

武坦稳◎主编

拥抱我们的 **中国梦** ——做最好的大学生



编织无悔青春，
用梦想的脚步去丈量闪光人生。

 北京工业大学出版社

拥抱我们的 中国梦

——做最好的大学生

武田稳◎主编



3 北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

拥抱我们的中国梦：做最好的大学生 / 武坦稳主编. —北京：
北京工业大学出版社，2014.12

ISBN 978-7-5639-4115-5

I. ①拥… II. ①武… III. ①爱国主义教育—中国—青年读物
IV. ①D647-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 259912 号

拥抱我们的中国梦——做最好的大学生

主 编：武坦稳

责任编辑：符彩娟

封面设计：元明设计

出版发行：北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编：100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人：郝 勇

经销单位：全国各地新华书店

承印单位：北京建泰印刷有限公司

开 本：787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张：14.25

字 数：162 千字

版 次：2015 年 1 月第 1 版

印 次：2015 年 1 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-4115-5

定 价：26.00 元



版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请寄本社发行部调换 010-67391106)

前言

有人说人生是一场戏，如果真的是这样，那人生的不同阶段就应该其中的一折又一折。我们此时已经成了大学生，于是人生之戏的最精彩片段也随之到来了。为什么说大学是人生最精彩的片段？因为这是我们奏响独立宣言的时刻，它对于我们每个人都意味着从被“管制”的无独立行为能力阶段进入了自主之中；意味着思想上的远航终于要付诸行动之上。青春是多么动人的名字，它给我们朝气，给我们希望。昔日梁启超的《少年中国说》还铿锵在耳，今天我们已经用能力去践行！

我们一直都知道，每一个人都有自己的梦想，特别是在“中国梦”大行其道的背景下，我们的梦想之光辉就更加耀眼与充满力量。而大学恰恰是给了我们梦想得以实现的基础，大学的生活让我们拥有梦想飞翔的翅膀，大学的知识更加坚定我们追逐梦想的决心。因为我们明白，你的梦，我的梦，大家的梦都将化作一个托举未来的中国梦！

作为一名大学生，我们应该很理性很直观地去面对大学生活，应该明白文化知识是一切梦想得以实现的前提。没有知识的人生梦会远离，

没有文化的青年也不可能心怀明天。我们有理由相信，汗水与努力是一次对智慧的培养，它一定可以陪着我们勇敢地走过大学这人生最精彩绚丽的青春岁月。试回想，旧日的中国曾经几度辉煌，曾经成就文明古国，然而它又何尝不曾饱经风霜，成为他人任意践踏的场所！今天，中国正走着一条数千年以来不曾走过的新道路，它对我们也同时发出“天行健，君子自强不息”的要求。所以在大学生的校园里，我们要做的就是用尽所有的精力去与知识打拼，为梦想的实现积蓄力量。

一个中国的有梦青年，他的肩上有着无限的重托与责任。个人的前途命运，家庭的幸福美好，祖国的兴衰荣辱，这一切全部成为我们追求的梦想。当我们努力汲取知识文化的时候，我们身体素质的要求也注定不容忽略。做强之国人，做勇之后代，这才是一个中国青年，一个当代大学生最应该做的。素质包括了文化，更不能少了体质的要求，只有一个学习、身体、心理全面发展，又面面禁得起考验的大学生，才会是祖国未来的希望，也才有可能成为中国梦的真正践行者。

时代不断前进，我们的路也越走越宽。我们的梦想已经由最初的温饱走向了以正确人生观、世界观、价值观为导向的民族希望之大梦想。今天的我们应该实现自我人生价值，执着向前，怀揣祖国，用坚定与执着去做事，用勤劳与勇敢去做人。有人曾经说过：“如果我不在梦里，就在通往梦想的路上。”这就是我们大学生今天的状态，我们正走在实现梦想的道路上，我们的梦是一个国家民族的伟大复兴，我们的梦是一次经历了风雨终见彩虹的幸福。同学们，让我们一起努力前进吧，中国梦为我们拉开了帷幕，我们前进的脚步也已经踏上了征程。相信明天我们就会谱写出不同于别人的青春梦想！

第一章 我们的“中国梦”，梦想始于足下

要清楚踏进大学校门的意义	003
要充分了解和掌握自己的学科	005
从大一开始就要进行职业规划	008
千万不要随波逐流地转换学科	011
试着多旁听别的学科的课程	014
“辅修”和“双学士”是可以考虑的	017
要向优秀学生学习，励志成为“BOB”	020
有机会一定要竞选学生干部	023
主动请缨，多参加教授的科研工作	026
多听各种不同的讲座	029
了解各种能发挥自己优势的学生竞赛	031

第二章 拥抱“中国梦”，一定要明确自己的目标

有理想，为自己画一张未来的蓝图	037
将理想细化，制订学期计划	039
除了有目标，还要讲究实现目标的方法	042
做任何事情都要给自己规定完成时限	044
做什么事情，都要提前一天安排好	047
随时自查学习进度以及学期计划完成情况	049
对于自己擅长的科目，要精益求精	052
大学生活中的变数有很多，适时调整计划	054
需要时要懂得寻求教授和同学的帮助	057

第三章 “三高”定位，让“中国梦”与你携手前进

要有良好的学习态度，虚心比什么都重要	063
不能以“不挂科”为目标，你要更加优秀	066
用高标准、高定位、高要求来鞭策自己	068
社团活动要参与，学习功课也不能耽误	070
对交友也要高标准，与优秀的人同行	073
对作业论文，千万不能得过且过	075

单纯阅读还不够，要求自己读通读透	077
听课不简单，每一节课都要有知识吸收	080
听一次讲座，要有不一样的收获	083

第四章 寻找最适合的方法，“中国梦”推动你不断成长

每个人的学习方法都不同，找到最适合自己的	089
别把看书复习看成寻常事，讲求方法最重要	092
总有一个学习场所是最适合你的	095
什么样的记忆方法适合你	097
上课做好笔记，课后做好知识回顾	100
选择适合自己阅读的课外图书	103
今天的事情今天做，今天的作业今天做	106
英语不能死记硬背，要找到渠道练习口语	109
多与同学交流，接受新的思维	111
多与教授交流，突破思维的关键点	114

第五章 学会思考，实践我们的“中国梦”

学会发现问题，这是思考的源动力	119
面对自身问题，不能讳疾忌医	121

教授说的不一定对，学会批判性思维	123
尽信书不如无书，怀疑精神你要有	126
对自己的一言一行要三思而后行	129
成功了，要懂得总结经验	131
别太主观，判断事物不能凭直觉	133
不要过于依赖网络资源，要懂得取其精华去其糟粕	135
学会独立思考，同时也要善于团队思考	138
勇于提出自己的想法，将思考结果付诸实践	140

第六章 勇于创新，“中国梦”给你鲜活的思维力量

创新要从突破自己开始，戒除学习陋习	145
对于没接触过的领域，试试又何妨	147
大家都这样学习，不代表你一定要这样学习	149
在学习过程中，善于另辟蹊径	151
做别的同学不会做的事，有时也是一种收获	153
试试新鲜事，尝试走出校园	155
不要在一个社团中待四年	158
提前进行论文规划，发掘不一样的角度	160
锻炼身体的方式也能独树一帜	162
迈出尝试的第一步，才能保证冲刺的力量	164

第七章 学会承担，“中国梦”需要良好的责任意识

想想自己理想的人生	169
大家都有理想，你也要有	171
学会先从小事做起	173
如果没能达到目标，别泄气	175
要找到你自己的兴趣	177
明白“三人行，必有我师”的道理	179
多问为什么，凡事别模糊	182
要乐于助人，才能受欢迎	184
为自己寻找一个英雄偶像	186
试着做你自己的英雄	189

第八章 自我管理，时刻用“中国梦”鞭策自己前行

学会管理自己，规定每天的学习时间	195
别沉溺于网络游戏，那是虚耗大学光阴	197
别将过多时间倾注在课外活动上	200
从起床开始，一天的事宜尽力按照规划走	202
戒除晚睡晚起的习惯，时间是你学习的根本	205

保证每天的运动时间，劳逸结合很重要	207
常规的事情要做，意料之外的事要及时调整规划	209
考试前夕，作息学习要尽量按照固定规划走	211
别太放任自己，千万别通宵达旦	214

第一章

我们的『中国梦』， 梦想始于足下



要清楚踏进大学校门的意义

当大家结束了九年夜以继日的苦读，当大家怀抱着自己的梦想站立于大学校园的时候，这一刻的自己应该是骄傲的、幸福的、兴奋的，有完全达成了梦想的优越感。可是进入了大学，我们的世界几乎已经成形了，我们应该了解自己，明白自己要走的路，而不是一味地炫耀自己是一名大学生。

现在是一个人人力争向上的时代，“中国梦”的声音在世界每一个地方响起，让世界人民对我们刮目相看。我们这些作为“中国梦”未来推动者的青年肩负着前所未有的责任与义务，我们要为自己多努力，为国家多努力。在这里，我们不应该再满足于书本的教育，因为那是获取知识的狭窄空间；在这里，我们不再为考试而穷追猛打，因为还有着比考试更高的境界。今天的学习已经被赋予了更深一层的意义，它是我们未来的生活，是国家未来的希望。怀抱着“中国梦”前进的我们，要更加向前，更加努力拼搏。

可能大学的学习环境还让我们不太适应，可能这个校园的一切还如此陌生，可是它却让我们为自己的奋斗铺开了稿纸尽情抒写。它等着我们画出宏伟的蓝图，准备着为我们的腾飞做出最后的托举。为此，我们要将暂时的茫然与不知所措收起来，我们要从独立学习与生存的角度去看待大学生活。转变需要人生一点一点地进行，急转弯势必让我们站不稳、走不顺。所以不要急着去让自己出类拔萃，我们有时间来证明自己。此刻，我们最应该做的是像个学生一样，去适应新的学习、生活以及与人相处、自理生活的要求。

你会发现，在大学已经完全变成了主动式吸收知识，没有人会逼着你学，没有人会在意你是不是已经吃透学会。你所要做的就是自己告诉自己：“从现在开始，我是独立的个体了。我脱离了父母的监管，也失去了老师的督促，可我不能放任自己，因为大学的生活意味着我将来如何面对社会的能力。”如果这一刻我们还没有搞明白大学是我们走上社会的起步，那我们将来可能就要吃苦了。因为大学的学习看上去没有那么繁重，可是却有着那么多的实际需要：大一用来熟悉，用来接触新鲜事物；大二就要用来赶课程，拿证书；到了大三就应该开始论文的准备、工作的考虑了；大四没有单位接收，会让我们心有不安，惶惶不可终日。这所有的事如果自己不按部就班地进行安排，将来你很有可能就要交出大学的白卷。

也许这样一一列举现实会让我们感觉沉重，可是作为一个关心国家与民族命运的“中国梦”推动者，我们难道不应该有这样的决心与毅力吗？我们已经非常清楚，不管我们将来从事哪个行业，我们所付出的都是为了国家的向前而做的努力。所以我们只有努力做好应做的工作，我

们只有严格要求自己。大学生活不再是简单的定律与写作时代，它在向我们要一张综合素质的高分卷。我们要以强者的姿态，少说空话，多干实事，去勇敢地挑战时代与自我。只有这样，我们才能与世界接轨，才能真正为了“中国梦”的实现而奉献出自己的一分力量。

所以，从今天开始，从现在开始，我们要以当代大学生的特有姿态，来坚强地面对大学生活。在这里，我们将发挥自己的所长，创造自己的奇迹，面对着世界日新月异的发展而更加严格要求自我。当我们回归家庭，我们是父母的希望与慰藉；当我们面对社会，我们则成为顶天立地的担当者。我们在未来可以为家庭幸福努力，更可以为国家的伟大复兴出力。这才是一个真正的学有所成、学以致用的新时代大学生！

要充分了解和掌握自己的学科

应该说大学四年是我们对自己进行充分自我定位的四年，这对于我们自己将来要走什么样的路很重要。而明确未来之路的定位却在于我们对自己专业的认知，我们的这份专业是什么性质，学习内容有哪些，需要如何学习，这都以自己对这个学科有多少了解，是不是真正能够强而有力地进行掌握为前提。一个连自己所要选择的路都不清楚的人，是永远没有谈论成功与否的资格的，所以了解与掌握自己要面对的专业是大

学新生最应该要做的事。

曾经有教育机构对大学的新生做过一次调查，意在了解大学新生对自己专业的满意度。可是在 4000 多份的问卷里，对自己的专业满意的大学生比例竟然只占到了 32%，不满意的人却占大多数。许多大学生进入学校 3 个月之后，忽然发现自己当初所报考的志愿与自己的性格、潜能、特长以及兴趣都有所偏差，甚至是冲突。而造成这个结果的原因就是自己在最初选择这个专业的时候没有对它完全了解。我们苦读九年，在几百万的竞争者中得到这个学校的录取通知书，难道就是为了自己有一天坐在这所学校懊恼选择的失误吗？当然不是，因此，对自己专业的了解与未来的发展有直接关系。

有些人已经在学校进行学习，却还不知道自己学了这个专业之后将来可以做什么，或者发现报错了专业，入错了行，这个时候你该怎么办呢？

大一的新生林夏，因为对物理比较感兴趣，同时他看土木工程这个专业就业率高，于是果断地报了这个专业。可是，当他进行了半年的学习之后，他在老师及同学们的交流中开始明白土木工程这个专业，并了解了这个专业所对口的工作。他突然发现自己错了，土木工程专业的毕业生确实容易就业，但他的工作性质除了要与那些枯燥的建筑模型打交道之外，更多的时间是要留在工地上，环境之苦、条件之差难以想象。如果这些都是未来的事，那现在的学习上林夏也一样感觉力不从心。因为大学阶段专业学习中知识的深度是中学阶段难以企及的，仅靠以前对物理的兴趣远远不够，这让他前所未有地忙乱。林夏似乎在一夜之间变得没有了学习的动力，他觉得自己的大学白考了，现在的学习很吃力，