

母则個類語面

音乐学



2025级

目 录

— `,	专业简介	1
二、	人才培养方案	1
三、	人才培养方案解读	9
四、	课程模块设置	10
五、	词语点睛	11
六、	课程简介	14
七、	五彩生活	19
八、	如何过好大学生活	错误!未定义书签。

一、专业简介

厦门大学嘉庚学院音乐系创建于 2004 年,并于同年面向全国招生,现设有两个专业方向:音乐学、音乐表演。本系拥有一支优秀的教师队伍,主要由厦门大学艺术学院的资深教授、副教授、海外留学归国的年轻演奏家以及毕业于全国各大音乐学院具有较高学历和专业水平的中青年教师组成,共计 70 人,其中教授 4 人,副教授 24 人。

本专业立足于嘉庚学院"宽口径、厚基础、重能力、求个性"的人才培养基调,借鉴国际和国内同类院校先进的教育思想,与时俱进,不断更新观念,积极创新思维,寻求专业"同而不同"的理念,以培养"实践型"人才为核心,兼以"创造性"为向导,以适应社会,与市场需求接轨。改革过后的课程设置上体现了灵活、实用的特点,主课方面注重理论与实践相互结合,重视 AI 辅助教学工具的应用及跨学科音乐教育创新,同时,丰富的选修课使学生拥有较大的自我培养和自我设计的空间。

音乐学专业主要培养"多能"的人才,要求学生系统掌握音乐的基础理论、知识和基本技能,具有较宽的专业知识面,具备从事音乐教学、音乐研究的基本能力和素质; <mark>掌握智能音乐</mark>教学和数字化课程设计的技术; 具有较强的创新能力,学习研究能力,发现问题、解决问题的能力和较强的业务适应能力。

二、人才培养方案

(一) 培养目标

本专业关注传统教学能力与智能技术应用素养的融合,重视 AI 辅助教学工具的应用及跨学科音乐教育创新,提倡人文关怀、审美引导和适应未来教育变革的核心竞争力,培养担当民族复兴大任、具有社会责任感、具有创新精神、实践能力突出、德智体美劳全面发展的应用型、复合型、创新型高素质人才。本专业学生主要学习音乐史论、音乐教学技法等方面的基本理论和知识;接受音乐理论与实践相结合的训练方法;具有音乐研究、教学等方面的基本能力。毕业生能够前往高、中等专业或普通院校、中小学、社会文艺团体、艺术研究单位和文化机关、出版及广播、影视部门从事教学、研究、编辑、评论、管理等方面工作;也可以进一步攻读本专业或相关专业的硕士学位。

(二) 培养规格

- 1 素质要求
- 1.1 具有优良的道德品质、健康的体魄、健全的人格,具有劳动意识,树立正确的世界观、人生观和价值观,自觉践行社会主义核心价值观
- 1.2 热爱所从事的音乐事业,对本职工作有责任感与敬业精神

- 1.3 <mark>具有较高的理论素质和艺术素养,坚守审美教育立场且富有创新精神,具备新型音乐教育人才所需的跨</mark> 学科综合素质与人文关怀精神
- 1.4 能够继承和弘扬中国民族音乐文化,具有强烈的民族文化自信心和认同感,理解世界音乐文化多样性
- 2 能力要求
- 2.1 具备良好的职业素养和职业操守,能够熟练使用计算机并掌握一门外语,能够良好的沟通表达,具备终身学习的能力
- 2.2 具备从事基础音乐教育的专业能力以及教育创新意识和教学研究能力,掌握智能音乐教学和数字化课程 设计的技术
- 2.3 具有策划与组织音乐活动的综合能力及团队合作能力
- 2.4 具备音乐学写作、讲授、评论的能力,具有批判性思维
- 3 知识要求
- 3.1 掌握音乐学学科的基本理论和基本知识,了解音乐艺术本体的构成要素与规律
- 3.2 掌握基础教育阶段的音乐基本理论、基本知识及相关教育阶段的教材教法,了解人工智能在音乐教学领域的基本原理和应用领域(如 AI 个性化辅导、虚拟课堂等)
- 3.3 掌握一门及以上的音乐演奏或演唱技术
- 3.4 了解必要的人文社会科学基本知识

(三) 学制及学习年限

学制四年,学习年限三至六年。

(四) 学分说明

毕业最低总学分155。

(五) 授予学位

艺术学学士。

(二)课程设置与学分分配表

			课程	学分	·数	课	程学时	数		夏	建议修	读学期	月(周	学时))	
类	别	课程名称	合计	理论	实践	合计	理论	实践	一 上	一 下	二上	二 下	三上	三下	四上	四下
		技能必修课	20	1 0	1 0	448+ 3 周	162	286+ 3 周	6	6	4	4				
		大学英语(艺术类) [3	2	1	64	32	32	2+ 2							
		大学英语(艺术类) II	3	2	1	64	32	32		2+ 2						
	技	大学英语(艺术类)]]]	3	2	1	64	32	32			2+ 2					
技	能	大学英语(艺术类)IV	3	2	1	64	32	32				2+ 2				
能	必	军事训练	1		1	3周		3周	3 周							
教	修课	计算机基础	1	1		32	18	14	1+ 1							
	床	体育I	1		1	32		32	2							
育		体育II	1		1	32		32		2						
		体育III	1		1	32		32			2					
模		体育Ⅳ	1		1	32		32				2				
块		创新与创业基础	2	1	1	32	16	16		1+ 1						
	技	技能选修课	10	5	5	240	80	160	2		4		2	2		
		1. 技能选修课分设语言技能类、计算机技能类和职业技能类,其中职业技能类中的《生涯规划-探索与管理》须修读合格,其余类别无最低修读学分要求。 2. 鼓励学生积极参加各类创新创业实践活动。学生参加学校认可的学科竞赛、学术科研、社会实践、创														
	选	业实践以及其他创新仓]]业实员	践活艺	边, 同	可依学校	交规定日	申请认为	官学分	0						
	修课	生涯规划-探索与管理	2	1	1	32	16	16	1+							
通	通	通识必修课	21	1 7	4	400	296	104	6	4	3	2	4			2

识	识	《形势与政策》每学期	刀刀 以 :													
教	必		2	2		32	32			2				1		
3/		大学语文	2	2		32	32			2						
育	修	思想道德与法治	3	2	1	48	32	16	2+ 1	2						
模	课	中国近现代史纲要	3	2	1	48	32	16	2+ 1							
块		马克思主义基本原理	3	3		48	40	8			3					
		毛泽东思想和中国特 色社会主义理论体系 概论	2	2		32	32					2				
		习近平新时代中国特 色社会主义思想概论	2	2		32	32						2			
		思想政治理论课实践	2		2	64		64					4			
		形势与政策	2	2		64	64									2
		通识选修课	16	1	4	320	192	128		3	2	2	4	4		1
		通识选修课课程详见每			十划。	修读	 要求:		24日. 二						 	
	通识	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国	D含"/ D含《注 日; 其· 国史、i	L L L L L L L L L L	划。 划。 	 修读 『艺オ 里健康 生心理(要求: 	 	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》·	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课 教育》 安全教	程组3 和 "		,课程	组、
		1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少	D含"/ D含《 I; 其 国史、 以修读	L	划。 划。 	 修读 	 要求: 	 	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》 须修设	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课 教育》 安全教	程组3 和 "		,课程	组、
	识选	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少 大学生心理健康教育	四含"/ 四含《だ 日; 其に 国史、に シ修读 1	L L L L L L L L L L	上划。	修读 [§] □"艺才 里健康 主心理位 主心理位 上、社会	 要求: 	所个课程《劳动教育》《专	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》·	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课 教育》 安全教	程组3 和 "		,课程	组、课程
	识	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少	D含"/ D含《 I; 其 国史、 以修读	L	划。 划。 	 修读 	要求: 之类"两 教育》 健康教育 会主义为	 	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》 须修设	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课 教育》 安全教	程组3 和 "		,课程	组、
	识选	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少 大学生心理健康教育 劳动教育	記含"/ 記含《注 目: 其「 国史、i ン修读 1	一	上划。	修读到 0"艺术 里健康帮 主心理位 主、社会 16 32	要求: (关"两数育》 健康教育 会主义生	所个课程《劳动教育》《专	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》 须修设	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课教育》安全教。	程组3 和 "		,课程	组、课程
专	识选修	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"中包 "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少 大学生心理健康教育 劳动教育 国家安全教育 党史、新中国史、改 革开放史、社会主义	12含"/ 见含《注 日; 其以 国史、证 2 修读 1 1	开课记 人文学 大学《 文 本 2 学/ 1	上划。	修读到 "艺才 里健康帮 主心理位 史、社会 16 32 16	要求: 之类"两 效育》 健康教育 会主义分 16 8	所个课程《劳动教育》《专	改育》 亨动教	其中" 《国家 育》 须修设	艺术学 《安全》 《国家 _》	类"课教育》安全教。	程组3 和 "		,课程	组、课程
	识 选 修 课	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少 大学生心理健康教育 劳动教育 国家安全教育 党史、新中国史、改 革开放史、改 英开放史、数	13 () 13 () 13 () 14 () 16 () 17 () 17 ()	一	十划。 大学生大学的 十分。	修读到 0 "艺术 里健康 主心理 主心理 2 16 32 16	要求: (文类"两次	50 个课程 《劳动者 等》《亨 定展史书 24	改育》	其中"《国家 育》。 须修设 1	艺术学	类"课教育》 安全教。	程组3	至少修四史'和"[,课程	组、课程
专 业 教	识 选 修 课 专	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"课程组 组中的《党史、新中国 3. "自然科学类"至少 大学生心理健康教育 劳动教育 国家安全教育 国家安全教育 电史、新中国史、改革开放史、题 专业必修课	13 () 13 () 13 () 14 () 16 () 17 () 18 (T	十划。 大	修读到 "艺才 里健康, 主心理 主心, 16 32 16	要求: " 两	50 个课程 《劳动教育》《劳 文展史书 24	改育》 劳动教 5	其中" 《国家 介修设 1	艺术学 《国家学	类"课教育》 安全教 2	程组3	至少修四史'和"日	,课程	组、课程
业	识 选 修 课 专 业	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"课程组 组中的《党史文》,新了 2. "社会科学类"课程组 组中的《党史文》,至 2. "社会科学类",至 2. "社会科学类",至 2. "社会科学类",至 2. "社会科学类",至 2. "社会科学类》,至 4. "社会科学类》,至 4. "社会主义,发展史专题 专业必修课 学科基础课	1含"/ 见含《注]; 其· 以》 1 1 1 38	一 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	十划。 大	修读到 "艺术 里健康 主心理 (上、社会 16 32 16 16	要求: 文类"两次建康教育》 建主义分 16 8 16 16 16 16 128	50 个课程 《劳动教育》《劳 文展史书 24	改育》 劳动教 5	其中" 《国家 介修设 1	艺术学 《国家学	类"课教育》 安全教 2	程组3	至少修四史, 和"[,课程	组、课程
业教	识 选 修 课 专 业	1. "人文艺术类"中包含 2. "社会科学类"课程的 2. "社会科学类"课年的 3. "自然对学生,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,对于一个工程,可以不同的工程,可以可以不同的工程,可以不同的工程,可以不同的工程,可以不同的工程,可以不同的工程,可以可以不同的工程,可以可以不同的工程,可以可以可以不同的工程,可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以	13 () 図含 () 図含 () 図含 () 目: 其に 1 1 1 1 1 38 12 2	一 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	十划。 大	修读到 "艺才 里健康帮 主心理位 之、社会 16 32 16 16	要求: 之类"两 效育》 建康教育 会主义力 16 8 16 16	50 个课程 《劳动教育》《劳 文展史书 24	改育》 劳动教 5	其中" 《国家 介修设 1	艺术学 《国家学	类"课教育》 安全教 2	程组3	至少修四史'和"[和 "[8 4 2	,课程	组、课程
业	识 选 修 课 专 业 必	1. "人文艺术类"中包 2. "社会科学类"课程组 组中的《党科学类》,新至型 大学生心理健康教育 国家安全教育 国家安全教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理健康教育 大学生心理学、改义义 大学中、改义义 大学和基础课 中小学音乐教育心理学	13 (13 (13 (13 (14 (14 (15 (16 (一 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	十划。 大	修读图 "艺术里健康帮主心理位果,社会 16 32 16 16 32 16 32 32 32 32 32	要求: 之类"两数章 健康教章 会主义为 16 8 16 16 352 128 32 32	50 个课程 《劳动教育》《劳 文展史书 24	收育》 劳动题》 5 3	其中" 《国家 介修设 1	艺术学 《国家学	类"课教育》 安全教 2	程组3	至少修四史'和"[和 "[8 4 2	,课程	组、课程

		视唱练耳II	1		1	32		32		2						
块		视唱练耳III	1		1	32		32			2					
		视唱练耳IV	1		1	32		32				2				
		专业基础课	26	1	1 2	576	224	352	2	2	7	7	4	4		
		曲式与作品分析 I	2	2		32	32						2			
		曲式与作品分析II	2	2		32	32							2		
		和声Ⅰ	2	2		32	32				2					
		和声Ⅱ	2	2		32	32					2				
		复调 [2	2		32	32					2	2			
			2	2		32	32							2		
		声乐基础 I	1		1	32	02	32	2							
		声乐基础Ⅱ	1		1	32		32	2	2						
		声乐基础III	1		1	32		32			2					
		声乐基础IV	1		1	32		32				2				
		钢琴基础 I	1		1	32		32	2							
		钢琴基础Ⅱ	1		1	32		32	_	2						
		钢琴基础III	1		1	32		32			2					
		钢琴基础IV	1		1	32		32				2				
		伴奏与弹唱 I	1		1	32		32			2					
		伴奏与弹唱II	1		1	32		32				2				
		合唱指挥 I	2	1	1	32	16	16			1+					
		合唱指挥Ⅱ	2	1	1	32	16	16				1+ 1				
		专业选修课	35	2	1 4	577	276	301		5	3	5	7	9	6	
	专业	修读要求: 1. 课程组 A: 属于教育 2. 课程组 B: 属于音乐 3. 课程组 C: 属于音乐 4. 课程组 D: 属于音乐	、实践类 、专业多	类课程 实践扬	程。 5展调	果课程。	少修诗	文 10 学	分 。							
	-11.						课程	呈组 A								
	选	音乐教育史	2	2		32	32						2			
	,	中国音乐史	2	2		32	32						2			
	修	西方音乐史	2	2		32	32							2		
		配器法	2	2		32	32						2			
	课	音乐美学	2	2		32	32						2			
		世界民族音乐	2	2		32	32								2	
		中外教育简史	2	2		32	32								2	
	课程组 B															
		二胡演奏入门	2	1	1	32	8	24		2						

二胡演奏提高训练	2	1	1	32	8	24		2					
古筝演奏入门	2	1	1	32	16	16	1+ 1						
古筝演奏提高	2	1	1	32	16	16		1+ 1					
小扬琴演奏入门	2	1	1	32	8	24	2						
小扬琴提高训练	2	1	1	32	8	24		2					
舞台实践 I	2	1	1	32	8	24	2						
舞台实践II	2	1	1	32	8	24		2					
舞台实践III	2	1	1	32	8	24			2				
舞台实践IV	2	1	1	32	8	24				2			
舞台实践V	2	1	1	32	8	24					2		
合唱与重唱 I	2	1	1	32	8	24	2						
合唱与重唱Ⅱ	2	1	1	32	8	24		2					
合唱与重唱III	2	1	1	32	8	24			2				
合唱与重唱IV	2	1	1	32	8	24				2			
合唱与重唱V	2	1	1	32	8	24					2		
合唱与重唱VI	2	1	1	32	8	24						2	
管乐室内乐 I	2	1	1	32	8	24		2					
管乐室内乐 II	2	1	1	32	8	24			2				
管乐室内乐III	2	1	1	32	8	24				2			
管乐室内乐IV	2	1	1	32	8	24					2		
管乐室内乐V	2	1	1	32	8	24						2	
舞蹈与形体 I	2	1	1	32	8	24		2					
舞蹈与形体II	2	1	1	32	8	24			2				
舞蹈与形体III	2	1	1	32	8	24				2			
舞蹈与形体IV	2	1	1	32	8	24					2		
中国民族民间舞(B)	2	1	1	32	8	24				2			
现代舞	2	1	1	32	8	24			2				
舞蹈剧目	2	1	1	32	8	24				2			
电脑音乐制作 I	2	1	1	32	8	24				2			
电脑音乐制作Ⅱ	2	1	1	32	8	24					2		
制谱软件入门	2	1	1	32	16	16			1+ 1				
流行音乐即兴伴奏	2	1	1	32	16	16						1+ 1	
歌剧与音乐剧I	2		2	64		64				4			
歌剧与音乐剧II	2		2	64		64					4		
					课程	呈组 C	 						

	声乐I	1		1	16		16		1						
	声乐II	1		1	16		16			1					
	声乐III	1		1	16		16				1				
	声乐IV	1		1	16		16					1			
	声乐V	1		1	16		16						1		
	钢琴 I	1		1	16		16		1						
	钢琴Ⅱ	1		1	16		16			1					
	钢琴III	1		1	16		16				1				
	钢琴IV	1		1	16		16					1			
	钢琴V	1		1	16		16						1		
	器乐I	1		1	16		16				1				
	器乐II	1		1	16		16					1			
	器乐III	1		1	16		16						1		
		I	I		I	课程	组 D	I	I	I	I	ı		I	
	童声合唱训练学	2	1	1	32	16	16							1+ 1	
	合唱编排技巧	2	2		32	32							2		
	中国当代音乐 I	2	2		32	32						2			
	中国当代音乐II	2	2		32	32							2		
	歌唱语音(意、德)	2	2		32	32					2				
	中国民歌研究	2	2		32	32							2		
	戏曲欣赏	2	2		32	32				2					
	钢琴教学法	2	2		32	32						2			
	声乐教学法	2	2		32	32							2		
	钢琴艺术史	2	2		32	32								2	
	声乐作品研究	2	2		32	32						2			
	西方舞蹈赏析	2	2		32	32						2			
	中国舞蹈史	2	2		32	32								2	
	歌曲写作	2	2		32	32							2		
	乐队指挥法	2	2		32	32								2	
	中国传统音乐理论	2	2		32	32						2			
	器乐作品赏析	2	1	1	32	16	16							1+ 1	
实	实习与实践	15		1 5	26 周	0	26 周		1		1		1		12
习	教学实践 I :音乐会	1		1	2周		2 周		2 周						
与	教学实践Ⅱ:见习	1		1	2周		2周				2 周				
实	教学实践Ⅲ:模拟教 学	1		1	2周		2周						2 周		
践	毕业实习(音乐)	6		6	12		12						İ		12
						7									

						周		周								周
		毕业论文/设计(音 乐)	6		6	12 周		12 周							12	周
学分	分、当	学时总计及学分学期分 布	155	87	68	2817	1358	1459	19	24	24	22	21	24	6	15

(三) 学期教学活动安排情况

学年学期	课程教学周	实践教学周	军事训练	复习考试周	毕业实习	毕业 论文 (设 计)	教研 活动 周	合计	
	1	16		(3)	2			1	19
	2	16	2		2			1	21
_	3	16			2			1	19
_	4	16	2		2			1	21
Ξ.	5	16			2			1	19
=	6	16	2		2			1	21
ш	7	16			2		(12)	1	19
四 8		16			2	(12)	(12)	1	19
合计	128	6	(3)	16	(12)	(12)	8	158	

三、人才培养方案解读

(一) 方案理念

人才定位——"音乐实用型人才"。基于我国经济社会的发展状况和社会对人才需求的改变,引入AI辅助教学工具的应用及跨学课音乐教育创新,本系对传统的培养模式进行大胆改革和创新,将其培养目标定位为"培养应用型、复合型人才"。

基本素质为: 融合 AI 工具应用能力,打造高素质、厚基础、一专多能型的美育和社会服务功能。

培养思路——"一保二两"。首先保证学生的健康,注重学生健全体魄的塑造。然后注重"两能":适应能力和竞争能力;夯实"两头":理论知识和实践能力,通过 AI 模拟训练提升实践场景适应性。

培养模式——"以人为本"。注重传授知识为主的教学模式,更注重学生的个性发展,培养学生专业能力、适应能力、动手能力,提高学生的整体素质。

(二) 培养方略

未来社会的竞争是人才的竞争。应社会需求,我系从培养方案、教学内容、教学方法等着手,将 AI 技术融入课程设计与实践环节,进行一系列的探讨和改革。

(三)保障质量

在人才培养的过程中,坚持"全面质量管理"的指导思想,以抓好教学质量为重点,逐步探索和完善一整套行之有效的措施制度,确保人才培养的质量。一是把好专职教师的聘任关;二是完善教学质量评教制度,对教学质量进行全程监控,并通过 AI 数据分析优化教学质量评估体系。

四、课程模块设置

本课程体系分为三大模块: 技能教育模块、通识教育模块和专业教育模块

(一) 技能教育模块

技能教育模块包括技能必修课、技能选修课和实习与实践

技能必修课:培养学生应具备的一般素养。对应的课程有:计算机基础、大学英语和大学生职业发展与就业指导。

技能选修课:培养学生拓展和从业具备的基本能力。学生必须从该课程组中选修 10 学分。课程包括:社交礼仪、有效地时间管理、实用日语会话、计算机实用技术等。

实习与实践课:主要培养学生实践能力,使学生具备相应的音乐专业技能,向应用型人才发展。主要课程包括:军事训练、艺术实践、教学实践、毕业实习和毕业论文,部分实践环节引入 AI 个性化辅导、虚拟课堂等。

(二) 通识教育模块

通识教育模块包括通识必修课和通识选修课

通识必修课:培养学生的思想政治素质、法律素质、文学素质和身心素质。主要课程有: 马克思主义基本原理、思想道德修养与法律基础、毛泽东思想、邓小平理论和"三个代表"重要思想概论、中国近现代史纲要、军事理论、大学语文、体育等。

通识选修课:全校性选修课程,课程包含人文艺术、社会科学、自然科学等三大类,要求学生每类至少选修1门,共选修16课时。

(三)专业教育模块

专业教育模块包括专业必修课和专业选修课

专业必修课:主要培养学生的职业综合能力和音乐理论知识。使学生了解一定的音乐史、具备音乐鉴赏能力、创造性思维和基本专业技能——声乐演唱、钢琴和器乐演奏等能力。对应的课程包括:基础乐理、视唱练耳、舞蹈与形体、合唱指挥、中/外国音乐史、艺术概论、民族音乐概论、声乐/器乐/钢琴、合奏等课程,部分实践环节引入 AI 个性化辅导、虚拟课堂等。

专业选修课:主要培养学生知识和职业拓展和多方面的能力,学会根据自己的兴趣和爱好进行选择。课程分为两部分:第一部分为限选课程,包括和声、复调和曲式与作品分析。第二部分为任选课程,包括歌曲写作、歌剧与音乐剧、戏曲欣赏、舞蹈史论、音乐美学、合唱与重

唱、艺术歌曲赏析等课程,<mark>重视 AI 辅助教学工具的应用及跨学科音乐教育创新。</mark> 各个教育模块有机结合,相互补充,各自发挥各自应有的功能。

三、词语点睛

(一)熟悉《人才培养方案》

《人才培养方案》是学生修读该专业的主要指导方向,每一位学生都应该熟悉它。明确培养方案中的修读要求,各个模块都有具体的学分修读规定,分清楚必修和选修的各项课程,在满足学分要求的条件下,允许多选感兴趣的课程。此外,培养方案新增 AI 工具应用相关选修课程,帮助学生掌握音乐数字化创作与分析技术。

(二)专业考试流程

- 1. 考试时间:由于专业特殊性,考试需要集中进行,所以专业考试安排在考试周前一周进行。
- 2. 考试顺序:要求学生按照预先发布顺序进行考试,无有特殊原因,不允许学生私自调整 考试顺序和时间。
- 3. 考试方式:采用现场表演的形式,取各评委的平均分作为该生的期中和期末考试成绩。 部分考试环节引入 AI 评分辅助系统,从音准、节奏等维度提供量化分析报告,辅助评委更精准 评分。

(三) 教学实践

为了使学生在课堂中所学技能能够进行及时充分的锻炼,音乐系在学院实践教学体系的指导思想下,组织学生于每学年第二学期课程结束后进行教学实践活动。通过该活动,培养学生的心理素质、舞台经验和组织能力,加强学生与社会生活的联系,推进学生对自然、社会认识和自我认识的加深,发展学生创新和实践的能力,培养学生的团队合作能力和良好的个性品质,从而提高学生的总体素质。

1. 第一学年 教学实践 I: 音乐会

主要目的:为丰富校园文化生活,促进学生的全面发展。指导学生举办音乐会,以求为学生提供更多的舞台表演机会,提高合作能力,增加对课本知识的实践能力。同时,提高学生组

织能力和合作能力,让学生发现自身不足之处,取长补短,提高表演水平。部分音乐会借助 AI 虚拟舞台技术,实现场景多样化展示,提升演出视觉效果。

2. 第二学年 教学实践Ⅱ: 见习

主要目的:扩展学生的知识面,使学生能够把平时的练习运用到实践中,增强舞台表演能力,在以后的学习工作中可以更好地运用所学知识,增加自身的竞争力。到社会团体中去演出,还能使学生的综合能力得到更直接、更实际的锻炼,为将来走向社会打好基础。

3. 第三学年 教学实践Ⅲ: 讲座、模拟教学

主要目的:邀请具有丰富实践经验和艺术资历的专家来为学生开展讲座,增长学生专业理论知识,开拓学生眼界,促发学生兴趣,提高自身修养。模拟教学环节是开放教育教学过程中不可或缺的组成部分,它与理论教学相辅相成,有利于学生知识的转化和拓展。对于培养学生分析和解决问题的能力,全面推进素质教育,实现培养目标,具有重要意义。三年级的学生即将面临毕业实习,模拟教学有助于锻炼学生的实际工作能力。在模拟教学备课环节,引入 AI教案生成工具,辅助学生优化教学设计。

主要内容:

- (1)邀请具有丰富实践经验和一定艺术成就的专业人士来担当主讲人,介绍本学科专业知识和发展前景。
 - (2) 模拟教学包括两个环节:
- ①备课: 教师指导学生进行教学设计,书写教案,课堂设计,学生在小组内进行试讲等。 其中包括对于教学教法的讲授和讨论。
- ②讲课:学生通过亲身经历课堂教学,使自己平时学到的知识在实践中得到很好的检验。指导教师针对具体问题进行分析指导,从而提高学生的教学水平。

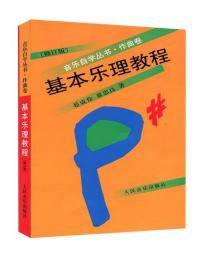
(四) 毕业实习

毕业实习旨在为学生提供一个全面而多元的学习平台,帮助学生在真实的工作环境中应用所学知识,积累宝贵的行业经验,为未来的职业生涯打下坚实的基础。我系通过分散实习和集中实习的模式进行,分散实习即学生自主到与音乐相关的部门进行实习。集中实习是通过考核,由学校统一安排到学校、企事业单位、政府部门、音乐厅等进行实习。实习过程中,鼓励学生运用 AI 数据分析工具,调研音乐市场动态,提升职业竞争力。

(五) 明确选课流程

选课实行一站式选课,流程为随机筛选→补选→退补选。每个学期选课之前,教务部和系内都会开选课指导会,指导学生进行选课,以便学生熟悉选课流程和选修课程。每个环节结束之后,学生要及时上网查看自己的课程表,确保选课的有效性。选课系统新增 AI 智能推荐功能,根据学生兴趣和专业方向,精准推荐匹配课程。

六、课程简介



课程名称:基本乐理

课程简介:本课程是本科音乐专业的专业必修课,在大学一年级 开设。本课程从音符的规范写法入手,逐步介绍各种谱号、谱表、 记谱法、速度、力度及装饰音记号,使学生掌握基本的读谱技能, 能够视唱乐谱,有正确的音准与节奏感;通过学习音程、和弦写 法、各种调式音阶的学习,掌握调性判断方法;通过远近关系调 及转调等知识的学习,进一步掌握音乐发展的基本规律,为分析 乐谱所需的基本知识做好铺垫,也为以后的读谱、表演、创作及 其它理论课程的学习奠定基础。

考核方式: 笔试(闭卷)



课程名称: 视唱练耳

课程简介:本课程是本科音乐专业的专业必修课,是以组织、培养和发展学生的音乐听觉技能为中心,以全面提升学生的音乐听觉能力为目的,而设置的一门具有较强实践性内容的音乐基础课程。通过本课程的教学,系统地培养学生正确的视谱能力,发展学生的音乐听觉,为学习音乐专业的其他课程奠定基础,并培养学生的艺术趣味,积累音乐语汇。

考核方式:口试+笔试,考查学生的视唱和听写两种能力。



课程名称:中国音乐史

课程简介:本课程涵盖古代至近代音乐的演变,通过丰富的历史资料和经典作品,引导学生探索中国音乐的美学特质和文化价值。课程设计注重理论与实践相结合,旨在培养学生的音乐感知能力与审美鉴赏力,增进对中国丰富音乐文化遗产的理解和认识。

考核方式: 笔试 (闭卷)



课程名称: 西方音乐史

课程简介: 西方音乐史是一门阐述西方音乐文化从起源至近代发展历史的世界性史论学科,它以西方音乐(既欧美各国专业音乐家创作的艺术音乐)发展的历史为主要内容,特别是对各个时期的音乐风格的演变及其深层的文化、历史的根源要进行研究,它是音乐专业本科生必修的基础性的专业课程。

考核方式:笔试(闭卷)



课程名称: 合唱指挥

课程简介:该课程是音乐类的一门专业必修课程,是培养计划中的核心课程之一,也是合唱与指挥类系统性系列课程之一,具有高度的实践性和理论性。该课程建立在《合唱与重唱》等基础课程之上,旨在全面培养学生的合唱指挥能力。课程内容不仅涵盖指挥基础理论与技巧,还包括教学能力、组织能力和管理能力的培养,全面提升学生的综合素养和就业竞争力。

在本课程中,学生将学习如何通过指挥手势、表情和肢体语言来有效传达音乐的情感与结构。通过实际的合唱排练和演出,学生将能够提升指挥技巧和舞台表现能力。课程还包括学生模拟教学与指挥的环节,使学生在实际操作中积累宝贵的经验。

考核方式:表演



课程名称: 复调

课程简介:复调音乐课程深入探讨西方音乐中多声部音乐的技巧与 美学,从早期的奥尔加农到复杂的文艺复兴对位法,引导学生理解 并实践复调写作与分析。课程旨在提升学生对音乐结构的洞察力和 创新能力。

考核方式: 笔试(闭卷)



课程名称: 曲式与作品分析

课程简介:本课程是本科音乐专业的作曲理论课程,一般在大学三年级开设。这门课程旨在通过系统的教学,使学生掌握音乐作品的结构分析方法,理解音乐作品的内在逻辑和表现手段。它要求学生不仅具备扎实的音乐理论基础,如乐理、和声等,还需要有敏锐的听觉感知能力和深入的音乐分析能力。通过大量的实例作品分析,让学生将所学知识应用于实际的音乐作品中。为未来的音乐创作、表演和教学打下坚实的基础。

考核方式: 笔试(闭卷)



考核方式:笔试(闭卷)

课程名称:和声

课程简介:本课程是音乐学、音乐表演本科专业的专业必修课,是在学生掌握了必要的乐理、视唱练耳等基础知识之后的兼具理论性与实践性的综合应用型课程,一般在大学二年级开设。本课程主要介绍和声分析及四部和声写作技巧,以理论教学为主,辅以具体习题写作练习,使理论和写作更好结合。辅助 AI 和声纠错系统可检测写作问题,提供符合古典规范的修改建议。通过教学使学生掌握理解和声、分析和声的能力、写作四部和声的能力,为学生进一步学习曲式分析、复调、即兴伴奏和配器等课程尊定基础。

课程名称: 声乐基础

课程简介:该课程是我系音乐学专业重要的专业必修课和专业基础课,小班课实践教学,在一二年级开设。内容涵盖不同时期的中外优秀声乐曲目,要求学生演唱基本达到字正腔圆,声情并茂,唱表结合的完美统一。通过舞台实践的方式,培养学生良好的歌唱心理和舞台风格。使学生成为能适应社会发展和时代需求的合格声乐人才。运用 AI 声乐分析工具可视化评估音准、

气息稳定性,辅助调整演唱技巧。

考核方式: 个人演唱

课程名称:钢琴基础

课程简介:本课程是音乐学专业的专业必修课,在一二年级开设。是以组织、培养和发展学生的键盘基础为中心,以全面提升学生的手指基本能力为目的,而设置的一门具有较强实践性内容的音乐基础课程。通过本课程的教学,系统地培养学生正确的弹奏能力,发展学生的综合能力,为学习音乐专业的其它课程奠定基础,并培养学生的音乐感受力,积累音乐表现力。教学中引入AI 钢琴陪练系统,可实时纠正错音、节奏偏差,并通过数据分析生成个性化练习建议,帮助学生针对性提升薄弱环节。

考核方式:表演

课程名称: 伴奏与弹唱

课程简介:本课程时本科音乐学专业学生的专业必修课,以实践课程为主。本课程的主要内容包括:钢琴的音阶琶音等基础练习、简谱、五线谱以及正谱的编配伴奏、歌唱与伴奏的配合。通过这些内容的学习,将声乐作品的编配伴奏能力运用到实际当中,具备独立完成简谱、五线谱旋律作品,并有一定的钢琴水平可以弹奏正谱,并可以运用正确的发声方法自弹自唱。本课程采用简谱、五线谱(单旋律)谱例,教导学生配以和声及伴奏音型,并学习声乐作品伴奏正谱的弹奏,以及歌唱的能力。

考核方式:表演

课程名称:中小学音乐教育案例

课程简介:深入探讨音乐与人的心理过程之间的互动关系。该课程属于专业必修课。课程以心理学理论为基础,结合生理学、物理学等多学科知识,培养学生对音乐感、记忆、才能和创造等综合能力的理解。通过本课程,学生将学会如何运用心理学知识来提升音乐专业素养,以及如何通过音乐影响社会心理。了解人工智能在音乐教学领域的基本原理和应用领域(如 AI 个性化辅导、虚拟课堂等),掌握智能音乐教学和数字化课程设计的技术。

考核方式: 笔试+口试

课程名称: 音乐心理学

课程简介:本课程通过分析传统与现代教育思潮,结合教学案例,使学生了解中国音乐教育的现状和改革成果。该课程属于专业必修课。课程旨在培养学生对音乐教学方法的本土化思考,以及对民族音乐文化传承的责任感,为学生日后成为音乐教师打下坚实的理论和实践基础。考核方式:课程报告

课程名称:民族音乐概论

课程简介:该课程于大学四年级开设的,属于专业必修课。课程以理论教学为主,辅助以音乐鉴赏。通过理论教学使学生了解学习民族民间音乐的必要性和重要性,掌握民族民间音乐的基本概念和民族民间音乐的分类体系和分类方法,从宏观和微观上对中国民间音乐的各部分有一个总体的认识。同时课上会收集很多民族民间音乐的实例,让学生通过欣赏真正地从音乐的角度去辨别民族音乐,体会民族音乐的真谛。

考核方式:考试(闭卷)

课程名称:舞蹈与形体

课程简介:该课程主要训练学生的形体、气质以及舞台表现力的一门较综合的实践课程,是专业选修课。通过舞蹈的训练使学生内在高雅的气质与外在优美的形体相结合,更有助于增强音乐专业学生在舞台上的自信心及表现力。基本要求是改善学生各关节柔韧性和灵活性。着重解决身体形态和直力重心,头、手和脚的基本位置,学习最简单的跳跃动作。训练动作的舒展感,尤其解决下肢的伸展性。并训练动作的控制能力和稳定性,掌握稳定的舞姿造型,培养学生协调性和节奏感。通过局部的和步骤的训练,在动作技术上打下基础,使学生掌握正确的动作方法,使学生通过训练达到音乐与动作和谐统一。

考核方式:课堂集体考试。

课程名称:中国传统音乐赏析

课程简介:该课程为专业选修课。本课程运用多媒体手段,介绍部分民族乐器和民族管弦乐队的历史和发展现状,赏析不同时期的经典乐曲。使学生对中国文化有一个总体的认识和理解,拓宽知识面。

考核方式: 开卷考试。

课程名称:中国民歌鉴赏

课程简介:该课程为专业选修课。一般在大学二年级后开设。本课程使用讲授与欣赏结合的教学方法。通过讲授使学生了解中国民族音乐文化的博大精深,了解中国民歌的特征和流传范围。通过欣赏使学生掌握分析民歌音乐内容、特征的方法并学会演唱具有代表性的民歌曲目。

考核方式: 开卷考试。

课程名称: 音乐美学

课程简介:该课程为专业选修课。音乐美学把音乐作为艺术的一个特殊种类,研究它的特殊本质和特殊规律;音乐美学把音乐作为一个总体,从更概括的角度考察它的本质和规律。

考核方式:论文。

课程名称:戏曲欣赏

课程简介:该课程为专业选修课,通过学习该门课程可以使学生提高对传统音乐的认识并对其中民间戏曲部分作深入的了解。对于学生提高艺术鉴赏能力和综合音乐素质有很大帮助。本课程在教学中使用理论与欣赏结合的形式使学生了解学习中国戏曲音乐的必要性和重要性,并掌握分析戏曲音乐内容、特征的方法以及区分各曲种之间的特点的能力。

考核方式:采用听辩及笔答或论文的考试形式。

课程名称:舞蹈剧目

课程简介:该课程是一门专业选修课。本课程通过对舞蹈经典剧目的排练以及演出中增加更多的舞蹈素材的积累,锻炼和提高他们的舞台经验,使他们能够与其他基本素材课相结合,做到 灵活运用,从而提高其舞台表演表现能力和实践能力。

考核方式:表演

课程名称: 合唱与重唱

课程简介:该课程是面向音乐系的限选型专业选修课,以声乐主修的学生为主,加入少量有良好声乐基础的其他专业学生。是以排练、演出、比赛等实践活动为主的课程。本课程共开设一个学年,在原有普修合唱课程的基础上,组建高水平、精致的专业合唱团,让学生掌握最新合唱理念,创新合唱演绎方式。

考核方式:表演

课程名称: 歌唱语音(意)、(德)

课程简介:本课程为音乐表演专业的专业选修课。通过本课程的学习使学生能基本掌握意、德歌唱语音的基本读音方法与规律,并能将所学的语音知识应用到歌唱意、德声乐作品中去,使学生们达到相应的教学目的与要求。

考核方式:口试

课程名称:钢琴教学法

课程简介:该门课程是专业选修课,是一门根据新时代音乐教师培养目标开设的理论与应用结合课程,涉及音乐教学法、钢琴演奏法、音乐发展史、音乐作品分析、教育心理学各学科综合知识,分别从钢琴教学法概述、初级阶段钢琴教学法、中级阶段钢琴教学法、不同时期风格钢琴作品教学法、中国钢琴作品精讲等几个方面授课。教师通过讲解、弹奏与教学示范、文献导读导赏等方式授课,并以中国钢琴作品为重点曲目讲解音乐人文背景与弹奏法在教学中的综合应用,将思政教育融入课程内容中,课后通过理论阅读与写作、弹奏教学实践、学生合作完成课题等作业形式帮助学习者掌握教学内容,注重学生的理论应用和延申能力培养。

考核方式: 论文

课程名称: 歌剧与音乐剧

课程简介:本课程为音乐系音乐学、音乐表演专业声乐方向的限选型专业选修课程,属实践教学课程。本课程通过了解掌握与歌剧、音乐剧学习、准备、演唱相关的专业基础知识;掌握一定数量的、不同风格、时期的选自中、 外经典歌剧与音乐剧唱段的内容、风格;将课程作为一个平台,通过有针对性地进行剧目排演,进一步地艺术加工,将其演唱的歌剧或音乐剧段落在审视较为严格的舞台上呈现。以期在了解歌剧与音乐剧的专业知识和演唱者之间的团队配合的基础上,达到提高学生的演唱技能、音乐素养以及教学能力的目的。为将声乐表演专业的学生培养成"适应社会发展和时代需求的合格声乐人才"打好歌剧与音乐剧的基础。

考核方式: 歌剧与音乐剧经典选段演唱

课程名称: 声乐教学法

课程简介: 声乐教学法是指在声乐教学过程中所采用的教学方法和教育手段,是一门综合性学科。声乐教学法在声乐教学中,根据学生的不同情况,采用不同的教学方法。通过介绍声乐教学过程中的具体细节和步骤,从不同学科的角度来强化、提高对声乐教学的认知。AI 教学案例分析系统可评价教学逻辑与方法有效性,辅助提升教学能力。科学系统的理论阐述,教学方式方法的科学总结,有助于提高学生进入社会后的实际应用。

考核方式: 个人演唱

课程名称: 合唱与重唱

课程简介:该课程是音乐专业的一门专业选修课程,属于合唱与指挥类系统性系列课程之一。本课程着重培养学生的多种演唱技能,并使其掌握合唱的基础理论知识。通过课程的学习,学生不仅能够提升合唱的审美能力,还能在理论与实践相结合的过程中,全面发展其音乐综合素养。

在课程中,学生将接受严格的合唱声乐训练,学习如何科学地运用嗓音,进行声部的协调与融合。此外,课程还涵盖了合唱作品的艺术分析,帮助学生理解并诠释各种风格和类型的合唱作品。通过这些学习与实践,学生将具备独立演唱和重唱的能力,能够在合唱团体中自信地展示自己的声乐才华。

考核方式: 演唱

课程名称: 音乐教育史

课程简介:课程旨在深入探讨音乐教育的发展历程,从古代文明到现代教育体系。课程内容涵盖从古希腊、中世纪到 20 世纪的各个时期,分析不同文化背景下音乐教育的特点和变革。学生将学习奥尔夫、达尔克罗兹等现代音乐教育理论,理解音乐教育的全球化趋势和未来发展方向,为成为专业的音乐教育者打下坚实基础。

考核方式:课程报告

课程名称:中外教育史

课程简介:课程旨在梳理全球教育的发展历程。从古代文明的教育理念到现代教育体系的构建,课程涵盖中世纪、文艺复兴、启蒙运动至近现代教育改革。学生将学习不同时期和地区的教育特点,探讨教育思潮的演变,理解教育政策与实践的多样性,并洞察教育未来的发展趋势。 考核方式:课程报告

课程名称: 电脑音乐制作

课程简介:本课程是音乐学专业和音乐表演专业的一门专业选修课程,一般在大学二、三年级开设,以实践教学为主。本课程从电脑音乐制作系统 Logic Pro X 的操作方法入手,逐步介绍文件存储、音轨编辑、MIDI 输入、插件运用,使学生具备电脑音乐制作的基本素质,掌握伴奏编配、录音、人声修正等编辑音乐的基本能力,并利用 AI 智能编曲助手可根据旋律自动生成配器方案,拓展制作思路,为学生独立完成录音、编曲打下坚实的基础。

考核方式: 非笔试(提交作品)

课程名称: 歌曲写作

课程简介:本课程是本科音乐专业的一门实用性、技能型选修课程。是为具备一定乐理、和声、钢琴和视唱练耳等方面基础知识技能的学生提供歌曲写作的基础知识和方法的课程。通过学习使学生获得有关音乐形象的塑造、音乐主题的发展手法及对各种音乐体裁的识别等歌曲创作方面的知识,初步掌握及运用歌曲创作方面的各种技巧,并具备创作简单歌曲的能力,运用 AI 辅助作曲工具进行歌曲创作与编配。

考核方式: 非笔试(提交作品)

课程名称:制谱软件入门

课程简介:本课程将引导学生从基础操作到高级技巧,学习如何高效制作、编辑和排版乐谱。通过实践操作,学生将掌握音乐数字化的关键技能,为音乐创作和理论学习提供有力支持。AI自动记谱功能可将演奏音频转化为乐谱初稿,提升制谱效率。

考核方式: 非笔试(提交作品)

七、五彩生活

学生琴房

坐落于充满活力的学生活动中心,我们拥有超过 100 间设备齐全的学生琴房。这些琴房为学生们提 供了一个静谧的环境,让他们能够沉浸在音乐的世 界里,磨练技艺,发现自我。





音乐厅

位于校园标志性建筑——主楼三号楼内,我们的专业音乐厅配备了优雅的三角钢琴、先进的投影设备以及一流的音响系统。这里不仅是音乐表演的殿堂,也是灵感与创意交汇的场所。

舞蹈厅

宽敞明亮的舞蹈厅位于主楼群 1 号楼的 109、110 教室,总面积约 240 平方米。这里的地板经过特别设计,以适应舞蹈训练的需要,墙壁上的镜子帮助舞者们随时校正动作,追求完美的艺术表现。



八、如何过好大学生活

在那些灯火通明的夜晚,我们仿佛能听见内心深处的低语,提醒我们:今日的勤奋耕耘,是为了明日能够步入梦想的殿堂。七月过后,我们真正踏进了大学——这个无数学子梦寐以求的学术天堂。然而,当现实的大学生活并未如预期般绚烂多彩,许多学子开始感到迷茫,甚至在生活的海洋中迷失了方向,似乎连自我也渐行渐远。面对这样的困惑,我们该如何适应大学的学习和生活,如何在大学中塑造一个积极向上的自我形象?

首先,让我们来谈谈大学的学习生活。每一位踏入大学校门的学生,都曾是中学时代的佼佼者,为了跨越高考这座独木桥,付出了难以想象的努力。但当他们步入大学,面对截然不同的学习方式,一些学生开始感到不适应。有的人彻底放松,以为大学是享乐的天堂,将曾经的刻苦学习抛诸脑后;有的人无法适应激烈的竞争,面对自己稍显逊色的现实,选择了放弃;还有的人,虽然怀揣梦想,却没有设定切实可行的目标。在大学,没有了高考的压力,我们又该为何而奋斗?因此,学会如何在大学中学习,变得尤为关键。

- 一、**正确自我定位**。既要保持自信,也要认清自己的能力和局限。每个人都有自己的长处和短板,我们应该在欣赏他人的同时,挖掘自己的潜力,用特长来弥补不足,找到心理平衡的支点,保持自信。但这种补偿,绝不是自高自大,盲目自信。
- 二、**广泛涉猎,激发学习兴趣**。大学是探索知识的黄金时期,我们应该在知识的海洋中寻找自己的兴趣所在。有了兴趣,就有了热情,有了热情,就有了深入探索的动力。大学的学习不应只是为了考试,而是为了充实自己,为未来打下坚实的基础。
- 三、**确立现实与理想目标。**既要有近期的学习目标,如每月阅读专业书籍,也要有长远的 职业规划,如留学或深造的方向。目标的设定能够帮助我们制定计划,培养必要的能力,同时 也能增强学习的动力。
- 四、**不断探索,总结经验**。大学学习强调自主性,我们需要通过交流和探索,找到适合自己的学习方法。学会利用图书馆和网络资源,做好笔记,参与实践,这些都是大学学习的关键。

学习是一场既充满挑战也充满乐趣的旅程。当我们有了浓厚的兴趣,明确的目标,以及不断自我完善的动力,学习将变得愉悦,成为通往自我实现的桥梁。

接着,让我们来看看大学的人际关系和社会交往。对于刚刚离开熟悉环境的新生来说,孤独和失落是常有的感受。他们渴望融入集体,却又容易自我封闭。特别是寝室关系的和谐,对于大学新生来说尤为重要。

寝室成员来自五湖四海,性格和习惯各异,难免会有摩擦。因此,掌握必要的交际技巧, 尤其是宽容和接纳,对于建立和谐的寝室关系至关重要。我们不能苛求完美,要学会不计较小 事,控制情绪,实践"己所不欲,勿施于人"的原则。通过增加沟通,如卧谈会,生日惊喜, 或参与寝室活动,都有助于增进彼此的了解和友谊。 良好的寝室氛围不仅能够提升我们的心情和自信,还能帮助我们减少对家的依赖,学会独立,保持积极的心态,减轻困惑。

此外,为了丰富课余生活,锻炼能力,我们可以适度参与一些社会活动,如社团、学生会,或在不影响学习的前提下做一些兼职工作。作为大学生,我们应该在社会允许的范围内,充分展示自己的才华和风采。

大学生活是一场丰富多彩的旅程,它充满了学习的机会,自我发现的过程,以及人际交往的挑战。让我们以开放的心态,积极的态度,去拥抱这段宝贵的时光,不断成长,不断超越。



学校网站: https://www.xujc.com

教务部网站: http://jwb.xujc.com

综合教务系统: http://jw.xujc.com

教学文件系统: http://teach.xujc.com

教学促进部: http://jxcj.xujc.com

电子邮件系统: http://mail.xujc.com