车就可以到。还有，因为我们这个校园是较大的，所以，除了走路外，很多同学会选择骑自行车，而且现在喜欢骑行的人也越来越多，不过太贵的自行车就要注意保管好了。

## 4. 军训

军训是入学前的一次锻炼，或者说是一个从中学到大学的过渡。在这里我们可以重新找寻一片属于自己的天地，在军训期间大家可以一起尽情地高歌，你们应当尽情地唱，不要害羞。在军训期间你可以认识很多的朋友，你可以慢慢地与班里的每一位同学交心。在那期间

大家可能一起接受惩罚，我觉得这是一件很美好的事情，兴许那个时候我们不是这样想的，我们要时刻认识到自己是一个班集体中的一份子，我们大家要团结在一起。

在军训期间，我们学校还会举行一系列的迎新晚会，有校级的也有院级的，大家可以抓住每一个可以展现自己的机会，如果对主持人、唱歌、跳舞、话剧等感兴趣，那么你就要抓住机会展现自己了。大学是一个可以展现全新自己的舞台，没有人会知道你的过去是怎样的，你只要把你最真诚的一面展现给大家看就行了，但无论做什么事情都要做好充足的准备，如果你不能很好地展现自己就不会有人发现你，更不会有人想去认识你。

### 5. 社团

各位有才的师弟师妹，你们来到这里，可以把你们的才华发挥得淋漓尽致。这里为你们提供了你们一展所长的舞台——社团，如校社联(这是专门管理学校所有社团的组织)、校勤工助学中心(这是帮助学校贫困生的组织)、校素拓中心(这是管理全校学生素拓分的组织)、英语沙龙协会(这是英语爱好者的组织)、爱心协会(这是组织一些有爱心的同学去做一些有爱心的善事的组织)等等。我就简单介绍这些，因为，下面会由师兄专门带你们体验缤纷的社团活动!

### 6. 素拓

所谓“素拓”就是指学生素质拓展学分。这是一个关于你是否能拿到奖学金的关键因素(你的成绩虽然很优秀，但如果你的素拓分不够的话，那你的奖学金也就没了)!同时这也是一个关于你是否能毕业的关键因素(要得到15个素拓分才可以毕业)!上面我所说的那个“校素质拓展中心”就是管理素拓分的。在学校你要积极参加活动来赚取素拓分。在社团担任干事可以得到素拓分，参加一些社团组织的活动也可以得到素拓分。只要参加学校的活动，大多数都是可以得到素拓分的。我举一个例子：你们参与一个社团组织的晚会，就能获得2个积点。30个积点可以换1个素拓分。因此，你们须慢慢积累，努力参加活动锻炼自己的能力。

### 7. 兼职

想勤工俭学的师弟师妹们，你们可以选择在校内或去校外做兼职。贫困生可以去学校勤工助学中心组织的校内兼职岗位招聘会上寻找适合自己的岗位，然后应聘上岗。因为校内的岗位有限，所以，只能给一些非常需要的同学，而其他同学就需要去外面找兼职了。

校外还是有非常多的机会的，因为顺德是一个经济发达的地区，这里有许多的固定兼职岗位等着你们!如果没有找到固定的兼职的同学也不用灰心，因为还有很多不固定的兼职，虽然这些是不固定的兼职，但是它们是经常需要人的，如，派传单。你们还可以在网上找兼职。不过，你们在找兼职时要看清楚，不要被不法分子骗了，同时，出外做兼职，一定要注意安全，如果出现非常的情况，一定要学会用法律保护自己。

### 8. 活动

我们的学校有好多课外活动。例如：大学生文化艺术节、科技节(在这些“节日”里各个社团都会举办一些活动)、文化素质大讲堂(主要邀请一些专家、教授)、专业讲座(主要邀请一些成功人士或企业负责人)、创业街(由校社联举办的活动，他们会挑选出一些同学，让这

些同学自己拿一些东西来卖)等等,这些都是非常有意义的活动,不仅丰富了我们的课余生活,还增加了我们的知识,提高了我们的社会实践能力,这对于我们是非常有益的。

#### 9. 医疗

学校医务室在 13 栋一楼,那里的医生不比外面大医院的差,有些还当过军医,所以是值得信任的。外面比较好的医院有顺德第一人民医院、同江医院、大良医院等等。还有一个非常重要的事情,那就是医保问题。顺德本地生不用烦恼,因为他们的医保一早就已经办了。贫困生也不用烦恼,因为贫困生的医保有政府帮助。如果你既不是顺德本地人又不是贫困生,如果你们在家里已经有了医保了,可以写声明书和出示证明,就不用买医保了;而没有买医保的同学就一定要在学校购买顺德当地的医保了。

#### 10. 导师

现在我们学校采用导师制,即一个导师负责带十几个学生。这种制度既方便了学校及时了解学生的需求,又及时帮助学生解决问题。对于学生来说这是很好的制度,是一个创新。每个导师都有自己独特的教育方式,每一个学生都会得到老师的关注。不像以前一个班就只有一个班主任,老师的精力常常顾不过来,而导师制很好地解决了这个问题!

#### 11. 卡

“卡”就是校园卡。在校园里你无论去哪里,只要需要用钱的地方,都可以刷校园卡,不用带现金;借书也可以用校园卡;考试时,校园卡还可以代替学生证……总之,校园卡对于每个学生来说是必不可少的,使用起来也非常方便。

#### 12. 电脑

学校图书馆有电子阅览室可以免费上网。在宿舍上网则是每人每月交 20 元,就有 6G 的上网流量。在旧宿舍上网使用有线网络,而在新宿舍使用无线网络。

#### 13. 考证

学习考证,即你们最基本的需要考到两个证书(计算机一级证书、英语 AB 级证书)才能毕业。除此之外,你们还要根据各自专业要求去考证,比如说学文秘的,就要考秘书证;学会计的,就要考会计证……还有,如果你想报考英语四六级,就要提前做好准备。希望你们能顺利通过各种考试。

#### 14. 平安

“平安”两字值千金。在校期间,你应了解防火、防盗、防诈骗、防自然灾害性事故的基本常识,增长实践经验,增强防范意识,提高防护能力。

我们要注意用电的安全,不要使用大功率的电器,因为这既违反校纪校规又增加了安全隐患;出门的时候要注意锁好自己的柜子,关好门窗,要准备备份钥匙;做兼职时或者是出去游玩时,要注意不要上不法分子的当。不要把太多贵重的东西放在宿舍。我们学校是雷电多发区,下雨天要尽量避免出门,要做好防雷工作,要有一定的防雷意识,如雷暴天气时,不要在室外接听手机等。

### 15. 交往

大学是开放的社会，开放的社会需要开放的人际交往，大学是收获友情的沃土，如果你把快乐告诉一个朋友，你将得到双倍快乐；如果你把忧愁向一个朋友倾吐，你将被分掉一半忧愁。

每个人给他人的第一印象是很重要的，所以在与我们的舍友第一次见面时，我们一定要面带微笑，那将会给你的舍友留下深刻的印象，有助于我们今后的交往，我们要敢于踏出与人交往的第一步。慢慢地，你将会发现有人陪伴着自己是一件很幸福的事情。

你还可以积极地参与社团活动，班级联谊、主题班会、团日活动等，每一次的参与，我相信都会给你留下美好的回忆。

### 16. 自立

经济困难成为很多大学生无法言说的痛苦，你可能来自贫寒之家，但请你相信，生活上的贫穷并不可怕，可怕的是心灵上的悲观。当我们以平和的、积极的、感恩的心态走过这段生涯，鲜花便会铺满来时的路。

如果你有困难的话，在开学时我们就要开好相关证明，然后交给辅导员老师，届时，只要通过审核，你就有机会获得一系列的资助。“知识可以改变命运”，希望你们能坚信这句话，只要能认真读书，我们学校是有很多种不同类型的奖学金的，例如国家奖学金、国家励志奖学金等，以及许多企业和个人设立的奖学金。每个人只要努力，就有可能获得这些奖学金。机会往往是留给有准备而努力的人。

### 17. 规划

大学毕业证已不是“职业通行证”，成功的人生需要规划，如果大学新生即开始职业生涯设计和战略发展规划，是一种远见。精彩的大学历程需要人生理想的支撑，因为人生理想和生活志向决定着你的生活质量。现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，大学的努力将在河上架起桥梁。

总之，我们从踏进校门的那一刻起就要开始规划自己的人生，在刚开始可能会有很多人对自己的专业不满意，想转专业，这个真的要考虑清楚，不要盲目从众，自己所就读的专业并不一定不好，你想要转的专业也不一定很好，凡事都要考虑清楚。其实无论就读于哪个专业，只要你认真读，让自己具备出来工作的能力就好，同样也能干出好的成绩。所谓七十二行，行行出状元，就是这个道理。并且为了自己今后的发展，我们还可以选择考证、专升本或专插本来提高自己。

### 18. 特长

如果你有文艺和体育方面的特长，那么你也可以加入学校的文化素质特长生班，咨询电话：22326940。文化素质特长生班主要有经典诵读、合唱、声乐、器乐、舞蹈、书法、版画以及各种体育项目类班。

### 19. 学会适应

我知道，你们现在一定是感到陌生、无助与彷徨，没有了最初上大学的那种兴奋。同样

的，我也经历过这种情形，我记得，我刚来这个学校时，这里到处都充满着陌生的味道，真的很不好受。我的亲人刚刚回去，我就已经在想念他们了。这听起来有点不可思议，但这却是我最为真实的感受，并且在他们要离开的时候，我不知费了多大的劲来压制自己想跟着他们走的双脚。不过，随着时间的流逝，我对这里的一切慢慢地熟悉起来，在这里我交到了好多好朋友，心中那种空虚感被填满了。现在坐车回校时就有一种感觉——正在“回家”，这是不可思议却又合情合理的。因为在学校也有了想念的人。学校的课外活动很丰富，我变得忙碌起来，很充实，很快乐！这是刚刚入校时的我不曾想到的。在这里，我们只要放开心来对待学校的生活，我们就一定会有收获。我们要趁自己还年轻，去努力学习、拼搏。在学校争取多获得证书，为自己以后在社会生存多一些资本，抓住各种机会锻炼自己，为未来的成功打下基础。总而言之，不要让自己的大学生生活白白地浪费掉。我们要学会抓住时间，成为时间的主人。

## 第二节 缤纷社团 师兄导航

我们学校自建校以来就十分重视校园文化建设，在2010、2011年连续两年获得全国高校校园文化建设优秀奖，2012年更上一层楼，获全国二等奖，也就是说，我们的校园文化是全国百强之列。构建我校丰富的校园文化的主力军之一就是缤纷的社团。目前，我校共有29个校级社团和19个院系社团，种类非常的多。学术类社团有图书馆读者协会、英语沙龙协会、法律协会、分析检测协会等；公益类社团有红十字会、爱心协会、心理健康协会、绿色环保协会等；体育类社团有天羽羽毛球协会、畅游自行车协会、乒乓球协会、足球协会等；媒体类的社团有校报记者团、创翔DV影视社……

首先，社团是我们专业学习的延伸和拓展。俗话说：实践出真知。通过社团的活动，可以让我们在实践中加深对所学知识的理解。同时，实践的过程也是我们进一步加深对社会的了解的过程。其次，加入社团可以培养我们的兴趣爱好。面对缤纷的社团，总有一个适合你的口味。在社团里面，你可以找到情趣相投、志同道合的同学，共同交流、切磋，一起进步。最后，社团可以促进我们综合素质的提高。在大学里面，毫无疑问，学习还是最重要的，但是，全面发展才是我们的目标。加入社团你会认识到各院系的同学，结交更多的朋友，促进社会交往能力的提升。在社团的工作，也会提高我们的语言表达能力和组织策划能力。更重要的是，社团给你提供了一个更高更大的平台，让你在全面锻炼提高自己的同时，有机会在同学中脱颖而出，成为一名领导者，为自己将来的发展打下坚实的基础。

总之，社团可以让我们的课余生活变得多姿多彩，同时也能锻炼我们的能力。但是，作为一个过来人，必须给你们提个醒：不要加入太多的社团，一两个就够了。如果同时加入几个社团的话会耗费太多的时间，毕竟学习才是最重要的。而且，万一几个社团的活动在时间上冲突了，那也是一件很难抉择的事。

### 一、校级社团 群策群力

#### 1. 爱心协会

爱心协会成立于2008年11月，是由志愿者组成的以组织、宣传爱心和环保为基本内容的公益类学生社团。所有参与的会员都自愿通过各种努力宣传校园环保、关爱他人。协会的