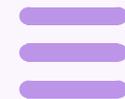




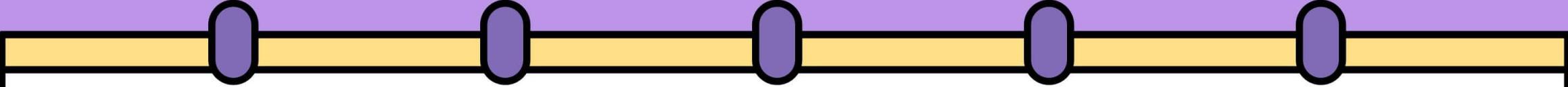
# 专升本介绍 课件



contents

# 目录

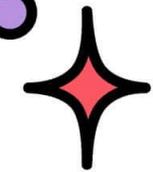
- 专升本概述
- 专升本考试分析
- 专升本备考策略
- 专升本学校与专业选择
- 专升本学习技巧与方法
- 专升本心态调整与压力应对



01

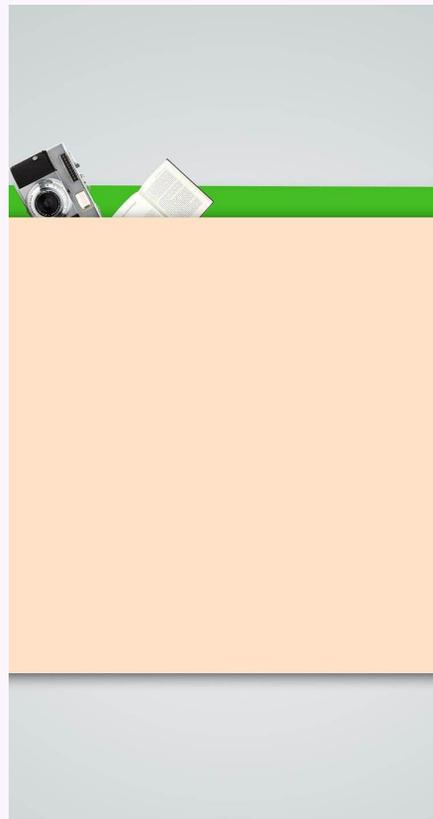
---

# 专升本概述





# 定义与背景



## 专升本定义

专科毕业生通过考试或其他方式升入本科阶段学习的过程。

## 教育背景

随着高等教育普及化，专升本成为提升学历和职业发展的重要途径。



# 专升本的意义

## 学历提升

获得本科学历，提高个人学历水平。



## 职业发展

增强就业竞争力，有利于职位晋升和薪酬增长。

提高“专升本”门槛



## 知识拓展

深入学习专业领域知识，拓宽知识面。





# 专升本的途径

## 普通专升本

参加全省统一考试，录取后进入本科阶段学习。

## 成人高等教育专升本

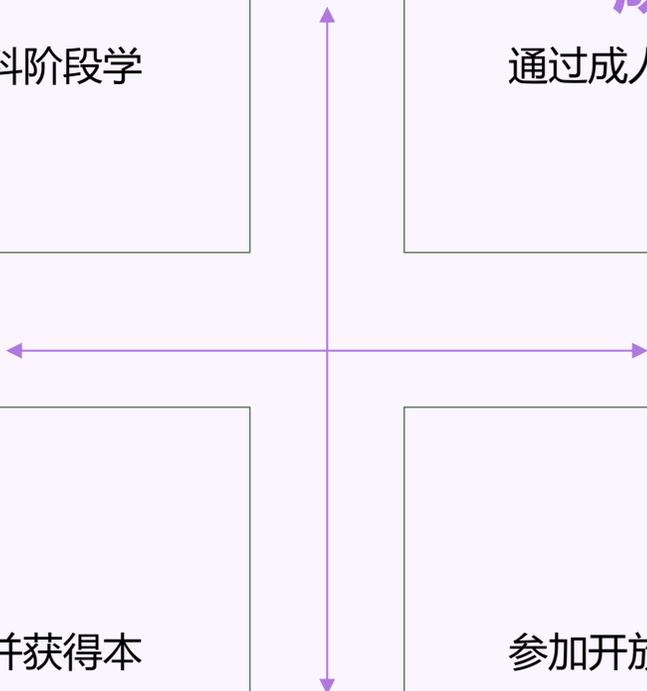
通过成人高考或自学考试等方式获得本科学历。

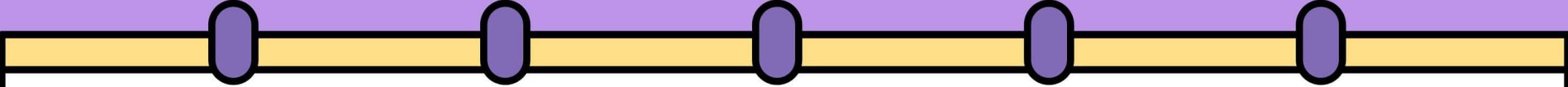
## 网络教育专升本

利用现代远程教育技术，自主学习并获得本科学历。

## 开放大学专升本

参加开放大学组织的考试，录取后进入本科阶段学习。

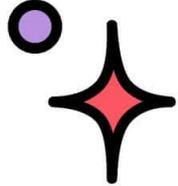




02

---

# 专升本考试分析





# 考试科目与形式

## 考试科目

主要包括公共课和专业课两大类。公共课一般为英语、计算机等，专业课则根据报考专业而定。

## 考试形式

采用闭卷、笔试的形式进行，部分地区或专业可能还包括面试或实践操作等环节。



# 考试难度与通过率

## 考试难度

相对于高考而言，专升本考试难度适中，但竞争较为激烈。考试内容侧重于基础知识和应用能力的考查。

## 通过率

不同地区、不同专业的通过率存在一定差异。一般来说，通过率在30%~50%之间。





# 历年真题解析

## 真题来源

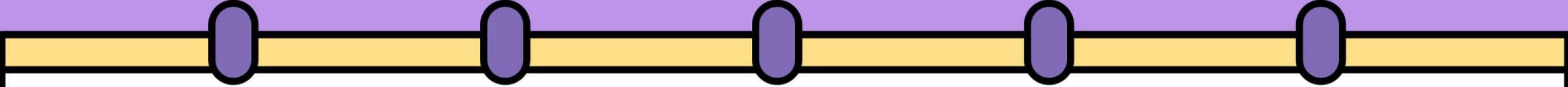
---

可以从官方网站、教育机构等渠道获取历年真题。

## 真题解析

---

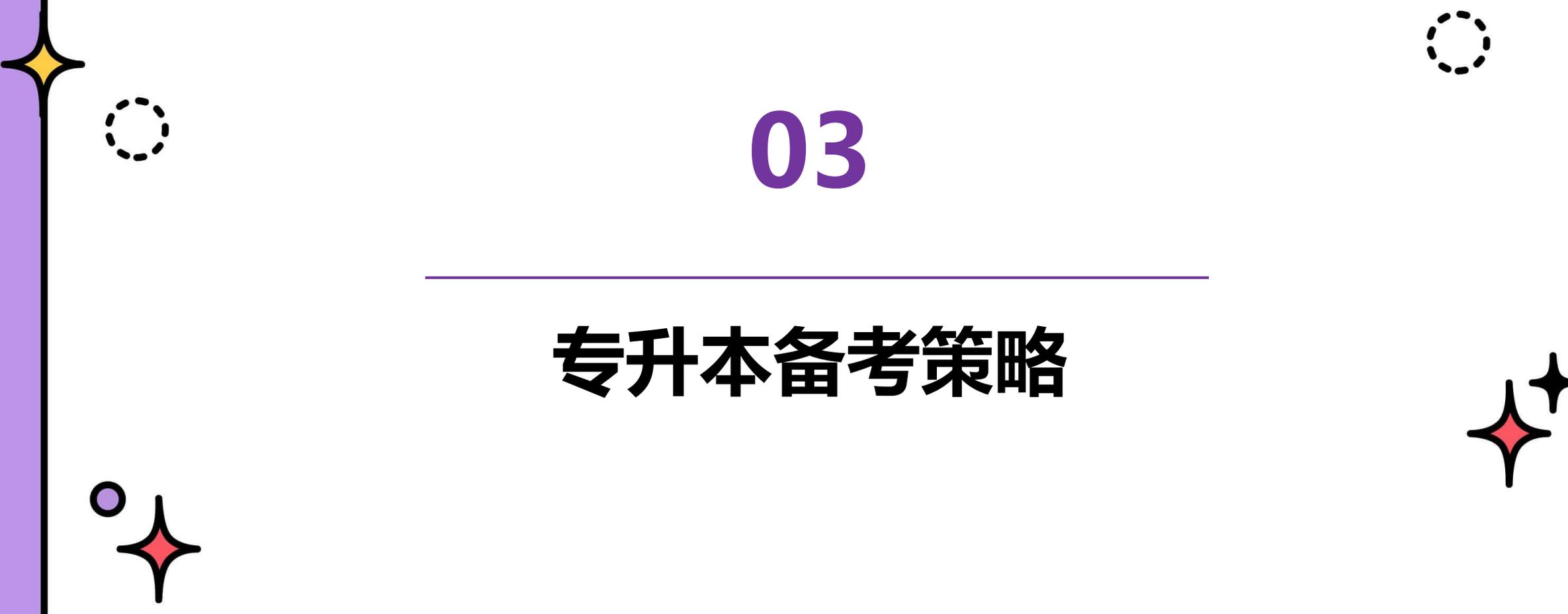
通过对历年真题的深入研究，可以了解考试趋势、题型分布和难易程度，为备考提供有力支持。同时，还可以针对自己的薄弱环节进行有针对性的复习。



03

---

# 专升本备考策略



# 制定复习计划

要草案：  
规划实施保障

01

## 分析考试大纲

仔细研读专升本考试大纲，了解考试内容和要求，明确复习方向和重点。

02

## 制定复习时间表

根据考试大纲和个人实际情况，制定详细的复习时间表，合理安排每天的学习任务。

03

## 阶段性复习目标

设定阶段性复习目标，如每周完成一个模块的复习，确保按计划推进复习进度。



# 选择备考资料



## 官方教材

购买官方指定的教材，确保获取最权威、最准确的考试信息。

## 辅导书籍

选择适合自己的辅导书籍，如历年真题解析、模拟试题等，辅助提高复习效果。

## 在线资源

利用互联网资源，如在线课程、学习网站等，获取更广泛的学习资料和辅导。



# 提高应试能力

## 做题技巧

掌握各类题型的解题技巧和方法，  
如选择题、填空题、简答题等，  
提高答题速度和准确率。



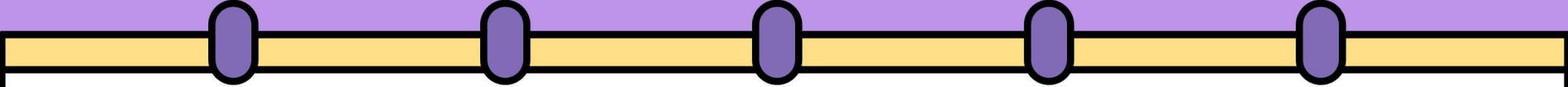
## 模拟考试

参加模拟考试，熟悉考试流程和题型，  
检验自己的备考水平和应试能力。



## 错题总结

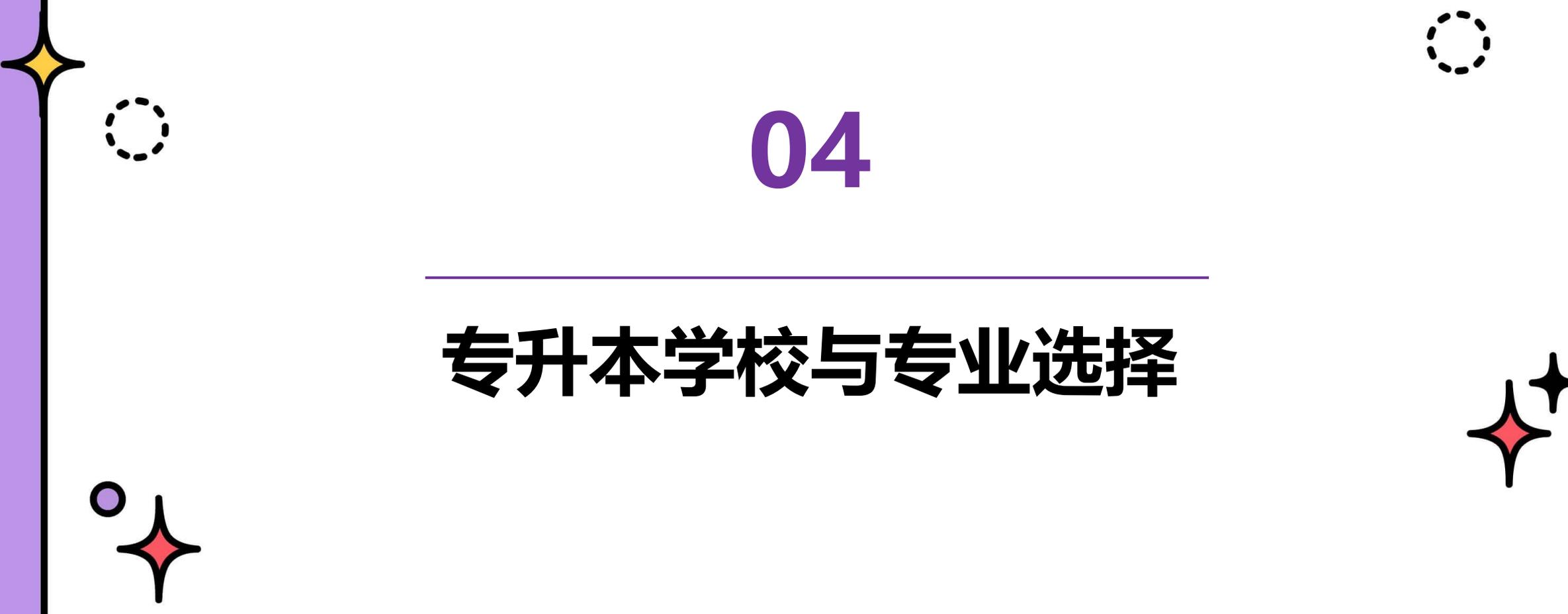
对做过的错题进行总结和归纳，找出自己的薄弱环节和易错知识点，  
有针对性地进行复习和强化训练。



04

---

**专升本学校与专业选择**





# 学校类型与特点



## 综合性大学

学科门类齐全，师资力量雄厚，科研实力强。



## 工科院校

工科专业实力强，实践教学环节丰富，与企业合作紧密。



## 师范院校

师范教育专业优势突出，注重教育教学技能培养。

族师范学院(民族班)	50	100	50	43
院	22	100	22	41
海学院	25	100	2	37
学院	59	100	22	42
星科技学院	12	100	12	38
海学院	34	100	33	39
江大学青岛学院	23	100	19	40
业大学	80	100	80	44
族大学	18	105	19	43
范大学	30	100	30	46
范学院	25	100	25	43
范大学	74	100	74	45
范学院	10	100	10	42
院	100	100	100	43
范学院	192	100	192	46
息工程学院	9	100	7	38
院	148	100	148	45
院	177	100	177	42
学科技学院	49	105	52	43

## 医学院校

医学类专业实力强，实践教学基地完善，医学人文素养培养重视。



# 专业方向与就业前景



## 计算机科学与技术

培养计算机系统设计、开发和应用方面的高级工程技术人才，就业前景广阔。

## 机械设计制造及其自动化

培养掌握机械设计、制造、自动化等方面知识和能力的高级工程技术人才，就业领域广泛。

## 工商管理

培养具备管理、经济、法律等方面知识和能力的复合型人才，可在各类企事业单位从事管理工作。

## 医学影像学

培养掌握医学影像学基本理论和技能的高级医学人才，可在医疗机构从事医学影像诊断工作。



# 如何选择学校和专业

## 了解自身兴趣和优势

选择符合自己兴趣和优势的专业，有利于发挥个人特长和取得更好的学业成绩。

## 关注学校和专业排名

选择排名靠前的学校和专业，有利于提高个人竞争力和就业前景。

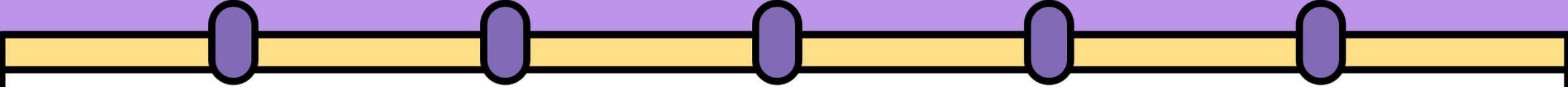
## 考虑地域因素

选择位于经济发达、交通便利地区的学校和专业，有利于拓宽视野和增加就业机会。

## 了解学校和专业特色

选择具有独特办学理念 and 特色的学校和专业，有利于培养个人综合素质和创新能力。

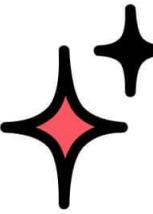
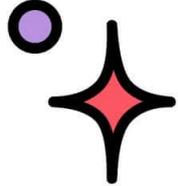




05

---

**专升本学习技巧与方法**





# 学习计划与时间管理

01

## 制定详细的学习计划

根据考试大纲和自身情况，制定合理的学习计划，明确每个阶段的学习目标和时间安排。

02

## 分解学习任务

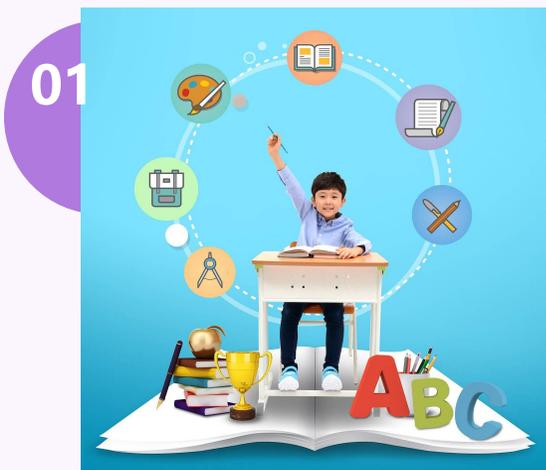
将大的学习任务分解成小的、可完成的部分，以便更好地管理和分配学习时间。

03

## 保持学习计划的灵活性

根据实际情况适时调整学习计划，确保计划与实际学习进度保持一致。

# 笔记、复习与记忆方法



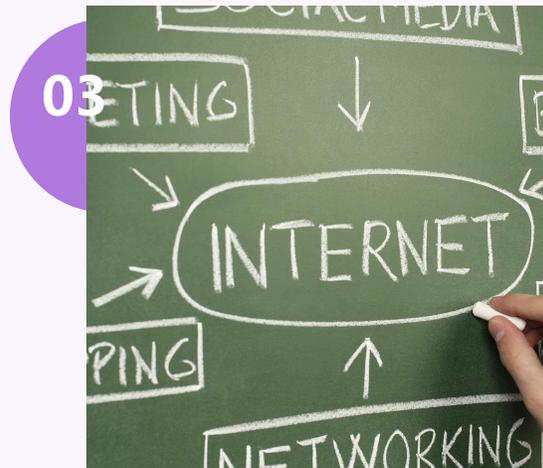
## 01 做好课堂笔记

在课堂上认真听讲，及时记录重要知识点和关键信息，方便后续复习。



## 02 多种复习方法结合

采用阅读、背诵、练习等多种复习方法，加深对知识点的理解和记忆。



## 03 利用记忆技巧

运用联想记忆、重复记忆等技巧，提高记忆效率。



# 应试技巧与答题规范

## 熟悉考试形式和题型

了解考试的具体形式和题型，有针对性地进行备考。

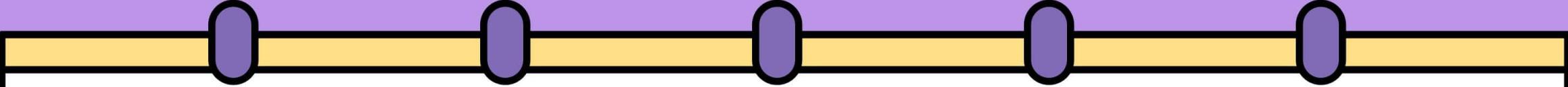
## 掌握答题技巧

学会分析题目、提取关键信息、组织答案等答题技巧，提高答题速度和准确性。

## 注意答题规范

遵循考试要求，注意书写工整、格式规范等方面的问题，避免因非智力因素失分。

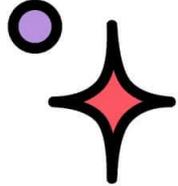




06

---

**专升本心态调整与压力应  
对**





# 保持积极心态的重要性

## ● 提升自信心

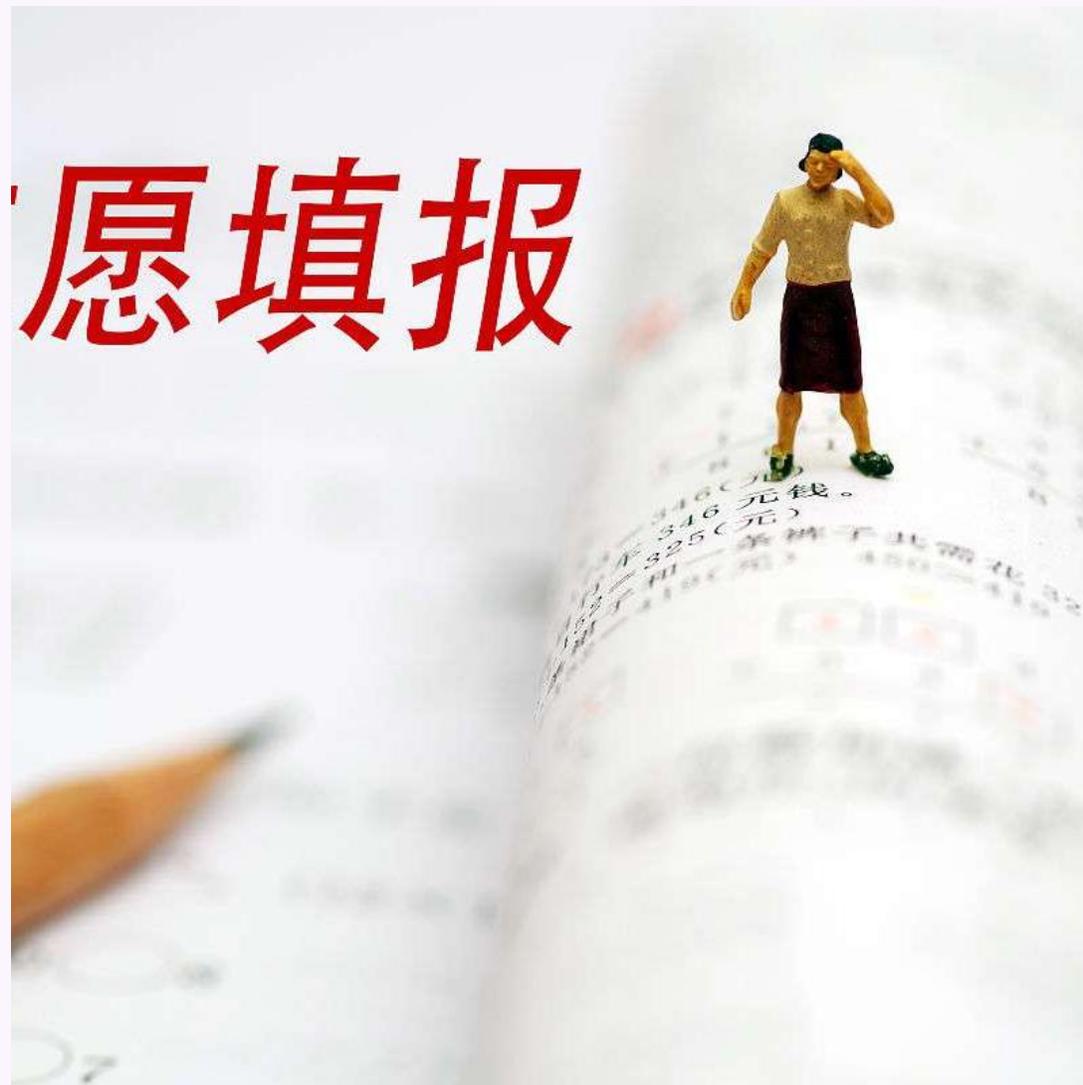
积极心态有助于增强自信，使考生更加相信自己的能力和潜力。

## ● 提高学习效率

积极的心态可以促进大脑活跃，提高注意力和记忆力，从而提升学习效率。

## ● 增强抗压能力

积极心态有助于考生在面对压力和挑战时保持冷静和乐观，更好地应对各种困难。





# 压力来源及应对策略

公应考



## 学业压力

专升本考试涉及大量知识点，需要考生花费大量时间和精力进行复习。应对策略包括制定合理的学习计划，分阶段完成学习目标，避免拖延和压力积累。

## 竞争压力

专升本考试竞争激烈，考生需要面对来自同龄人的竞争压力。应对策略包括保持积极心态，专注于自己的学习和进步，不过度关注他人表现。

## 心理压力

考试结果对考生的未来发展和职业规划有重要影响，因此考生可能会产生焦虑、紧张等心理压力。应对策略包括进行心理调适训练，如深呼吸、冥想等，以及寻求家人、朋友或专业心理辅导师的支持和帮助。



# 心理调适方法分享

## 认知重构

通过改变对压力和挑战的看法，将其视为成长的机会而非威胁，从而减轻焦虑和压力。

## 情绪调节

学习识别和控制自己的情绪，采取积极的方式应对负面情绪，如与朋友交流、进行运动或从事喜欢的活动等。

## 时间管理

合理安排学习和休息时间，避免过度劳累和压力过大。制定详细的学习计划，并留出时间进行放松和娱乐。

## 健康生活方式

保持良好的作息习惯，保证充足的睡眠和饮食均衡。进行适量的运动以释放压力和增强身体素质。



# THANKS

感谢观看