

大学生素质拓展教育指导丛书

DAXUESHENG SUZHI TUOZHAN JIAOYU ZHIDAO CONGSHU

呼吸青春，拥抱阳光

—— 校园文化艺术 Follow me

赵 扬 主 编

 复旦大学出版社

www.fudanpress.com.cn

大学生素质拓展教育指导丛书

呼吸青春 拥抱阳光

——校园文化艺术 Follow me

主 编 赵 扬
副主编 朱小萍 廖志鸿
吴 江 许贝宁

复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

呼吸青春 拥抱阳光——校园文化艺术 Follow me/赵扬主编.
—上海:复旦大学出版社,2004.11
(大学生素质拓展教育指导丛书)
ISBN 7-309-03952-1

I. 呼… II. 赵… III. 高等学校-校园-文化-研究
IV. G647

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 023710 号

呼吸青春 拥抱阳光——校园文化艺术 Follow me
赵 扬 主编

出版发行 复旦大学出版社

上海市国权路 579 号 邮编 200433

86-21-65118853(发行部) 86-21-65109143(邮购)

fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

责任编辑 宋文涛

装帧设计 陈 萍

总 编 辑 高若海

出 品 人 贺圣遂

印 刷 上海品林日历印刷有限公司

开 本 890 × 1240 1/32

印 张 6.875

字 数 172 千

版 次 2004 年 11 月第一版第一次印刷

印 数 1—5 100

书 号 ISBN 7-309-03952-1/D · 252

定 价 10.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社发行部调换。

版权所有 侵权必究

实施素质拓展 促进人才强国

共青团中央书记处书记 杨岳

“大学生素质拓展计划”是团中央、教育部、全国学联为贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，适应经济社会发展对人力资源尤其是青年人力资源开发的迫切需要而共同实施的。自2002年推出以来，各地各高校都积极响应、大力推进、不断探索，显示出了蓬勃生机和广阔前景，在服务于广大青年学生全面成长成才方面发挥了日益重要的作用。

人才资源是第一资源。新的世纪，国家发展和民族振兴都对高素质人才培养提出了迫切需求。党的十六大报告指出：“当人类社会跨入二十一世纪的时候，我国进入全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化的新的发展阶段。国际局势正在发生深刻变化。世界多极化和经济全球化的趋势在曲折中发展，科技进步日新月异，综合国力竞争日趋激烈。”我们国家要抓住本世纪头二十年

的重要战略机遇期,在日益复杂多变的国际环境和日益激烈的综合国力竞争中,实现全面建设小康社会、和平崛起的目标,进而实现中华民族的伟大复兴,归根到底取决于人才培养。“小康大业,人才为本”,没有数以千万计的高素质人才做依托,现代化建设就是无源之水。正是基于人才战略的重要性,2003年12月,党中央、国务院召开了全国人才工作会议,会议通过了《关于进一步加强人才工作的决定》。《决定》指出:“在建设中国特色社会主义伟大事业中,要把人才作为推进事业发展的关键因素,努力造就数以亿计的高素质劳动者、数以千万计的专门人才和一大批拔尖创新人才”,“培养造就一大批素质优良、勇于创新的青年人才,是实现人才工作可持续发展的迫切需要”。会议还提出要大力实施人才强国战略,把学习能力、创新能力和实践能力做为人才培养的重点。从这个意义上讲,“大学生素质拓展计划”着眼于大学生这一国家人力资源结构中最重要、最重要的战略性储备资源群体的培养和开发,以职业导航设计、素质拓展训练、建立评价体系和强化社会认同四个环节为经,以思想政治与道德素养、社会实践与志愿服务、科学技术与创新创业、文体艺术与身心发展、社团活动和社会工作、技能培训等六方面

内容为纬,积极引导和帮助广大青年学生完善智能结构、提高综合素质,促进他们在全面发展的基础上更好地培养自己的核心竞争力。这一计划是共青团组织、学联组织配合教育行政部门,落实科教兴国战略、人才强国战略,直接服务于党和国家人才工作和长远发展的战略目标的重要举措。

上海的社会经济发展走在全国前列,上海共青团、学联的工作也为全国提供了不少成功经验,2003年2月,团中央、全国学联在上海召开了“大学生素质拓展计划”现场推进会。这套《大学生素质拓展教育指导丛书》就是近年来上海高校以团学组织为主体开展的各项素质拓展活动和工作的集中展示和总结,对进一步深化“大学生素质拓展计划”的实施也有很好的启发。我衷心希望以这套丛书的出版发行为推动全国各地各高校“大学生素质拓展计划”的实施能够百花齐放、争奇斗妍,为青年人才培养、为人才强国战略的落实和全面建设小康社会宏伟目标的实现作出新的贡献。

卷首语

曾有人戏言,所谓大学的熏陶,就是老师吸着烟,朝你脸上喷啊喷地喷四年。而现实的大学校园中,或严谨或活泼、或幽雅或朝气的氛围,如同涓涓细流,浸润着在此研读的每一位学子。于是在这片年轻的天空中,有了灿如星辰的友情、光芒坚定的信念,有了呼啸盘翔的翅影和幻想飘漾的未来。

如同娇美的花朵、清新的草叶在享受大自然雨露滋润的同时,以绽放的身姿、盈盈的绿色回报着自然的馈赠一般,菁菁校园中的大学生们在享受校园人文氛围滋养的同时,也在神圣的象牙塔中创造着属于自己的大学校园文化艺术。思维敏捷的他们敢于创新、善于接受新鲜事物;青春无敌的他们,勇于尝试、略有轻狂却不怕挫折;时尚新潮的他们,标榜新异、大胆出位;强调个性的他们,从不勉强自我,更不会伪装或矫情。他们也许有点特立独行、我行我素,有那么一点叛逆、顽劣、任性和搞怪的不完美,但他们却以自己的热情、理想、浪漫和青春的躁动去拥抱阳光、歌唱生活,在时光中沉淀属于他们的激情岁月,创造出令人目眩神迷的校园文化艺术。

如同百合般清新、自然、圣洁、芬芳,大学校园文化艺术傲然绽放在书香之地。本书聚焦于大学校园文化艺术,在对其进行全景式描绘的同时,也回放着种种具有代表性的校园文化现象,并对校园文化在学生素质教育中的独特作用进行了探讨。阅读的过程本身就是一次愉快的旅行,从现在起,让你的眼睛和心灵共同启程,跟我们一起去看畅游缤纷的大学校园文化艺术世界。我们将首先为





您端上一碗精心烹制的“心灵鸡汤”，大学校园文化艺术的种种元素一一加入，滋补得很呢。然后，我们将带您逐一领略不同的风景——“塔”文化、时尚情结、网络世代、魅力前线、经典重温，种种独特的文化现象背后蕴涵着大学生的活力与朝气。而旅程最后的“海阔天空”，属于你也属于我们，在那里我们共同感悟、探讨、向往、创造更加美好、丰富的校园文化艺术。

活泼的语言、轻松的行文、飞扬的文采与大学校园文化艺术的多姿多彩相得益彰。本书通过对青年学生喜闻乐见的校园文化的介绍、评析，以及对这一七彩世界的描绘，将校园内隽永的文化艺术情结也一一展现在各位的眼前；并在引领青年学生对文化艺术执著追求的同时，也对“塔”中人提出了一些善意的建议。而随文链接的小贴士，更是有助你在欣赏、理解、参与这些文化艺术活动的过程中，能够更加得心应手，成为百分百的文化人。

大学校园文化艺术的瑰丽，非亲身经历者不能体会。作为大学校园文化的参与者和创造者，年轻的作者们怀着对青春岁月的热爱与大学生活的怀恋写下自己的真切感受，希望能引起读者的共鸣。当你睁着蒙眬的眼、捧着好奇的心时，希望它能成为你们跨入大学校园的铺路石，让你们尽快拥有自由翱翔的天空！当你正亲身经历着书中描绘的精彩世界时，希望它能助你和着青春律动节拍，在忘情的参与中找到属于自己的精神支柱。而当你即将或已经远离校园之时，亦希望它能让你回忆起校园文化的清香，重温曾经的美丽岁月。

那就让我们随着书页的翻动，揭开校园文化艺术神秘的面纱，慢慢靠近其难以抗拒的魅力的真相。走得近些，近些，再近些……

实施“大学生素质拓展教育”计划是高校共青团组织服务经济社会发展、服务素质教育、服务青年学生成才就业的一项重要工作。《大学生素质拓展教育指导丛书》全套六种，旨在从思想政治与道德素养，社会实践与志愿服务，学术科技与创新创业，文体艺术与身心发展，社团活动与社会工作、技能培训等六个方面引导和帮助广大青年学生坚定理想信念，完善综合素质，健全人格，并在实践活动中张扬个性，发展自身，提升能力，促进德、智、体、美全面发展。

本丛书根据教育部、共青团中央委员会及全国学联的有关文件精神，由专家指导编写，定位准确，篇幅简要，内容精采，文笔生动，是各大学共青团组织及有关方面开展大学生素质拓展教育的适用读本。

大学生素质拓展教育指导丛书

● 我心飞翔

——大学生思想政治与道德修养

● 走出去，撑起一片蓝天

——大学生社会实践与志愿服务

● 大航海时代

——大学生学术科技创新

● 呼吸青春，拥抱阳光

——校园文化艺术Follow me

● 健康是金

——在大学里拓展身心素质

● 打开一扇窗，自己往外看

——解码社团情结、学生干部、社会兼职

目 录

卷首语	1
第一章 校园文化——我们的心灵鸡汤	1
一、掀起你的盖头来	3
精彩无极限	3
特别的文化属于特别的你	5
二、新完美主义	7
库存“优质青年”	7
做个真正的 EQ 高手	10
打造 G 品生活,塑造美丽人生	13
三、谁也动不了你的奶酪	15
与众不同最拉风	15
随时随地炫一手	17
第二章 跟我来上塔	21
一、我们的文化,我们的节日	23
学海无涯	23
综艺先锋	26
I Love this Game	29
二、我爱我家——这里的味道暖洋洋	33
美丽新世界	33
零点深蓝	35
“缘”来如此	36





三、你看,你看,课桌的脸	39
UP2U	39
素面朝天	40
四、校园步行街	42
你挑你的——淘吧	42
模拟人生	44
我晕我 IN	45
五、缪斯在微笑——原创先锋	48
永远的伊甸	48
我为歌狂	50
阿里巴巴的宝藏	51
 第三章 无处不在的时尚	53
一、动漫情结	55
二、低头偷笑的拇指族	61
三、“碟碟”不休	67
四、哈日哈韩,爱就爱了	72
五、体验 DIY	76
 第四章 E 网情深	81
一、E 世代	83
二、E 网打尽	88
O,I seek U	89
我灌我灌我灌灌灌	91
超人气校友录——我们的自留地	94
伊妹儿	95
天南地北任我游	96
冲锋陷阵,online game	98

畅游校园网	99
三、E 情别恋	101
第五章 我“魅”，故我在	107
一、美源自内心——礼仪与修身	110
二、美言美语	114
男女有别的语言磁力	115
交流法宝	115
交谈中的“点金石”	117
多些幽默细胞	117
好口才基本功	119
口才成就事业	119
三、握握手，敬个礼，交际过过招	122
给行为加点糖	122
交际礼仪过过招	123
大学里的相处之道	127
四、看我七十二变	131
给服装“号号脉”	132
服饰巧搭配	132
做好自己的形象设计师	135
素面朝天 OR 淡妆浓抹	136
第六章 魅力永恒的经典	137
一、红色经典	142
红色文化伴我成长	142
让我们一同来重温	143
新的时期有了新的旋律	146
二、追忆似水年华	148
开卷有益	148



坐拥书城	150
学会读书	151
三、月光奏鸣曲	153
给音乐两小时	153
没有人找不到他喜爱的音乐	154
听懂音乐	155
四、斑驳的时代	157
美术离我们并不远	157
来认识美术的大家庭	158
做一个能“发现美”的有心人	161
五、银河漫步	162
旋转的光影世界	162
了解电影的艺术语言	163
学会品味电影	165

第七章 属于你的海阔天空

一、寻找你的坐标(x,y)	171
在纯金上镀金——精益求精	171
给百合上色——赋予个性	175
为紫罗兰洒香水——增添高雅品位	180
show 出你的真精彩	182
二、从 E 时代的鸡蛋里挑出骨头	184
削足适履的迎合	184
不能自拔的无奈	186
咬自己尾巴的小狗	188
颓废,离我远一点	189
三、我们是文化中一道流动的风景	192
文化发展我们	192

我们创造文化	196
后 记	199



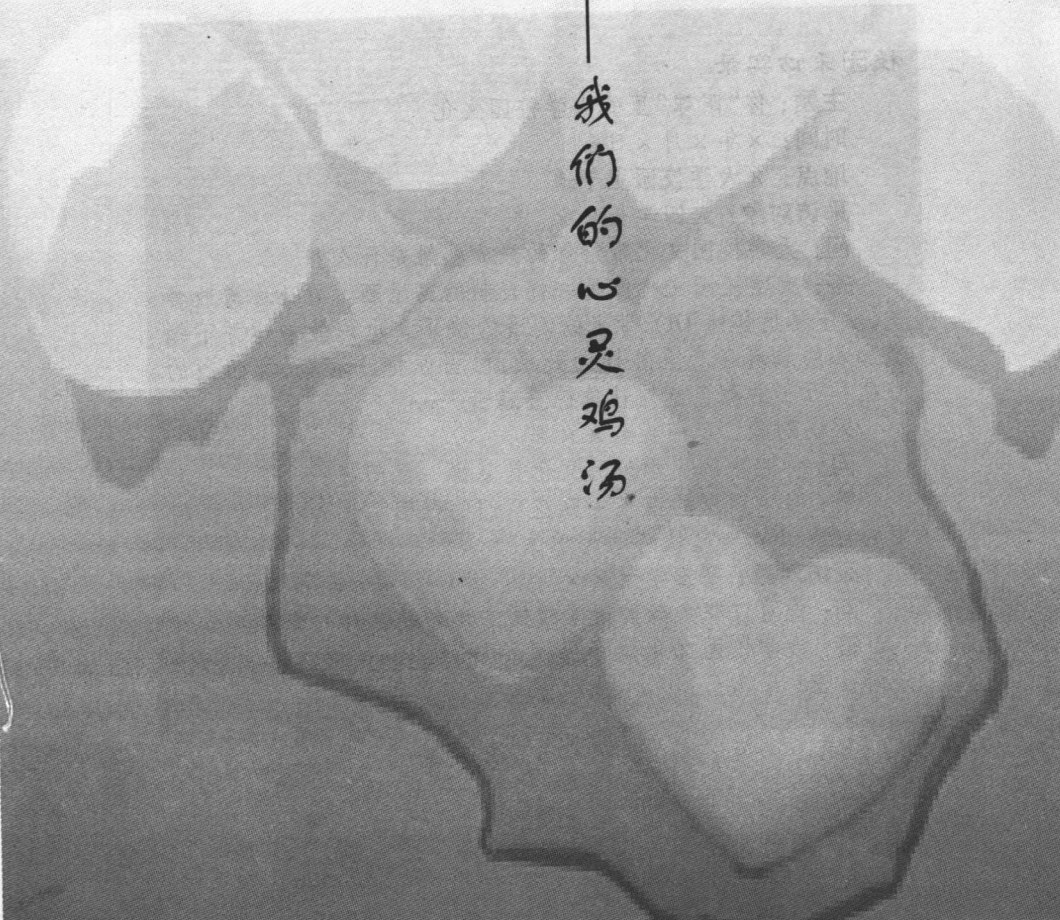
第一章

当

盈上融门共伏前平几森反·克臣味尔非特·克杰
来飘照送时喜神门共,甘“系数”的中,系数
料各左各,雷一保数来“系数”要需料同兵少由门共
由“兵少国数,舌主国数”!就立一保数开此从“系数”的
故开此开,否是。中融共由入到,入融太一第由金融
五开果咬,与“系数兵少”的中,系数融中国融学大号共
惊,效也奇特味太通融特由“系数”融系融,真其此育
六开文国融由深融融在融融,牛此融融融
.....融

校园文化

我们的心灵鸡汤



第
一
章

当

杰克·坎菲尔和马克·汉森几年前为我们端上盛在精致小碗中的“鸡汤”时,我们惊喜地发现原来我们的心灵同样需要一碗“鸡汤”来滋补一番,各式各样的“鸡汤”从此开始粉墨登场!“滋润生活,滋润心灵”的概念也第一次闯入了年轻人的头脑中。是否,你也开始找寻大学校园中那碗传说中的“心灵鸡汤”呢?如果你正有此打算,想了解这碗“鸡汤”的神秘配方和神奇功效,就请跟随此书,以轻松的心态体验这趟精彩的校园文化之旅吧……

校园采访实录

主题:你“眼球”里的大学校园文化

时间:×年×月×日

地点:×大学校园主干道

采访对象:大四学长××

问:大学校园文化带给你的最大感触是什么?

答:大学校园文化像是一杯自制的鸡尾酒。它让你勇敢尝试,从中尽情体味 DIY 带来的创造的快乐。也许最初你并不知道加入的原料会产生怎样的效果,但当你打开酒瓶,那四溢的香气和五彩的颜色绝对让你惊喜满满……

采访对象:大一新生××

问:你眼中的大学校园文化是怎样一幅图画?

答:自由新鲜的空气+五花八门的社团+大大小小热热闹闹的自我 show = 超快感的大学体验

采访对象:高三学生××

问:你可以想象到的大学校园文化会是怎样的呢?

答:大学校园文化是不是统统 up to you (由你做主)啊?好向往噢!