

哈爾濱工業大學

课程名称：大学生生活导论

课程时间：2020 年秋

授课教师：李传江

学生姓名 刘天瑞

学生学号：7203610121

联系电话：13799692330

哈尔滨工业大学

2020 年 11 月

目 录

(课程总结报告)

| | |
|--------------------|---|
| 第 1 章：自我介绍..... | 3 |
| 第 2 章：课程收获..... | 4 |
| 第 3 章：入学表现满意度..... | 5 |
| 第 4 章：制定大学目标..... | 6 |
| 第 5 章：课程体验与建议..... | 7 |

第 1 章：自我介绍

李老师您好，我是来自福建省莆田市莆田第一中学的刘天瑞同学。莆田是一座依山傍海的海西文明之城，而我在如此文化历史悠久流长的土地上茁壮成长，跨越千里来到东北的这座冰雪之城，可谓是“命运一线牵，珍惜这份缘”吧。

首先介绍一下我自己的兴趣爱好吧。我的父母对我还是严慈相济的，他们不会逼迫我报名参加各种“补习班”“特长班”，但我会不经意间从他们望子成龙的眼神中读出期待。于是在充分尊重自己的主观感受与兴趣的基础上，我尝试开始接触钢琴与素描绘画。相比于其他孩子早早投入奥数竞赛或某些英语培训班中埋头做题苦练，我非常感谢我开明且善解人意的父母没有踏入“内卷”的误区，让我在恰当的年纪里感受艺术与美的熏陶，沉醉于音乐和谐的共鸣与交相辉映之中。众所周知，弹琴考级中的艰难坎坷与学业考试可谓有过之而无不及，我也在潜移默化之中磨炼出了坚忍不拔的隐忍意志与系统科学的进阶习惯，这使得我在重要考试（如中考、高考等）的备考复习阶段里受益匪浅。除此之外，我还有一项特长便是跑步——除了能强健我的体魄，锻炼我的耐力与爆发力，使我在各级运动会上斩获诸多荣誉等如此物质好处之外，其实最令我为之倾倒的是它驱使我走出“舒适区”，不断适应新的环境与挑战，并且我的心灵也由此收获宁静，主动屏蔽外界的喧嚣。由此，我认为“德智体美劳”全面发展才会使人拥有健全的人格，从而不会迷失自我或走上歪路。

再者就来缕清一下我与哈工大的缘分吧。高考因为疫情的影响而延迟，我尽己所能重新计划了复习进度，那个阶段我已经失去了紧张的“权利”，因为扎实的基本功与知识点已如磐石般储存在我沉稳的内心，也使我考出了 662 分（全国一卷）的（自认为）还算不错的成绩。当分数在电脑显示器出现的那一刻，我仿佛瞬间明白了自己所要动身前往的地域——“规格严格，功夫到家”的八字箴言引领我走向哈工大英才学院的敞开着的的大门。正值哈工大“百年华诞”之际，当我收取到大气磅礴的录取通知书礼盒，了解“八百壮士”扎根东北的奉献精神后，我为自己的人生抉择感到庆幸并满怀憧憬。张衡曾曰：“人生在勤，不索何获。”诚哉斯言！哈工大的气质完全符合我严于律己，宽以待人的人生态度，我也十分欣赏勤勉的精神与对知识的热烈渴求。高考在我看来只是人生前 18 年的一段旅途的终点，但却也是人生未来 80 年的起点！而哈工大就是我行遍天下的载具，搏风击浪的桨帆，直耸云天的助燃剂！

历史只会眷顾坚定者，奋进者，搏击者，而不会等待懈怠者，犹豫者，畏难者。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。在我个人的旅途中愿与哈工大共勉！我的自我介绍到此结束了，谢谢。

第2章：课程收获

在每周二晚上学完这门四节时长的大学生活导论课后，在从主楼教室回到宿舍公寓的一段路上，我往往会如两千年前的曾子那样“三省吾身”：我从李老师的这门课中收获到了哪些有用的记笔记技巧或考试注意事项；这门课存在的意义又是什么呢……我经常摸不到头绪，但这些课总是会把我在学完一整天的理论知识以及敲打无数行程序代码后沉淀下来的空虚感填满。“我们盲目了太久，以至于忘记了初心与使命”。心里无端冒出这样的一句话，我便知道我的思想境界总是有些许提高的，眼光也从狭隘的知识点放宽于整整四年的大学学习生活中。我好像也明白了在大学里：**学习就是生活，生活就是学习**。不要想着如何划分界限，而应该掌握相融的技巧与能力。

行动上我的主观能动性提高了许多，更加积极地投入到了社团公益志愿活动与社会实践。在不干扰我正常学业进度的前提下，丰富了自己的见识并充分锻炼了自己的社交能力。除此之外，在明白正确记笔记的重要性后，我再也不敢浪费宝贵的课堂时间，并且抓紧契机耕耘思维导图与笔记旁注，课后也会频繁翻阅浏览改进，由此受益良多。

第3章：入学表现满意度

我大概其实可以根据自身表现将满意度分为两个阶段：军训期与过渡期。具体分析如下：

我对我军训期的整体表现不甚满意。原因不言而喻：我初来一个陌生的环境，周围也全是陌生的面孔，难免心理会有一定程度上的波动。在压抑情绪影响下便往往便会去向电子设备寻求安全感与依赖感。那一阶段我浑浑噩噩的消极状态简直是不堪回首，我希望通过更多深入的磨炼与见识来摆脱这种脆弱的心态。

至于过渡期，它便是我整体表现的回升与明显进步的时期。这一定程度上是由于大学生活导论课使我有醍醐灌顶的清醒与觉悟，但更多是我对自己的时间管理与严格要求开始奏效。我对此颇为满意，但绝不会知足，更不会安于现状，而是会在已有的制定好的计划与课程安排上更进一步，（即比如先于课任老师提前预习多少进度；阅读图书馆里多少本推荐书目；每天完成多少种四六级英语词汇与句型的积累；先修完大学计算机思维导论与解析几何&线性代数；大一年度创新项目结题冲刺奖项等等）。（会邀请舍友、同学或组员来互相监督，互相促进与提高）

第 4 章：制定大学目标（短期&中期目标）

短期目标：

1. 成功完成这项最后的大学生生活导论作业；
2. 积极准备，完成创新研讨（绿色能源化工与神奇的催化剂）读书报告、烧脑题以及 PPT 演示介绍；
3. 积极准备，完成综合英语主题 PPT Presentation，做到流畅讲解；
4. 读完手上尚未读完的《C 语言程序设计》；

中期目标：

1. 在下下周的 C 语言程序设计期中考试取得好成绩（至少 90 分以上）；
2. 在微积分、解析几何&线性代数期中考试取得好成绩（至少 90 分以上）；
3. 在 12 月 12 日的英语四六级考试中取得好成绩（至少总分 650 分以上）；
4. 经过一学期的适当健身与锻炼，争取期末体测成绩里的各项指标都至少为优秀（包括在及格线边缘徘徊的“引体向上”）。

第5章：课程体验与建议

这门大学生生活导论课是我认为可能所有课程（包括必修、限选、创新研讨以及素质选修等）里最为独特的一门课了，因为它并非应试刻板地传达 ppt 上的知识与各种技能，而是以小组的形式划分从而调动了每一位组员的积极性，使课堂上的互动更加频繁，进而注意力会更加集中，这大概率也是多媒体教室的巨大优势之一。

可以说在这门特色课程中我不仅领略到了丰富多彩的大学生活，还结识了诸多同组不同专业的小伙伴，甚至有一位同组的小伙伴成为了我大一年度创新项目的得力队友，所以说缘分是妙不可言的。这门课也恰如一个平台，让我能够近距离接触到那些已经获得成功但仍不知足，依然奋勇直前的杰出校友，我可以从他们身上领悟到成功与成才的秘诀与本领，并一以贯之，为自己所消化吸收。同时，我也很欣赏李老师幽默风趣又不失逻辑与诚恳的话语风格，您的严谨作风与恳切叮嘱给我留下了极深刻的印象，整门课给我的感受体验也是极佳，无可挑剔的。

至于谈到自己的建议，我似乎只能浅陋地说上一两句：希望可以在课堂开始前留出几分钟来进行轮流的同学公开小演讲，演讲的内容可以包括当今重要时事、大学生生活的热点话题、人生哲理小故事启迪或者单纯自己的有趣经历来给这堂课增添不少乐趣与活力。当然这只是我的一己之见，具体仍应以客观事实为根据进行。另外还一点就是希望采用某些方法（例如让同学们收起手机和其他科相关材料等）让同学们不要“水课”（上课划水，摸鱼），积极踊跃回答提问以及注意听讲，因为认真倾听是对讲话者最起码的尊重，如此一来或许上课效果会更加良好。

我的浅陋建议大致如上，在未来选好专业后希望我还能有机会与老师您再次见面交流。幸会再见！