

遼寧科技大學報



中共辽宁科技大学委员会主管主办 《辽宁科技大学报》编辑部出版

2025年5月15日 星期四 第322期(总第601期)

国内统一连续出版物号 CN21-0852/(G) 本期4版



辽宁科技大学新闻网网址:www.ustl.edu.cn/news

辽宁科技大学树人网网址:www.ustl.edu.cn/srw

携手服务地方发展战略 共谱校企合作共赢新篇章

学校与鞍钢教培中心（党校）举行战略合作框架协议签约仪式

本报讯 继续教育学院报道 5月8日，学校与鞍钢集团教育培训中心（党校）战略合作框架协议签约仪式在校部220会议室举行。鞍钢教培中心（党校）党委书记、教培中心主任、党校第一副校长杜学华，副主任、副校长孙晓胜、李国志；辽科大党委书记孟劲松，党委副书记、校长胡军，双方相关部门负责人及教师代表出席签约仪式。辽科大党委常委、副校长李胜利主持仪式。

仪式上，李国志与李胜利分别代表双方签署战略合作框架协议。杜学华与孟劲松共同为“鞍钢集团教育培训中心高校教学培训基地”揭牌。

胡军致辞。他表示，辽科大的发展离不开鞍钢的支持和帮助，鞍钢的转型升级也需要来自辽科大更有力的助力和支撑。本次签约，既是贯彻落实习近平总书记在辽宁考察时的重要讲话和重要指示精神，积极响应国家产教融合战略的重要举措，也标志着双方合作进入“更深层次、更宽领域、更高水平”的新阶段。学校将依托自身优势，为鞍钢产业升级、科技创新、重点项目提供更多的科技支持和人才供给。同时，也真诚期待鞍钢继续给予辽科大关注、支持和帮助，推动校企



孟劲松与杜学华共同为鞍钢集团教育培训中心高校教学培训基地揭牌。摄影 宣传部 金会刚

合作取得丰硕成果。

杜学华在致辞中说，签约仪式举行标志着鞍钢教培中心（党校）与辽科大在人才培养方面建立起紧密共赢的战略合作伙伴关系，双方合作将对鞍钢教培中心（党校）拓宽教育培训范围、丰富教育培训内涵、灵活教育培训方式、提升教育培训质量做出有益尝试和积极探索，开启携手共进、共创未来的美好篇章。

孟劲松作总结讲话。他强调，辽科大与鞍钢教培中心（党校）将以战略合作为纽带，在多个领域开展深度合作。一是通过互派教师授课、联合开发课程等方式，整合高校理论优势与企业实践经验，实现师资共建共享。二是针对技术骨干与管理人才需求，开发定制化培训课程，邀请企业专家进校园授课，实现人才培养与产业需求精准对接。三是

开放高校实验室、图书馆与企业生产线、技术中心、中试生产线，实现教学资源互通共享，促进产学研深度融合。四是共同建设一批高水平实训实习基地，为培训学员提供真实的企业环境和技术场景，帮助他们在实践中增长才干、锤炼本领。五是联合打造优质课程，整合双方优势，开发精品课程，为行业人才培养提供标准化、高质量的课程资源，实现培训真正为企业所需、为学员所需。六是联合开展科研咨政服务，共同搭建促进创新成果交流共享的智库平台，深入开展前瞻性、针对性研究，合作产出服务决策咨询的智库成果，及时向集团公司提供对策建议，及时将优秀研究成果转化为课堂教学内容，彰显智库作用。七是通过“产学研训”一体化平台建设，构建定制化培训服务体系，为鞍钢发展、鞍山振兴提供人才支撑与智力保障。

会后，鞍钢教培中心（党校）代表团在学校相关人员陪同下，参观了钢铁冶金虚拟仿真实验室和创新创业学院实验室。相关负责同志表示，学校与鞍钢教培中心（党校）完成对接，达成了多项合作共识，将推动双方在更广领域、更深层次开展合作，为促进区域经济高质量发展注入新动能。

学校召开党委巡察工作领导小组第二十五次会议

本报讯 党委巡察办公室报道 5月14日，学校党委巡察工作领导小组在校部421会议室召开第二十五次会议。校党委书记、领导小组组长孟劲松主持会议并讲话；党委副书记、校长、领导小组副组长胡军，党委副书记、领导小组副组长孙晓华，党委常委、纪委书记、监察专员、领导小组副组长高姝娜，领导小组其他成员参加会议。巡察组组长、副组长，宣传部、巡察办相关同志列席会议。

会议审议通过了新修订的《中共辽宁科技大学委员会巡察工作实施办法》，听取了巡察办关于2025年巡察“回头看”整体进展情况，审议了关于理学院党委、应用技术学院党委的巡察情况报告和落实意识形态责任制专项检查情况报告。领导小组成员分别进行点评发言，提出意见建议。

会议指出，本次巡察“回头看”体现了省委巡视机构关于巡察工作的最新要求，体现了省委

巡视整改的举措和成效，靶向精准、组织有序；巡察组聚焦监督重点，紧扣被巡察单位职能职责，精准发现了被巡察单位存在的突出问题，有力彰显了巡察监督的“显微镜”作用，工作成效值得肯定。

会议强调，一是扎实做好巡察反馈。要坚持整改从反馈抓起，从反馈严起，高质量召开巡察情况集中反馈会议和“一对一”反馈会议；要督促被巡察党组织负责人“新官理旧账”，确保巡察整改不脱节、不断档。二是有序开展整改工作。要督促被巡察单位按照规范标准推进整改，确保问题整改全覆盖、改到位、不反弹。三是深化巡察成果运用。要研究梳理巡察发现的共性问题 and 深层次问题，切实将巡察成果运用到工作中，推动监督、整改、治理有机贯通。四是持续加强规范化建设，将新制定、修订的各项制度落实到位，提升巡察工作规范化制度化水平。

校党委书记孟劲松调研西区新建学生宿舍及食堂

本报讯 后勤处报道 日前，校党委书记孟劲松到西区新建学生宿舍和食堂走访调研，实地了解学生学习生活环境，全面指导后勤服务保障工作。后勤与基建管理处负责同志及相关人员陪同调研。

在二十一舍研究生宿舍，孟劲松与正在宿舍内学习、休息的理学院研究生亲切交谈，详细询问了住宿条件、生活设施使用情况及日常需求。在二十三舍本科生宿舍，他与机械工程与自动化学院学生深入交流，了解同学们对宿舍环境、配套设施的感受及建议。调研中，孟劲松与宿舍管理人员深入沟通，要求宿舍管理人员要严格落实安全巡查制度，强化消防、用电等安全管理；要增强服务意识，及时响应、反馈学生诉求，不断提升服务质量，共同营造温馨舒适的住宿环境。

在新建学生食堂，孟劲松逐一视察各个餐饮档口，查看后厨卫生、食材储存、烹饪流程、食品留样等情况，并与档口经营者沟通交流。他强调，要严格把控食材采购源头，确保食品安全，守护校园“舌尖上的安全”；要注重菜品创新，丰富饮食种类，满足学生多样化需求。正值就餐时间，孟劲松在新建学生食堂就餐，并与周围学生亲切交谈，询问饭菜口味、价格接受度及就餐体验。

孟劲松在调研中强调，后勤服务是学校教育教学工作的重要保障，要始终坚持“以学生为中心”的服务理念，持续优化服务流程，提升服务水平。要加强精细化管理，切实解决学生在住宿、餐饮等方面的实际问题，不断增强学生的获得感和幸福感，为学生成长成才提供坚实的后勤保障。

学校举办深入贯彻中央八项规定精神学习教育读书班专题讲座

本报讯 宣传部报道 5月13日，学校深入贯彻中央八项规定精神学习教育读书班专题讲座在校部220会议室举办。讲座邀请鞍山市委党校党的基本理论研究中心主任王黎教授作专题辅导。校领导、全校中层领导干部参加讲座。

王黎以《学习习近平总书记关于加强党的作风建设的重论述》为题，从“作风建设是党的生命线”“党中央的战略深意”“‘中央八项规定及其实施细

则’具体内容”“当前作风建设重点查处的典型问题”“高等教育工作者的作风建设”五个方面，详细介绍了党的作风建设的脉络与推进重点，深入剖析了加强党的作风建设的战略深意与重要意义。王黎还结合典型案例，系统梳理了违反中央八项规定精神问题的类型及其表现形式，并从高校教育角度出发，告诫教育工作者要严守政治纪律、恪守廉洁底线、树牢宗旨意识、严格修身律己、践行示范引领。

参会教师党员表示，王黎教授的报告主题鲜明、思路清晰、重点突出，让我们透过作风看党性，牢记党的作风建设的核心问题是保持党同人民群众的血肉联系。要以此次专题辅导为契机，持续深化学习，筑牢思想堤坝，校准行动坐标，用理论上的清醒推动政治上的坚定，让中央八项规定精神落地生根，以优良作风凝心聚力、干事创业，在新征程上展现新担当新作为。

学校开展实验室安全专项检查

本报讯 国资处报道 “五一”假期前夕，为确保实验室安全稳定，保障教学科研工作顺利开展，结合“实验室安全文化月”工作要求，学校组织开展实验室安全专项检查，全面筑牢校园安全防线。

4月30日，校党委副书记、校长胡军以“四不两直”方式，率队赴化学工程学院、材料与冶金学院开展实验室安全专项督导，党委常委、副校长王锡钢及相关职能部门负责人陪同检查。检查

组重点对实验室环境、危化品管理、特种设备运行、消防设施配置、用电规范执行等关键环节进行查验，详细询问了实验室日常检查落实情况，并对存在的安全风险点进行了现场指导。

胡军强调，实验室安全是校园安全重中之重，必须坚持“安全第一、预防为主”的原则，严格落实安全责任制，强化风险防控。他要求学院领导、实验室负责人要层层压实责任，确保安全管理无死角；学院要加强师生安全教

育，定期开展安全隐患排查，发现问题立即立行立改，将安全隐患消除在萌芽状态，保障实验室安全平稳运行。

据介绍，此次专项检查覆盖了全校I、II级风险实验室及化工、冶金、矿业、土木等重点学院实验场所，发现电源插排随意放置在地面并串联使用、使用大功率电器、气瓶未有效固定、气瓶无使用状态标识、实验废弃物随意摆放、实验室堆放纸箱类易燃物品、灭火器过期、应急喷淋未定期检查、实验室

杂乱等多项安全隐患问题，并随即下达了安全隐患整改通知，要求各学院对发现问题要立行立改，确保彻底消除安全隐患。

国资处相关负责同志表示，学校将以此次专项检查为契机，持续推进实验室安全规范化、精细化管理，优化隐患排查及整改闭环管理，强化师生安全意识，着力构建实验室安全管理长效机制，为学校教学科研高质量发展筑牢安全屏障。

第五十三届运动会开幕

本报讯 宣传部报道 5月15日，学校第五十三届运动会在主体育场拉开序幕。校领导、全校师生员工欢聚一堂，共同参加这一一年一度的运动会。校党委书记孟劲松宣布运动会开幕。党委副书记、校长胡军致开幕词。党委副书记、体育运动会委员会主任孙晓华主持开幕式。

伴随着昂扬的《运动员进行曲》，国旗队、校旗队、仪仗队、花束队、裁判员、预备役应急分队以及21个由师生代表组成的检阅方队依次入场，他们以活力满满、朝气蓬勃的状态走出了属于青春的步伐，充分展现了辽科大师生积极昂扬的精神风貌。

胡军代表学校党政，对第五十

三届运动会胜利召开表示热烈的祝贺，向精心组织筹备本次运动会的工作人员表示衷心感谢，向全体运动员、教练员、裁判员、志愿者及广大师生员工致以诚挚的问候。胡军希望全校师生要做健康中国的“践行者”、做体育精神的“传承者”、做奋发进取的“开拓者”，让拼搏精神照亮未来，在赛场上赛出水平、赛出风格，在挑战自我中收获成长，在团队协作中增进友谊。

本届运动会项目丰富多样，除了传统的田径比赛项目外，还特别设置了学生组的“火车跑”“袋鼠跳接力”“旋风跑”等趣味竞赛项目，教工组的“踢毽计数接力”“企鹅接力赛跑”“童年回忆”等游戏项目。



校旗队、仪仗队精神饱满、步伐整齐，接受大会主席团检阅。摄影 宣传部 金会刚

学校举行“传承五四精神 勇担时代使命”主题升旗仪式

本报讯 党委学生工作部报道 5月6日，学校在主体育场举行“传承五四精神 勇担时代使命”主题升旗仪式。党委学生工作部全体人员，相关学院学生工作负责人、学办主任、团委书记、辅导员代表及学生代表参加升旗仪式。

7时整，升旗仪式正式开始。国旗护卫队护送着五星红旗，踏着坚毅的步伐迈向升旗台。伴着国歌，五星红旗冉冉升起，全体人员庄严肃立面向国旗行注目礼。

材料与冶金学院学生丁瑾瑾作国旗下演讲。她号召全体同学继承和发扬五四精神，将个人成

长融入国家发展大局，坚定不移听党话、跟党走，争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，在推进强国建设、民族复兴伟业中展现青春作为、彰显青春风采、贡献青春力量，奋力书写为中国式现代化挺膺担当的青春篇章。

参加升旗仪式的同学们纷纷表示，要始终坚定理想信念，厚植家国情怀，加强专业知识学习，提高自身综合素质，努力成长为国家所需、时代所需的高素质人才，在推动辽宁全面振兴、推进中国式现代化的伟大进程中，彰显新时代青年的使命担当。



产教融合育英才 创新驱动铸未来

——鞍山钢铁现代冶金产业学院打造钢铁行业人才培养新高地

宣传部 吕轶卓



在新时代推动东北、辽宁全面振兴的关键阶段，辽宁科技大学与鞍钢集团强强联合，共同建设的鞍山钢铁现代冶金产业学院（以下简称“产业学院”）正以其独特的产教融合模式，为钢铁行业输送一批批高素质技术技能人才。产教融合是新时代高等教育形成教育与科技、产业深度互动新格局、新生态的关键核心，产业学院在发展中如何实现校企“血脉相连”的深度合作？又为行业人才培养探索出哪些创新路径……

钢铁摇篮孕育产业教育新范式

“学校与鞍钢的合作历经70余年沉淀，这种长期稳定的产学研合作关系，为产业学院的建设奠定了坚实基础。经过多年发展，我们已从单纯的人才输送升级为全产业链的协同创新。”产业学院有关负责人介绍。

产业学院虽成立时间不长，却也经历了“精心呵护”的孕育过程。2023年4月，面对辽宁省冶金新材料产业和高品质钢铁材料产业集群人才与技术需求，学校与鞍钢股份有限公司达成战略合作意向，正式启动产业学院筹建工作。

2024年上半年，学校成立专项工作组，联合鞍钢集团人力资源部、科技发展部等部门，共同明确以企业真实需求为核心的人才培养目标。此外，学校还组织专家团队，对产业学院建设方案完成三轮迭代优化，确保方案的先进性和实操性。同年9月，学院成功获批省级现代产业学院，标志着这一校企深度合作项目正式进入实施阶段。

“产业学院将以造就大批产业需要的高素质、应用型、复合型创新技术人才为目标，对接学校‘1+3+2’教育教学体系改革，持续构建动态响应的工程教育生态，实现人才供给与产业需求的精准对接，为钢铁行业高质量发展注入可持续动力。”今年2月28日，在辽宁科技大学鞍山钢铁现代冶金产业学院揭牌仪式上，校党委书记孟劲松代表校方作工作规划时说。事实上，在产业学院筹划、建设、

发展过程中，校企双方始终把打造“双元育人”的人才培养模式置于战略出发点，并在战略合作框架协议中重点围绕矿产资源开发、低碳冶金、智能制造等全产业链的创新领域，将合作层次与人才培养目标进一步聚焦服务东北振兴战略的新高度。

“双元育人”机制破解产教“两张皮”难题

健全的制度体系是推动产业学院良性发展的必要保障。产业学院秉持“多元、融合、开放、共享”的共建理念，构建了“理事会决策、双院长执行、专业委员会指导”的三级治理体系，这种决策科学、执行高效、监督有力的现代治理结构，为学院人才培养的核心目标打造了适应发展需要的“温床”，带来了师生皆“愿为”的直观收效。

首先，企业能够深度参与到办学发展及学生培养过程中，来自鞍钢集团的14名技术专家受聘为产业学院教授，并根据新的课程体系，跨单位、跨学科、跨专业组建融合教学团队，从点、面将“企业热点”燃至学生课堂；另一方面，学校派青年教师到企业产线顶岗，锻炼期间将总结设计本专业3—5个解决复杂工程问题的教育案例，今年，产业学院已有12名中青年教师申请到鞍钢顶岗实践。第二，校企双方建立动态调整机制，课程体系每年根据钢铁行业技术发展趋势进行更新，目前，产业学院已完成3个专业方向的22门专业核心课程的校企共建，其中不乏王国承教授的国家级课程“冶金物理化学”、湛文龙教授的省级课程“炼铁学”等，专业课与专业选修课的共建也在陆续进行。第三，实施“双导师制”，50%以上的学生由企业工程师与校内教师联合指导毕业设计（论文），毕业设计（论文）80%以上的选题来自企业的实际需要，如2025届本科毕业生“260t顶底复吹转炉炼钢”设计”就源自鞍钢集团实际的技改需求。

值得关注的还有产业学院推进学校“1+3+2”教育教学体系改革的前沿实践。面对现代钢铁企业综合性、多样化的岗位需求，学院始终以立德树人为根基，依托冶金工程、材料科学与工程、材料成型及控制优势特色学科，将与钢铁产品制造产业链需求相适应的知识引入课堂，并在专业知识基础上拓展上下游专业知识和横向延伸类知识，于学习、实践中培养学生终身学习能力、解决问题能力。

“校企联合办学的优势之一，在于其优于‘闭门造车式’教育的精准对接特点。产业学院通过‘三对接一融入’模式（对接行业标准、对接产业需求、对接岗位能力，融入国际前沿技术），着力实现教学过程与企业、地方产业发展的积极互动。”学校教务处负责同志介绍。

学院另一显著的办学特点还在于其“2+1+1”的工程教育模式，即2年理论教学、1年企业岗位实践和实务操作、1年创新创业实践和毕业设计。这种设计打破了传统工科教育中理论与实践相对割裂的弊端，使学生能够系统掌握从“原料”到“成材”的全流程技术。去年，学院组织2023级本科生到鞍山钢铁集团公司冶金工程实践教育中心、东北特殊钢集团股份有限公司等10家校外实践教育基地开展沉浸式实习，通过“理论导学+产线观摩+实操体验”三位一体模式，实现了学生专业能力与职业素养的同步提升。

这种培养模式成效显著。学院预计2025届本科毕业生就业率将达94%，其中已有26人与鞍钢集团签订就业协议。研究生多数进入大型钢铁企业研发机构，其工程实践能力获得了企业的高度认可。

“跨界转型”打造“钢筋铁骨”发展新高地

企业人才“走进来”赋能，学校教师“走出去”充电，学院的一系列举措不仅在课程体系搭建、专业建设发展、师资队伍充盈等方面得到优化，还在科研反哺教学中取得成果。依托学院科研平台，专业教师组成科研团队参

与了鞍钢“高端取向硅钢工艺优化”“中厚板质量控制关键技术”等重大项目，形成“企业技术难题-科研课题-教学案例”转化机制。2024年以来，专业教师已与鞍钢对接科研课题12项，今年2月，李胜利教授团队与鞍山钢铁集团有限公司共同申报的“实现Consteel电炉冶炼废渣钢的高品质连铸关键技术开发与应用”获得辽宁省科学技术进步奖二等奖。

“走出去”的教师同样收获满满。他们将优秀科研成果转化为教学案例，“跨界转型”为企业“代言人”，带领学生共同参与企业的横向科研项目及科技服务活动，逐步探索出“早进实验室、早进课题、早进团队”的实践育人模式，形成了“研-教-产”良性互动生态。在鞍钢股份耐火厂顶岗实践的学院青年教师侯庆冬说：“实践期间，我对企业的运行情况与技术需要有了更深的认识，将这些知识积累反哺教学后，学生都说收获颇丰，我也更有信心和学生们一道淬炼‘钢筋铁骨’，获得综合能力的提升。”

随着全链条培养模式的建立，产业学院正计划在明年2年申请材料与化工专业博士学位授权和冶金工程博士后流动站，逐步形成“本-硕-博-后”一体化贯通式的人才培养体系，并以新工科建设为抓手，进一步开展跨界融合的多学科交叉教育，布局氢冶金、低碳冶金、新能源材料、储能科学与技术等“双碳”领域热门方向。

辽宁科技大学鞍山钢铁现代冶金产业学院的探索实践，为新时代高等学校产教融合提供了宝贵经验，这种深度协同的“双元育人”模式，不仅为钢铁行业转型升级提供了人才支撑，更开创了地方高校与企业合作共赢的新范式。随着建设的逐步深入推进，产业学院有望成为服务辽宁、东北振兴战略的冶金人才培养高地，为打造辽宁省万亿级冶金新材料产业基地与冶金行业转型升级提供有力支撑。（该文章于5月15日被中国日报网报道）

中国南方航空北方公司到校访问交流

本报讯 外语学院报道 日前，中国南方航空北方公司副总经理汪晓晖一行应邀到我校访问交流。校党委常委、副校长李胜利接见了来宾一行，校工会、外国语学院相关负责同志陪同会见并参加座谈。

李胜利对汪晓晖一行的到来表示热烈欢迎，对中国南方航空北方公司长期以来关注和支持学校教育事业表示衷心感谢，并向来宾重点介绍了学校的基本概况、办学特色、学科发展、人才培养以及现代产业学院建设等情况。李胜利表示，辽科大始终聚焦“双服”（服务行业发展、服务地方区域发展），持续加强校企合作，深化产教政融合，服务地方经济社会发展能力不断增强。未来，期待在学生实习实践、就业培训等方面与南航开展深入合作，共同探索校企合作人才培养新模式。

汪晓晖对李胜利的热情接待表示感谢，并介绍了中国南方航空北方公司的基本情况和发展战略。他表示，南航作为中央直接管理的国有大型航空运输集团，始终践行央企责任，通过多维路径服务社会经济发展，在服务高校领域形成了多元化的支持体系，涵盖助学报扶、出行便利、人才培养及职业发展等多个维度。南航一直致力于优秀人才培养和引进，希望未来与辽科大开展全方位深度合作。

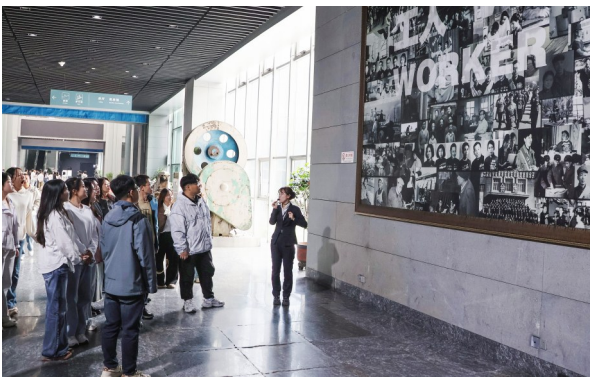
校企双方均表示，将进一步加强沟通，通过航空运输业与高等教育资源的深度联动，为东北地区人才培养与产业升级注入新动能，共同推动校企合作向更深层次、更宽领域发展，实现互利共赢。

学校组织研究生骨干开展“科研追梦·强国有我”参观见学活动

本报讯 党委研究生工作部报道 5月9日，学校党委研究生工作部组织44名研究生骨干赴沈阳开展“科研追梦·强国有我”参观见学活动，参观华晨宝马铁西工厂、中国工业博物馆。

活动中，华晨宝马铁西工厂工作人员以智能化生产线为核心，向研究生们介绍了汽车制造的前沿技术，使研究生们直观感受到了科技如何赋能生产效率与绿色制造。研究生们走进中国工业博物馆，通过通史馆、铸造馆、机床馆等展区的参观，系统了解了中国工业从起步到振兴的发展历程。馆内珍藏的千余件展品生动诠释了老一辈工人阶级“不怕吃苦、勇于创造”的奋斗精神，让同学们在沉浸式体验中感受到大国重器的历史厚重感与时代生命力。

研究生骨干纷纷表示，此次活动不仅拓宽了学术视野，更坚定了他们科技报国的信念和信心。今后要大力弘扬科学家精神，勇担时代重担，在绿色制造、智能技术等领域积极探索



学生骨干参观中国工业博物馆。 图片由研工部提供

突破，为科技强国贡献青春力量。学院负责同志介绍，此次参观见学是2025年研究生科学道德和学风建设活动月的重要组成部分，旨在营造崇尚科学、追求创新的浓厚氛围，激励研究生厚植科技报国情怀，在新时代创新创业的生动实践中建功立业。

把握新时代弘扬劳动精神的实践路径

马克思主义学院 张怡婷

“硬要求”。

开展社会劳动教育实践行动。社会是劳动教育的重要平台，也是推动劳动教育实践拓展的坚实依托。各级学校要充分发挥社会资源在劳动教育中的支撑作用，推动劳动教育走出校园、融入社会，不断丰富内容、拓展渠道、增强实效。要加大劳动教育宣传力度，利用传统媒体与新媒体联合发力，深入宣传阐释习近平总书记关于弘扬劳动精神、加强劳动教育的重要论述，广泛传播各行各业劳动者的感人事迹，树立平凡岗位上的榜样典型。学校应积极对接社会资源，与地方政府、企事业单位、工厂农场等合作共建劳动实践基地，形成资源共享、优势互补的协同育人机制，通过校地联动推动各类劳动教育资源向学校开放，组织开展劳模进校园、志愿服务、社区治理等活动，为学生创造多样化的劳动实践平台，推动劳动教育深入开展。

营造尊重劳动的社会氛围。人类是劳动创造的，社会是劳动创造的。习近平总书记强调，无论时代条件如何变化，我们始终都要崇尚劳动、尊重劳动者，始终重视发挥工人阶级和广大劳动群众的主力军作用。弘扬劳动精神，必须在全社会营造崇尚劳动、尊重劳动者的良好氛围。开展主题宣传活动。持续推动弘扬劳动精神主题宣传活动走深走实，通过媒体宣传和文化活动等多渠道激发广大劳动者的劳动热情，营造崇尚劳动、尊重劳动者的浓厚氛围。组织开展示范性宣讲，组建劳模宣讲团，围绕

劳模典型讲述劳模的感人事迹，引导广大劳动者立足岗位建功立业。广泛发动劳动者开展宣讲，用通俗易懂、贴近生活的语言讲好身边的劳动故事，依托传统媒体和新媒体平台开设专题专栏，组织在线访谈、网络互动及宣传短片播放，用劳动者喜闻乐见的方式弘扬劳动精神，激发劳动者干事创业的积极性。

建立健全激励机制。亿万劳动者是国家发展的潜力所在，要完善技能价值为导向的激励机制，不断释放尊重劳动、尊重人才的强烈信号，激发广大劳动者工作的热情与活力，让劳动者劳有所获、技有所成，让人才有“面子”、有“里子”。近年来，国家先后出台《关于提高技术工人待遇的意见》《技能人才薪酬分配指引》《“技能中国行动”实施方案》，这些政策持续强化“多劳者多得、技高者多得、贡献突出者多得”的激励导向，回应了广大劳动者的关切与期盼。新时代新征程，加快完善相关激励机制，让劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的理念深入人心，为建设现代化产业体系注入不竭动力。

不断提升劳动者素质。劳动者的知识和才能积累越多，创造能力就越大。劳动者素质是国家发展竞争力的重要体现，也是推动高质量发展的关键支撑。提升劳动者素质，不仅是满足新时代劳动需求的客观要求，更是实现劳动者体面劳动、全面发展的必由之路。

加强职业技能培训。职业技能培训有助于劳动者就业创业。

当前，我国就业结构正在发生深刻变化，传统岗位与新兴职业并存，技能型人才缺口较大。职业技能培训作为连接劳动者与岗位需求的桥梁，能够有效提升劳动者的岗位胜任能力，缓解结构性就业矛盾。要通过系统的职业技能培训，不断提升劳动者适应新技术、新工艺、新岗位的能力，促进传统产业转型升级与新兴产业发展，为构建现代化产业体系提供人力保障。

促进劳动者全面发展。促进劳动者全面发展，不仅关乎个体福祉，更关乎国家未来。劳动者全面发展，不只是“能干活”，更要“会思考”“懂协作”“善创新”。促进劳动者全面发展，要强化劳动教育，将劳动精神、劳模精神、工匠精神融入教育全过程；要加强终身职业技能培训体系建设，为劳动者提供多样化、持续化的学习和提升机会，打通“提技”“晋级”“进阶”的成长通道，推动劳动者从“体力型”向“技能型”“创新型”转变；要进一步完善劳动权益保障机制、收入分配制度、职业发展体系，形成多劳多得、技高者多得、贡献者优先的分配格局；要加强对劳动者心理健康、社会融入、文化服务等方面关注，推动劳动者全面发展，在百舸争流、千帆竞发的洪流中勇立潮头，在报效祖国、服务人民的人生中有所作为，在新时代新征程上体现价值、展现风采。

理论阐释

在能力提升中实现思政工作守正创新

计算机与软件工程学院 张天昶

编者按：去年，学校举办了“匠心铸魂育新人”辅导员主题班会设计比赛，全校辅导员踊跃报名，积极参赛。

“匠心铸魂育新人”辅导员主题班会设计比赛是学校深入推进“时代新人铸魂工程”，提升班会质量，增强辅导员思想政治教育工作能力和育人水平的重要举措。本次比赛，全校共有10名本科生辅导员晋级决赛。决赛中，辅导员紧紧围绕学生成长成才的关键核心，以九大工作职责为切入点，从“推进好习惯工程”“文明寝室建设”“弘扬中华优秀传统文化”“集体意识培养”“学风建设”等学生日常教育管理十个工作方向，设计了形式多样、内容丰富、手段创新的班会方案，既展示了他们的班会组织才能，也展现了优秀的职业能力。通过比赛，推动了辅导员在思政教育中的理论水平、专业素养及创新能力提升，助力其向职业化方向发展。

本期起，本报将连载比赛中部分获奖辅导员在班会准备和设计上的巧思和收获，号召大家以他们为榜样，促进经验共享与协同成长，形成良性竞争氛围。

辽宁科技大学“匠心铸魂育新人”辅导员主题班会设计比赛虽然已经结束，但每每想起比赛前的精心设计、反复推演和比赛中的全力角逐、思想碰撞，我仍心潮澎湃。于我而言，这次主题班会设计大赛更像是一次积累和沉淀的旅程。我将这次班会的设计思路，以及旅程中的感悟和思考进行了梳理，并分享自己的收获和体会。

学习与思考

初期选题阶段，我抽中“国家安全”主题。作为辅导员行列的新人，在深入学习领会总体国家安全观这一重大战略思想的基础上，以此为主题设计一堂有深度、有广度、有厚度、有温度的主题班会，深感责任重大。党的二十届三中全会通过了《中共中央关于进一步全面深化改革 推进中国式现代化的决定》，将推进国家安全体系和能力现代化

作为重要部分。“坚定不移地坚持、贯彻总体国家安全观”，这是习近平新时代中国特色社会主义思想的国家安全篇，它系统回答了新时代为什么维护国家安全、维护怎样的国家安全、怎样维护国家安全等一系列重大理论和实践问题。作为时代新人，必须坚定不移贯彻总体国家安全观，为平安中国建设贡献力量。

在信息化浪潮冲击下，国家安全概念虽被频繁提及，比如国家主权和领土的完整不受侵犯，政治的稳定与社会的和谐，以及经济的安全与发展等方面。但有的人会觉得离自己有点远，往往在忙于适应快节奏生活时在无意中忽略。习近平总书记在主持学校思想政治理论课教师座谈会时强调，思政课要坚持主导性与主体性相结合的原则。主题班会作为对学生进行思想品德教育的关键平台和媒介，同样应遵循教师主导性与学生主体性相结合的原则。因此，本次班会以总体国家安全观为主题，旨在让学生理解国家安全的含义，认识到国家安全的重要性，并探讨如何贯彻实施总体国家安全观。通过引导学生树立自觉维护国家安全的义务观念，进一步增强他们维护国家安全的责任意识。

调研与设计

准备阶段，我在学生中开展了调研。刚刚步入大学校门的大一学生正处在心理、生理刚刚成熟的时期，不时会被外界一些言论左右自己对某些问题的看法。座谈中了解到，我所带的软件工程、大数据和软升本专业的大部分学生有时会因为专业需要，或是因兴趣使然，每天大概会用4个小时及以上浏览微博、抖音、B站、小红书等社交媒体软件或短视频平台。网络社交媒体已经成为当代大学生日常生活的重要组成部分，网络信息

鱼龙混杂，如何以贴合学生实际的方式设计主题班会，从而达到思想政治教育的目的，我进行了思考和探索。

构思阶段，我认为首要任务是考虑采用何种方式，以大学生乐于接受的方法，有效引导那些被称为“拇指一族”的大学生群体。所以，在班会过程中我引入了多个短片，首先为同学们播放《我有一个永远长不大的朋友》微电影，通过战争国家的满目疮痍与我们如今幸福生活作对比，让同学们感受到，我们不是生活在一个和平的年代，而是生活在一个和平的国家，是强大的祖国给予我们安全幸福和谐的环境，顺利引出国家安全这一班会主题，让学生们感悟国家安全是头等大事。随后，向同学们播放《总体国家安全观》宣传片，共同了解国家安全观全部领域和内涵。之后，组织同学排练情景剧《辽宁舰泄密事件》，让他们身临其境地感受到危害国家安全的情形就在身边，必须始终保持高度警惕。最后带领同学们进行宣誓，要对党绝对忠诚，坚决捍卫国家的安全，遵守法律法规，保守国家秘密，履行公民的职责和义务。通过观看国安教育微电影、情景剧排练以及宣誓环节，让同学们感知维护国家安全人人有责，作为一名大学生，也可以为国家安全、民族振兴贡献自己的一份力。

创新与实施

为了成功举办主题班会，我在前期准备过程中深入挖掘班会主题，以便更加充分发挥课程思政的效能。我意识到，要让学生在班会上深刻认识到国家安全的重要性，就必须将这些看似遥远的概念与学生的日常生活紧密联系起来，要用他们喜闻乐见的方式，多元互动讲好中国故事。因此，我在班会设计中融入了多个与学生生活息息相关的案例，如向学生展示威胁国家安全的现实问题：日本核废水排放、生物入侵、黄牛间谍案、“黑莲花”境外黑客组织等。通过这些案例，让学生认识到我国当前面临的国家安全挑战，从而增强他们维护国家安全的意识。进而引导学生学习习近平总书记提出的总体

国家安全观的核心要义、基本理念和实践原则。

在本次的班会设计中，为了更好地让学生了解到国家安全，引导其自觉维护国家安全，我还在班会设计中引入了系列互动教学活动，例如，在讨论政治安全时，引导学生思考如何在日常生活中维护国家政治稳定，激发爱国爱校情怀；在探讨网络安全时，组织学生进行小组讨论，分析网络谣言的潜在风险，并探讨如何有效防范网络谣言。通过这些精心设计的互动环节，不仅能够加深学生对国家安全重要性的认识，还能培养思维能力和团队合作能力，真正将理想信念教育融入大学生日常教育管理之中。

收获与反思

班会准备再充分，也很难尽善尽美。在学校领导的点评中，我深感自己在辅导员思想政治教育工作能力和育人水平方面尚有许多不足。收获方面，首先，同学们的国家安全意识有了一定增强。通过班会的展示，我发现他们对国家安全的认知不仅仅停留在书本知识上，更融入了日常生活的思考和实践中。其次，我感受到同学们的团队协作精神和创新思维也有一定提升。在筹备过程中，同学们分工明确，相互协作，共同完成了高质量的班会作品。同时，他们也敢于尝试新的形式和方法，如情景模拟、互动问答等，使得班会更加生动有趣。经过深入反思，我认为在今后的工作中，要进一步加强国家安全教育普及和深化，要更加系统地学习和理解国家安全的内涵和外延。此外，还需要随时关注同学们的思想动态，引导他们正确看待国家安全问题，增强他们的国家安全和责任感。

合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土。作为一名青年辅导员，我将继续沉淀自己、磨练自己，不断提升专业素养和综合能力，在深入实施新时代立德树人工程，培养“有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗”的新时代好青年”中发挥积极作用，为以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴贡献力量。

安全帮扶全覆盖，构建警示防线。学校持续深化与千山派出所联动共建，开展“民警进校园”活动。通过校、警联合开通政务微信，选派9名民警与全校学生建立微信对接，实时监测通报电信诈骗的趋势动态和苗头性线索，提供反诈防骗、矛盾调解等服务信息，及时防范提醒，避免造成现实危害或引发不良情况。民警还通过案例讲解、互动问答等形式，向师生普及防欺凌、防诈骗、交通安全及法律常识，引导学生增强自我保护意识。学校通过不定期联合开展“反诈大讲堂”活动，以案说法，提升学生识诈、防诈、反诈能力，以“警察蓝”守护“校园安”，为师生撑起“平安伞”，营造了浓厚的校园反诈氛围。

安全无小事，责任重于山。学校安全工作关系到广大教师和学生的根本利益，校园安全是学校发展的压舱石，是学生健康成长的根本保障。未来，学校将持续深化教育安全体系的构建路径，从课程体系化、管理网格化、心理干预前置等方面入手，将安全教育纳入常规教学计划，覆盖交通规范、灾害应对、心理健康等模块，通过急救知识培训、火灾应急演练等活动提升学生自护能力；建立以学生干部、党员为核心的网格化管理体系，通过宿舍检查、矛盾调处等日常机制实现精细化管理；针对校园心理危机事件高发趋势，运用心理健康讲座、压力管理工作坊等方式培养学生理性心态，降低潜在风险。学校将长存忧患意识，强化风险意识，牢牢学校安全底线，为学生成长成才保驾护航。

(宣传部整理)

筑牢校园安全防线 护航学生健康成长

学生安全教育与管理是学校教育工作中不可或缺的一环，作为学校教育的重要构成，其核心在于构建系统化的保障体系，通过多元协同防范风险，从多个层面综合推进，切实保障学生人身安全和校园和谐稳定。为此，学校多措并举，多方联动，强化学生安全教育，压实安全管理责任，合力筑牢校园安全防线。

深化理论武装，筑牢思想防线。为了全面增强师生的安全意识，学校组织开展主题鲜明、形式多样的安全教育系列活动，召开了全覆盖“安全教育”主题班会，通过观看警示教育短片、剖析典型案例、宣讲安全知识等方式，向学生详细讲解道路交通安全、防范电信网络诈骗、防校园欺凌、用火用电安全等知识；组织学院辅导员深入学生宿舍，从财产安全、人身安全、食品安全等多方面提示学生增强安全意识，确保假期安全；利用校院两级学工微信平台，开展线上安全知识宣传，教育引导学院辅导员深入学生宿舍，从财产安全、人身安全、食品安全等多方面提示学生增强安全意识，确保假期安全；利用校院两级学工微信平台，开展线上安全知识宣传，教育引导学院辅导员深入学生宿舍，从财产安全、人身安全、食品安全等多方面提示学生增强安全意识，确保假期安全。

统筹部署，强化责任落实。学校制定详细的检查方案，明确检查重点和责任分工，要求各部门严格按照“全覆盖、零容

忍、严整改”的原则，对校园重点区域、关键设施开展拉网式检查，确保责任到人、措施到位，切实筑牢校园安全防线。通过建立“自查+抽查”常态化寝室安全隐患检查机制开展深入细致检查。每周，各学院将寝室安全隐患检查同寝室卫生检查同步推进，对生活杂物堆放、大功率电器使用、门窗、床架的稳固性等情况进行重点检查。学生工作处联合安全保卫处、后勤与基建管理处对全校500余个寝室开展2轮抽查，重点排查了大功率电器、管制刀具、私拉电线等问题。检查人员现场向学生普及安全用电知识，讲解违规使用电器的危害，对发现的问题及时督促整改，切实保障学生寝室安全，为学生营造安心的住宿环境。同时，校园食堂则对食品原材料采购、储存、加工制作过程进行检查，查看厨房设备运行状态、燃气管道安全情况，确保食品安全与卫生。在教学区域，重点检查教室用电线路是否存在老化、裸露现象，多媒体设备、照明设施是否正常使用，消防器材配备是否齐全且在有效期内，安全出口标识是否清晰，疏散通道是否畅通；实验室中，对危化品的储存、使用登记情况进行严格核查，确保实验设备规范操作、危化品管理符合安全标准，实现安全检查全覆盖，织密防范网络。

抢占春招先机 规划竞争蓝图

大通社记者 常嘉富

谈到学习方法时，刘丽老师特别强调了时间管理的重要性。“大学学习既需要自主性，也需要根据学习任务的轻重缓急进行合理安排。”她表示，合理利用碎片时间，建立知识框架图，都能显著提升学习效率。记者随机采访了几位不同专业的同学，大家普遍认为，在掌握科学学习方法的同时，还应该主动与任课教师交流，加入学习小组，利用好学校提供的学术资源，让学习过程形成正向循环，这对培养终身学习能力至关重要。

“当前人工智能、新能源等战略性新兴产业蓬勃发展，要培养前瞻性思维。”刘丽老师提醒我们，要定期浏览行业报告，关注技术变革趋势，保持开放心态，勇于接触新兴科技领域，适时调整知识结构。同时，注重培养设计思维和系统思维，从多角度分析问题，提出创新性解决方案，这样才能在快速变化的职场中展现优势，保持竞争力。

在实践中探索，在反思中成长。招聘会现场，材冶学院曹中月同学向记者展示了她的“实践成长地图”。大二参与“返乡”实践项目，大三带队获得省级竞赛奖项。她兴奋地说：“应聘时，HR最感兴趣的的就是这段实践经历。”她建议大家要尽早为自己建立“实践档案”，将每个实践项目经历都详细记录，归纳总结。这样的建议得到了计算机学院赵有成同学的赞同，因为他刚刚获得了某公司的offer。“面试官用半小时问我的实习经历和一些参赛细节，但竞赛和实习都是锦上添花，扎实的专业功底才是敲门砖。”他说。

然而，并不是所有同学都能得偿所愿。记者遇到了正在投递简历的计算机专业应届毕业生王同学。他摩挲着手中略显单薄的简历苦笑道：“大一总觉得就业很遥远，现在才明白，那些以为‘还早’的日子，恰恰是最该蓄力的时光。”不少毕业生在求职季才惊觉，当时觉得按部就班上课、参加活动就够了，但当真正去应聘时，简历上大片的空白与其他竞争对手们密密麻麻的获奖经历比较时，才意识到提前准备有多重要。

春招不仅是应届毕业生的“战场”，也是大一新生了解就业市场、明确未来方向的重要窗口。同学们，每天进步一点，未来定会收获满满。



毕业生提出的问题 招聘企业详细解答 摄影 宣传部 金会刚



双选会现场，人头攒动，毕业生与用人单位积极交流。

摄影 宣传部 金会刚

春日正好，“金三银四”求职忙。4月25日，学校举办的春季双选会如期而至，为毕业生与用人单位牵线搭桥。熙熙攘攘的招聘现场，毕业生们手持简历，穿梭于各个展位之间，寻找属于自己的机会。究竟怎样做，才能找到让自己满意的工作，为大学四年交上一份合格的答卷呢？

培养专业技能，提升综合素质。春招现场，各招聘展位都围满了求职者。某化工企业负责人在接受采访时说，随着信息时代的快速发展，企业对人才的要求越来越高，今年，我国高校毕业生预计将达1179万人，再创历史新高，这个形势下，就业压力明显增大，大一新生提早准备，是未来抢占就业先机的必要条件。那么，毕业生们需要注重提高自身的综合素质，加强与目标职业的深度关联，注重理论与实践相结合，加深对企业和岗位的理解，才能更容易找到与自己预期就业目标相契合的工作。



总是觉得春天来得措手不及，明明前几日还看着操场上的北风戏谑地拨弄着地上的几片枯叶、几棵枯草，忽然间这风呀，就像个调皮的孩子，转了个身，向西跑去，摇身一变成了惦念已久的东风。也就在这一瞬间，好像有一股暖风吹起了我的几根碎发。是的，盼望着、盼望着，春天就这么来了。

与南方那种东风拂来万树花开的早春不同的是，北方的春，更像是少女写给初恋的情书。试探着，克制着，却又暗含着一股涌动的神秘力量，带着绵绵柔意，展现着将要奔放的热情。

如果要问春天来了吗？小草总是先知道的。只要你细心，这个时节节的木椅旁、碎石下总有几朵茸茸的绿色，在微风中抖动着头上的泥土，准备在下一场春风中伸展那禁锢已久的身躯，并凭着一己之力，呼唤大地上的每一个角落。当阳光最后一次抚慰阴影下的几片薄冰，这片大地算是完全苏醒了，苏醒在这个阳光正好的季节。

如果这时放下平日的匆忙，漫步于校园，你就会发现此时的它如此娇美可爱。不必说生机勃勃的草坪，也不必说春意盎然的林荫小路，就单是远远望去，就足够让你眼前一亮。朱自清散文里的“山朗润起来了”在这一刻具象化，冬日里端庄威严的学校后山不知何时筹备了春的欢宴。花草树木迫不及待又无可奈何地等待着今年的狂欢，偷偷地换上新装自我欣赏。都说春天多是绿色的，可此时的草地在绿色中却隐约着一抹抹嫩黄，在阳光的映衬下，像极了一幅撒着少许金粉的古墨名画，或许这本就是哪位名家的墨迹，让春风偷来，悄悄地藏在这了。

春天嘛，看水是顶顶重要的。辽科大的校园里就有一片小小的人工湖。你可别看它小，没了这个小，就少了几分美景尽收眼底的快意。这小小可是它的可爱之处，小得楚楚动人，小得包罗万象。挺拔的树木圈定了这个小小景观的轮廓，阳光穿过枝桠间的缝隙，在地上留下些许说不出形状的光点，隐隐约约，微微朦胧，映衬出几分懒散，几分温情。这不禁让我想起儿时春天的午后，外婆总会拿出几个青团给我。外婆常说，她喜欢春天，因为在那充满希望的春天里她有了我。那我也喜欢春天，因为春天让我见到了外婆。这时，一阵微风拂过水面，吹过我的脸庞，温暖中夹杂一丝泥土的芬芳，泛着淡淡的甜味，并将我的思绪拉回。看着水面倒映的几分嫩绿、几分鹅黄被春风挑逗，泛起圈圈涟漪，在阳光的点缀下，倒是映得那新绿的影子多了几分婀娜、多了几分韵味。

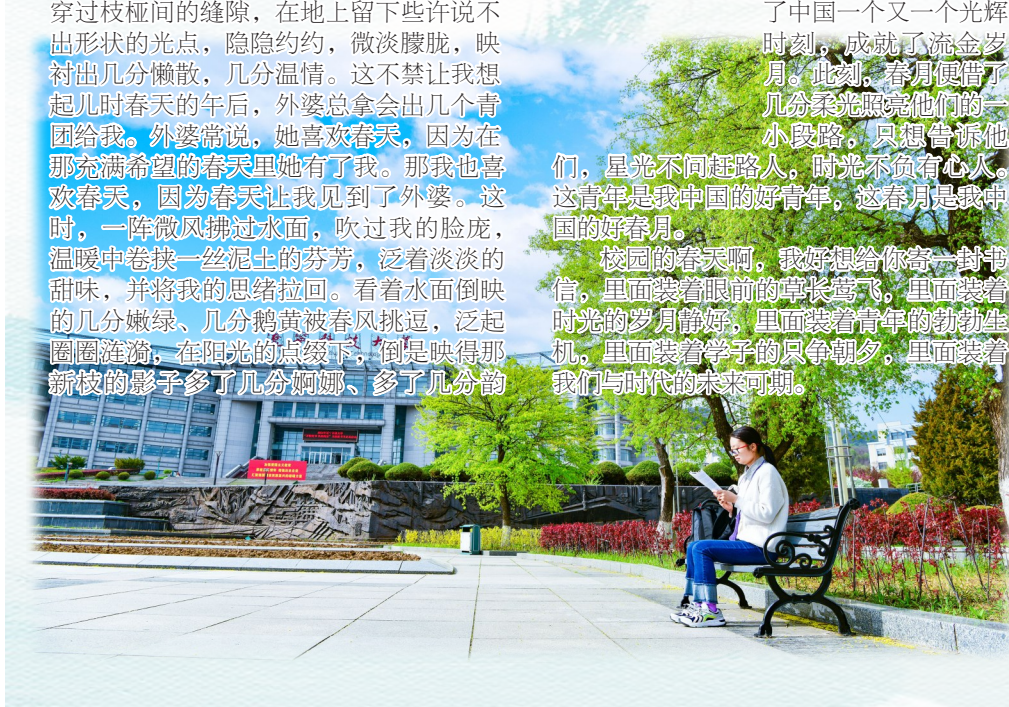
味。是谁说风没有形状？我看啊，这波纹、这倒影，这种种都是春风的姿态万千。走在环湖的木制小道，去听哒哒的木板声，或是坐在小小的凉亭，听三两只麻雀时而窃窃私语说着话，时而又欢呼几声为春天高歌，看着朵朵金黄的迎春花在蝴蝶的试探下害羞地吐着花蕊，我想，这些都是春的幸福符号。

当微风吹过我的衣袖，蓝天和白云碰了杯，喝了个一醉方休，我知道，接下来会是月亮的温柔。春天的月亮总是那么朦胧，那么含蓄，柔情似水地望着我们。“一年之计在于春”此时的校园其实已经充满了熊熊斗志。春月不知多少次像今日般见证着奋斗的青年在月光下喃喃背诵，他们甚至有时来不及回首去看今年的花红柳绿，来不及驻足去感受今年的春回大地，他们只是在春天播下几颗希望的种子，他们只是对星辰许过几次心愿叫未来，他们只是努力地奔赴那个不久后独属于他们自己的“青年的春天”。“青年兴则国兴，青年强则国强”，正是一批又一批青年前仆后继，继续开来，在时代的进程中追梦前行，舍我其谁，助力了中国一个又一个光辉时刻，成就了流金岁月。此刻，春月便留了几分柔光映照他们的一小段路，只想告诉他们，星光不问赶路人，时光不负有心人。这青年是我中国的好青年，这春月是我中国的好春月。

校园的春天啊，我好想给你寄一封信，里面装着眼前的草长莺飞，里面装着时光的岁月静好，里面装着青春的勃勃生机，里面装着学子的只争朝夕，里面装着我们与那个时代的未来可期。

好想给校园的春天寄封信

财务2023.2 那菲



于生命尽头，聆听爱的回响

环设2024.2 李姿萌

买点吃的。我有些不耐烦，回复的话语也变得简短。直到这一刻，我才意识到，这些看似唠叨的话语，都是他们沉甸甸的爱。

这些关于亲情的文字让我明白，亲情不是轰轰烈烈的告白，而是渗透在生活缝隙中的细微之处。我们总以为来日方长，却忘了生命脆弱如朝露。我们应该珍惜与亲人相处的时光，多一些陪伴，多一些理解，不要等到失去了才懂得珍惜。

友情：人生路上的温暖陪伴

如果说亲情是生命的根基，那么友情就是枝干上绽放的花朵。巴金在《怀念曹禺》中表达了对挚友的深切怀念。他们在文学的道路上相互鼓励，相互支持，结下了深厚的友谊。而当曹禺离世，巴金失去的不只是一位朋友，更是一部分的自己——那些只有曹禺懂得的创作艰辛，那些只有他们共同经历过的时代波澜，都随着友人的离去而成为无人分享的孤独记忆。可以说，巴金在那里，似乎也失去了“另一个自己”。

朱自清笔下的叶圣陶则展现了友情的另一种形态。《我所见的叶圣陶》中那些看似平淡的交往细节——一起讨论文稿时的认真，互赠书籍时的会心，生活中互相照应的温暖，恰恰是友情最真实的模样。他们一同追寻着关于文学的理想，没有惊天动地，却在细水长流中滋养着彼此的生命，成为彼此生命中的一束光。

记得初到鞍山求学的那晚，烧烤摊前的灯光昏黄而温暖，烤串的香气弥漫在空气中，与我们的欢声笑语交织在一起。我们来自天南海北，口音各异，在这个并不熟悉的城市里有缘相聚，我蓦地觉得不再孤单和迷茫。

改变

材化2022.1 高海鹏

我决定戒饮料时，才发现这是一场充满挑战的自我较量。起初我决心满满，但很快，诱惑就“如影随形”。那些色彩缤纷的饮料瓶仿佛在我招手，散发着诱人的气息。为了抵抗诱惑，我尝试泡花茶，淡淡的花香在口中散开，给人一种宁静的感觉。随着时间的推移，身体的变化也让我更加坚定了戒饮料的决心。我发现自己的皮肤变得更加光滑，不再容易长痘，身体也感觉更加轻盈。

在这个有些煎熬的过程中，我学会了自律和坚持。我明白了改变习惯并非一蹴而就，而是需要不断地努力和克制。回首这段时光，虽然充满挑战，但我收获的不仅仅是健康，还有更自律的自己。

我的英语学习是一个逐渐“开窍”的过程。起初，我坚持每晚背诵10个单词，随着持续练习，我发现记忆力真的会越用越灵

茫。这份在烧烤摊前结下的情谊，就像冬日里的暖阳，夏日里的清风，温暖而又舒适。也许，当四年后各奔东西时，我们才明白，那晚烧烤摊的烟火气已经深深烙进记忆里，成为青春最鲜活的注脚。友情是人生路上不可或缺的一部分，它如同一盏明灯，在我们迷茫时点亮。

生命：瞬息的顿悟

阅读这本书的过程中，我时常被那个年代里人们面对生死的态度所震撼。战争、意外、疾病、政治运动……生命的消逝在他们生活中是如此常见，却又如此令人痛心。不论是林徽因在《悼志摩》中对友人意外离去的痛心，还是梁实秋对冰心老人的回忆故事，或是季羡林对沈从文先生最质朴的回忆，他们通过以文字与逝者对话的方式，表达着对光阴过往的怀念，表达着对生命最崇高的礼赞。

生命的意义或许就在于此——不在于你拥有多少，而在于你被多少人真心记得；不在于你活了多久，而在于你留给世界多少温暖的故事。当我们能够坦然地说：“我真活过，也被深深爱过”，且真正绕过那可能纠结、惶恐、不安的瞬息，死亡就不再是可怕的终结，而是爱的另一种延续。

突然感觉这本书的名字真的很好，如果我们可以做那个在亲人、朋友的葬礼上描述他一生的人，又或者能有亲人和朋友可以认真描述我们的一生，那将是一件多么温暖、幸福又美好的事情呀。

书香·光影



活，于是循序渐进地增加到20个、30个甚至更多。这个习惯还带来了意想不到的收获：晚上背单词用脑让我容易犯困，完成当日目标后就能早早入睡，我彻底改掉了熬夜玩手机到凌晨的坏习惯。这不仅为我的六级备考打下了坚实基础，还帮我养成了良好的作息规律，可谓一举两得。我相信，只要持之以恒，我的英语水平定能稳步提升，最终攻克六级这个难关。

通过这门课程的学习，我不仅认识到改变自我的重要性并付诸实践，而且还系统掌握了丰富的社交礼仪知识。它让我明白，社交礼仪绝非简单的“形式”，而是维系人际关系和谐、体现相互尊重的关键纽带。无论是日常交往中的言谈举止，还是正式场合的礼仪规范，每一个细节都承载着独特的意义。学习也使我更加自信，当我知道如何正确地与人交往、如何展现自己的魅力时，在各种场合中我都能更加从容地应对，不再因为担心自己的行为不当而感到紧张和不安，而是能够以一种自信、大方的姿态与人交流。我也懂得了倾听他人的重要性，不再随意打断别人。很幸运，在我的大学里上了这样的课。



▲历史：行走着的书写。

▲感恩：一石静立说师恩，青草年年绕故痕。

▲善写：纵享春日好时光。

▲约定：山水一程的共勉。

▲留恋：校园青春的定格。

本版摄影：宣传部 金会刚 吕铁卓