

3.8 时刻表

时 间	作 息 内 容	
8:00 - 8:45	第一节课	工 作 8:00-12:00
8:55 - 9:40	第二节课	
9:40 - 10:00	课间空闲	
10:00 - 10:45	第三节课	
10:55 - 11:40	第四节课	
11:40 - 14:00	午餐、午休	
14:00 - 14:45	第五节课	工 作 14:30-17:30
14:55 - 15:40	第六节课	
16:00 - 16:45	第七节课	
16:55 - 17:40	第八节课	
17:40 - 19:00	晚 餐	
19:00 - 19:45	第九节课	
19:55 - 20:40	第十节课	
23:00	熄灯	

4 经验分享

《卷王大一上的自我修养》

——某不知名 21 级物理组辅学义工

笔者只介绍大一上的相关公共课，相信大家大一下就懂得自己怎么卷了。

加权成绩 = $\sum (\text{该科目学分} \times \text{该科目成绩}) / \text{总学分}$

1、关于上课如何合理地尊重老师是十分重要的

①显性来说对于一些习惯‘点名’的老师我们尽量避免缺勤，对于一些习惯上课提供‘刷分’机会的老师我们厚着脸皮举手回答，这一些都是非常重要的。

②隐性来说就是在老师面前言行举止得当，尽量表现出一种‘我不装逼，但是我很牛逼’的感觉，让哪怕考差了老师都会觉得你是考崩了（每门课只有一次考试，老师不会花心思去了解你的学术能力，这种印象一般是靠培养出来的而不是真枪实战出来的，当然了个人的实际素养是最重要的，这只是为了避免崩盘问题的出现，毕竟平时分是很重要的）

以工程制图为例，当初上工图的时候老师曾经提过使用 xmind 制作思维导图非常有利于个人对知识点的梳理，因此笔者在期末的时候私下向老师提交了一份全程自主完成的 xmind 思维导图，所以最后哪怕作业并不是全 A，依然拿到了 98 的平时分（卷面仅 84）。

同样，留意老师的兴趣爱好以及行为习惯是非常重要的，这也是大学的一门先修课，情商分，不要白不要。

2、高数（上）

笔者觉得暑假的时候学完高数上还是非常有必要的，这样你既可以在开学美美享受大学生活的快乐，还可以让自己腾时间出来去熟悉大学的环境。大一上正常来说成绩压力比较大的也就只有高等数学这一门课了。不过大一上的虽然学的不难但是考的难，一般会来个下马威，难以满分。同时各个大院也往往会自行组织期中考试（大学正常是没有期中考的，除去个别老师）这些公共课院里面组织的考试都是不算加权绩点的，而是用来打磨学生的锐气，所以不用担心，按部就班就好了。同样，也不用去做什么考研题，什么吉米多维奇。个人建议做往年卷+课后习题+小本（开学学校会发）+同步练习，这些习题就完全足够了，甚至同济版的也没有必要做（积分那一章可以做一下），不要给自己太大的压力去应对高数。

平时的话作业争取全 A，上课回答问题，好好回答，尊重老师。高数还会有线上的测试，总共 4 次测试，每次测试 2 次机会，成绩取两次最高分。差不多就这些。再加上每个老师的个人教学安排

3、军训

一定要争取担任军训负责人，军训负责人一般是 2 个，男 1 女 1，负责人之后一般来说会担任班长，副班长以及团支书等班干。当然这是建立在这些同学懂得怎么去调动班级氛围，营造一个良好的社交环境的基础上，这样大家才会让你去担任这个职位。然后班委正常应该是开学后不久去选的。军训的时候教官说什么都没有必要顶嘴，教官也都是学长学姐，没有必要故意刁难你，但真有情况也应当及时向辅导员反映。教官给评级分优、良、中、及格，这个等级占总军训成绩的百分之 60，然后中间还会有军训理论考试，这个占军训的百分之 40。我们 21 届就有很多人因为马虎等问题不重视这一次考试，导致成绩出来的时候哀嚎，虽然只有 2 个学分，但由于大一上大家学分都很少，这个影响是非常明显的。

(军训负责人军训必优且能获评军训优秀个人的称号)

4、思修

思修正常来说最重要的就是平时分了，因为这个是水课，你平时可以随便旷的（不推荐），当然你得保证你不会因为被抓到或者同学告状导致平时分被拉低。思修的平时分主要集中在小组展示，因而你要去问对应老师的往年的一些学长学姐，比如这个老师的习性是什么，最喜欢什么样的小组作业，然后投其所好就能嘎嘎拿分。至于期末考的话每一次上课认真画该背的东西或者期末看看同学画的，考前 2-3 天去背一下就好了，水得很，很容易高分，要注意的就是小组作业这方面。

5、军理

军理是从 21 级开始改成闭卷的，但是最后的时候老师放出来一些必背的，当然基本上考试就是从里面考的，我当初没有背所以就是靠平时分捞的，平时分这个就没有什么针对性意见了，最主要就是争取课堂上积极赚分了，水课更能拉开差距的往往都是平时分，因为这个期末也就只占了百分之四十，和非水课科目不一样，像高数期末就占百分之六十，平时还有作业。这个也是期末前 1-2 天等资料放出来去背就好了，问题不大。

6、体育

体育最核心的肯定是体质好，体测好好测。到时候会有选课，体育什么基础都不行的就去台球或体育保健之类的，0 运动细胞依然能取得不错的分数（90+），而很多球类的话就很极端，有基础的轻松 95，没基础的 70+也能打出来。笔者因为有篮球基础，所以只选过篮球，都是 90+。到时候会有很多学长学姐给你们建议，你们也要积极去问不要偷懒，大学打的就是信息战哦。体质是最核心的部分，好好锻炼身体嘎嘎棒。

7、大英

大英口语占 10 分，期末占 30 分，平时成绩占 60 分。因为英语是小班教学，所以千万不要逃课，一逃就被抓，平时分直接裂开。上课注意不要胆怯，有机会就回答问题，一般都是很简单的口语问答，不会太刁难什么的，以及日常的小组汇报，都是比较简单。平时分还有一个重要部分是个人的 pre，pre 要注意根据这方面分数评判规则来做，老师评分就说老师喜欢的，同学评分就说同学喜欢的，投其所好。像这种平时分占比特别大的学科，你得十分注意课堂表现，要敢于主动表现自己，不用害羞也不用怕别人觉得你张扬，分数才是硬道理。口语也不用怎么准备，到时候正常来就行，跟高中口语考试差不多（如果你们有考的话）。

大概就这些，其他课有的专业就不是全都在上了，如果有其他疑惑的话可以来询问笔者，非常乐意解答大家的疑惑。

《安逸生活者大一的自我修养》

——某不知名 21 级数学组义工

与上文卷王的自我修养不同，作为典型的安逸生活的人，笔者于此向各位学弟学妹介绍大一安逸生活的心得。

与高中不同，大学并没有所谓的班主任说法，你的任课老师并不会催促你学习，作业也是很久才交一次甚至不交，甚至你在下课后完全见不到老师的踪影。这意味着老师难以掌握你该门课程的学习情况，只能通过有限的途径进行判断。因此，笔者作为追求安逸生活的人，为了偷懒，便仅仅只关注这些有限的途径。在笔者看来，平时分无非分为：考勤，作业，实验（如果有），随堂线上测验四种，因而便可只关注这四种。

首先，因为考勤是靠上课打卡，数据存储在线上，老师们难以便捷地了解所有课程的到课情况，所以老师们大多选择不定时上课普查或上课抽查的形式。基于如此特点，笔者并未翘过会点名的课，且每节课均坐在第一排的中间，此种做法保证了老师至少能眼熟笔者，甚至很多能喊出笔者的名字，这为高平时分打下了良好的基础。其次，因为作业一般老师至少会批改，且分为批改等级和批改是否上交两种。对于前者，笔者一般尽量在少花时间的基础上保证正确率；对于后者，笔者保证作业看上去不像胡乱勾画。再者，实验一般是提前给题目，因此笔者一般会提前完成实验，以防规定时间中无法完成实验或完成效果欠佳。最后，随堂线上测验主客观题都有，笔者一般选择求助大佬。

建立在尽可能高的平时分的基础上，笔者同样在安逸生活的基础上追求更高的卷面分。与高中的出题老师会绞尽脑汁出题不同，由于大学课程本身的特点，许多试题十余年不曾更新也无法更新，因而对于许多课程来讲往年试题可以称作考试复习时最重要的资料，那么如何获取往年试题便成了重中之重。就笔者所知，往年试题一般有从后湖购买，从校园书店购买，询问学长学姐，询问同辈四种手段获得。就笔者而言，一般能在很短时间内搞到往年流传过的电子版考试

题，但对多数学生来说，由于他们本身社交能力并不出众，自身水平也欠佳，所以难以短时间内搞到齐全的试卷。而按笔者观察，许多大佬的资源非常丰富，而且大佬之间也有着频繁的交流，所以笔者认为获取齐全的试卷最便捷的方法就是和大佬们建立良好关系，然后直接询问他们。综上，为了追求安逸的生活，建议大家至少和一到两位大佬建立良好的关系，这样在很多情况下能大幅减少寻找资料花费的时间。

当然安逸的生活不能只有学习，还得有学生工作。为了更安逸地生活，笔者选择了加入几个组织和两个社团，其中组织既有校级又有院级。在笔者看来，校级组织和院级组织均能在一定程度上助力你安逸的生活。对于校级组织而言，因为组织成员来自全校各个学院各个专业，所以大家各方面的重合度并不会太高。所以这意味着你能结识各个领域的能手，并且能在有需要的时候更容易找到对应的帮助者。而对于院级组织而言，因为是在特定学院内，所以组织内和学院相关的各类资料都更为丰富，包括但不限于课程 ppt、往年的课设、选修课的注意事项，并且学院内的组织通常能和辅导员等有着更为密切的联系，在部分情景下有着重要作用。因此加入校级或者院级组织均可以帮助你获得更多的资源，结识更多优秀的人，从而让你的大学生活更加安逸自在。

和有着明确目的而加入的组织不同，学生加入的社团在很大程度上是取决于各自的兴趣。每年的百团大战时各类社团均会采取许多途径宣传自己，这时每个学生均可完全根据自己兴趣加入至多两个社团。且与组织不同，社团对于社员一般没有限制，社团组织的活动并不强制参与而是全凭自愿。笔者因为自身的兴趣和追求安逸生活的天性，所以加入了两个社团以获取资料。一般来说，社团内都需要自身实名，并且只有极少数的社团开启了匿名功能，这意味着只有在群里活跃才能更好地利用社团的相关资源，获得更多乐趣。基于此，笔者基本发言不开匿名，而是采取实名，而这对于笔者的安逸生活也有助益。因为社团内藏龙卧虎，许多大佬都选择潜水，所以笔者这种活跃人士能在大佬心中留下印象，从而