



吉何何

女，中共党员，南京工业大学数理科学学院应用物理学专业2021级本科生。2021年10月入学，曾任院年级团总支书记，现任班级团支书。

始于初心，成于笃行

明德为先，德艺双馨

2024年 优秀团干部
2023年 校园文化活动积极分子
2023年 优秀团干部
2022年 南京工业大学优秀学生干部
2022年 优秀团干部

厚学为本，勤学为径

GPA4.00/4.00，专业排名 1/58 (23-24 学年)
2024年 省三好学生
校特等奖学金5次
英语六级 531分、英语四级 588分

沉毅为基，创新为翼

2024.05 第十五届“蓝桥杯”单片机设计与开发大学组（省级）二等奖
2023.12 第九届全国大学生物理实验竞赛（国家级）二等奖（排名第1）
2022.11 第十九届江苏省高等数学竞赛（省级）二等奖

笃行为实，拼搏为智

2023年 南京工业大学社会实践活动先进个人
2023年 大学生讲思政课公开课展示活动二等奖
2023年 南京工业大学第九届武术精英赛集体八段锦二等奖

倾心一席谈：

【关于能力】你认为进入大学以来需要培养的最重要的能力是什么？专业理论学习和综合能力的提升哪个更重要？为什么？如何平衡两者的关系？

进入大学以来，我认为最重要的能力是自主学习和实践应用能力。专业理论学习是构建知识体系的基础，而综合能力（如沟通能力、团队合作、创新思维等）则是将理论转化为实际成果的关键。两者并不是对立的，而是相辅相成的。为了平衡两者，我采用了以下策略：

制定学习计划：在保证学业成绩的基础上，合理安排时间参加学科竞赛和科研项目，提高实践能力。

学以致用：通过实验、社会实践等方式，将课堂上的理论知识应用到现实问题中，加深理解。

提升软技能：通过参加学生社团组织、志愿活动等，锻炼表达能力和组织能力。

【关于个人与集体】在团队项目中，你通常扮演什么角色？你认为有效的团队合作需要哪些要素？有没有某个团队合作的经历让你特别难忘？它对于你取得国家奖学金的成绩有无关系？是怎样的关系？如果你周围有不利于学习和进步的因素，你是如何解决的？

在团队项目中，我通常扮演协调者和执行者的角色，既能高效完成自己的任务，也会积极协调团队成员之间的沟通，确保项目顺利进行。

我认为，有效的团队合作需要有明确的分工、良好的沟通以及互相信任和支持。每个人都知道自己该做什么，共同的目标是什么，才能提高效率，避免混乱。信息不透明容易导致误解，所以团队内部的定期讨论和反馈机制很重要。另外，遇到问题时，相互帮助，而不是推卸责任，这样才能提高整体协作效率。

让我印象最深刻的一次团队合作经历是参加全国大学生物理实验竞赛，比赛过程中，我们遇到了实验误差过大的问题，原本预期的结果与理论值存在较大偏差。面对这一挑战，我们冷静分析可能的误差来源。经过讨论，我们决定优化实验装置，调整测量方法，同时利用多组数据取平均的方式降低误差。最终，我们成功将误差控制在合理范围内，使实验结果更加严谨。这次竞赛让我深刻体会到团队合作的力量，以及科学研究中严谨和创新并重的重要性。如果没有团队成员之间的高效配合，我们很难在短时间内完成如此复杂的实验任务。更重要的是，这次经历让我更加坚定了继续深入研究物理实验的兴趣，也提升了自己在解决实际问题时的逻辑思维能力。

这种团队协作经验，对我获得国家奖学金也有很大帮助——无论

是学术研究、竞赛项目，还是日常学习，良好的团队合作能力都能让我更高效地完成任务，收获更大的成长。

作者：数理科学学院 审核：学生工作处、数理科学学院