

学霸们如何过超长寒假?

宁大阳明学院首次发布 “寒假通关攻略”助同学们提升自我

受疫情影响,宁波高校学子收获超长寒假。怎样把这个寒假过得充实?近日,宁波大学阳明学院线上发布《大学生寒假指导手册》,这份超详细的“寒假通关攻略”包括“乐学、乐动、乐读、乐思、乐行”五个方面,有24项活动方案,以必做和选做的方式,供阳明学子做好寒假规划。

值得一提的是,这份寒假攻略不仅有线上课程,学院还开设了高等数学、数学分析、大学物理等课程辅导群。此外,期末冲刺、科研达人评比、运动打卡、经典篇目阅读以及红色故事云学习等活动,也将充实阳明学子的假期。

□现代金报 | 甬上教育
记者 王冬晓
通讯员 夏晓晨 李家辉



《大学生寒假指导手册》线上发布会。通讯员供图

A “寒假手册”很懂00后大学生 除了学习,还有“笑容接力棒”等打卡

2022年12月13日,受疫情影响,宁波大学启动线上教学计划,阳明学子踏上离校返乡之路,开始了一个多月的超长寒假。

老家安徽阜阳的董轶扬是宁大阳明学院2022级工业设计专业的大一学生。去年12月17日,他乘坐高铁返乡。回家并不意味着放松,线上教学还在继续。不过,三天后董轶扬“阳”了,父母的照顾让他放松很多,八天后董轶扬转“阴”。可是新冠“后遗症”的余威让董轶扬浑身没劲,提不起精神。“新冠后有些懈怠,再加上以前高中都有寒假作业,大学没有寒假作业,不知道怎么过了……”董轶扬很迷茫。

1月6日,宁大阳明学院全体学生、7个钉钉群连线直播《大学生寒假指导手册》线上发布会。这份超详细的“寒假通关秘籍”指导董轶扬规划起自己的寒假

生活。“我参加了‘互联网+’创新创业大赛和‘挑战杯’的比赛项目,这个寒假要把比赛作业给拿下。另外,指导手册中有个期末冲刺活动,还开设了大学数学等公共课辅导钉钉群,专门有老师辅导,同学们线上一起复习,劲头很足。”董轶扬说,不光是学习,这份寒假手册很懂现在的大学生,设有“笑容接力棒”线上打卡活动。

“跨年夜,我和朋友一起到广场迎新,朋友随手拍下一张开怀大笑的照片,发到钉钉群,和大家一起分享家乡风俗和快乐时光。”董轶扬说,“及时”上线的寒假手册,让他从新冠阴霾中走了出来。他还参加了身材管理、健身打卡、红色景点云宣讲等活动,期待春季开学后的崭新蜕变。



董轶扬参与“笑容接力棒”活动,分享自己的跨年夜。受访者供图

B 首次发布“寒假手册” 愿同学们春天相见时拥有充实的笑脸

“真正的学习不是高中之前,而是从大学开始,从被动地学习、监督地学习到主动学习、积极地学习。”“大一非常重要,它建构起我们未来三年的基础,也建构起未来职场的基础。”……1月6日的《大学生寒假指导手册》线上发布会上,宁大阳明学院辅导员、国家二级心理咨询师王盛详细解读了这份“寒假通关攻略”,并和同学们约定:“希望如约而至的不止春天,还有疫情结束后平安健康、充实愉悦的我们所有人的笑脸。”

宁波大学阳明学院党委书记俞金波副教授做了线上讲座,指导学生规划学业生涯。

据了解,《大学生寒假指导手册》是宁大阳明学院第一次把各类活动整合打包,突出指导引领,强调自我管理,帮助大学生尤其是大一

新生做好寒假生活规划,引导学生过一个充实、有意义、有收获的假期,以更饱满的姿态迎接新学期的到来。

“陈老师,好多同学反映课程助教群人满了!”《寒假指导手册》一经上线,高等数学、数学分析、大学物理、英语(预科生)等朋辈学习指导群随即满员。此外,阳明学院与宁大图书馆合作推荐经典阅读书目和线上阅读积分活动也吸引不少学生参与。红色景点云打卡,“乡音祝福宁大、乡音诉说新年祝福”的视频征集,辞旧迎新“家乡年味”摄影比赛等活动,也让不少同学跃跃欲试。

2020级阳明创新2班的张云清同学根据这份手册制定了“寒假必做清单”,包括期末复习、科研探索、设计、摄影等。“希望这个寒假真正成为‘自我提升,灵魂放松’的日子。”张云清说。

基金一览

过往业绩不代表未来表现,不等于产品实际收益 投资有风险 入市须谨慎

工银瑞信权益、固收长跑业绩并居前列

近日,海通证券发布《基金公司权益及固定收益类资产业绩排行榜》及《基金公司权益及固定收益类资产超额收益排行榜》,截至2022年末,从五年中长期绝对收益业绩看,工银瑞信成为同时上榜权益类大型基金公司和固收类大型基金公司前三的公司。具体来看,工银瑞信基金近两年、近三年、近五年主动权益类基金

绝对收益、超额收益均在权益类大型基金公司中排名前三,其中近三年、近五年主动权益类绝对收益、超额收益位居权益类大型基金公司榜首;固收投资方面,工银瑞信固收类基金近三年、近五年、近十年绝对收益在全行业中位居前列,其中近五年在固定收益类大型公司中排名前三。