

“学霸归来”系列丛书

丛书主编 赵 铁 唐文红

学 霸

养成记

罗 元 何宇虹 主编

“学霸归来”系列丛书

丛书主编 赵 铁 唐文红



学霸 养成记

罗 元 何宇虹 主编

GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

学霸养成记 / 罗元, 何宇虹主编. —桂林: 广西师范大学出版社, 2016. 11

(“学霸归来”系列丛书)

ISBN 978-7-5495-8997-5

I. ①学… II. ①罗… ②何… III. ①大学生—学习方法 IV. ①G642.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 262089 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 张艺兵

全国新华书店经销

衡阳顺地印务有限公司印刷

(湖南省衡阳市雁峰区园艺村 9 号 邮政编码: 421008)

开本: 720 mm × 970mm 1/16

印张: 14.5 字数: 220 千字

2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷

定价: 30.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

总序

从学霸的世界路过

大学,是人生路上最美的一段风景,我们理想中的大学校园,永远弥漫着年轻向上、朝气蓬勃的气息,充满了莘莘学子奋斗的故事。广西师范大学是有着八十多年办学历史的学校,为社会培养了三十多万名毕业生,在一届又一届的学生当中,涌现出了很多学业成绩优秀、综合素质突出的“学霸”。为了营造良好的学风,发挥朋辈教育的力量,传承“独秀”“乐群”的校园文化精神,学校精心打造了“学霸归来”这一活动品牌。基于这一活动品牌,我们举办大型励志报告会,汇编优秀学生长案例集,并推出“学霸归来”系列丛书,丛书荟萃了众多优秀学子的成长足迹,共同拓印成属于师大的历史和记忆。

——提高学生勤学上进意识,营造良好学风是我们编辑本套丛书的初衷。教育部在《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》中明确指出,要全面提高高等教育质量,因为高等教育承担着培养高级专门人才、发展科学技术文化、促进社会主义现代化建设的重大任务。提高质量是高等教育发展的核心任务,是建设高等教育强国的基本要求,而提高人才培养质量是提高高等教育质量中最重要的一环。高校应牢固确立人才培养的中心地位,着力培养信念执着、品德优良、知识丰富、本领过硬的高素质专门人才和拔尖创新人才。要充分调动学生学习的积极性和主动性,激励学生刻苦学习,增强诚信意识,养成良好学风。

中国有着深厚的乐学向上的文化传统,“三人行,必有我师焉;择其善者而从之,其不善者而改之”,《论语·述而》中的这句话,体现出一种谦虚好学、自觉修养的导向。孔子主张随时随地地向他人学习:优于自己的,择其善者而从之,见他人之善而学习之,是虚心好学的一面;相反,劣于自己的,择其不善者而改之,

见他人不善之处就引以为戒。因而善与不善之人,均可为师,强调的是不耻下问、虚心好学的求学态度。“学霸归来”系列丛书提供了众多优秀学子的成长案例,这些案例都是可供学习的良好教材,供在校的同学们参考。除了虚心好课外,《论语》中的“见贤思齐焉,见不贤而内自省也”“闻一而知十”“告诸往而知来者”等论述,都体现了好学、善学的精神,这样的精神和态度,也是我们希望通过“学霸”的故事来弘扬和继承的。

“学霸”这个响当当的称号,代表着标杆与荣耀;“学霸归来”,象征着蓄势待发的万丈豪情。我们希望通过身边一个个生动可感的事例,激发广大同学拼搏向上的精神。同学们在大学时代应该学会更加自觉主动地汲取知识的养分,刻苦钻研,明确自我定位和设计,充分利用大学的宝贵时光,树立更崇高的人生理想和制定更远大的目标,不安于现状,去想象另一种可能。“学霸”们已经进行了这样的追求和探索,用最勇敢的姿态追求卓越,践行“独秀”精神;同时,他们把自己的经验无私地传授给学弟学妹们,把最可行的做法、最珍贵的书籍、最强烈的感受总结出来,用最无私的品格兑现“乐群”文化,这是对广西师范大学“独秀”“乐群”精神最生动、最感人的诠释。

“青春是一本太仓促的书”,我们希望将美好凝固。“学霸归来”是一种情怀,母校会铭记学子们所有的努力和奋斗,并通过“学霸”的讲述,通过杰出校友报告会,把广西师范大学的精神追求一代又一代地传承、延续。

编者

2016年10月

目 录

001 花样年华，绽放于美丽师大

- 002... 不为失败找理由,只为成功找方法
- 010... 宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来
- 014... 指尖年华,绽放于美丽师大
- 019... 平凡之路
- 023... 凡事都要以积极乐观的心态去面对
- 028... 学得过学霸,玩得过学渣
- 036... 学习,学习,再学习
- 041... 我的学习 我的成长
- 045... 致青春:大学,应该这样读

053 奋斗的青春最美丽

- 054... 立志 目标 追逐
- 058... 一步一个脚印,做最好的自己
- 063... 仰望星空与脚踏实地
- 068... 只有拼出来的美丽,没有等出来的辉煌
- 072... 心怀理想,执着追求

- 077... 少一些功利主义的追求,多一些不为什么的坚持
- 084... 青春印迹
- 089... 与科研谈一场寂寞而深刻的恋爱
- 093... 笃定+坚持+微笑=成功
- 099... 永远不要停止做梦
- 103... 奋斗的青春最美丽
- 108... “追梦”让梦想成为现实

113 优秀是一种习惯

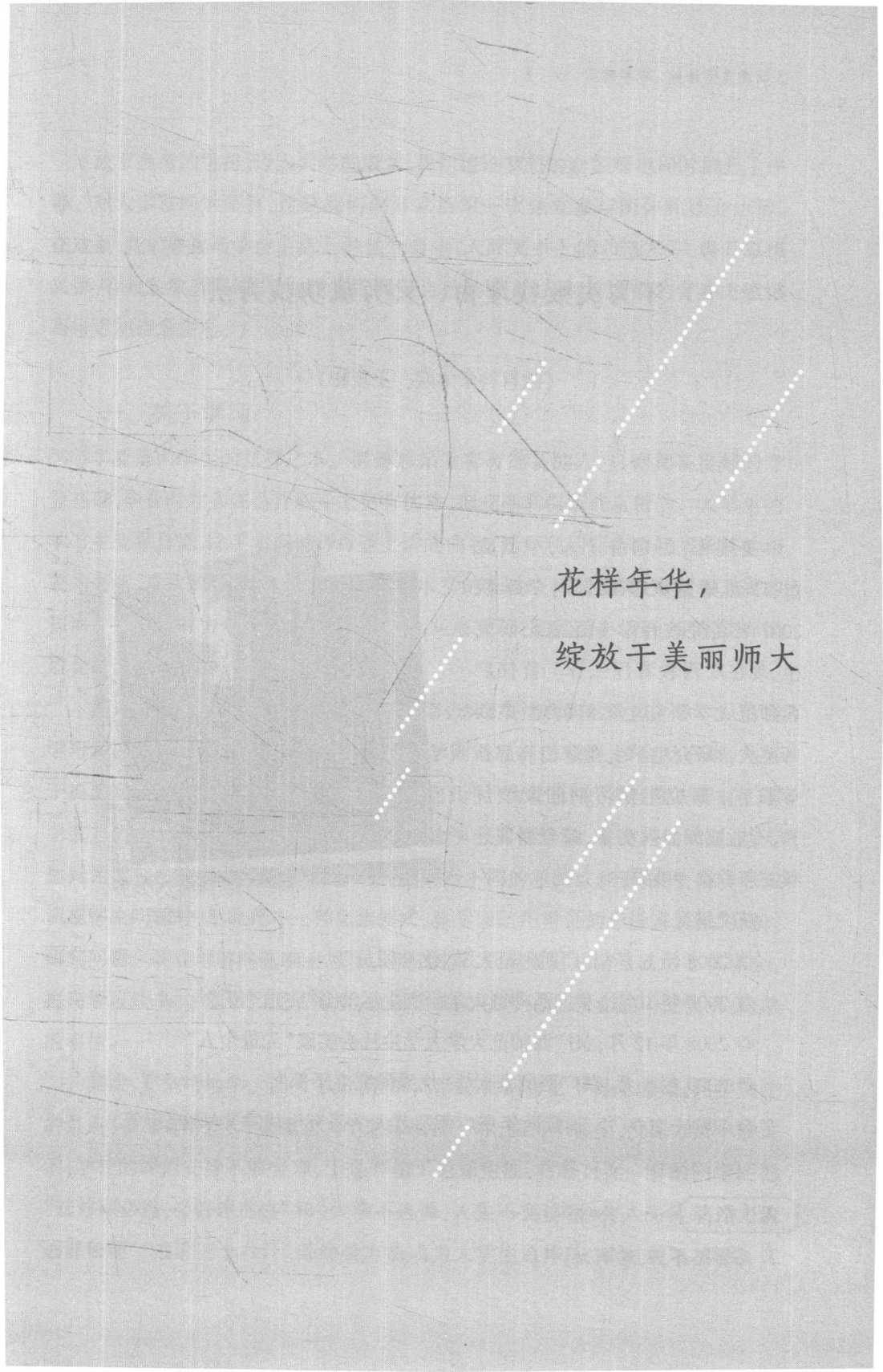
- 114... 成就源于习惯
- 119... 路在脚下,奋起飞翔
- 123... 细节决定成败
- 128... 一直在路上
- 133... 越努力,越幸运
- 139... 优秀源于习惯
- 146... 大智兴邦,不过集众思
- 149... 梦,一直在追逐
- 154... 学高为师,身正为范
- 160... 一分耕耘,一分收获

167 遇见更好的自己

- 168... 业精于勤
- 174... 创新创造未来,实干成就人生

- 179... 不忘初心 方能始终
- 186... 真正的高贵是优于过去的自己
- 193... 丘山积卑而为高,江河合水而为大
- 198... 遇见更好的自己
- 202... 追求梦想,活在当下
- 207... 跟自己说说话
- 211... 给自己一个机会,让更多的人听到你的声音
- 216... 我的成长之路

220 后 记



花样年华，
绽放于美丽师大

不为失败找理由，只为成功找方法

(教育科学学院 王现彬)

王现彬,山东济宁人,中共党员,广西师范大学教育科学学院2007级高等教育学专业硕士研究生,现在广西教育厅工作。曾任广西师范大学研究生学院助理、广西师范大学研究生学生会宣传部部长等职务。研究生学习期间成绩优秀,专业成绩名列前茅,综合测评连续三年获得专业第一。

获奖情况:

- ◎ 2008年6月,获广西师范大学“优秀团员”
- ◎ 2008年10月,获广西师范大学研究生运动会“先进个人”
- ◎ 2008年12月,获广西师范大学大学生社会实践“先进个人”
- ◎ 2009年5月,获广西师范大学“优秀研究生干部”
- ◎ 2008—2009年,连续两年获广西师范大学研究生优秀奖学金(甲等)

人生格言

见贤思齐,天道酬勤。



放下高考的重担,迈入大学的殿堂,我们追逐梦想的新征程也同时拉开了序幕。对大多数同学而言,这是我们离开家后第一次独立参与团体和社会生活。在这里,我们要逐渐学会生活上的独立自主,人际关系上的和谐友好,提升思想品德,有效获取所需知识,合理支配属于自己的宝贵时间,将我们的青春之歌谱写得更加诗意多彩。

一、关于学习

学业是大学生的立身之本。机遇总是垂青有准备的人,只有具备良好的专业基础,毕业时才会在选择职业上更有优势,抑或顺利保研或者留学。大学生的学习主要靠自觉,除了掌握老师课堂上讲的内容,还要利用课余时间阅读其他相关的书籍,查找资料,并在提高专业知识水平的基础上,有目的地丰富各方面的知识。关于学习方法,我认为,没有最好,只有更好,勤且用心,就一定能找到最适合自己的方法。

首先,要理解地学。这样才能提高效率,达到事半功倍的效果。中学以前在学习知识时更多的是死记硬背,而到了大学则是靠自己理解,要主动获取,并善于提出问题。对每一个知识点,我们要多问几个“为什么”。只有真正理解了理论或方法的来龙去脉,大家才能举一反三地学习其他知识,解决其他问题,甚至达到无师自通的境界。此外,很多的问题都有不同的思路或观察角度,在学习知识或解决问题时,不能死守一种思维模式,要学会运用辩证的思维来认识、分析、研究问题。要在理解的基础上思考,进而创新,只有及时总结自己的心得体会,提高学习效率,才能做到灵活运用,做到学以致用,学习也就变成一件快乐、简单的事情。

其次,要坚持地学。读大学后,有的同学感觉到自己不再是老师、同学关注的焦点,心理有落差,开始抱怨大学老师教得不好,懂得不够多,授课方法不够灵活,学校的课程安排不够合理,于是开始了逃课生涯,自暴自弃。有的同学还把“选修课必逃,必修课选逃”和“大学不逃课,人生不完整”作为人生信条,“大学逃课秘籍”“逃课三十六计”等经验方法成为大学生追捧的“新时尚”。其实,这

种观点要不得。大学生学习,不应该只跟在老师的身后亦步亦趋,而应当主动走在老师的前面。要提前预习,坚持上课,只有这样课堂上才能比较顺利地跟上老师的节奏,取得更好的听课效果。大学的时光是短暂的,我们只有合理地安排学习、生活等时间才能实现自己的目标。不能一味地把时间浪费到打游戏、聊天、睡懒觉上,要知道娱乐休闲是为了更好地学习,如果抱着“及时行乐”的思想,那四年之后你脑袋空空地走出大学校门,深造和就业处处碰壁时,你一定会为你当初对时间的任意践踏的行为心痛惋惜。

再次,要交流地学。孔子曰“三人行必有我师”,《礼记·学记》上也讲“独学而无友,则孤陋而寡闻”。所以我们要经常与老师、同学交流学习心得,探讨解答问题的方法和对不同问题的意见,这将更有助于拓宽思路,对自己是百益而无一害的。如果你性格内向,不太喜欢与别人沟通交流学习,那就去“泡”图书馆吧。广西师范大学的图书馆藏书非常多,那里有良好的学习环境和氛围,各种期刊、文献资料等为我们提供了诸多信息。古人云“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉”,在图书馆可能会遇到与你志趣相投的另一半呢。

二、关于社团

刚踏入校园不久,迎接大学新生的除了全新的教学和学习模式,还有五花八门的社团。在能自主安排更多课余时间的大学生活中,按照自己的兴趣、特长或需求,选择性地加入某些社团,可以拓展兴趣爱好,丰富社会实践经验,提高专业技能,结识更多新朋友,这对刚从课业压力巨大的高中生活中解放出来的大学生们来说,实在是一件愉快的事情。加入社团虽然看起来是“百利无害”的,但是选择社团也不是盲目跟风的行为,有许多需要注意的地方。

首先,选择社团并不是“多多益善”。作为学生,主业还是学习,参加社团的前提是不影响学业,否则今天这个社团搞活动,明天那个社团值班,最后顾此失彼,把自己的学业落下,这样也很难有积极的心态继续参加社团活动。所以建议新生们加入社团不宜超过四个。

其次,知己知彼,选择管理规范、与自己职业规划相关或者互补的社团。社

团的性质和组织形式多种多样,在结合自己兴趣的基础上,选择那些经常开展活动,有较好组织、管理制度的社团,这样才能更好地锻炼和提高自己各方面的能力,所谓“上梁正,下梁方能不歪”。所以,在做出选择之前,应该查阅该社团的相关资料,向一些高年级的师兄师姐了解情况,切勿草率。此外,应选择与自己的专业和未来职业规划相关或者互补的社团。举例子来说,如果是教育类专业,那么与成为一名教师相关的各类技能,比如书法和演讲类的技能,在相关的社团中可以得到锻炼。如果是理工类的学生,理论知识很强而其他方面相对弱势的,可以选择能锻炼动手能力的或者有助于提高语言表达能力的社团。

最后,加入社团属于“爱一行,干一行”的行为,因此要“干一行,就认真干好”。加入社团虽然属于自发自愿的行为,但是一旦加入社团以后,就应该抱着积极热忱的态度去做好工作,规划好自己在社团中需要提高的各项能力,对社团的发展贡献自己的力量。大学生活是学生走入社会的过渡时期,社团组织的各项活动,为大学生提供了参加社会实践的机会。抱着功利性的想法去参加社团是非常不可取的,有些大学生觉得要在社团获得综合测评加分的机会,只想得而不想舍,花同样的时间,却没有认真地做成一件事,那收获一定不会让你满意。走入社会之后,你会发现,你所认真组织 and 参与的每一项社团活动和在过程中提高的人际交往能力、团队合作能力、组织协调能力、创新思维能力等,都会成为你宝贵的精神财富。因此,不应过多地去关注是否在活动后得到了相应的“证书”和“财物”。

三、关于实践

大学是一个小社会,步入大学就等于步入半个社会。我们要通过丰富多彩的社会实践活动,逐渐了解社会、服务社会,拓宽视野,增长见识才干,并在社会实践活动中认清自己的位置,发现自己的不足,客观评价自身的价值,为下一步走向工作岗位打下坚实的基础。回顾大学的实习和实践生活,我感触很深,收获也颇多。

一是加强与领导、同事间的沟通交流。做事首先要学做人,要明白做人的道

理。如何与人相处是现代社会做人的一个最基本的命题。学校里成绩不错的学生变成了未知领域里从头学起的实习生,刚接触一项新的工作,会感到无从下手,茫然不知所措。在学校总以为自己的专业基础不错,一旦遇到实际问题,才发现自己实际上“知之甚少”。这时,我们要主动和领导、同事、老师、同学沟通交流,听取他们的意见建议,汲取他们的经验,梳理出自己的工作思路和计划,尽快融入单位或者工作团体中,与同事合力把事情做好,发挥合作的力量,这样才能事半功倍。

二是做事情要积极主动。作为一个新人,在新的环境里,勤快一点总是没错的。论辈分,办公室的同事都是我们的前辈;论资历,我们只是初出茅庐、没有一点社会工作经验的学生。对前辈们的尊重,也是为自己创造更多的学习机会。办公室的小事我们要主动勤快地去做,不要认为自己多做一些事情就是吃亏。其实,事情做得比别人多并不一定就是吃亏了,有时候恰恰相反,我们做得越多,得到的学习机会就越多,便越能锻炼我们自己,也会给同事留下勤劳能干的印象。此外,还要尽快熟练掌握 Word、Excel、PowerPoint 等常用的办公软件,可以独立排版文字、编辑表格、录入数据、应用函数公式等,这将有效提高你的工作效率。

三是胆大心细,敢于担当。准确无误是对工作质量的基本要求,工作中,尤其是对文案材料,我们要努力做到正确体现现行政策,正确表达领导意图,正确地办文办事,言行有分寸,文字能达意。简要地说,就是办文要准,办事要稳,情况要实,主意要慎。比如说办理公文,就要保证文件的质量,用词要准确,材料要真实,抄写要认真,校对要仔细,力求每一个环节都不发生差错。否则可能耽误工作,甚至酿成难以弥补的损失。但在实习、实践中,即使我们再小心翼翼,也难免会出错误。遇到这种情况,我们不敷衍了事、逃避责任,而是要主动承认错误、承担责任。职场前辈们会容许我们犯错误,但绝不容许我们为了掩饰这个错误而犯更大的错误。

四、关于考研

考研之前,一定要想清楚“我为什么考研”。记住,不要抱着“大家都考,我也考”的想法去考研,否则你很难坚持到最后,还可能耽误实习和找工作的宝贵时间。确定了考研深造学习的决心后,你要做好几件事情。

一是考前准备。考研前的准备是一个相对复杂的阶段,要定下想要继续深造的专业,也要初步定下想考的几所学校。关于专业问题,有的同学想考取本专业的研究生,有的同学想考取其他专业的研究生,这两种选择,都应该基于兴趣和就业方向来考虑。考研是一个枯燥的过程,如果你对选择考取的专业并无兴趣,那坚持下来就比较困难,很多时候考研的同学失败是由于半途而废,而不是其他原因。再者就是要考虑就业方向,要清楚选择继续深造,对你的就业会有什么有益的影响,考研并不是消极地逃避就业的行为,而是对学业更高层次的追求,会让择业方向更加明朗,盲目跟风去选择专业和考研并不是一个明智的行为。选择学校也是一个不容小觑的命题,要根据自己的实力来选择学校,有些学校虽然不是“985”或“211”重点院校,但是个别专业十分紧俏,竞争火爆。另外,有些学校的某些专业,招生人数每年都有大幅变化,这些都要我们从相关网站上提前了解,做好多个选择方案,以便在正式报名通道开通后,可以较快地完成报名事宜,继续专心复习。

二是考研心态。考研的整个过程应该有适度的压力,以催促自己进步。但切忌压力过大,有一种“考不上我就完蛋了”的想法。我们应该认识到,任何事情都不可能百分百成功,我们要学会坦然地面对,要“一战到底”,而不是心猿意马,中途看到同学在找工作了,就开始动摇,也想找工作。考研是一场持久战,三天打鱼两天晒网很难取得成功,也会给自己留下遗憾。考研每天要安排的复习时间,我认为没有固定的要求,保持自己的节奏即可。如果生病了,休息的时间多一点;如果状态好,则看书的时间多一点。每天保证充足的睡眠,适当地进行体育锻炼,制定一个长期的复习规划,也可以根据情况适度地调整规划。无论时间长短,都要保证每天有考研的复习成果,严格要求自己,踏实向前推进。

三是复习方法。每个人都有适合自己的方法,没有固定的模式为标准。首先是必考的英语和政治两门公共课。每个人的英语水平不一样,所以不能一概而论,但是我认为,记单词是每个人每天要坚持完成的任务,因为单词积累是做好阅读理解的不可或缺的一部分。其次是要掌握做题方法,可以选择一些涵盖历年真题的教材来使用,也可参加培训班。政治也要因人而异,由于高中文理分科,相对而言,文科生对政治并不陌生,而理科生则需要多花费一点时间。再次就是专业课了,跨专业考研的学生,要提前了解自己是否符合跨专业考试的条件。要做好心理准备,由于并不是自己平时所学的专业,因此复习必须花更大的力气和更多的时间,才能取得较好的效果。此外,还可以在复习过程中就自己比较难掌握的问题,与专业的老师多沟通,便于自己理解和记忆。每天复习都应该合理安排各科目所占时间,穿插进行,并做好规划,无论后期规划如何调整,前期规划都是一定要做的。考前一定要按照考研时间进行模拟测试,检测自己复习的质量、能否在规定时间内完成答题,养好良好的答题习惯和时间掌控能力。最后,考研并不是终点,而是另一个起点,天道酬勤,无论成功与否,都不要给自己的青春留下任何遗憾。即使失败了,在考研过程中学到的专业知识和持之以恒的态度,也是一笔非常宝贵的财富。

学长推荐

大学期间应该阅读的 5 本书

- 1.路遥《平凡的世界》
- 2.王小波《沉默的大多数》
- 3.钱钟书《围城》
- 4.弗洛伊德《梦的解析》
- 5.戴维·亨德森《欢乐的经济学》

大学应该尝试做的 10 件事

- 1.去外校旁听喜欢的课程
- 2.培养一项运动特长

- 3.参加一次志愿服务活动
- 4.认真做一次兼职
- 5.参加一个社团或学生会
- 6.认真谈一次恋爱
- 7.培养一个终身爱好
- 8.做一次桂林的导游
- 9.节假日向老师、父母、亲朋好友等送去问候
- 10.来一次说走就走的旅行

辅导员寄语

“谈笑有鸿儒，往来无白丁”是形容他气质修养和人际交往最好的语句。他博览群书，学识渊博；他思维敏捷，进退自如；他运笔如飞，文采飞扬；他温文尔雅，待人诚恳。

读研期间，他既注重个人学识能力的积累，又注重社会实践能力的培养。大量的阅读和写作，帮助他开阔了视野，夯实了基础，锻炼了文笔，积累了经验。积极参加社会实践，锻炼了他的组织管理能力和沟通协调能力。

工作后，他凭借着积极努力的工作态度，高效精准的工作效率，恰如其分的接人待物，深得同事和领导的好评，在工作岗位上获得了长足的进步和发展，前景光明，前途远大。

——教育科学学院原辅导员 韦东