# 致新生演讲稿——如何尽快适应大学生活 缩短过渡期

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-10-19

*致新生演讲稿-如何尽快适应大学生活 缩短过渡期 敬爱的老师、亲爱的同学，大家好！ 我是来自04级网络技术5班的xxx。 此时此刻我的心情是无比的激动与兴奋，看着一双双充满活力、充满希望的眼睛，让我想起了一年前的我，那时我也像大家一样，带着憧...*

致新生演讲稿-如何尽快适应大学生活 缩短过渡期 敬爱的老师、亲爱的同学，大家好！ 我是来自04级网络技术5班的xxx。 此时此刻我的心情是无比的激动与兴奋，看着一双双充满活力、充满希望的眼睛，让我想起了一年前的我，那时我也像大家一样，带着憧憬与迷茫来到了我们广东科学技术职业学院。

转眼间，一年的时间已经偷偷的溜走了，而现在我也已是大二的学生了。在这一年的大学生活里，我经历了许多，有开心的也有不开心的，最重要的是它让我成长了不少，懂得了更多，学会了适应生活。

很荣幸能有机会在此与大家分享我的大学生活感受。 大学就像一个小社会，班级犹如大家庭，要在这个小社会里快乐的生活，我们就要学会与来自各地、性格、习惯各异的同学友好相处，搞好人际关系。

学会与人相处，首先就要从我们的大家庭开始，要学会对人宽，对己严。曾经有人说过，“有了朋友，生命才显示出它全部的价值、智慧，友爱就是照亮我们黑夜的唯一光亮。

”所以要学会与他人交流，主动给予他人帮助，切忌斤斤计较，这样你才可能拥有更多的朋友。要知道自己在帮助他人的同时，其实也是在帮助自己，重要的是你好，我好，大家好！我们需要彻底抛弃“天大地大我最大”的观点，少一点自我，多替他人着想，产生矛盾时，要记住：退一步，海阔天空；让三分，心平气和。

毕竟相遇也是一种缘分，人生能有几个三年可以和这样可爱的同学一起生活、一起学习呢？我们应该珍惜与同学相处的每分每秒，友爱互助，共同度过美好的大学生活。 还记得一年前，因为高考成绩的不理想未能考取自己心目中的本科院校而带着失落的心情来到科职院。

但随着自己对学校了解的深入，我的想法开始改变了。我开始真正的懂得“只要是金子，在哪都会发光”这句话的真正含义了！即使再普通的学校，同样可以培育出优秀学生。

何况学校还给我提供了这么好的学习环境，我的背后还有那么多人一直在支持着我，我又何不再给自己一次机会呢！成绩只能说明过去，现在大家都在同一条起跑线上，没有必要为过去洋洋得意或惶恐不安。但有一点必须明确，我要定下自己的坐标， 原点就是我自己。

经过一段时间的学习，我就会问自己：有什么收获没？比起以前，我进步了吗？因为我知道，与别人比是不明智的，跟着别人的脚步走是被动的。每个人都要有自己的坐标轴，在我的坐标轴上我在前进。

所以我们要认真端正学习态度，找准位置，确定学习目标。相信自己，一定能行的。

通过一年时间的学习，让我深深的体会到大学的学习与中学时代完全不一样。大学里挺多课，但课程表都没有排满，而是留给我们更多的自我把握时间，这也意味着每堂课的内容之多、知识之精了。

而能否尽快适应全新的大学学习生活直接影响我们三年的学业，并间接影响以后的工作、生活。大部分同学能很快调整过来，但也有的过于看重于过去的成绩，来到大学后就自我放松或是自暴自弃。

要想尽快的适应大学生活，首先就要把学习心态调整过来。要知道过去的成绩优秀与否也只能代表过去，而我们现在要面对的是眼前及将来，也只有把握好现在才能有美好的未来。

大学的学习不再像中学时代那样被动及有老师的搀扶，而是“引导式”的学习，老师课堂上的讲课速度很快，我们不但要集中精力去消化、理解，认真做好笔记，还需要课后自己去查找更多相关的资料。而学习的渠道又不局限于课本，不但要多向老师、同学请教，还要利用好图书馆或是利用网络这一巨大的资料库。

而且像我们学计算机的同学，还要理论、实践相结合，多点实际操作。就拿我们所读的专业来说吧，ata专业是我系与ata公司（全称为advanced technology attachment）合作开办的试点专业。

本专业的培养方案由ata公司提供，它根据各种信息制定出一套适合中国职业技术教育发展并能够与国际接轨、培养实用型it人才的专业体系，其设计思路为“面向就业，源于岗位；强化实践，注重实施”。本方案认为职业素质培养是一个长周期的工作，贯穿于各个学期。

职业素质培养系列课程定位在服务于职教学生的就业，帮助学生顺利完成从学生到职员的角色转换。课程由人力资源专家专门就职教学生就业为出发点精心设计，内容涵盖了从个人基本素质、换位思考与团队合作能力、就职心理指导等多个方面。

本方案特别注重学生的实践能力的培养，并将实践能力的培养过程划分为实验、案例教学和职场背景模拟训练三种形式。本专业的教材由ata公司专门提供，我们在参加ata公司要求的微软测试平台的认证考试，在获得毕业证书的同时获得知名it厂商的认证证书。

认证证书涉及到：microsoft、sun、华为、中软测评、神州数码等多个世界知名it厂商。在上个学期的认证考试中，我们班的通过率挺高的。

每个人都有自己的学习方法，需要大家培养和激发浓厚的学习兴趣，在不断的学习中去摸索适合自己的学习方法。而我个人就建议大家多去图书馆、自修室，那是学习的好地方；还要合理安排好时间，切忌沉迷网络游戏。

有很多同学在高中的时候为了考大学放弃了自己的爱好和特长，如今终于圆了大学梦，在大学继续学习的同时，完全可以重新拾起自己的爱好和特长。学校有很多让大家施展才华的舞台，有院、系学生会及各种学生社团。

各个社团都有自己不同的特色，街舞协会就曾代表我们学院获得广东省街舞比赛第一名，还代表广东省参加华南地区的街舞选拔赛；计算机协会则举办了很多的计算机知识讲座和技能竞赛，还设有很多部门，为学校、为同学提供免费服务；要是想提高英语水平，可以参加英语俱乐部。面对众多的社团，千万要记住自己是一名学生，当然是要在学有余力的情况下去锻炼自己。

大家最好是根据自己的兴趣，慎重的选择一或两个自己感兴趣的就足够了，毕竟你的时间、精力是有限的。要合理的安排好学习与工作之间的关系。

对待工作，一定要尽心尽力，而对学习就更要多花心思，要对自己负责。热爱篮球，所以我选择了系女子篮球队；在班里担任团支部书记一职，工作还算干得不错，也从中学到了很多东西，而最主要的就是要抱着为同学服务的心态，从成功和挫折中进步。

在大学里，衡量一个人不但要看他的考试分数，还要看他的综合能力的培养和全面素质的提高。在这里，竞争是潜在的，全方位的，所以我们在提高自己知识水平的同时，还要注重提升自己的人格及其他各方面的能力。

一个人，只

要努力过，就无怨无悔！ 祝愿大家在以后三年有一个美好的大学回忆！ 我的演讲完了，谢谢大家。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找