****

**大学生成长手册**



一寸照片

学 院： 理工学院

专业班级：计算机科学与技术2005班

姓 名： 刘艳祥

学 号： 2020984130518

河北农业大学学生处 制

**《口才艺术与社交礼仪》**

**实践教学手册**

2022年4月至2022年6月

**（一）个人成长承诺记录表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 为更有意义地度过大学生活，现将本人大学第四学期的成长作如下承诺：  承诺人：  年 月 日 | | | | | | | | | | | |
| **第四学期** | **学业技能提升规划** | | | | **身心健康发展规划** | | | **兴趣爱好培养规划** | | **综合素质拓展规划** | |
| 学业成绩目标 | 综合测评目标 | 专业素质拓展目标 | 个人获奖目标 | 政治素养提升目标 | 身体健康目标 | 心理健康目标 | 读书计划 | 其他计划 | 社会工作兼职目标 | 社会实践服务目标 |
| **目标设定** | 平均成绩80分以上 | 年级前30% | 聆听2次专业讲座 | 编程比赛奖项 | 成为入党积极分子 | 完成90公里，按时训练 | 参与积极健康心理素质培养活动等 | 读完《剑指offer》和《java核心卷》 | 完善，自建的网站 | 暑假找份兼职 | 参加志愿活动/社会实践 |
| **具体措施** | 上课认真听讲，多学多练 | 认真备考 | 培养思维，多练习 | 精进算法，加强练习，和同学多多交流 | 积极参加各种团组织火活动 | 每天坚持锻炼，不松懈 | 做心理测试，时刻调整自己的心理状态 | 多去图书馆多看书 | 多向老师请教 | 认真准备简历，认真负责 | 积极参与一些志愿者活动 |
| **自我评价** | 热爱生活积极向上，性格温和开朗。但是缺乏耐心，不能持之以恒的坚持。 | | | | | | | | | | |
| **班级鉴定** |  | | | | | | | | | | |
| **教师寄语** | 寄语：  签字：  年 月 日 | | | | | | | | | | |

**（二）模拟竞聘演讲**

**具体要求：**结合线上内容学习与线下实践活动体会，撰写一份模拟面试演讲稿，组织一场面试演讲，以语言艺术展现自己在竞聘中的优势，演讲稿800字以上，演讲约3分钟。

各位考官好，今天能够站在这里参加面试，有机会向各位考官请教和学习，我感到非常的荣幸。希望通过这次面试能够把自己展示给大家，希望大家记住我。我叫刘艳祥。汉族，双非本科计算机专业。喜欢看书和写文档。我的性格开朗，随和。能关心周围的任何事，和朋友能够和睦相处，并且对生活充满了信心。在大学的四年中，我养成了坚强的性格，这种性格使我能克服学习和生活中的一些困难。成为一名后端开发人员是我多年以来的强烈愿望。如果我有机会被录用的话，我想，我一定能够在工作中得到锻炼并实现自身的价值。

同时，我也认识到，人和工作的关系是建立在自我认知的基础上的，我认为我有能力也有信心做好这份工作。程序员是一个神圣而重要的职业，希望大家能够认可我，给我这个机会!

身为学生的我注重于对技术的钻研，本着学以致用，实践结合理论，因此我熟练的掌握了ssm开发框架，和linux操作系统的基本操作。以及能熟练使用版本控制Git，同时能手撕绝大部分的数据结构和算法。自信和执着的男孩，为了心中的梦想，坚忍不拔，奋力拼搏，从不退缩在今后的学习中，我还会一如既往地努力，同时还要学习正确的方法，争取能更快更稳地到达目的地!我相信只要努力，付出总会有回报!　　 从小到大，对学习，我都抱着一种严谨的态度并且充满了信心。对同学朋友我永远都用一颗热情善良的心去对待他们。遇到困难，我会竭尽所能的解决。对生活，我永远都保持着乐观的心态，相信只要对自己有信心，坚持信念一定会实现自己的理想。

签字:

年 月 日