

# 大学

(第2版)

*Daxue  
Shenghuo  
Zhinan*

# 生活指南

◎ 主编 赵恒伯

 **北京理工大学出版社**  
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

# 大学生生活指南

(第2版)

主 编 赵恒伯  
副主编 范秀仁  
编 委 符心融 张甫旺 陶广华 刘建华  
黄 伟 左 剑 卢筱琳 张蕾(小)  
李金春 叶 芳 刘国胜 王晓雷  
付忠辉 马志亮 肖长荣 李志茹  
张灵敏  
编 者 胡 斌 (第二章第一、二节)  
涂 威 (第一章、第三章第二节第二条、第四章)  
陈学云 (第二章第三节、第五章)  
宋金生 (第三章第一节、第二节第一条)

 北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

ISSN 978-7-5640-6698-7

版权专有 侵权必究

---

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生活指南/赵恒伯主编. —2 版. —北京: 北京理工大学出版社,  
2012. 8 (2013. 8 重印)

ISBN 978 - 7 - 5640 - 6698 - 7

I. ①大… II. ①赵… III. ①大学生 - 学生生活 - 指南  
IV. ①G645. 5 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 196656 号

---

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京慧美印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 12. 25

彩 插 / 5

字 数 / 225 千字

版 次 / 2012 年 8 月第 2 版 2013 年 8 月第 2 次印刷

责任编辑 / 张慧峰

印 数 / 5001 ~ 10300 册

责任校对 / 陈玉梅

定 价 / 28. 00 元

责任印制 / 王美丽

---

图书出现印装质量问题, 本社负责调换



南湖



神龙广场



第五教学大楼



旅游实训大楼



实验楼



图书馆侧影



学生公寓



文体中心



网球场



行知广场





# 前 言

所有的日子，所有的日子都来吧，让我编织你们，用青春的金线和幸福的瓔珞，编织你们！

——《青春万岁》

年轻是充满向往的激情岁月，大学是多彩生活的缔造摇篮。如果说人生是一本书，那么大学生活便是书中最美丽的一页；如果说人生是一台戏，那么大学生生活便是戏中最精彩的一幕。亲爱的同学们，在这人生最美好的时刻，你是否已经做好了准备，扬起风帆，驶向理想的彼岸？展开翅膀，飞向自由的天空？

踏入大学校门，一系列的问题接踵而至：大学和中学有什么不同？在大学里会遇到什么？在大学里如何学习、如何生活、如何做人、如何工作？大学毕业后如何走向社会？所有这些问题都困扰着即将开始新生活的你。本书针对入学之初的这些问题作了系统、简明扼要的介绍和解答。我们编写这本书的目的就在于能给你的大学生活做一个向导，为你的行动指南，为你答疑解惑。通过学习这本书，你可以详细了解学院的各项规章制度、了解大学生活的方方面面，让自己尽快融入大学生活。希望它能引导你对大学有一个整体概念，对自己将要生活、学习的江西旅游商贸职业学院有一个总体认识。

当你仔细阅读这本书，并开始认真思考其中一些问题的时候，你真正意义上的大学生活已经开始了。相信大家对自己的大学生活和未来，已经有了初步的印象和规划。大学时光其实也很短暂，而我们的人生还有很多要做的事。为了梦想，让我们珍惜时光，从现在开始认认真真学习，轻轻松松生活，让我们的大学生活变得更加充实、丰富、有规律。

欢迎你成为江西旅游商贸职业学院大家庭中的一员。

## 江西旅游商贸职业学院赋

噫吁嚱，江西旅游商贸学院。区区数载，拔地而起；卓卓成就，名列前茅。屹立于赣江之畔，虎踞于南昌之郊。西接梅岭山，乐祖圣地、山清水秀；东临滕王阁，物华天宝，人杰地灵。依山起势，与庐岳相辉映；面野抒怀，眺赣江而遐思。采江山之灵秀，吸日月之英华。尽享天时地利，汇聚八方人和。今显冲九霄之势，岂虚名哉？

百年大计，教育为本；教育之本，不离环境。孟母三迁，屡觅佳所，终就亚圣。恩泽千秋，流芳百世。旅商学院，环境幽雅，占地千余亩，绿化有七成。风景如画，四时美景迭异。各据地势，飞檐翘角。参差交错，气势恢弘。阡陌交通，书声相闻。佳木秀而繁荫，碧草摇而舒雅。桂花香气盈满园，金菊绽放迎盛世。高楼耸立，傲云空之气势；凉亭静覆，俯胜地之闲雅。神龙广场，神龙旋转，喷水柱于九霄；行知石雕，贤人指引，导学子于行知。金饭碗，灿灿闪光，奋斗之结果，功劳之象征；孺子牛，默默奉献，老师之缩影，学生之标范。两塘水清必有源，鱼肥种多定是情。行政楼、实训楼、外专楼、实验楼，楼楼功能齐全；图书馆、体育馆、美展馆、艺术馆，馆馆场面火热。看今朝，旅商景色妖娆；天道酬勤兮闻鸡而起，焚膏攻读；开卷有益兮馆门若市，座无虚席。此乃兴教之气象也！

莘莘学子，如鱼得水；佼佼先生，似鹏展翅。革命圣地，名师汇聚。藏龙卧虎，腾蛟起凤。众学子，风华正茂，学海遨游；诸良师，博学多才，杏坛挥洒。振兴中华，披星戴月。皇天诚感，硕果满园。喜师生，雄心磨砺，气吞天地。齐努力，谋发展。君不见，道旁树下，促膝长谈，答疑解惑；君不见，室外舍内，慰寒问暖，敬业爱生。关怀如父母，教育赛亲慈。学子灯火三更作业，先生风霜一夜钻研。谈笑鸿儒做伴，往来师友为伍。迎八面子弟，招四方贤才。尊师重教，引来几代英才；培桃育李，定是满园春色；昔时旷野，今日辉煌。稚凤学飞，万里风云从此起；潜龙起奋，九天雷雨及时来。

顾昔日，捷报飞传，批准组建，三校合一，是时生寥寥逾千，师仅区区满百。看今朝，旅商门庭如海，比肩接踵。教授、专家，学问广博；博士、硕士，精神奋发。七大分院，四十七大专业；文理工体，直探学问前沿。秉承求真笃行兴学理念，培养应用技能复合人才。华域昌隆铺锦绣，龙人奋起写春秋。落霞孤



鸢思子安，旅商盛景赞贤达。志为人民，创千秋伟业；心酬祖国，立一代殊勋。跃马扬鞭抒壮志，披荆斩棘展宏图。

不以规矩，无以成方圆；教育有度，方可造英才。百川归海，万众一心。教学相长，志同道合。功过奖惩，是非分明。克己奉公，兴廉拒腐。奖学金，助学金，为品学兼优者点灯，为贫困者送暖；技能证，荣誉证书，为技高立功人披彩，为后来人表率。学工处，先学生之忧而忧，后学生之乐而乐；教务处，身负重任精神爽，面对宏图斗志昂。政场设策兴国学，杏坛挥雨香桃李。

赣水浩浩，旅商煌煌！松柏伴英雄长眠，学院与日月争辉。人才辈出，青胜于蓝。精一门长技，就业率九十有三；通诸多学业，优秀者远渡重洋。时代新人赶旧人，长江后浪推前浪；示范院校传捷报，再创佳绩待明朝。听弦歌高吭，如坐春风；闻兰桂飘香，逸兴遄飞。吾辈学子，拭目以盼，看旅商明天灿烂辉煌！

汪逸

# 目 录


第一章 了解学院概况, 认知新环境.....	1
第一节 学院概况.....	1
第二节 面向学生的主要部门介绍.....	3
第三节 分院情况介绍.....	5
第四节 主要学生组织机构介绍.....	7
第五节 学院后勤服务指南.....	9
第六节 学院餐饮、购物、银行、医疗、交通服务指南 .....	10
第七节 学院主要机构位置及电话号码 .....	12
第八节 学院常用网站地址 .....	13
第二章 转变人生角色, 适应新生活 .....	15
第一节 新生心理引导 .....	15
一、读大学是享受生活还是塑造自我 .....	15
二、校园生活中丰富的情感世界 .....	16
三、责任让大学生的思想更加成熟 .....	17
第二节 大学生活面面观 .....	18
一、衣着得体 .....	18
二、健康饮食 .....	19
三、爱舍如家 .....	19
四、安全出行 .....	21
五、时间规划 .....	22
六、我们的班级 .....	23
七、校园十项文明礼仪规范 .....	24
八、现代人际交往信息平台使用礼仪规范 .....	27
九、安全防范提醒 .....	29
第三节 学院的教学模式和学习方法 .....	30
一、江西旅游商贸职业学院人才培养目标 .....	30



二、实习与实训 .....	30
三、考试与成绩 .....	31
四、学生信息管理平台的使用 .....	32
五、体育与公选课 .....	32
六、图书馆读者指南 .....	33
七、高职学生升本科的条件与途径 .....	36
<b>第三章 遵守法纪校规，塑造新风范 .....</b>	<b>38</b>
<b>第一节 法规文献 .....</b>	<b>38</b>
一、高等学校学生行为准则 .....	38
二、国家教育考试违规处理办法 .....	39
三、普通高等学校校园秩序管理若干规定 .....	45
四、学生伤害事故处理办法 .....	47
五、普通高等学校学生安全教育管理暂行规定 .....	52
六、教育部关于切实加强高校学生住宿管理的通知 .....	55
七、江西省生源地信用助学贷款实施方案 .....	58
<b>第二节 校纪校规 .....</b>	<b>62</b>
<b>第一部分 规范管理 .....</b>	<b>62</b>
一、江西旅游商贸职业学院学生管理暂行规定 .....	62
二、江西旅游商贸职业学院学生综合素质测评暂行办法 .....	69
三、江西旅游商贸职业学院学生违纪处罚规定 .....	77
四、江西旅游商贸职业学院学生申诉处理办法 .....	84
五、江西旅游商贸职业学院学生安全教育及管理暂行规定 .....	87
六、江西旅游商贸职业学院道路交通安全管理暂行办法 .....	90
七、江西旅游商贸职业学院财产维修暂行规定 .....	92
八、江西旅游商贸职业学院“三级进阶式”创业教育实施方案 .....	94
九、江西旅游商贸职业学院班级建设管理暂行办法 .....	95
十、江西旅游商贸职业学院学生宿舍管理规定 .....	101
十一、江西旅游商贸职业学院户籍管理规定 .....	103
十二、江西旅游商贸职业学院学生工学交替、顶岗实习管理规定 .....	104
十三、江西旅游商贸职业学院学生毕业实习管理规定 .....	109



十四、江西旅游商贸职业学院学生军事训练暂行规定	112
十五、江西旅游商贸职业学院学生社团管理办法	115
十六、江西旅游商贸职业学院学杂费收缴管理暂行规定	121
十七、学生平安医疗保险情况及理赔办法说明	122
<b>第二部分 奖励激励</b>	<b>124</b>
一、江西旅游商贸职业学院学业优胜奖评定办法	124
二、江西旅游商贸职业学院“三好学生”评选办法	125
三、江西旅游商贸职业学院先进班级评选办法	125
四、江西旅游商贸职业学院“星级文明寝室”评选实施办法	127
五、江西旅游商贸职业学院团内评优制度	129
六、江西旅游商贸职业学院优秀学生干部评选办法	132
七、江西旅游商贸职业学院职业学院推荐优秀团员青年入党工作实施细则	134
八、江西旅游商贸职业学院高职学生国家奖学金、励志奖学金、国家助学金评定办法	135
九、江西旅游商贸职业学院中职农村家庭经济困难学生、城镇低保家庭学生免学费实施方案	143
十、江西旅游商贸职业学院中职学生国家助学金评定办法	146
十一、江西旅游商贸职业学院学生勤工助学管理办法	148
<b>第四章 培养健康心理，焕发新面貌</b>	<b>151</b>
第一节 心理健康中心简介	151
第二节 心理咨询须知及约谈流程	152
第三节 心理素质测评介绍	153
第四节 情绪调控方法介绍	153
<b>第五章 规划职业生涯，开拓新天地</b>	<b>156</b>
第一节 职业生涯规划与设计	156
第二节 大学生就业与创业指导	158
第三节 学生职业道德规范	163
第四节 江西旅游商贸职业学院学生毕业条件、离校程序及相关规定	164
第五节 相关政策、法规	165

4	 大学生生活指南 (第2版)	
	一、江西省普通高等学校毕业生自主创业优惠政策实施办法	165
	二、江西省小额担保贷款扶持高校毕业生自主创业政策指南	166
	三、财政部、教育部、总参谋部关于印发《应征入伍服义务兵役高等学校毕业生学费补偿和国家助学贷款代偿暂行办法》的通知	169
	四、财政部、教育部、总参谋部关于印发《应征入伍服义务兵役高等学校在校生学费补偿国家助学贷款代偿及退役复学后学费资助暂行办法》的通知	173
	第六节 相关事项办理指南及操作流程	178
	一、生源地信用助学贷款办理指南	178
	二、高校毕业生办理应征入伍学费补偿和国家助学贷款代偿基本操作流程及需填写的申请表	180
	后记	184
	旅商抒怀——江西旅游商贸职业学院校歌	185





# 第一章

## 了解学院概况，认知新环境

### 第一节 学院概况

江西旅游商贸职业学院是2002年4月经江西省人民政府批准组建的、江西省唯一一所旅游商贸为特色的公办综合性全日制普通高等院校，其前身为国家级重点中专江西省商业学校、江西省旅游学校和江西省核工业技术学校，办学历史始于1964年。

学院位于南昌著名风景名胜“小庐山”梅岭山麓，坐落于南昌经济技术开发区丁香路，毗邻南昌新城红谷滩，占地约1100亩<sup>①</sup>，建筑面积约35万平方米，校园绿化率70%以上。现有在校生13000余人。专、兼职教师800余人，其中教授、副教授职称占35%，本科以上学历达100%，外籍教师10余人。

学院秉承“求真笃行”的办学理念，致力于培养高素质、技能型专门人才，开设有旅游、经济管理、会计金融、国际商务、机电信息工程、艺术设计、体育7大分院53个全日制普通统招专业、30余个自考助学主考专业，并与英国合作开办旅游管理、电子商务、国际贸易3个全日制中英双学历专业，与日本、韩国、新加坡、阿联酋等国举办在校生生海外实习研修合作项目，同时开办各分院品牌专业的成人本、专科教育以及专门职业培训。

在教育部组织的人才培养工作水平评估及复评中，学院均获得优秀，并连续五年被江西省教育厅评为“就业工作先进高校”，毕业生一次性就业率始终保持在93%以上。

2010年，学院被江西省人民政府和中华全国供销合作总社确定为省部共建院校，并被评为“江西省示范性高等职业院校”“中华全国供销合作社系统示范性高等职业院校”。

<sup>①</sup> 1亩≈666.67平方米。