**新生研讨课课程总结报告**

**21009200038 江昱峰**

作为大一新生，新学期的课程有这么一门新生研讨课。虽然线下的课程严格来说两次都不算满，但是每周无论线上线下都会认真听课的我（虽然有一次线上签到没有看到结果漏了/捂脸）还是感到受益匪浅，对日后的大学生涯也有了一定的规划。

还记得第一次线下的课，从头听到尾下来心情都很沉重。因为老师一直以负面的角度去举例子（比如举各种各样学生欺骗老师、不主动学习或者参加活动的例子），因此让人总感觉学生都是一无是处的差生（当然，这只是一种错觉）。但与此同时，我内心深处努力学习的欲望也进一步被点燃，我也深刻感受到此时此刻抓紧时间努力的重要性。令人欣慰的是，这种努力也坚持到了现在，并将在长远的今后持续下去。

之后的课基本都是在线上上的。MOOC上的新生研讨课通过十二章节的课程内容全方面系统地对新生进行了指导。通过课程视频的观看、考核部分的自我检测，我也收获了不少优秀的学习、生活习惯，比如时间管理、记忆、做笔记、个人健康管理等等。总的来说，我也变得更为自律，作息更加健康，学习更加科学高效。

MOOC上有三章令我感触颇深——第一章引言（从中学到大学的转变）、第三章时间管理和第九章有效沟通。第一章诠释了新生研讨课中新生的含义：我们新生需要明晰这些不同才能更好更快地融入大学生活。诚然，大学生活在时间安排、课程内容、考核方式、活动覆盖面等各个方面都与中学有很大的不同。我们拥有了大量可自由支配的时间、许多选择的可能、不少学习研究的方向，但同时也面临全方面、“无处不在”的考核——人际交往能力、思辨能力、合作能力……一方面，我们需要去适应、调整；但另一方面，我们也要坚守自己的初心，不能丢失掉梦想的源动力。第三章时间管理，教会了我如何设置不同阶段不同性质的目标，然后怎样控制自己的“心智”，动用一些手段（比如立flag、自我激励、寻找志同道合的同伴），节省时间去实现它们。尤其是我学会了运用吃饭排队的零碎时间去看慕课上的英语课微视频、做微练习、背单词！第九章是有效沟通，它告诉我们如何将试图“打倒”对方的无效沟通转变为有效沟通，用“我”代替“你”的思考转变，倾听、处理冲突、拒绝、有效投诉的多种合理方式，给我的人际交往提供了许多方法与启示。可以说，这三章也是对我帮助最大的三章。

对于总的这门课，我觉得它想带给我们的是，教育我们在大学自律自强，打好课程知识基础、锻炼能力，合理发展兴趣爱好、参加活动，做一个积极的生活者、全面发展的人才。

从开学到现在，学习上，我坚持了中学一贯的作风——抓紧零碎时间学习、根据需要适当提前自学。在认真听课、第一时间完成作业的基础上，为了放大自己在数学方面的兴趣和能力，我加入了华创数模核心组，并在9月份学完了高数上下册、做完了相应练习册；十一期间刷完了历年大学生数学竞赛预赛题，为11月中旬的大学生数学竞赛做了充分的准备；10月份学完了数模论文的各种写作技巧并争分夺秒地刷完了这一学期的C语言程序题，同时还自学了一些重要的算法。除此之外，思政课、军事理论课、计算机导论课等课程也充分锻炼了我写规范论文、制作PPT、剪视频等等的能力。可以说，学习上我一直是任务满满、相当充实的。生活上的话，我一直勤换洗衣服，然后继一次感冒之后我也更明白了根据天气添衣服、打理好自己生活、关心自己身体的重要性（以前真的基本都是我父母来告诉我天冷了要多穿衣服然后我才添的，大学真的不一样了）。活动上，我积极竞选班委，担任了生活兼心理委员以及舍长，完成了不少布置的工作，也并没有耽误学习（恰恰相反，这只会让我更感到要抓紧有效时间学习）。总之，我认为这段时间的大学生活还是过得很令我满意的，非常丰富且充实。

后一段时间，在保证期中考试课程复习练习的基础上，我计划学完数学建模的方法与模型，然后利用XDOJ的平台自己训练python，使我成为在数模竞赛的建模、编程、论文三个位置都有能力胜任的多面手，并发展自己建模的主业。悄悄地说一句，其实除了学习以外，还在追一个女生，我觉得这也可以是大学生活的一部分（虽然一起打了几次乒乓球，但能否成功就是另一个问题了咳咳）。其他的话还没有什么规划，只能说坚持下去继续好好学习吧。

别的也不知道该说什么，只能希望自己无论是如今的新生，还是日后的“老生”，都能够坚守初心，坚持自律，拼搏学习，不枉青春！

