

本科毕业论文有点『水』

要不要变成可选项？

你的毕业论文通过了吗？一年一度的高校毕业季到来，“本科毕业论文到底有没有价值”再度成为讨论的热点之一。“查重要求太高”“注水过多”“数据难找”……桩桩件件都让毕业生深感被动和头疼。有人认为，本科生对某个领域知识掌握并不深入，写毕业论文是形式大于内容；也有人认为，毕业论文尽管创新度未必那么高，但也是对自己四年学业的检验。毕业论文真的是“鸡肋”吗？是否可以从“必选项”变成“可选项”？

羊城晚报实习生 张梓欣 孙梓唯

本科毕业论文“尴尬”在哪里？

在撰写毕业论文时，指导老师帮助郭彤（化名）定好了论文的选题和思路，只需要她查阅文献和确认细节，“我觉得我的论文能完成很大程度上归功于指导老师，我自己也没有什么创新点，学术贡献十分有限。”

近年来，高校本科生毕业论文“注水”多，创新力不足、逻辑表达混乱、基本知识生疏、分析论证肤浅等问题让不少师生深感被动和头疼。“在本科阶段，大部分人不具备学术研究的能力的，”华南师范大学学生王璇（化名）说，“找一个感兴趣的话题，收集知网资料，整理出一个偏学术类的报告，我个人认为甚至不应该称之为论文，学术价值非常低。”

除了创新力不强，学术价值不高之外，许多同学还反映毕业论文撰写的时间并不充足。王璇回忆道：“我们学校毕业论文初稿和终稿的截止

时间大多和考研的初试复试相撞。考研的同学很辛苦，一边要准备初试复试，一边要去写毕业论文。”郭彤是韶关学院的师范生：“大四时，我9月进入到学校里实习，实习工作非常忙碌，写实习报告、上课、备课。在实习的9月到12月我基本上没办法写毕业论文。”

此外，为了降重而降重也让毕业生格外头疼。有网友评论道，通顺的人活查重30%，把人活改成“鬼话”查重15%，把“鬼话”再改成“不可名状”查重5%。有的同学还在社交平台上分享自己降重的经验：“中英互译，再用英文翻译成小语种，用德语或者日语翻译一遍，然后再译回中文。”为应付学校降重要求拼凑而出的“四不像”论文有多少学术价值？简单地以查重率来维护学术诚信是否足够？

毕业论文是“成年人”到“社会人”的一次锻炼

不可否认的是，毕业论文是对毕业生的一次重要锻炼，撰写毕业论文经历的收获和挑战也会给大学生未来发展带来重要影响。王璇说：“我的选题与国外有关，几乎所有的参考文献全都是英文的，因此我需要阅读大量的英文书籍，深入到原版文献中去挖掘理解。我大约参考了近16本专著和40多篇学术论文，这不仅帮助我学习英语，还让我提升了独立学习枯燥深奥的论文和书籍的能力。”她提到，未来她打算出国读研究生，毕业论文的撰写帮助她提前熟悉了在国外学习生活的模式。

“毕业论文对于大学生从‘成年人’转变为‘社会人’，履行社会角色、获得社会认可，具有承前启后的意义。”中国教育发展战略学会人工智能与机器人教育专业委员会理事、北方工业大学伦敦布鲁内尔学院副教授胡福文表示，本科毕业论文除了要求掌握基础理论和专业知识之外，还能培养学生独立分析问题和解决问题的能力，这显然是学生将来从事职业工作的基础能力。

“撰写毕业论文需要查找文献、访谈调研、分析资料和论证写作，这些技能对于学生未来从事科研、行业分析或者专业写作等至关重要。”胡福文说，创作毕业论文往往涉及数据获取、数据分析、数据处理和分析解释等内容，这些数据思维和数字化能力显然是数字化时代最基本的工作素养。创作毕业论文还需要与导师和同学进行合作和交流，有的还需要深入社会和企业，这对于进入工作环境后的团队合作至关重要。

高校本科生毕业论文的确存在“注水”多、逻辑表达混乱、基本知识生疏、分析论证肤浅等问题，其背后的成因复杂。针对当下高校本科生毕业论文撰写的现状，胡福文分析道，要破解这些难题，绝不能“头疼医头脚疼医脚”，而是要基于系统思维和实证分析，贯通宏观愿景和微观实践，坚持问题导向、持续改进，推动人才培养模式变革。

毕业考核究竟该如何进行？

本科毕业论文或许存在多种问题，但是毕业考核仍是非常必要的，因为它是对大学生大学四年学习成果的重要检验。但形式是否可以更加多元化呢？

“毕业考核应该紧密贴合专业特性。比如文学这类理论性质的专业，毕业考核可以撰写一篇有深度的论文或创作一个人满意的作品。像新闻传播这类实践性强的学科，传统的毕业论文难以涵盖所学内容，而毕业设计更能综合体现四年的学习成果。”王璇认为，学校应该开放给学生更多的选择权，“有人热衷学术，可以选择撰写关于新闻传播学的论文；有人对实践更感兴趣，他们可以选择制作视频、进行调研或访谈等实践活动。”她认为，高校要与时俱进地服务于人才培养目标，不必一刀切地要求

所有学生都撰写论文或完成设计项目，让学生根据自己的兴趣和职业规划来选择毕业考核形式。

“叩其两端而执中”，毕业论文作为人才“淬炼”和人才“交付”的关键环节，必须与时俱进，更好服务于“新质人才”培养。胡福文表示，按照发展新质生产力要求，优化高等学校学科设置、人才培养模式，畅通教育、科技、人才的良性循环，为发展新质生产力、推动高质量发展培养造就一大批“新质人才”，是高校立德树人的必然要求。他认为，根据学科专业特点和人才培养规格定位，本科毕业作品形式上可灵活多样，也不是“一刀切”，可以包括论文、调研报告、实验报告、文学艺术作品、产品开发、规划设计、案例分析、表演展示等。

“毕业作品选题的审核要体现更

强的新质性，跳出学院式的知识生产逻辑，强化校企合作、科教融通，直面企业生产、产业发展、社会发展和科技发展的关键问题，聚焦新场景、新业态的发展需求。”胡福文说，毕业作品达成度的考核上，要摒弃单纯的学术思维，尝试引入多元化的评价机制，比如通过企业实习工作业绩、高水平论文、竞赛性作品等，替代论文评阅和答辩式考核，为“新质人才”的发展提供更多赛道和更多可能。此外，对毕业作品考核还要体现包容性，通过竞争性机制加大对优秀毕业作品及指导教师的奖励力度，营造鼓励创新、宽容失败的良好氛围。

备注：本文所指的毕业论文指的是包括毕业论文和毕业设计等在内的毕业作品。

矫正不良体态，抢这门课要拼手速

“哇！我居然不驼背了！”“我也是！瘦了5斤！”“脖子前倾得到了很大改善！”“每次课都要很早到，不然抢不到第一排了……”眼下，第二学期课程接近尾声，但在广州城建职业学院（以下简称“城建职院”），一门名为《普拉提与体态调整》的课，仍旧被许多同学津津乐道。

据说，这是一门“靠抢”才能上的体育课，也是一门“上了就有效果”的实操课，不少学生通过这节课，矫正了O型腿，改善了驼背，还有了减肥瘦腰的意外之喜。

这是一门怎样的课程？为何能收获如此之多的好评？6月初的一个早晨，记者走进课堂，该校体育保健与康复专业的42名大一学生在授课教师刘姚玲的指导下，在不同设备上抬腿、泡脚、侧屈……二十多分钟训练下来，学生们个个都需咬牙坚持，能看得出，做完一系列动作，实属不易。

据介绍，课程将理论与实践相结合，理论讲授包括体态调整原

理、科学健身与运动方案等，运动训练部分由老师针对不同类型的体态问题进行指导，像“富贵包”、脊柱侧弯、高低肩、驼背、O型腿等体态问题都会得到缓解；实践应用则包括制定个性化体态调整方案、普拉提动作打卡、日常姿势再教育等，旨在使学生保持健康的日常姿势，掌握科学运动的方法，养成规律运动的习惯，从而改善学生的不良体态。

其中，理论讲授6学时，运动训练14学时，技能实训12学时，内容从理论到实践，可谓“干货满满”。

体育保健与康复专业学生朱业成和黄嘉政是这门课程的忠实粉丝。尽管两人入学还不到一年，但相较刚入学时，变化十分明显：入学之时，他们身材还比较干瘦，通过近一年的课程训练，体格壮硕了，身体素质提高了一大截。

“课堂教授的内容太实用了！上课时间就可以锻炼，劳逸结合，十分有效。”朱业成说。

“这就是我最明显的变化，”面对羊城晚报记者的镜头，黄嘉政展示了自己的肱二头肌，“我比一年前，增肌了30斤！”

“不走寻常路”的体育课，在某种程度上也体现了学校的良苦用心。体育保健与康复专业教研室主任邵勇谈到，开设《普拉提与体态调整》一课的初衷，是学校在调研时，发现脊柱侧弯矫治和产后修复的市场需求很大，为满足相关人才需求，学校于2022年开设了这门课程，邀请体育教育硕士、广东省普拉提职业能力测评培训师、广东省高校保健康复专业教师刘姚玲老师主讲，希望更多学生能从事相关行业，满足市场所需。

邵勇说，由于课程过于抢手，选课系统一开放，这门课就“被秒光”。当前，受师资规模和场地限制，《普拉提与体态调整》还暂时只是部分学生的“专利”。邵勇透露，学校计划招聘更多专业教师，下学期，将面向全体在校生开设该课的选修课。

以体育，促‘五育’

传统的排球、足球、篮球、田径等体育项目，已不能满足当下年轻学生的多样化需求。记者获悉，当下，各职业院校也在更新体育课程上，各出奇招。

去年，广州体育职业技术学院体育产业系休闲体育专业紧扣休闲体育产业的发展需要，聘请行业资深教练，新开设《橄榄球》、《飞盘》专业拓展课程。两门新课因互动趣味性强、社交属性强，成为深受学生喜爱的休闲运动项目。

部分职校的体育课，则满满“中国范”。在广东省外语艺术职业学院，太极拳和太极拳以其柔中带刚的特质，很受欢迎。“32式太极拳”由著名武术家李天骥在杨式太极拳的基础上简化整理而成，全套分四段，32个动作，内容精练，路线清楚，剑法规范，动作准确；太极拳则以《太极八法五步》为主要教学内容，在现有24式太极拳的基础上，从各流派太极拳中共性的最为核心的“八法五步”技术入手，进行了系统的提炼和整理从而形成的一套具有文化性、健身性和简易性的太极拳普及套路。

看似简单的太极拳，要练好并

不容易。学校负责人介绍，舞剑要求精神专注，内外结合，完成动作连绵不断，一气呵成，这些复杂的人体活动，是依赖大脑神经的兴奋与抑制所调节的，对大脑是很好的锻炼，进而调整身体诸系统的功能，使其趋于正常。常练太极剑，会使动脉血管变得柔和、舒张，促进血液循环提高供氧能力，促进新陈代谢，还有利于保持关节柔韧、骨骼强健。

“通过半学期的学习，我逐渐领悟到太极剑的精髓在于‘以柔克刚、以静制动’。这种理念不仅仅体现在剑术的运用上，更可以渗透到我们的日常生活中。在与人相处时，我们可以学习太极剑的柔和与包容，用平和的心态去面对各种挑战和困难。这种心态的转变让我在面对生活中的种种问题时，能够更加从容不迫、应对自如。”学生何静琳说。

在广州华商职业学院，一门射箭课成为学生争相抢夺的热门课程。有学生直言：“每次上课得早点到，不然抢不到靶子！”

“射贵形端志正，宽裆下气舒胸/五平三靠为宗，立足千斤之重/开弓安详大雅，放箭停顿从容/后

拳凤眼宜丰，稳满方能得中……”作为儒家学说六艺之一中的射艺，也走入职业院校体育课堂——该校詹佩瑶老师在授课过程中，采用理论与实践相结合的教学方法，通过生动的讲解和示范，引导学生逐步掌握射箭的基本姿势、动作要领和注意事项。同时，课程还注重培养学生的意志品质、团队协作能力和比赛精神，让学生在射艺学习中得到全面提升。

“每次上课都充满期待，感觉自己仿佛穿越到了古代战场，那种拉弓射箭的感觉真的太棒了！”这门课程不但让他们掌握了一项技能，更锻炼了我们的姿态、礼仪与心性，每次射到靶子上都有满满的成就感！”同学们都表示，选到这门课“赚”到了。

广州体育职业技术学院社会体育教研室主任、副教授王琪认为，当前在职业院校设置的特色体育课程，既满足了学生的个性化需求，也是以体育促德智体美劳“五育”融合的体现。让体育课发挥其综合育人功能，不仅是体育教育“破局”的重要途径，也是真正培养新时代职业院校学生的综合素质。