

## H缤纷暑假



↑黄湘霁(右三)与团队成员在五指山开展雨林生态调研。



↑桂子牧在三亚市天涯区天涯小学支教。

跨越天路：  
在壮美山河中感受中国力量

读万卷书，行万里路。

日前，在青藏铁路上，海南医科大学2023级药学专业学生张浩辰倚窗远眺。车外是飞驰而过的雪山、草原和湛蓝天空，仿佛一幅流动的壮丽画卷。他和高中同学从山东出发，辗转两天抵达这片高原。当列车缓缓攀越到海拔5000多米的唐古拉山口，窗外是白茫茫的冰雪世界。“列车能穿行在这样的‘生命禁区’，简直不可思议。”他感慨道，“这就是中国基建的力量。”

几乎同一时间，另一群海南大学生正跋涉在新疆的天山深处。从7月至8月，海南师范大学地理信息科学专业学生王文海与全国多所高校大学生齐聚中国科学院天山冰川观测试验站，参加“科研启航计划”。她与30余名同伴一起站在乌鲁木齐河源1号冰川前。巨大的冰斗、碧绿的冰碛湖、峻峭的角峰……过去只在课本中见过的冰川地貌，如今真实地展现在她面前。同时，气候变化带来的改变也让她感到震撼——一条冰川已分裂为东、西两个分支。“那一刻，我更深刻感受到生态保护的刻不容缓。”王文海说。

作为小组汇报人，王文海以“为冰川上户口”为题，系统展示了新疆两万余条冰川的数字化编目成果，在2025年冰雪变化及其影响国际学术研讨会上完成的学术报告荣获一等奖。

“作为地理专业的大学生，我们不仅要读万卷书，更要行万里路，将论文写在大地上。”王文海说。

多元体验：  
在文化交流中拓宽视野

暑假，海南师范大学2022级英语专业学生陶馨颉踏上粤港澳之旅。站在香港维多利亚港畔，她被眼前璀璨的夜景深深吸引。最令她触动的是语言的多样与文化的交融，普通话、粤语、英语等众多语言和文化在此交相辉映。

无人机送餐、自助结账、机器人服务……科技已深深融入深圳的日常生活。在深圳人才公园等地，专门的无人机配送站点，让陶馨颉惊叹于科技应用的成熟与普及，也让她感受到深圳这座大都市的创新和活力。

海南医科大学学生刘气镰，这个长假参加了新加坡国立大学交流项目。繁华的乌节路、古老的克拉码头、多元文化交汇的牛车水、现代感十足的滨海湾……在为期8天的研学活动中，刘气镰感受到新加坡这个国家的发展步伐，还品尝了地道肉骨茶和榴莲等美食，“我们既要扎根于中华优秀传统文化，也要以开放、平等的态度与世界对话”。

大学生暑期“行”记  
走出校园

## 阅山海

海南日报全媒体记者 黄婷

章俊杰(左二)和同学们在海口市琼山区雅秀村助力乡村振兴。  
本文配图均由受访者提供

大学生暑期“行”记  
走出校园

## 阅山海

海南日报全媒体记者 黄婷

章俊杰(左二)和同学们在海口市琼山区雅秀村助力乡村振兴。  
本文配图均由受访者提供

## H留学海南

## 他们在洋浦“留学”

8月23日早上，来自山西忻州的赵魏韩踏入海南比勒费尔德应用科学大学(以下简称海南比科大)校园，开启他“留学海南”的人生新篇章。当天，400余名2025级新生入校报到，他们是海南比科大位于儋州洋浦的永久校址投入使用后的首批新生。

海南比科大是我国境内首个境外高校独立办学项目，过渡期办学地址位于海南陵水黎安国际教育创新试验区，2025年8月中旬回迁至永久校址。学校引入德国比勒费尔德应用科学大学“实践嵌入式”人才培养模式。

造型简约的教学楼、宽阔平整的操场、热情洋溢的中外教师，这是赵魏韩对于海南比科大的“初印象”。在这里，中德文化碰撞、交融，绽放出独一无二的色彩，成为创新型、应用型、复合型人才成长的崭新平台。

“海南比科大的课程‘原汁原味’引入德国课程体系，最大特色就是‘实践嵌入式’教学模式。”海南比科大电子信息学科带头人张丰介绍。

何为“实践嵌入式”教学模式？按照该校的教学规划，学生们在大一时主要学习理论课，打牢专业基础。从大二开始，学生一半时间在课堂学习，一半时间在企业实习，将此前学习的理论知识与工作实践相结合，并将实习实践中遇到的问题带回课堂，提升实操能力并反哺理论学习。“在课堂上，我们带领学生参与项目；在课堂外，我们通过校企合作，引导学生到企业实践。”张丰介绍。

“在中国移动通信集团海南有限公司海口分公司指挥中心实习的过程中，我学习并参与了机器人流程自动化(RPA)技术的实际应用，并结合业务需求，运用‘数字员工’技术优化工作效率。”该校2023级计算机科学与技术专业学生贺益曾与学校师生分享自己的实习体会。在具体实践中，他和团队伙伴经历了从需求调研、方案设计到代码编写、调试优化整个流程，解决问题的能力和团队协作能力获得提升。

据介绍，目前，海南比科大本科阶

段共开设计算机科学与技术、电子信息科学与技术、经济工程、物流工程4个专业，从海南自贸港建设与中德企业用人需求出发，培养高层次人才。学校采用全英文教学，并开设德语课程，课程成绩及语言水平达到标准的学生可选择到德国比勒费尔德应用科学大学交流学习1年。

“我对这里的学习生活充满期待。我会认真学习专业知识，提升外语水平，希望以后能到德国学习交流。”该校计算机科学与技术专业大一新生关锐说。

海南日报全媒体记者发现，在该校教学楼A栋与B栋之间，是一座跨度46米、名为“中德之链”的连桥，一方面寓意着教育的桥梁、中德友谊的桥梁、文化交流的桥梁，另一方面是借鉴新加坡建筑中常见的“风雨连廊”设计，让学生在校园中穿梭时更加舒适凉爽。该校以立体“风雨连廊”体系串联教学楼、实训楼、学生中心等核心建筑，构建全体多层的通行空间，为学生提供遮阳避雨空间。

据了解，该校永久校址一期占地约300亩，总投资10.4亿元，建设欢迎中心、公共教学楼、实验实训楼、学生中心、学生宿舍、教师公寓、运动场等设施，能容纳2500多名学生。二期项目预计于2029年竣工，建成后预计可容纳12000多名学生。

“我喜欢打羽毛球，希望以后能加入学校羽毛球社团。”赵魏韩说。

“我喜欢跳舞，希望以后能和兴趣相投的小伙伴们一起练习。”海南比科大一新生华悦凌说。

“学校运动场占地面积3万平方米，包括400米标准田径场和足球场、14个篮球场、2个排球场、1个网球场及配套练习场，能满足学生日常训练和活动需求。”海南比科大市场宣传部专员颜婧娟介绍，学校为2025级新生设计了为期4天的“新生开学营”活动，涵盖团队协作工作坊、学习生活分享会、团队大作战等丰富多彩的活动，希望能够帮助大一新生迅速适应大学生活。



海南比科大2025级新生参加“新生开学营”活动。学校供图

## H收心指南

暑假即将归零  
开学收心，如何一键激活

暑假接近尾声，学生们即将告别假期，迎接新学期。海口市滨海第九小学教师易珊表示，引导孩子提前收心，有助于减少他们从假期到校园的心理落差，缓解开学焦虑，为新学期打下良好的心理基础。

对于小学低年级学生，引导时应注重趣味衔接。开学前一周，可通过儿歌闹钟等工具调整日常作息，借助拼音识字游戏等学习知识，还可以通过角色扮演等游戏模拟上学场景，帮助孩子提前适应校园生活。

对于小学中年级学生，应注意培养其自主规划能力。家长可与孩子共同制定作息时间表，逐步减少电子产品使用，引导他们复习旧知识、预习新知识，通过沟通缓解焦虑树立信心。

对于小学高年级学生，需强化责任意识。建议他们按照“上午学习、下午实践”的模式安排学习和生活，鼓励他们自主完成作业检查、预习新课程和制定学习目标等任务，独立准备开学物品，切实感受自我管理的重要性。

易珊表示，小学高年级学生收心的关键在于“激活状态”。整理旧作业题、重做错题、制订学习计划等，都能帮助孩子的大脑提前进入“在校模式”，更从容应对新学期的挑战。

海南华侨中学美丽沙分校德育处副主任黄璇建议，临近开学，中学生应逐步调整日常作息，固定学习时间，避免熬夜。家长可引导孩子检查暑假作业完成情况，并有针对性地进行查漏补缺，每天最好保持

30分钟—60分钟的纸质阅读，以替代碎片化娱乐。此外，家长还可建议孩子梳理暑期实践成果，回顾自己在暑期阅读、社会实践、家庭活动和旅行中的收获，增强成就感和学习动力。

如果孩子未能完成收心计划，家长应避免强制施压。易珊建议，家长主要引导孩子早睡早起、整理学习用品等大方向即可。开学后，课堂互动和同伴交流能带动孩子调整状态。收心不意味着剥夺快乐，而是要通过适当引导，让孩子们带着期待和信心，以最佳状态迎接新学期的挑战。

“收心不是管控或‘驯服’。中学生正处于青春期，他们需要更多理解和关爱。希望通过科学引导，学生们能将假期终点转化为新起点的跳板，成为成长的加油站。”黄璇说。

