

# 大学生的学习总结精彩(精选11篇)

通过学习总结，我们可以发现自己的学习差距和问题，并制定出更科学的学习计划。小编为大家整理了一些考试总结范文，供大家参考和参悟。

## 大学生的学习总结精彩篇一

上大学后，大学生、要根据大学的学习环境和学习的组织形式不同，摸索改进学习的方法以适应高校的学习要求，下面这些是大学生学习方法的一些总结。

### (一)确立有针对性的学习目标和计划

学生的学习，首先要树立明确的学习目标，制定切实可行的学习计划。

(1)学习目标应是德智体美劳全面发展的目标，而不仅仅是对各科知识学习的要求；

(3)学习计划要有内容和时间的安排，体闲的时间也要考虑在内。

### (二)带着任务预习

课前的预习对于学生深入而细致地理解教材是十分重要的。但预习不是一般地阅读教材，而是要围绕教师所提出的要求和问题进行探索和思考，以理解教材的中心思想和主要内容。预习中要记下疑难的问题，以求在听课时解决。

### (三)开展积极的思维听课

学生通过听课理解知识的过程，就是运用已有的旧知识来理解新知识，把新知识纳入已有认知结构的过程。为此，在听

课过程中，联系已有的知识经验，并对新旧知识之间的同异进行分析比较，通过抽象与概括以形成新概念，只有这样，才能使新旧知识融合为知识的体系。机械被动地听课，无法使新旧知识互相衔接和融合，只有并展积极的思维，才能实现融合与构建知识体系的工作。

#### (四) 科学地组织复习

组织复习，不是简单地阅读已学过的材料，而是要达到进一步消化已学过的知识和发展思维能力的目的。

#### (五) 培养切合个人实际的' 自学方法

不同、个性特点也不同。有的人倾向于迅速而简捷地完成学习任务，有的人则习惯于深入地领会和发现新知识；有的人倾向于全面概括地掌握知识，有的人则喜欢深入细致地进行品味；有的人学得快，而有的人学得慢。因此，大学生要针对所学习的内容和对学习的不同要求，根据个人的特点，有意识地摸索适合个人特点的学习方法。

## 大学生的学习总结精彩篇二

一学年的学习任务又已接近尾声，默然回首，这一年来虽没有轰轰烈烈的战果，但在潜移默化中仍取得了许多不可磨灭的成绩。为了发扬成绩，弥补不足，以利于今后的工作和学习，特自己鉴定如下：

从xxxx年入校就读以来，一直以严谨的态度和满腔的热情投身于学习中，虽然有成功的喜悦，但也有失败的辛酸。然而日益激烈竞争的社会也使我充分地认识到：成为一名德智体美劳全面发展的优秀大学生的重要性。因此，我仍然孜孜不倦，不断地挑战自己，充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。

## 思想品德方面

我有着良好道德修养，坚定的政治方向。在平日的学习、生活中，我积极地向党组织靠拢，使我对党有了可更为深刻的认识。并参加了学院组织的“入党积极分子”的培训。

## 大学生的学习总结精彩篇三

我的大学生活——送给初混大学的朋友像很多中国的娃娃们，我们都有一种经历叫高考。而我上了个毫不起眼的二本学院。想想当时得知被这所大学录取时，我淡定的令人不可思议。把握儿地被第一志愿的学校录取，把握儿地被第一专业录取，但自己明白，那与西外擦肩而过的痛苦，叫后悔莫及。记得当时大大小小我共有7个包包，除了务必的衣服鞋子之外，零零散散的还有些自己难舍的小东西。毕竟第一次出远门，第一次跨两个直辖市，四个省去读书。

我们提前4天就到了学校。站在即将成为我学习生活的学校中，我心灰意冷。破旧的教学楼，落后的硬件设备，完全与我心目中的大学形象背道而驰。复读涌现脑中，但爸妈立即打消了我的这个念头，他们不断的鼓励我“英雄不问来源！”就这样，我注册了。

为期12天的军训，除了到部队打了5发子弹，让我很满意，其余的简直令我不能忍受。懒懒散散的学生，好不严肃的教官，不时的让我陷入痛苦的回忆，想起当时报考的失误。开学典礼的时候，按流程新生都要进行入学宣誓，不外乎就是什么要坚持这个，不做那个的，但当读到，我是xx的学生时，我的眼泪瞬间流了出来。那是种付出了，却与梦想遥隔千里的凄凉之感。在那里想告诫学弟学妹，想要让自己不后悔，拼分数是很最关键的，报考时不仅仅需要谨慎也需要勇气，因为分数线的不确定性，要求在估准分数的前提下，坚持自己的梦想学校，防止放榜时后悔。

随后，社团，学生会等等五花八门的学生自治组织招新，冲淡了满是悔恨的日子，渐渐让我发现大学其实挺丰富多彩的。经过层层面试，以及考核，很荣幸地加入了两个声誉比较不错的，自己喜欢的组织。经过我半年的体会，想告诉将要上大学的学弟学妹们，学生组织，就像是一个丰富生活的业余爱好，但没有足够的热情和兴趣，还是不要盲目报名。因为在美其名曰锻炼自己的背后，它也在毫不留情的剥夺你的自由时间。

半年的大学生活，享乐和内心的挣扎一样，一向没有间断过。由于没有很好的理财，和较高的自制力，半年花了家里不少钱。除了必要的一日三餐，每一天零食不断，买衣服，其余的花销就是和朋友混。在外国语学院，什么都缺，就是不缺女生。因为我参见的活动相比较较多，认识了几个聊得来的男生朋友，这点让我的室友很是羡慕。没课或放假，我们会找各种理由，逃离学校，看电影，逛超市，压马路，吃饭，到游戏厅。

因为身边除了舍友外，朋友多是男生，在获得友情的同时，不免有时也想入非非。记得当时我和这个男生刚认识的时候，我没有什么好感。但他却处处表现出对我很热情，给我讲他的情史，还说他单身。有事没事就要请我吃饭，当然我不一样意。然后他就拜托我事情，再请。渐渐的我们的联系多了起来，通过相处，我发现他很全能，体育很强，也有一些我不具备的品质。他没有直接说过喜欢我，但我隐隐约约的感觉，我仿佛喜欢他了。很多次，都想告诉他，因为女生的矜持，之后还是没有开口。原因是我发现他其实与他的女友还联系〔 〕，我最不能容忍这种男生，所以什么都免谈。

大学生活不是没有压力，但这种压力不是外人给你的，而是你就应自己去寻找的。浑浑噩噩的过了近一个学期，期末考试仿佛像所有第一次一样，不期而遇。备考周，没有疯狂的备考，只是在睡的头昏脑胀的时候，随便抓起一本书，看几眼，摇摇头，继续睡觉，重复七天七夜。可是之后的成绩，令我

们无语。惭愧的说，我们宿舍四个人，俩个人有挂科的。而我，自己明白，有一科也是在挂与不挂的边缘，是教师给了我改造的机会。记得当时教师在qq上是这么和我说的：只是不用补考那么麻烦了。

大一，生活真的很丰富。搞小买卖（赔了），拉赞助，组织联谊，邻城游玩，坐过山车，选课，泡图书馆，交朋友，或是点儿背挂科，等等在别的地方无法经历的事情，在大学，都会经历。但要明白在经历这些的同时，我们也在经历着我们的青春。玩能够改天，吃能够改天，可是青春却不能改天，改天就是老去。身处人生中最完美的时段，在体验祖父辈乃至祖辈没有体验到的多彩生活的同时，我们就应思考，明天是什么。我不想自己因为没做什么而后悔，经历了这么多，我明白自己该坚持什么，该放弃什么；该看清什么，该不谈什么。最终送自己，也送给正在像我一样混大学的朋友们一句话：自己把握。

## 大学生的学习总结精彩篇四

大学三年，并不如本人想像的那样明朗、\*\*\*、健康奋进。本人对我经历的大学是失看的，本不想再回忆什么。千篇一律的步骤，还是要按部就班，推委不得。该到毕业鉴定自我的时候了，我只得提笔添描几画，好留下点痕迹。

期间，本人坚持的唯一理念是：千万不要连最初的水平都淡化了。

在校期间，专业学习，政治思想，道德品行，课外活动，社会实践，都有所成绩。以进步自身综合素质为目标，促进自身全面发展，牢固树立世界观、人生观、价值观；以顺利踏进社会为思想底线，认真学习专业知识，发挥自身特长，挖掘自身的潜力，理论与实践相结合，进步自己学习再学习，分析解决题目，及协调组织和治理能力。

专业学习上修身先须示智。认真学习核心课程，并取得了优异的成绩。同时，涉猎自己感爱好的其他课程，开阔视野，拓宽拓广知识面，为自己的将来展奠基石。对整个学科结构有了宏观的熟悉。学习与能力并重，理论与实践结合，进步自身综合素质水平。

思想觉悟上一方面，进步自己综合素质。阅读名人传记，汲取伟人经历中的养分，充实自己；阅读文学作品，进步鉴赏水平；学习处世的伦理哲学，进步自身修养。品味人生追求的意义。另一方面，进步自己政治品质。关注实政，并主动向党组织靠拢，尽管没有计进党组织，但始终以党的高标准要求自己。能用科学发展关来熟悉世界，熟悉社会，清楚自己所担负的社会责任，对个人的人生理想和发展目标，有了相对成熟的熟悉和定位。

身心发展上把握科学运动知识，加强体育锻炼，强身健体，拥有一个良好的身体素质。锻炼坚强的意志品质，塑造健康人格，克服心里屏障，搞好人迹关系，适用社会发展需要。相信自信来自实力。

路本在脚下，走的人多了，即便成了路……

## 大学生的学习总结精彩篇五

概要:学习心理主要是指大学生学习过程中产生的心理现象及其规律等。了解大学生学习中的心理特征和心理障碍，对于培养其健康的学习心理，提高学习水平，使他们成为学有专长的人才，具有十分重要的意义。 一、大学生的 ... 学习心理主要是指大学生学习过程中产生的心理现象及其规律等。了解大学生学习中的心理特征和心理障碍，对于培养其健康的学习心理，提高学习水平，使他们成为学有专长的人才，具有十分重要的意义。

在日常教学中，我们往往发现存在这样一种现象，一些智商

高的学生，学习成绩一般，甚至较差，而一些智商一般的学生，学习成绩却很好。究其原因，就在于学生是否能适应大学的学习方法以及心理是否健康等。我国著名的心理卫生学家陈家诗教授说：“心理健康的学生，成绩优于心理不健康者；心理健康的成人，其工作效率必胜于心理不健康者。”在学习方面，大学生的心理问题大体表现在以下几个方面：

### (一)学习适应不良

学习适应不良是大学新生中普遍存在的一种心理困惑，对他们造成不同程度的影响。其具体表现有：

- 1、对学习缺乏应有的兴趣、紧迫感和自觉性。
- 2、学习缺乏独立性，习惯于中学时的学习方法，由教师安排自身的学习内容、学习计划、学习时间等，对教师的依赖性较强。
- 3、不理解大学的学习特点和规律，不知道如何有效地开展学习活动。
- 4、学习中精力投入不足，对本专业的知识、技能、要求认识不足，不知道怎样建立专业知识结构，培养专业技能，学习带有盲目性。

产生学习适应不良的主要原因：第一，大学的教学相对于中学来讲，在特点、方式和内容上有很大不同。大学老师一堂课讲授的内容多，有时会与教科书上有很大出入；教学方法也与中学有差别，加之对新环境不熟悉，人际关系生疏，思念父母的心理不能摆脱等，这些给心理素质尚未成熟的大学生带来情绪上的波动和不安，以至影响学习。第二，大学生心理发展不成熟，由于他们缺乏生活阅历，在客观环境发生变化时，明显地暴露出适应能力差，不能尽快地随着环境的变化及时调整自己，以致影响学习。

## (二) 学习缺乏动力

大学生学习缺乏动力是指学习没有明确的方向，甚至厌倦学习。在学习时不象中学时那么有劲头，主要表现为：

- 1、学习松弛。进了大学校门，从心理上摆脱了高中时的沉重压力，思想上逐渐松懈，新的目标还没有明确形成，所以学习的动力不如中学时强。
- 2、没有学习的热情，缺乏必要的学习压力和心理唤醒水平，懒于学习，没有学习的抱负和希望，求知上进性不足，把主要精力放在娱乐等与学习无关的活动上。
- 3、学习肤浅，满足于一知半解，不注意摸索学习规律，学习能力较弱，成绩不好等。

## (三) 学习过度焦虑

部分大学生存在着过度的学习焦虑情绪。具体表现在：

- 1、学习中心理压力太大，情绪压抑。
  - 2、怀疑自己的学习能力，总担心自己学得不好，对可能取得的考试成绩顾虑重重，信心不足，忧虑过度，以至食不甘味。
  - 3、夸大学习中的困难，为此惶惶不安，焦虑万分。
- ## (四) 学习心理疲劳

学习心理疲劳表现为注意力不集中，思想迟钝，情绪躁动，精神萎靡不振，学习效率下降，错误增多，出现失眠等。造成大学生心理疲劳的原因是多方面的，如学习活动中不注意用眼卫生；学习内容单调，时间过于长，生活缺乏劳逸结合；学习的内容难度较大，学习过于紧张，使大脑神经持续处于高度紧张状态；对学习缺乏兴趣、厌烦、畏难；或是由于受到

其他因素的干扰，如家庭经济问题、思想问题等。

### (五) 考试焦虑和怯场

考试焦虑是指担心自己考试失败而忧虑的一种负情绪反应，考试怯场是指考生在应试中的应急反应。考试焦虑容易分散和阻断注意过程，注意力不能集中，不能专注于学习和应试，而是专注于各种各样的担忧；考试过度焦虑妨碍记忆和回忆，使该记的记不住，想忆的忆不起；考试过度焦虑，还会使思维呆滞凝固，使具体思维能力无法正常发挥，创造性思维更无法进行。

考试紧张是一种正常现象，但是要注意“适度”。适度会使人的活动变得积极，思维变得清晰。“过度”紧张使人的活动受到抑制。考试怯场的主要原因是缺乏自信。这种缺乏自信是由于过去考试失败而造成了心理定势，生怕考试再遭失败而产生的心理压力。在现实生活中，我们经常看到这样的学生，在应试过程中紧张恐惧，思维迟钝，记忆力下降，甚至还引起生理上的不适，如腹泻、失眠、恶心等。这些都是考试心理偏差的表现。

培养大学生健康的学习心理，应从以下几方面入手。

#### (一) 进入角色，熟悉生活，提高自身适应能力。

在现实生活中，每个人都要随着外界环境的变化，不断地调整自己的位置，使自己的需求和发展与社会的需求和发展相一致。这就是说，随着大学环境的变化，要使自己进入“角色”，在新的大学生活中寻找自己的方位，确立最佳位置。此外，培养自信心，在大学生学习中尤为重要。由于大学是人才云集之处，“能人”背后有“能人”，这就不可避免地使学生过去的优势变得不复存在，在现实的变化面前，由于心理承受能力差产生了自卑感，甚至失去了学习的信心，在这种情况下，必须培养自己的自信心。

## (二) 培养健康心理，提高学习效率。

首先要增强学习动力，主要是确立学习目标。目标能指导人的一切行动。进入大学，等于眼前的理想实现了，新的理想一目标又等待着自己去确立，这种新目标的确立要根据大学的学习规律，结合自己的实际，并且要进行新的努力。在目标的确定中应该注意使个人目标与社会责任联系起来，把近期目标与长远目标结合起来，否则这一目标就难以实现。其次，要培养学习兴趣。兴趣是情感的凝聚，一个人如果对某件事情感兴趣，那么，他就会深入持久地去做这件事，力争达到预期目的。兴趣对于大学生来说，更为重要。它是求知的动力，热情的凝聚，行为的指向，成功的起点。但是，大学生的兴趣不是天生就有的，而是随着年龄的增长和实践活动的丰富，培养和发展的。所以，在学习中，大学生要善于发现激发自己兴趣的事情，努力培养这种乐趣。

## (三) 克服学习过度焦虑

第一，要正确地认识和评价自己的能力，调整自己的抱负水平和期望目标，使之切合自身和客观现实。第二，增强自信和毅力，不怕困难与失败，勇于迎接学习中的挑战，保持适度的自信心，克服虚荣心理。第三，加强心理调节，保持情绪愉快和稳定，探索、掌握切合自己特点的学习方法，遵循大学学习规律，以增进学习效果。

## (四) 预防、消除心理疲劳

劳逸结合是预防心理疲劳的重要措施。学习一段时间，应该休息片刻放松一下；在学习之余，参加一些文体活动，使身心得到调节和放松，应培养广泛的兴趣和爱好，使生活丰富多彩还应保证充足的睡眠时间。此外，要学会科学用脑，掌握学习效率最高的时间。如有些人感到早上效率最高，有些人感到晚上学习效果最好，在这种情况下多用脑，就会事半功倍。

## (五) 正确对待考试，提高应试技巧

### 大学生的学习总结精彩篇六

身为当代的大学生，我深知自己的时代使命，在好好学习专业课知识外，我还要积极要求进步。一年一度的“x会”，是国家政治生活中的一件大事，举国关心，万众瞩目。“x会”的代表和委员，顺应人民期待，肩负人民重托，齐聚一堂，共议大计，责任重大，使命光荣。“x会”的议题，事关国计民生事关改革发展大局；开好“x会”，意义重大，影响深远。特别是当前，国际金融危机已从局部发展到全球，从发达国家传导到新兴市场国家，从金融领域扩散到实体经济领域，给我国经济发展和人民生活带来了严峻考验。在此形势下，今年“x会”任务尤重，既要充分剖析世界经济环境急剧变化给我国经济发展提出的新问题新挑战，又要充分认识我国经济社会发展的基本态势和长期向好趋势，从而作出正确的应对决定和措施。

面对x会的召开，身为入党积极分子我想向敬爱的党组织汇报一下我自己的想法，希望得到党组织的指正和帮助。“x会”是事关民生的会议，所谓“民生”就是人民群众的生活问题，就是人民群众最关心、最直接、最现实的利益问题，比如就业、教育、分配、社保、稳定等等，这些问题不仅关系到人民群众的基本需要，也直接关系到执政者的人心向背，关系到社会的安定和谐。

重民生者得民心，得民心者得天下。从古至今，民生和民心素来密不可分。历史反复证明，谁真正解决了老百姓的民生问题，谁就会赢得老百姓的真诚拥护，谁就能形成强大的凝聚力和向心力。

社会经济发展的目的，从来就不是单纯的积累财富，而是旨在改善民生，增进人民的福祉，不断提高人民的生活质量和

生活水平。应当说，中国共产党领导人民进行的革命、建设、改革、发展的伟大历程就是不断改善民生的历史过程。

从“全心全意为人民服务”，到“三个有利于”，到“三个代表”重要思想，再到“以人为本”的科学发展观，民生始终是重中之重，始终是一条红色的主线。翻开党的十八大报告，“发展为了人民、发展依靠人民、发展成果由人民共享”、“全面建成惠及十几亿人口的更高水平的小康社会”、“让人民共享文化发展成果”、“加快推进以改善民生为重点的社会建设”……民生话题几乎贯穿始终。

当前，在经济发展遇到困难的情况下，我们更要千方百计加大改善民生工作力度，时刻把人民群众的安危冷暖放在心上，多渠道扩大就业，加快完善社会保障体系，不断提高教育和医疗服务水平，多办顺民意、解民忧、增民利的实事好事，认真纠正损害群众利益的突出问题，切实解决好人民最关心最直接最现实的利益问题，全力维护社会和谐稳定。

因此，我们强调改善民生，不仅是扩大内需的治本之策，更是我们党全心全意为人民服务的根本宗旨和科学发展观的本质要求。历史和现实都启示我们，民生问题，无论何时何地都轻视不得，忽略不得，淡忘不得。改善民生不但要改善人民的物质生活，还要改善人民的精神生活；不但是要提高人民的物质精神生活水平，还要追求社会公平。凡是民生解决得好的地方，社会就和谐；反之，社会就动荡。一些地方的社会矛盾与社会冲突几乎都与民生问题息息相关。全面小康、构建和谐，更需要广大人民群众的大力支持和积极参与，否则一切也就无从谈起。

我们要肩负起民生的责任，把发展目标恒久地定格在实现好、维护好、发展好人民群众的根本利益上，就必定能够赢得民心、集中民智、凝聚民力，形成无坚不克、无往不胜的强大力量。

## 大学生的学习总结精彩篇七

从进大学到大三，整整三年的时间，我仅仅是为了学习而学习，为了获得不错的成绩而学习，为了学懂每门课程而努力的付出着。关于真正的学习目的，我没多问自己，偶尔想想也没结果。于是就维持这种状态走了过来。目的不清晰，方向不明了，行动及结果自然不能令人满意。

这三年来我学习还算努力吧。上课我会坐在中间的位子听老师讲课，课后作业一般会按时完成，期末那段时间，我会和同学们一起自习，把平时不懂得在看看，把重要的知识点熟悉下，再做下少量的题目。经过这样的步骤，我的考试成绩没有惨不忍睹，在班级或专业的成绩排名中，大一时中等，大二中等偏上，大三靠前，三年来的总成绩也稍靠前。回头看看这三年的总的期评成绩，平均分八十多点，没有太令人失望。这勉强算是我努力的一点成果吧。

然而问题是，这样就够了吗？我到底真正学到了多少东西呢，我在学习方面有多大的进步呢？我学的知识对我未来的工作能有多大的帮助？我来挑下自己学习方面的弊病吧。很关键的一处弊病是，我学习时方法没有一点点的及时改善，没有总结方法的利弊，而是跟着感觉走。绝大数的课程的学习模式与方法是一致的。

以高数下为例，上课前，我不会去预习，不会去了解这门课程到底是关于什么的，也不会多想如何以最省时省力的方法学习它。于是就去上课了，听了两堂课，老师把规定的教学任务讲完后，就离开了，我也终于可以下课了。上完课后，这门课也就放下不理睬了。上了好几节课后，通知说要交作业，于是急忙赶下作业，做完就行了，没时间去思考更多的问题。就这样一直到期末，等到考试安排出来后，我就准备着期末考试了，平时的一些小问题就没时间管了。等到考试完了，这门课程终于可以放下了，心里卸下一个沉重的任务。

通常我就这样的学习了大部分课程。这样的学习效果是，我记住了很多基本的东西，有一定的基础了，这点是不错的。但是我一般的知识点不会运用，也就是死学习，没有去运用。后来发现，高中时代那种做题的学习方法有一定的实用性，适当的做些题目可以把一些基础的知识点运用起来。所以需要适当的做些题目，有些课程在这点体现得更突出。例如机械设计基础，一种零件的设计选用等知识点通过做个题目，可以更容易学好其基础知识。再如c语言，如果只是多记一些编程规则和方法，而少去练习编程及测试，学习效果会令人失望的。所以我总结大学的很多课程学习后发现，去适当的做下题或用其它方式练习运用所学的基础知识，是很重要的。

在大三的学习中，发现一些专业课或专业基础课的学习与数学物理的学习方法不同。针对专业课的学习，以点带面的去学习效果会好些。许多书并不需要从头至尾的看一遍，而只需听下老师讲解的思路，看下关键的章节，把基本原理及重要的运用弄明白即可。想下以前我学习专业课或专业基础课时，弄懂及熟悉课本的知识总感觉很费劲，因为我习惯从头看到尾，没有学习明确的目标，只是想把书本的知识多弄懂。现在看来我以前的这种方法是不值得提倡的，是费力不讨好的。

总结下专业课的学习方法，学习目标应明确，主要把原理等弄懂，不必去死记，学习或看书时以点带面的方法比较好。当然也要尽量去运用及联系实际。再来说下我做实验的情况吧。实验是我们学习中很重要的一块，不过我却未重视，经常马虎了事，这就是心态的问题了，以后应重视实验。我做实验时一般不会提前为实验准备些什么，等到做实验时就按老师说的步骤或实验指导一步步做下去了。这样的话会出现一些问题，遇到稍难一点的实验时，很多东西不能明白，只能机械式的操作下。效果不好。而且实验时间有限，偶尔糊里糊涂的做完了实验，却未明白其中的实质，有点浪费实验机会。

简单的总结下大学的学习方法吧，我觉得那种经典的学习方法还是不错的，即上课前花少量时间预习下，要弄明白要学习的课程到底是关于什么的，学习时要注意什么，想想如何去学，以免一本书学完了还不明白该书的精华所在。其次上课听讲的是非常关键的一点，一般同学应该跟着老师的思路去学习，这样很省力的。当然听讲也要有自己的方法，要认真听关键的点，如果一节课都精神十足的停下来会很累的，而且效果也未必好。最后做作业，再去看下书也是很必要的。多练习多运用才能真正掌握，否则，不会运用学了等于白学。

## 大学生的学习总结精彩篇八

像很多中国的娃娃们，我们都有一种经历叫高考。而我上了个毫不起眼的二本学院。想想当时得知被这所大学录取时，我淡定的令人不可思议。把握儿地被第一志愿的学校录取，把握儿地被第一专业录取，但自我明白，那与西外擦肩而过的痛苦，叫后悔莫及。记得当时大大小小我共有7个包包，除了务必的衣服鞋子之外，零零散散的还有些自我难舍的小东西。毕竟第一次出远门，第一次跨两个直辖市，四个省去读书。

我们提前4天就到了学校。站在即将成为我学习生活的学校中，我心灰意冷。破旧的教学楼，落后的硬件设备，完全与我心目中的大学形象背道而驰。复读涌现脑中，但爸妈立即打消了我的这个念头，他们不断的鼓励我“英雄不问来源！”就这样，我注册了。

为期12天的军训，除了到部队打了5发子弹，让我很满意，其余的简直令我不能忍受。懒懒散散的学生，好不严肃的教官，不时的让我陷入痛苦的回忆，想起当时报考的失误。开学典礼的时候，按流程新生都要进行入学宣誓，不外乎就是什么要坚持这个，不做那个的，但当读到，我是xx的学生时，我的眼泪瞬间流了出来。那是种付出了，却与梦想遥隔千里的凄凉之感。在那里想告诫学弟学妹，想要让自我不后悔，拼

分数是很最关键的，报考时不仅仅需要谨慎也需要勇气，因为分数线的不确定性，要求在估准分数的前提下，坚持自我的梦想学校，防止放榜时后悔。

随后，社团，学生会等等五花八门的学生自治组织招新，冲淡了满是悔恨的日子，渐渐让我发现大学其实挺丰富多彩的。经过层层面试，以及考核，很荣幸地加入了两个声誉比较不错的，自我喜欢的组织。经过我半年的体会，想告诉将要上大学的学弟学妹们，学生组织，就像是一个丰富生活的业余爱好，但没有足够的热情和兴趣，还是不要盲目报名。因为在美其名曰锻炼自我的背后，它也在毫不留情的剥夺你的自由时间。

半年的大学生活，享乐和内心的挣扎一样，一向没有间断过。由于没有很好的理财，和较高的自制力，半年花了家里不少钱。除了必要的一日三餐，每一天零食不断，买衣服，其余的花销就是和朋友混。在外国语学院，什么都缺，就是不缺女生。因为我参见的活动相比较较多，认识了几个聊得来的男生朋友，这点让我的室友很是羡慕。没课或放假，我们会找各种理由，逃离学校，看电影，逛超市，压马路，吃饭，到游戏厅.....

因为身边除了舍友外，朋友多是男生，在获得友情的同时，不免有时也想入非非。记得当时我和这个男生刚认识的时候，我没有什么好感。但他却处处表现出对我很热情，给我讲他的情史，还说他单身。有事没事就要请我吃饭，当然我不一样意。然后他就拜托我事情，再请。渐渐的我们的联系多了起来，透过相处，我发现他很全能，体育很强，也有一些我不具备的品质。他没有直接说过喜欢我，但我隐隐约约的感觉，我仿佛喜欢他了。很多次，都想告诉他，因为女生的矜持，之后还是没有开口。原因是我发现他其实与他的女友还联系，我最不能容忍这种男生，所以什么都免谈。

大学生活不是没有压力，但这种压力不是外人给你的，而是

你就应自我去寻找的。浑浑噩噩的过了近一个学期，期末考仿佛像所有第一次一样，不期而遇。备考周，没有疯狂的备考，只是在睡的头昏脑胀的时候，随便抓起一本书，看几眼，摇摇头，继续睡觉，重复七天七夜。可是之后的成绩，令我们无语。惭愧的说，我们宿舍四个人，俩个人有挂科的。而我，自我明白，有一科也是在挂与不挂的边缘，是教师给了我改造的机会。记得当时教师在qq上是这么和我说的：只是不用补考那么麻烦了。

大一，生活真的很丰富。搞小买卖（赔了），拉赞助，组织联谊，邻城游玩，坐过山车，选课，泡图书馆，交朋友，或是点儿背挂科，等等在别的地方无法经历的事情，在大学，都会经历。但要明白在经历这些的同时，我们也在经历着我们的青春。玩能够改天，吃能够改天，可是青春却不能改天，改天就是老去。身处人生中最完美的时段，在体验祖父辈乃至祖辈没有体验到的多彩生活的同时，我们就应思考，明天是什么。我不想自我因为没做什么而后悔，经历了这么多，我明白自我该坚持什么，该放弃什么；该看清什么，该不谈什么。最终送自我，也送给正在像我一样混大学的朋友们一句话：自我把握。

## 大学生的学习总结精彩篇九

学习时我们必须掌握学习的方法，这样可以提高学习效率，同时也必须保证每天上课期间，学好课堂知识，学习没有捷径，只能通过一天天努力积累。只有吃得了苦，才能够取得更好的成绩。

学习需要动脑，而不是死读书，因为老师教导的东西永远都不可能是全部，需要靠我们自己去总结，去分析，不能只想着靠老师教导来学习，这样是不可能把成绩提升上去的，在大学我们必须要学会的一个技能就是要能够自学，学校有图书馆供我们翻阅资料，丰富的藏书有很多知识可以查询，只要每天勤快些，去多学习一些相关的知识我们总能够学的更

多。

大学和高中不同，老师不会逼迫我们学习，我们的空闲时间也有很多，大多数是一天有半天时间可以供我们学习，只要利用好时间，每天除了上好课也应该在课后学会自己去学习。大学时间很快，管理也不如高中那么严格，宽松的环境，靠我们自己的努力，和我们自己自觉学习，这样我们才有可能学到知识。

每个人的能力都是一样的，成绩好的同学，是他们花的时间比我们多，不能总是把课余时间用在打游戏，看电影上面，大学时光可不够我们挥霍。当大学毕业后我们还要面临着很多问题，如进入社会工作，或者继续深入学习考研读博。都需要在四年学习中扎实学习。

我们大学好有很多证书需要考，比如英语四级，六级，八级等计算机二级，不同的专业还要考专业证书，所以时间不够，那就要靠我们自己利用时间。其实学习一点都不难，只要我们把老师教导的知识学好，课本上的东西及时温故知新，对于需要掌握的知识我们都了解，只要我们一点点积累，把每天的时间都用在该用的地方，我们的成绩自然就提升了。

有时候我们学习会取得不错成绩，但是不能骄傲，因为一旦骄傲不认真学习，这很容易让我们平时上课时不认真，学习不够努力成绩必然就会出现大幅度下滑，影响我们期末考试。很多时候基本的道理都知道，我们却不愿意动手只想着现在不着急，不需要如此着急，总是给自己借口，逃避学习的压力。

学习很枯燥，尤其是我们经历了十多年的学习，对于学习的乐趣并不大，但是如果不知道学习，总想着逃避，总认为时间充裕，当毕业到来是就会感到很突然，因为你在大学什么都没有学到，每个人的路都是自己选的，该面对的时候不去面对，那么你就会失去这次的机会。

学习只有吃得苦，才能取得好成绩，学校不是游乐场，反而是竞技场，只有最优秀的人才能得到更多的机会，大学是个舞台也同样也是人才的成长基地，我们则是种子，想要发芽需要知识浇灌，学习没有难度，难得是我们不愿意付出汗水。

文档为doc格式

## 大学生的学习总结精彩篇十

在来龙福山庄前我对素质拓展训练一无所知。心怀着忐忑不安和好奇，于早上来到了龙福山庄素质拓展中心，7点30分，训练正式开始。全体教师分为训练组、后勤组和机动组。我们训练组被分成了2个队，每个队都是9人。教练给了10分钟让各队创编队名、队旗、队呼。我们是第一队，我队考虑后决定取名“神鹰队”，队呼是：神鹰神鹰，今日必胜！另外还做了一面队旗，旗上面有我们的队名、队徽、队呼。

在这次拓展中，展现了团队的力量！团队项目不是仅靠一个人的智力、体力和能力就能完成的项目。它最大的特点就是群策群力，一个人的成功不能代表整个团队的成功，只有团队中的每个个体都相互团结，相互帮助，才能共同完成团队的目标。在本次拓展的过程中，每个队的队员之间最关心的都是如何组织、协调及配合，而不是某个队员自己如何能做得更好，团队合作的精神更是发挥得淋漓尽致。“驿站传书”、“领袖风采”、“毕业墙”等，那些别开生面而又有深刻内涵的训练项目，如经典电影深入脑海，犹在眼前，尤其是“领袖风采”，更使我受益匪浅、感受莫深，那是一种发自内心的触动。

一天的素质拓展结束了，我的感悟很深，真的。驿站传书、领袖风采、毕业墙一个个的项目都让我至今感受至深。

因为我是第一次参加这样训练，所以我很珍惜这次机会，虽然时间只有短短一天，但经典的户外素质拓展项目有效加强

了同志们之间的沟通与合作，培养了同事间的相互信任和协作精神，提升了团队凝聚力，激发了队员的潜能，使队员们感受到了克服困难的愉悦，培养了积极的人生态度和出色的团队精神。

拓展训练所给予我们的启发和经验是一笔永久的精神财富，无论我们身处何种岗位、只要用心体会就能得到十分有益的人生感悟。在这一天里，感悟最深的真的应该是团队意识，从一个人到一个团队是个飞跃，在团队的范畴里，我们不能仅仅考虑个人的利益，而是应该以团队的利益为上，很多时候我们扪心自问：一个人能干什么？是的，一个人确实能干很多事情，但是这个社会现在已经不再需要孤胆英雄了，我们更加注重的是团队的力量。而且在团队的大家庭里，我们可以得到更多的关爱和温暖。

“拓展是一种培训，是震撼下的理念，体验下的感悟”。的确，回头再细细的看这些项目，每一个项目都有它在现实生活中，工作中的意义。

如果每个人都循规蹈矩的生活，那么我们将很难有机会重新思考与认识自己，素质拓展便为我们开启了这道门，使我们亲身体会到了那些早已熟悉的，看似平常的做人和生活的理念，真正的认识自我，勇于去尝试新的事物，使自己具有一定的开拓创新精神。并认识到了一个团队的凝聚力和团队中角色的合理利用，资源合理分配的重要性。团队中的个人奉献与牺牲精神，以及有明确的目标、合理的解决方法，是一个团队成功达到目标的保证。世上无难事，只怕有心人。没有什么不可能完成的任务。决不轻言放弃，多一些勇气和毅力，很多机会就不会溜走，要相信自己。我坚信通过这次训练，我们在今后的学习工作中会拧成一股绳，心往一处想，劲往一处使，团结协作，战胜挑战，取得优异的成绩。

通过拓展活动，我感悟到了所谓团队精神，是指团队成员为了团队的利益与目标而相互协作的作风。奉献成为激发团队

成员的动力，为成功注入能量。承诺是团队成员要共同承担的集体责任。没有承诺，团队就如同一盘散沙。做出了承诺，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。使我在学会团队精神、信任和沟通的同时也学会了许多东西：学会挑战自己，学会正视自己的缺点，了解自己的长处和短处，学会鼓励他人，学会欣赏他人，更学会了在自然中放松、在游戏中学习、在欢笑中感悟！启发了我自身的想象力与创造力，提高了解决问题的能力；认识到了群体的作用，增进了对集体的参与意识与责任心；改善了人际关系，学会了关心，更为融洽地与群体合作。

通过亲身体会拓展，我改变了原有的思维模式，超越了自我，认识了团队的巨大力量，也领悟了创新的重要意义。思维拓展，落脚点在实践上。最后引用一句名言与大家共勉“生活不是守株待兔的遐想，不是消极的自我研究，不是情绪化的虔敬神明，只有行动才能决定人生价值”。

活动虽然结束了，但是它带给我的思考与体验永不停止。

## 大学生的学习总结精彩篇十一

进入大学，认识新的人加入新的群众，就必定会接触到新的人际关系，而宿舍则成为了我们在大学阶段最基本的人际关系圈，住群众宿舍，与宿舍成员搞好关系也就变得至关重要了。寝室是我们大学生的另一个家，从入校到离校，在寝室一齐度过的3到4年的时光，要么是一笔财富，要么是艰辛旅程，而所经历的点点滴滴将会对我们的大学学习，生活，工作乃至未来发展都有巨大影响。融洽的关系，使人情绪舒畅，有利于我们的身心健康以及学习生活。反之则如求助者反映的，感到困恼和觉得不知如何相处下去。

一个宿舍几个人，由于各自的成长环境的不一样、性格的差异，天天处在一齐难免会出现这样那样的一些问题，虽说是正常。但如果这样的现象在宿舍内长期存在、矛盾不断或死

气沉沉，亦或是当一些不尽如人意的事情出现时，没有很好的处理，就会影响人际关系，让自我生活的不欢乐！所以学会怎样样处理好宿舍的人际关系成为了大学生务必应对的问题。

首先要“自知”。我们对自我的个性进行分析，找到自我不足的地方，发扬自我好的方面，改正不足的方面。在现实生活中，我们往往觉得别人不关心自我或不尊重自我，但这都只是我们自我所认为的，自我胡乱的猜测会影响和宿舍人的关系，在这种状况下我们很好的反省自我，问问自我对别人怎样，够不够关心，分析一下自我个性是不是太过于要强，各方面不够完善的。“人贵有自知之明”、“金无足赤人无完人”的古训就是告诫我们，不要总是去要求别人对自我怎样样，或是要求别人要理解自我，自我不去理解别人，这些都是处理宿舍关系，或者在处理其他人际关系时最忌讳的。

所以大学生如果自我在宿舍里和同学关系差，就要在自我身上多找找原因，不能把职责推在其他同学的身上。要想被人喜欢，自我先要喜欢别人。这样你在同学们心中的地位会得到提升会更，人员自然而然的也会得到提升，同学也愿意主动的和你交往。

，懂

得“近朱者赤”，你也会转成优秀。

人

才才能满足社会对人才多元化的需求，在社会各个岗位，各个位置，贡献自我的力量。对于一个寝室毕业后，从事各个行业的室友将会是一张强有力的人力资源网。所以在求同之时，要在尊重中存异。

俞敏洪上大学的时候，为舍友打了四年水，扫了四年地，有

地时候他忘了打水，舍友就会说：“俞敏洪你怎样还不去打水”。有些人也许会嘲笑他傻，可是他从来不认为为同学打水是一件吃亏的事。他说如果你做了一件好事，当天就要求回报，那你必须是个势利眼，也是个心胸狭窄的人。你不要求回报，回报也会来。十年之后当他的新东方需要合作伙伴以壮大规模时，他在美国和加拿大的同学纷纷舍弃高薪的工作，来帮忙他，他们说：“俞敏洪，我回来是冲着你为我们扫了四年的地，打了四年的水。”他们说：“我们明白，你有这样的一种精神，所以你有饭吃，肯定不会给我们喝粥。”

“天道酬勤，功不唐捐”是一种舍与得的辩证法。所以处理宿舍人际关系的方法与技巧，其实也是一种人品，一种修行，一种历练，一种对他人利益的反思，一种相互尊重。设身处地，宽以待人，与人为善、己所不欲，勿施于人，就会赢来很好的人际关系，让我们在大学里的宿舍生活过得生动而有好处！