



意义理想梦想  
成长与生活

KEEP  
IN LOVE

保持热爱

TOUR THE  
COUNTRY

穷游山海

机械工程 叶康杰

# 自我介绍一下



机械学院“求是精神与我”主题讨论沙龙↑

- 叶康杰，来自浙江义乌，现就读于机械工程专业
- 不变的**INFJ**劝告者型个人  
~~（准备好面对疾风了嘛）~~
- 爱好阅读、魔方、骑行~~（摔跤）~~，以及任何有趣的事情
- 浪漫主义、利他主义，穷尽毕生追求价值和意义



应该是在图书馆带很多娃 ↑

← 应该是个阳光开朗大男孩

← 可能是个077全天候工作狂

← 或许是个疯狂追求创新者

← 肯定是个与ddl英勇搏杀的勇士

← 大概率是个合格的领头人

校级优秀团干部 校级“五四红旗团支部” 亚运会骨干志愿者 蓝田十佳大学生  
校级社会实践先进个人 校级先进团支部 志愿服务总时长330+



应该是在图书馆带很多娃 ↑

← 应该是个阳光开朗大男孩

← 可能是个077全天候工作狂

← 或许是个疯狂追求创新者

← 肯定是个与ddl英勇搏杀的勇士

← 大概率是个合格的领头人

竺院辅修  
工程教育高级班班长

蓝田心权中心主任

蓝田学生会主席团成员

校英才计划学员

暑假社会实践队伍校级优秀

寒假社会实践队伍校级优秀

工科试验班2228班长 蓝田学生会十佳志愿者

第七团总支副书记 学业优秀、劳动实践、社会工作、志愿服务、对外交流  
标兵

# 壹

PART ONE

## 我的大一经历

踏实地渴求成长，好奇地认识世界，忙碌中寻找自己的意义



# 九月 考败来浙，我命由我不由天

壹

9月 当选工科试验班2228班班长

班委分工责任制  
第一次团日活动  
每月两次集体活动

贰

9月 当选第七团总支副书记

团总支层面综素立项工程申报  
帮助辅导员进行一些材料的收集

叁

9月 日常上课

微积分、线性代数难度变化大，  
史纲、思修按需选择  
工图一定要认真听、C程多写

疫情封校期间“白雪晨曦”线上演出



四月的美好与“遇上春影”摄影大赛 →

# 十&十一月 我生来就是高山而非溪流

肆

10月 第一批入党积极分子

随之而来的各种培训和材料递交  
递交入党申请书时间和确认为入党积极分子时间（支部开推优大会的时间）

伍

10月 五四红旗团支部争创

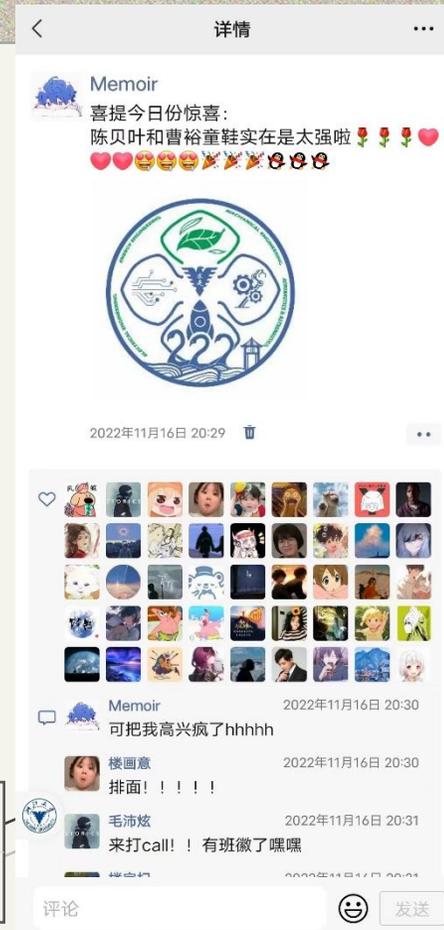
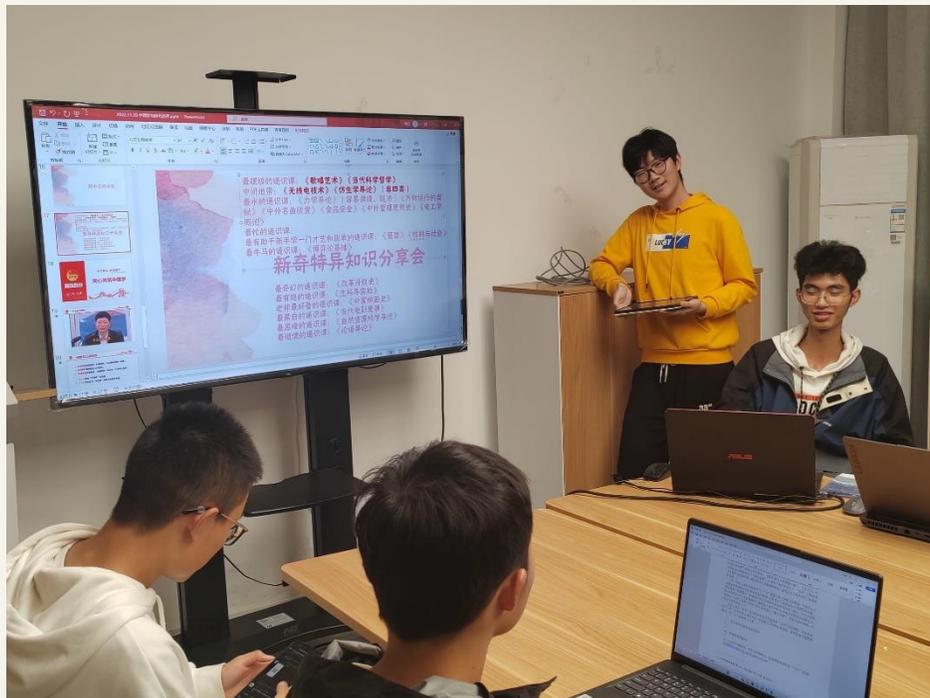
感谢我们班的团支书方玉莹，感谢我们班的所有班委和同学

陆

11月 第一次听《梁祝》  
11月 史纲小组合作

一种沉浸式赶ddl的快乐  
遇到困难和解决困难

# 十&十一月 我生来就是高山而非溪流



肆

11月 班级期中总结沙龙

阶段性总结，发挥集体力量

伍

11月 班级夜宵局

班级氛围建设

陆

11月 班徽设计

充满了惊喜和意外

# 十二月 暗流涌动，负重前行



柒

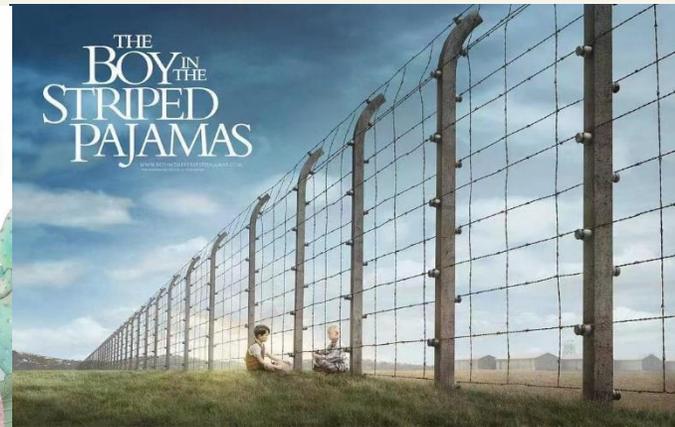
12月 谷雨邻里图书馆志愿服务

走出校园看社会

捌

12月 爱心社公益策划大赛

想法与创新，大英四级



玖

12月 英语读书报告&期末ddl

读书与电影  
慢性ddl才是最致命

# 考试周与寒假 重塑价值与意义



拾

1月 考试周

灵活安排复习，自控力

壹

1-2月 寒假社会实践

走访乌镇

贰

2月 谷雨邻里图书馆志愿服务

志愿服务标兵

春はすでに死んで、は  
終わり、東南のこと立  
として、万物はこころまで  
大きく成長する

# 秋冬播種，春夏收获

# 三&四月 保持忙碌

竺可桢学院  
工程教育高级班



- 2023 招生资料册 -  
2023. 03

壹

3月 蓝田十佳志愿者评选

贰

3-4月 工高班报名

花了一整周的时间来写报名表（自学）  
实践面、专家面

叁

4月 NSEP项目结题

致前往工高的旅客：

这位客官，请你抬头看，这块匾额上书“工程教育高级班”七个大字；在左右的门柱上，刻着一副对联，定睛一瞅，原来是“工者一臂擎天地，高也两口辩古今”；看完这篇序，推开门，跨过门槛，欢迎你到这座名叫“报名表”的客栈暂住一周。这份资料册，则是专属于你的通行证。

诶诶，趁着还有时间，我们可以在门槛上坐一会，唠唠嗑，先讲一点轻松的话题。

你应该有听说过这座客栈的建立者——ACEERS，你对他们的印象是什么样的呢？是觉得他们刻苦努力吗，毕竟那里的学习氛围非常浓厚；是觉得他们成绩斐然吗，去年工高班里有四名竺奖获得者；是觉得他们品质届届传承而历久弥新吗，确实，每一位工高前辈都用他们自己的奋斗来鼓舞后来人。

不过，工高人他们更是一个喜欢探索未知、直面挑战的群体。半夜的紫金港，总有点点灯光在山闪耀，有四散的几星宣告的是他们对困难的倔强。

# 四&五月 忙上加忙连轴转



肆

4月 主席团竞选

伍

5月 蓝田十佳大学生答辩

陆

平衡工作与学业-精神力  
5月 班级集体生日会



# 贰

PART TWO

## 一些形而上的思考和启发

这是一个很玄学和空泛的部分。形而上，但是有用





## 上大学的意义是什么？

- 学习知识
- 为走入社会做准备
- 全面发展
- 变成自己想成为的样子
- 确认自己的方向



## 自我觉察的重要性

- 反身思考自己的思考
- 思考他人的思考

# 发现问题 解决问题

## | 寻找信息的能力 |

人是因果论动物，基于各种经验进行的决策。

## | 敢于选择的勇气 |

机会很多，有些时候我们不仅要做出正确的选择，还要有放弃的勇气

## | 面对挫折的坦然 |

成功是少数，失败是大多数；成功也可以是大多数

# 一切为了成长

国はすでに死んで、  
夏は終わり、東南の  
こと立夏として、万  
物はここまで大きく  
成長する。

# 自我培养：我要自己决定自己的模样

## 参考tips

“人格、素质、能力、知识”KAQ2.0育人理念

新时代浙江大学人才培养目标是**培养德智体美劳全面发展的、具有全球竞争力的高素质创新人才和领导者**

## 培养沟通交流的能力

换位思考，面对不同角色时需要有不同的表达方式

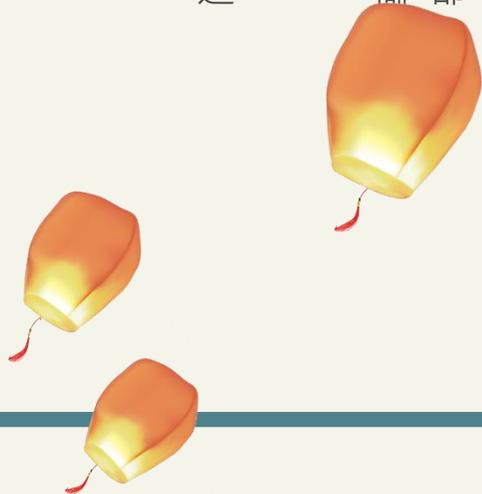
## 培养自我控制的能力

不做思想的巨人，行动的矮子

## 培养自我学习的能力

社会快速变革，每个人都  
需要不断地接受外界的输入让自  
入让自，  
如今的知识很复杂繁芜，  
‘自学’选择性的自学是适  
应的方法和王道

はスイカを食べる  
だけでまともなこ  
とだ



# 评奖评优的意义是什么

国はすでに死んで、  
夏は終わり、東南の  
こと立夏として、万  
物はここまで大きく  
成長する。

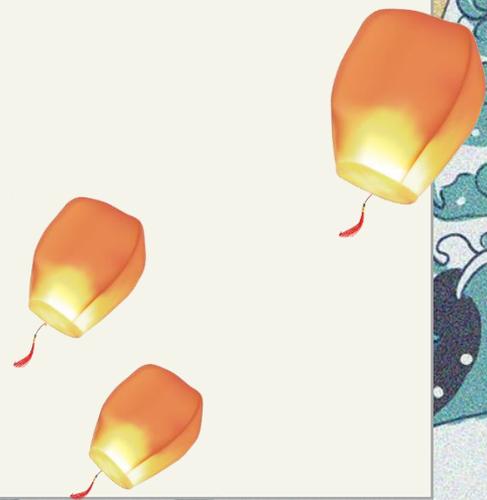
# 人生的意义是什么？

国はすでに死んで、  
夏は終わり、東南の  
こと立夏として、万  
物はここまで大きく  
成長する。

# 及时应对改变



我们会迷茫，但是一次次对意义的选择中，  
我们已经确认了自己的方向



# 大一是最自由的时间段，去做 自己想做的任何**有意义**的事情

- 尝试一份学生工作，去承担一份责任
- 走出去看看社会，看看人世炎凉
- 钻研一门自己喜欢的学问，弄清因果逻辑
- 坚持一项热爱的兴趣，感受生活属于自己
- 解放自己的想象，感受思维的自由并创造自己的想法
- 穷尽无限可能，发现自己的热爱



# 叁

PART THREE

一些可能有用的方法论

正片开始



# 信息与资源获取

| 从人际交往和官方渠道



## 机会类信息

蓝田学园、蓝田青年公众号、浙江大学学生会等官方公众号  
蓝田园网及各学院院网通知、朵朵校友圈  
蓝田巡查队、锄禾班、自习室管理员

## 学习类信息

**校图书馆**、学长组、CC98、蓝田二手书店  
中国大学MOOC、CSDN、B站大学

## 专业&竞赛&职业规划类信息

班主任、兼辅、  
高校竞赛管理系统 (<http://kyjs.zju.edu.cn/kyjs?ggid=945#/preview>)  
浙江大学就业指导与服务中心 (<https://www.career.zju.edu.cn/>)

## 其他渠道

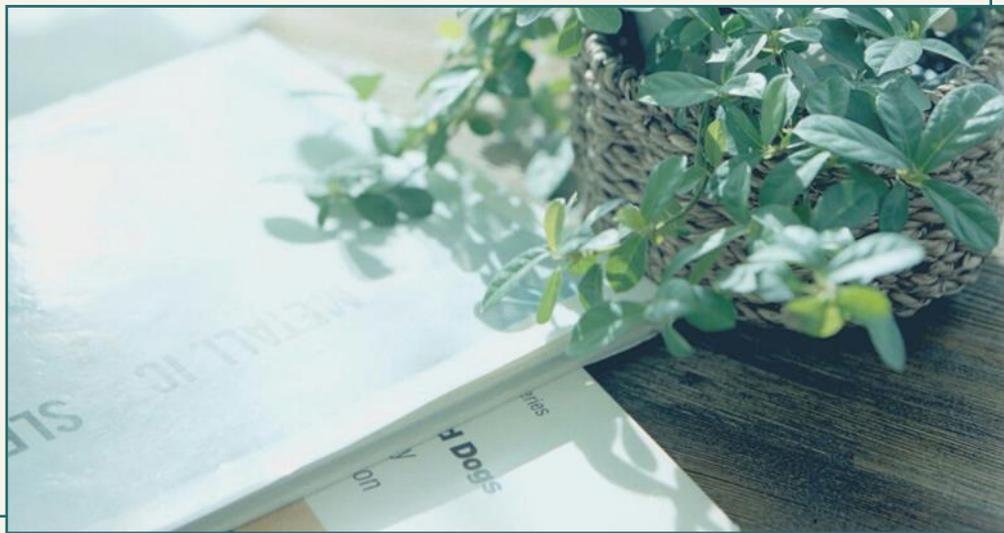
万能的辅导员、小团体可以搭建一个信息共享的平台

# 生涯规划和时间管理

## 生涯规划一步一个脚印

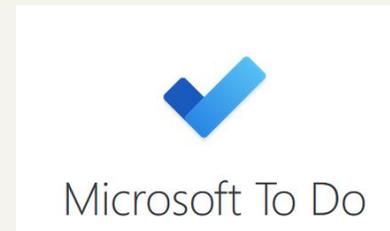
1. 职业规划课程和职业规划大赛
2. 学长学姐的经验
3. 了解充分，先确定大方向，后完善小细节

国はすでに死んで、  
夏は終わり、東南の  
こと立夏として、万  
物はここまで大きく  
成長する。



## 如何高效地时间管理

1. 通过固定动作和流程分配时间，保持惯性和规律
2. 使用软件赋能
3. 提前一天安排更细致的时间



# 尽量让学习不那么困难

## | 微积分等理科课 |

花足够多的时间，课前预习，课后整理知识框架，思维导图，多刷题  
幕布思维导图，高等学校数学教材习题集

## | 第二梯队课程 |

大英：熟练单词和课文（各种意义上）

工图：上课听老师讲，多直观感受三维和二维联系

C程：用好CSDN和各类大牛的博客，溪风（？）博客，有点偏记忆

## | 通识和非专业课 |

学到知识，感兴趣则听，没时间适当水，比别人认真那么一点

# 评奖评优并不是全部

## | 基础流程 |

大二分流到院系，但是评奖评优是在学园评的，参考往年的流程

1. 思政评价、身体素质出等级
2. 能力素质考评分（用于标兵评定）
3. 各类标兵申请（能申尽申）
4. 国奖及一奖申报（国奖需要满足一奖的条件，兼得一奖，奖金不兼得）
5. 国奖面试（基本素养和全面发展）

## | 注意事项 |

- 结合评奖评优的意义，思政和体质健康基础
- 别忘记申报标兵

# 学生工作与斜杠青年

- 学生工作足够精彩
- 1-2个学生组织 有所侧重
- 有些锅要接，有些锅不接
- 在工作中学，如何更高效地开展工作、多看多学  
    例如：OFFICE三件套、秀米
- 利用好学生工作的平台
- 学生工作对综合能力的提升巨大

# 加入工高，解决一切问题/x



浙大工高班ACEE

浙江

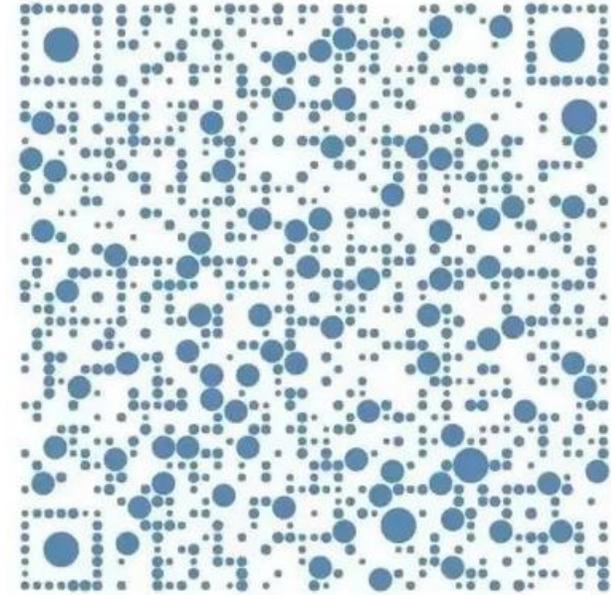
浙江大学竺可桢学院工程教育高级班创办于1994年，旨在培养德智体美劳全面发展、能在未来学科前沿与重大… >

34篇原创内容

121个朋友关注

已关注公众号

发消息



○  
はスイカを食べ  
るだけでまともな  
ことだ

- 竺奖摇篮，来自各专业的班友，

# 肆

PART FOUR

那些年我真的很想避的雷

这水很深，谁踩谁坑



# 学习篇

○ 1. 建议找一个学习搭子 / 做任何事情的搭子

○ 2. 寻找良好的自习环境， 安排出足够的时间学习

○ 3. 要写论文的通识课一定要慎重

# 学习篇

○ 4. 不要妄图缺课，尤其是大课

○ 5. 专业课期末补天是非常荒谬的

○ 6. 只做历年卷是远远不够的

# 生活篇

○ 1. 不要一个阶段同时做很多事情

○ 2. 不妨参加社团组织，培养自己的爱好

○ 3. 学习不是一切，有时间一定要提升自己的幸福感

# 生活篇

○ 4. 注意自己的身体，规律作息，合理饮食

○ 5. 和室友搞好关系，至少在整体作息方面

○ 6. 学会记录自己生活的美好

意义理想梦想  
成长与生活

KEEP IN LOVE

# 道阻且长 行则将至

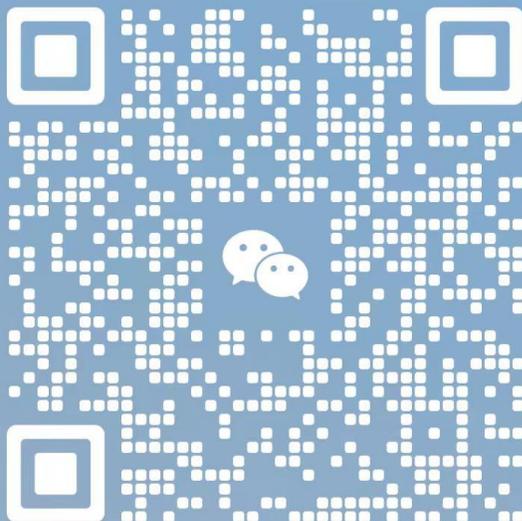
TOUR THE COUNTRY

机械工程 叶康杰



Memoir

百慕大



扫一扫上面的二维码图案，加我为朋友。