

<<高职大学生实用手册>>

图书基本信息

书名：<<高职大学生实用手册>>

13位ISBN编号：9787115259233

10位ISBN编号：7115259232

出版时间：2011-9

出版时间：人民邮电出版社

作者：陈元霞 等著

页数：341

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<高职大学生实用手册>>

### 内容概要

《21世纪高等院校通识教育规划教材：高职大学生实用手册》针对高职院校大学生入学后将要面临的一系列问题进行指导，内容分为7篇，包括政策篇、学习篇、安全篇、心理篇、法律篇、就业篇和创业篇。

书中阐述和提供了面对问题时可供选择、解决的具体方法和应对措施，立足增加学生的适应能力，提高大学生的学习、心理、法律、职业发展、自我提升等综合能力。

《21世纪高等院校通识教育规划教材：高职大学生实用手册》突出针对性、实用性和可操作性，融理论、知识、趣味和思维创新于一体，为高职大学生及早适应大学的学习和生活提供必要的指导，帮助大学生积极应对可能出现的各种困扰、疑惑，更好地适应大学生活，顺利完成大学学业。

《21世纪高等院校通识教育规划教材：高职大学生实用手册》适合高职院校大学生学习，也可供大学生就业指导工作人员、大学生心理辅导工作人员、学生管理工作人员阅读。

## 书籍目录

政策篇第一章 国家发展宏伟目标及高职教育的地位 第一节 国家发展的宏伟目标 第二节 国家发展对高技能型人才的需求 第三节 高职教育的地位 第二章 高职教育培养目标及人才培养模式 第一节 教育性质 第二节 培养目标 第三节 人才培养模式 第三章 国家发展高职教育的方针政策及措施 第一节 发展方针 第二节 政策措施 学习篇第一章 走出高考,重新开始 第一节 积极调整心态,投入新的学习生活 第二节 大学学习与中学学习的差异 第三节 树立成才目标,制订职业生涯发展规划 第二章 熟悉专业基本情况 第一节 了解本专业基本情况及学校人才培养计划 第二节 实习实训规划 第三章 图书馆资源使用 第一节 图书馆馆藏图书分类 第二节 图书馆目录 第三节 图书馆提供的服务 第四节 图书馆使用指南 第四章 网络信息资源 第一节 网络信息资源 第二节 搜索引擎 第五章 自我管理能力 第一节 自主学习与自觉学习 第二节 制订有效的学习计划 第六章 课堂学习 第一节 怎样提高课堂学习的效率 第二节 具体的课堂学习方法 第七章 高职实验课程的特性 第一节 实验课的重要性和目的 第二节 实验课的学习方法 第八章 课后复习方法 第一节 复习方法 第二节 复习内容的安排 第三节 合理安排科学的复习时间 第九章 如何面对考试 第一节 考核模式 第二节 考试心理 第三节 涉及与考试相关的缓考、补考等情况的简要说明 第十章 如何学习英语 第一节 英语学习的重要性 第二节 学会“管理”自己的英语学习 第十一章 积极参加各类学科竞赛 第一节 主要学科竞赛简介 第二节 如何参加各类竞赛 第十二章 计算机、英语等级考试介绍 第一节 计算机等级考试介绍 第二节 英语等级考试介绍 第十三章 大学生的科技活动 第一节 大学生进行科技活动的意义 第二节 大学生怎样进行科技活动 第三节 关于论文写作 安全篇第一章 校园生活安全 第一节 遵纪守法 第二节 预防滋扰和骚扰 第三节 矛盾纠纷的预防化解 第四节 恋爱问题的处理 第五节 食物中毒的预防及应对方法 第六节 体育运动的安全 第二章 防盗防骗防抢劫 第一节 防盗窃 第二节 防诈骗 第三节 高校常见诈骗案的预防及处理 第四节 预防抢劫和抢夺 第五节 敲诈勒索的防范 第三章 旅游交通安全 第一节 旅游安全 第二节 道路交通安全常识 第三节 校园交通安全知识 第四节 校园外交通安全知识 第四章 计算机信息与网络安全 第一节 计算机违法犯罪的预防 第二节 做遵纪守法的网民 第三节 网络社交安全 第五章 性侵害的防范 第一节 性侵害的类型及场所 第二节 性侵害的防范与应对 第三节 女大学生应注意的安全事项 第六章 校园消防安全 第一节 校园火灾的预防 第二节 校园火灾的扑救 第三节 火灾的防范、逃生与自救 第七章 社会活动安全 第一节 警惕非法组织 第二节 拒绝邪教 第三节 避开传销魔窟 第四节 交往安全防范 第八章 黄、赌、毒的预防 第一节 淫秽物品的危害与预防 第二节 赌博的危害与预防 第三节 毒品的危害与预防 第四节 酗酒的危害与预防 第九章 自然灾害安全防范 第一节 雷电、洪水、泥石流安全防范 第二节 冰雪天气、沙尘暴、高温天气的安全防范 第三节 突发事件的安全预防 第十章 国家秘密与国家安全 第一节 保守国家秘密 第二节 维护国家安全 第三节 遵守外事纪律,注意涉外安全 第十一章 安全服务指南 第一节 户口和证件管理 第二节 报警求助常识 第三节 保险知识 心理篇第一章 高职大学生心理保健及调适 第一节 心理学常识 第二节 高职大学生心理健康与心理辅导 第三节 高职大学生身心发展的关系 第二章 高职大学生的情绪情感与人际关系 第一节 压力应对与情绪管理 第二节 性与爱情 第三节 建立有意义的人际关系 第三章 高职大学生的自我发展与人格修养 第一节 自我与自信 第二节 对“人格”的不同理解 第三节 自我完善与人格修养 法律篇第一章 高职学生的法律观念与法律意识 第一节 法律观念 第二节 法律意识 第二章 高职学生的法律行为、法律关系与法律责任 第一节 法律行为 第二节 法律关系 第三节 法律责任 第三章 高职学生应了解的基本法律制度 第一节 宪法 第二节 基本法律制度 就业篇第一章 社会职业及其分类 第一节 社会职业及其特点 第二节 社会职业分类 第二章 大学生就业制度的改革和大学生就业形势 第一节 毕业生就业制度改革 第二节 高职院校大学生的就业形势 第三章 高职大学生就业指南 第一节 求职信息的收集和材料的准备 第二节 当前高职大学生的就业途径 第三节 求职择业的方法与技巧 第四章 国内知名企业经理谈毕业生招聘 第一节 企业招聘面面观 第二节 国内知名企业招聘 第三节 用人单位在高职学校最新校园招聘面试题 第五章 毕业生就业权益维护 第一节 毕业生就业

权益与保护 第二节 就业的法律保障 第三节 求职陷阱的防范 创业篇第一章 高职大学生创业概述 第一节 创业的概念和内涵 第二节 高职创业教育 第二章 创业者应具备的素质与能力 第一节 创业者的概念与特征 第二节 创业者应具备的素质与能力 第三节 培养创业者素质与能力的方法 第三章 创业机会 第一节 创业机会的分析模型 第二节 创业机会的来源 第三节 创业机会的识别 第四章 创业计划 第一节 创业计划概述 第二节 创业计划书的写作 参考文献

## 章节摘录

一、科技活动延伸了课堂学习内容科技活动作为大学生第二课堂，延伸了课内学习内容，使同学们在科技活动中达到培养自己学以致用用的能力。

“非知之艰，行之惟艰”。

人们认识一件事情，懂得一个道理，并不十分困难，动脑子思维、看书本、听别人讲，都可以得到。但是，要把想到、看到、听到的主观认识变为客观实践的活动，并不容易。

在课外科技活动中，大学生把课堂上学到的、通过其他途径接触到的知识应用到实践当中，将知识转化为社会价值，实现了学以致用的目的。

与此同时，在实践中能够体会到学习的意义，在发现问题、解决问题的过程中能够感受到知识的力量和作用，从中找到满意的归属感和较高的荣誉感，点燃了学习的动力，对学习的目标更加清晰。

科技活动进一步促进了大学生对基础知识、专业知识的学习。

掌握扎实的基础知识、专业知识是新时期高素质创新人才必须具备的基本素质。

提倡创新教育、素质教育，打好基础是关键。

没有扎实的专业知识作为铺垫，就不可能在课外科技活动中有所斩获。

只有熟练掌握固有知识，在知其然的同时更知其所以然，才能够在遇到新的问题时举一反三，才能在需要创新的时候，灵活地将自己掌握的知识付诸实践。

所以，在参加课外科技活动的过程中，大学生不仅进行着思考创新，也同时对基础知识和专业知识进行着温习和重新认识，以求达到融会贯通。

科技活动能够促进学生扩大知识面，追踪学术的最新成果。

“博观而约取，厚积而薄发”。

一件合格的课外学术科技作品是学生对大量固有知识的积累和吸收后，通过思考和实践，提取相关知识重整、归纳、总结而出的成果。

作品前期准备信息量往往是作品本身信息量的几倍甚至更多。

同时，优秀的课外学术科技作品往往追随着时代的脚步，洞察着社会的身影，适应着社会大环境，结合着社会的特点。

基于此，课外科技活动间接地督促学生积累知识、扩大知识面、接触学术的最新成果。

二、科技活动有助于培养创新精神科技活动有利于大学生树立创新意识、培养创新精神、提高创新能力。

创新是一个古老而宽泛的理念，涵盖于各个历史时期和社会各个层面；它是科学追求的目标，是社会进步的源泉，也是人类文明发展的动力。

培养学生的创新精神和创新能力，是学校教育教学的重要内容之一，是学校综合实力的一个重要体现。

大学生是推进国家未来各方面事业发展的主力军和骨干力量，其中出类拔萃的学子更将成为国家未来各领域建设群体的领军人物。

如果学校培养的学生只具备较强的专业知识和素质，却缺乏创新精神；那我们国家就不能持续发展，社会就难以快速进步。

……

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>