

寧波大學

科學技術學院

2021 級新生報到須知



目 录

一、报到时间和地点.....	1
二、行车路线和联系方式.....	1
三、报到凭证.....	2
四、组织和户口关系.....	2
五、体检复查.....	4
六、收费项目、标准和缴费方法.....	4
七、晨跑及课外锻炼制度.....	12
八、安全须知.....	13
九、新生助学贷款须知.....	20
十、学生医保参保通知书.....	23
十一、军训须知.....	26

宁波大学科学技术学院

2021 级新生报到须知

欢迎各位同学访问我院的迎新网站：<http://yx.ndky.edu.cn>，了解相关信息，迎新网站将于 8 月 15 日开通。

新生凭《录取通知书》乘火车可享受半价待遇，在途中应注意安全，保管好有关证件、钱物等。

一、报到时间和地点

时间：9 月 15 日，请切勿提前或迟到。

地点：新生请到学院总报到点（师生活动中心附近）报到，具体地点以现场布置为准。

9 月 15 日报到当天，余姚北站（高铁站）、慈溪市客运西站、慈溪市客运中心站会有宁波大学科学技术学院老师和志愿者迎新，具体以开学前学院通知为准。

省外新生如果难把握时间，可以适当提前一天到达（在学院门口设有提前报到接待点）。

二、行车路线和联系方式

线路 1：宁波栎社国际机场（机场大巴慈溪线）→慈溪市客运西站（步行 800 米）→眉兴小区公交站（慈溪公交 18 路）→宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

线路 2：余姚北站（慈溪公交 292 路）→宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

线路 3：余姚站（余姚公交 102 路）→余姚北站（慈溪公交 292 路）→宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

线路 4：慈溪市客运中心站（慈溪公交 292 路）→宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

线路 5：慈溪市客运西站（步行 800 米）→眉兴小区公交站（慈溪公交 18 路）→宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

线路 6：自驾，选择慈溪（宁波杭州湾新区东）出口下，走胜陆高架（慈溪市区方向），北三环下高架直行至文蔚路左转（500 米）到达宁波大学科学技术学院新校区（文蔚路）

蔚路 521 号)。

为便于新生更便捷的了解报到相关情况，请及时关注宁波大学科学技术学院学工部官方微信公众号“**科院人**”。



三、报到凭证

新生入学凭**身份证**和**《录取通知书》**按时到学院报到并办理入学手续，超过三天无故不报到者，取消入学资格。如因特殊情况不能按时报到者，应主动联系并提供特殊情况证明，向所在分院辅导员或班主任请假，请假时间一般不得超过两周，逾期则取消入学资格。

另：准备近期一寸免冠照片 3 张，供办理学生证等用。

四、组织和户口关系

(一) 组织关系：

1. 党组织关系

浙江省内的党组织关系转到中共宁波大学科学技术学院 XX 学院委员会（考生被录取的所在二级学院的党组织）。浙江省外的党组织关系需开纸质的《中共党员组织关系介绍信》，介绍信由本人携带，报到时交给所在二级学院党建辅导员老师。

人文学院：中共宁波大学科学技术学院人文学院委员会

信工学院：中共宁波大学科学技术学院信息工程学院委员会

经法学院：中共宁波大学科学技术学院经法学院委员会

管理学院：中共宁波大学科学技术学院管理学院委员会

艺术学院：中共宁波大学科学技术学院设计艺术学院委员会

生命学院：中共宁波大学科学技术学院生命科学与材料化学学院委员会

机械学院：中共宁波大学科学技术学院机械工程与自动化学院总支部委员会

建工学院：中共宁波大学科学技术学院建筑工程学院委员会

2. 团组织关系

团组织关系由所在中学转到浙江省宁波大学科学技术学院 XX 学院团总支（考生被录取的所在二级学院的团组织）。开学后将组织关系介绍信统一交由各二级学院团总支，并进行团员证注册。

（注：各二级学院团总支智慧团建名称）

人文学院：浙江省宁波大学科学技术学院人文学院（国际交流学院）团总支

信工学院：浙江省宁波大学科学技术学院信息工程学院团总支

经法学院：浙江省宁波大学科学技术学院经法学院团总支

管理学院：浙江省宁波大学科学技术学院管理学院团总支

艺术学院：浙江省宁波大学科学技术学院设计艺术学院（文化创意学院）团总支

生命学院（基础学院）：浙江省宁波大学科学技术学院生命科学与材料化学学院团总支

机械学院：浙江省宁波大学科学技术学院机械工程与自动化团总支

建工学院：浙江省宁波大学科学技术学院建筑工程学院团总支

（二）户口关系：

1. 根据公安部门的相关规定，户口实行“自愿迁移”的原则。欲迁宁波大学科学技术学院集体户口的，需凭《录取通知书》、户口本、身份证等到原户籍所在地公安机关办理迁移手续，开出户口迁移证的方能在宁波大学科学技术学院集体户口落户。

2. 户口迁移证上的户口迁往地址为：宁波大学科学技术学院（浙江省宁波市慈溪市白沙路街道文蔚路 521 号），户口迁移证上的签发日期必须在新生报到日期（2021 年 9 月 15 日）之前；非本年度的户口迁移需回原籍地落户后，凭《录取通知书》等重新办理本年度户口迁移证才能落户。户口迁移证于报到当天交至所在二级学院，逾期不再办理。

3. 户口迁移证、居民身份证、《录取通知书》上使用的姓名必须一致，如有出入，必须到原户籍所在地的公安机关做好更改手续。

4. 除婚姻状况一栏外，所有的项目都必须填写完整，若婚姻状况一栏空白则默认为未婚。

5. 迁移原因一栏必须填写升学或大中专招生，不能填写毕业或毕业分配等。

6. 户口迁移证上必须加盖有当地公安机关的户口专用章。

7. 户口迁移证的左下角有一个数字（1、2、3 或 4）是指本张迁移证上登记的户

口迁移人数。一般情况下都是 1。如果这个数字缺失，这张迁移证是无效的，需要退回更换。

8. 不能私自更改迁移证上的内容，不能有明显折痕。如需更改，最好在原迁移证上更改，在更改处加盖公安户口管理的校对章，如果更换新的迁移证，需特别注意不能更改迁移证的签发日期，新的迁移证的签发日期与原迁移证的签发日期必须要一致，否则公安机关不予受理。

五、体检复查

入学后，在九月上旬至十月初按国家有关规定对新生进行身体等方面的复查，复查结果不合格者，医院会在学生检查当天予以反馈结果至各二级学院辅导员处。

六、收费项目、标准和缴费方法

（一）收费项目和标准：

1. 学费：根据浙江省教育厅、省物价局、省财政厅有关文件规定，我院实行学分制收费政策。具体详见新生收费项目明细及汇总表。

2. 住宿费：按每生 1800 元/学年（六人间）预收。若实际安排住宿为四人间，按每生 3000 元/学年补缴差额。

3. 伙食费：与学生卡（校园一卡通）绑定使用。（具体详见“一卡通操作流程”）

4. 教材费：开学后根据实际订购的教材另外扫码缴费。

5. 城镇居民医疗保险费：城镇居民医疗保险是政府主办的社会保险，通过建立统筹共济的机制降低学生患大病、重病时的家庭风险。保险期内享受门诊治疗待遇、住院医疗待遇和特殊病种治疗待遇以及两年一次免费体检待遇等。居民医疗保险由宁波市医保中心统一组织实施，医疗保险年缴费标准为**每人每年 150 元**。学校为参保学生一次性办理在校期间的居民医保手续，意愿参保的学生请按学制预存款（专升本二年制学生一次性缴纳 300 元、建筑学三年计 450 元，四年制学生一次性缴纳 600 元，五年制学生一次性缴纳 750 元），开学后根据自愿原则另外扫码缴存，扣款将直接转入市医保中心。（详见医保参保通知书）。

6. 体检费：由定点医院收取。

7. 床上用品：报到时可以向定点供应商自行购买，也可以随身携带。宿舍床位尺寸：90cm*200cm。

8. 新生收费项目明细及汇总表：

序号	专业名称	学费	住宿费	合计
1.	广告学(中外合作办学)	36000	1800	37800
2.	机械设计制造及其自动化（含特色班）	27700	1800	29500
3.	建筑学	27700	1800	29500
4.	土木工程	27700	1800	29500
5.	软件工程	27700	1800	29500
6.	计算机科学与技术	27700	1800	29500
7.	环境设计(含单招单考)	27700	1800	29500
8.	人工智能(工学)	27700	1800	29500
9.	机器人工程（工学）	27700	1800	29500
10.	工商管理	24700	1800	26500
11.	国际经济与贸易	24700	1800	26500
12.	旅游管理(含单招单考)	24700	1800	26500
13.	物流管理	24700	1800	26500
14.	会计学(含单招单考)	24700	1800	26500
15.	金融学	24700	1800	26500
16.	汉语言文学	24700	1800	26500
17.	英语（含特色班）	24700	1800	26500

18.	环境工程	20000	1800	21800
19.	电子信息工程	20000	1800	21800
20.	电气工程及其自动化	20000	1800	21800
21.	机械电子工程	20000	1800	21800
22.	产品设计	20000	1800	21800
23.	动画(含单招单考)	20000	1800	21800
24.	视觉传达设计	20000	1800	21800
25.	工艺美术(艺术类)	27700	1800	29500
26.	电子商务	18000	1800	19800
27.	法学	18000	1800	19800
28.	工程管理	18000	1800	19800
29.	翻译	18000	1800	19800
30.	日语	18000	1800	19800
31.	商务英语	18000	1800	19800
32.	社会体育指导与管理	18000	1800	19800
33.	应用化学	18000	1800	19800
34.	生物技术	18000	1800	19800
35.	工商管理(专升本)	24700	1800	26500
36.	汉语言文学(专升本)	24700	1800	26500
37.	物流管理(专升本)	24700	1800	26500

38.	旅游管理(专升本)	24700	1800	26500
39.	国际经济与贸易(专升本)	24700	1800	26500
40.	会计学(专升本)	24700	1800	26500
41.	电子商务(专升本)	18000	1800	19800
42.	电气工程及其自动化(专升本)	20000	1800	21800
43.	机械电子工程(专升本)	20000	1800	21800
44.	工程管理(专升本)	18000	1800	19800
45.	商务英语(专升本)	18000	1800	19800
46.	工业设计(专升本)	20000	1800	21800
47.	生物技术(专升本)	18000	1800	19800
48.	计算机科学与技术(专升本)	27700	1800	29500
49.	电子信息工程(专升本)	20000	1800	21800
50.	机械设计制造及其自动化机(专升本)	27700	1800	29500
51.	土木工程(专升本)	27700	1800	29500
52.	应用化学(专升本)	18000	1800	19800
53.	环境工程(专升本)	20000	1800	21800
54.	建筑学(专升本、三年)	27700	1800	29500
55.	视觉传达设计(专升本)	20000	1800	21800
56.	环境设计(专升本)	27700	1800	29500
57.	广告学(专升本)	18000	1800	19800

（二）缴费方法：

缴费方法一：请于9月1日至9月10日将应缴费用合计以扫下列二维码形式缴存。
有申请国家助学贷款(或生源地贷款)的学生，可在明细栏修改学费金额，将差额扫码存入。



学费缴费

扫码后输入学生学号以及密码（身份证后六位），查询应交金额。核对缴费金额后点击支付按钮（如用微信或支付宝扫码付款，因受金额限制，请先将资金转到微信零钱或支付宝余额；用农行掌银扫码的可直接用农行APP支付）

注意：请尽量用手机自带流量4G扫码，不用无线网络。

如需学费发票可在缴费成功10分钟后，再次扫码，点击发票领取，并正确填写(核对)手机号，以便发送电子发票。每次缴费发票只能认领一次。需要发票的请根据上述要求领取并截屏保管；或者保留申领发票的短信，以便下次点用。学校将不再提供纸质发票，请妥善保存发票。

因报到现场不收费，为便于办理报到手续，务请在规定时间前完成缴费。

缴费方法二：汇入学院账户（请备注学生的学号与姓名）

收款人：宁波大学科学技术学院

开户银行：中国农业银行慈溪白沙路支行

账号：39540001040004611

财务咨询电话：13566598085, 13857450088, 13777025814, (0574)-87600576(办)

一卡通操作手册

一、扫码下载易校园电子校园卡

- 1、各大手机应用商店市场- 查找“易校园” - 安装
- 2、扫描下载二维码进行安装

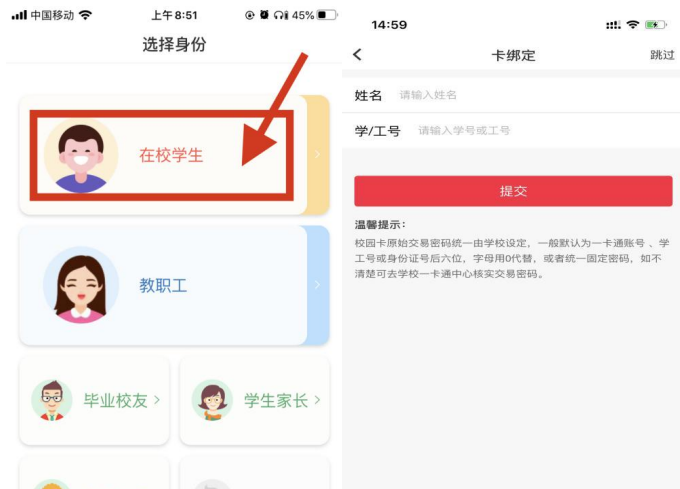


二、注册并绑卡流程

- 1、输入手机号码获取验证码完成注册

2、进入首页，直接点击右上角的绑定校园卡，输入搜索“学校名称”（宁波大学科学技术学院）点击确认，然后输入“姓名”“学号”进行校园卡绑定，绑卡成功后可以开始具体的应用使用。初始交易密码为身份证后六位，若最后一位为 X，以 0 代替。

A screenshot of the '易校园' app interface. At the top, there's a status bar with '中国移动 4G', '下午1:24', '35%' battery, and '09:12'. Below the status bar, there's a red logo with '易校园' text. The main area has two input fields: '请输入手机号码' (Please enter mobile number) and '请输入验证码' (Please enter verification code). To the right of the second field is a red button labeled '发送验证码' (Send verification code). Below these fields is a large red button labeled '登录' (Login). At the bottom, there are two links: '密码登录' (Password login) and '用户注册' (User registration). On the right side of the screen, there's a sidebar with a search bar containing '正元大学' (Zhengyuan University). Below the search bar, it says '浙江省杭州市余杭区 (附近的学校)' (Zhejiang Province Hangzhou City Yuhang District (Nearby schools)). Below that, it says '正元大学' (Zhengyuan University). At the bottom of the sidebar, it says '更多学校, 切换地区' (More schools, switch region).



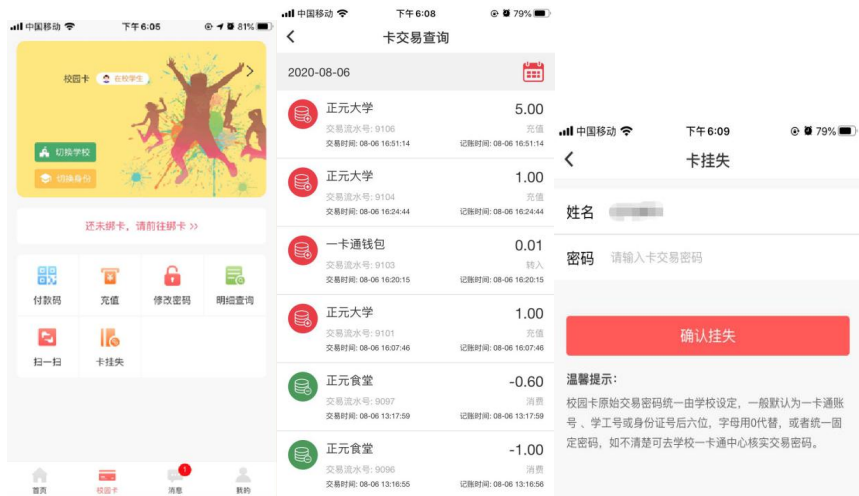
三、充值

(1) 绑卡成功后，点击首页卡充值，或者点击校园卡页面卡充值，输入金额完成支付，支付成功后校园卡余额即到账。学生可在余额查询中查校园卡余额。



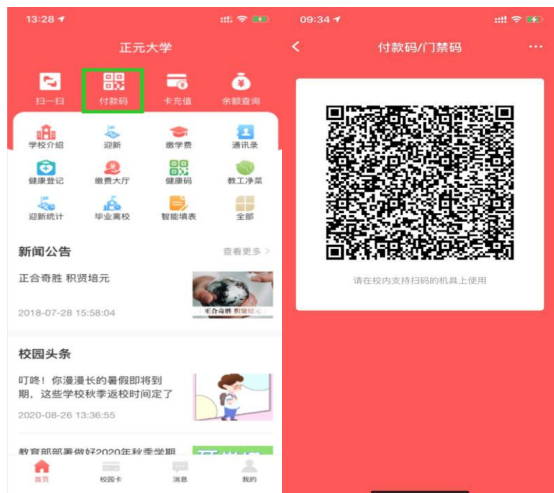
(2) 点击校园卡界面“明细查询”，可查看校园卡充值和消费记录。

(3) 点击校园卡界面“卡挂失”，输入一卡通交易密码，可挂失校园卡。



四、虚拟卡消费。

首页点击付款码，输入 6 位交易密码激活虚拟卡，出示二维码完成支付



七、晨跑及课外锻炼制度

学院自 2014 级学生开始实行晨跑制度，2018 级学生加入了课外锻炼制度。大一、大二学生每学期需参加一定次数的晨跑及课外锻炼，晨跑及课外锻炼成绩纳入体育平时成绩，占体育成绩的 20%。详情到校后咨询各二级学院学工办老师。

1. 晨跑及课外锻炼对象：在校大一、大二学生。
2. 晨跑及课外锻炼时间：第 2 周至第 14 周的早晚规定时间段内。
3. 晨跑及课外锻炼地点：校区内指定锻炼区域（详见具体实施方案）。
4. 考勤方法：

1). 下载登录闪动校园 APP（晨跑及课外锻炼学生）：

（1）按照具体通知时间后即可登录闪动校园，登录过程需使用 WiFi 或移动流量连接互联网；

（2）宁波大学科学技术学院学生用户使用手机验证码登录，登录完使用本人学生信息自行认证。

2). 注意事项

（1）仅在考勤起止有效日期内的跑步数据为有效数据，且需要满足其他有效条件如下：

注：考勤方式分为打卡次数记分和累计里程数记分两种方式，学生可自由选择。

每次锻炼的平均配速为：4 - 8 分钟/千米

最少跑步距离：1 公里/每次

最长跑步距离：5 公里/每次

累计里程数后台录入规则：每天只记运动距离最长一次为有效记录；例：当天晨跑和课外锻炼同时参与的情况下，只取运动轨迹相对长数据计入总里程；

（3）进入有效考勤运动区域后再开始使用 APP 进行跑步记录，否则数据可能无效；

（4）免跑学生无考勤目标，但仍可使用该系统记录跑步数据并进行排名；

（5）学生应自觉严格遵守 APP 课外锻炼相关要求。严禁代跑、作弊行为，如发现此类行为将予以严惩（学期晨跑及课外锻炼成绩无效）；

（6）系统具备完善的作弊行为大数据分析识别功能，请同学们自觉锻炼，养成锻炼身体的好习惯。凡非正常跑步行为均为作弊行为，跑步严禁使用自行车、滑板车等

工具，借助交通工具，他人代跑（登录其他同学账号、使用模拟器）等作弊行为可被系统分析识别并记录。系统定期或不定期筛查全部或抽查部分跑步记录，后期发现为作弊情况时跑步记录会相应被标记为作弊记录，并统计汇总相应情况，学院将对作弊行为进行严肃处理。

八、安全须知

亲爱的同学：

大学生活多姿多彩，却又紧张有序。总体上，学校环境优美，治安状况良好。但是，我们还是要提醒你，今天的校园并不是世外桃源，而是一个开放的社会，在这里同样可能发生盗窃、诈骗等案件。因此，你需要树立安全意识，做到警钟长鸣，防患于未然。

（一）报到途中注意事项

1. 疫情期间，报道途中须做好自我防护；
2. 妥善保管携带的行李，不要让行李离开自己的视线；
3. 要注意保护个人及家庭信息，不要轻易向陌生人透露；
4. 上下车时不要拥挤，谨防财物被盗；
5. 大额现金请存入银行，并注意保管好银行卡密码，勿用身份证号、生日、电话号码做密码。

（二）到校后注意事项

1. 手机、钱包等贵重物品应随身携带或锁入抽屉、柜子，养成随手关门的习惯；
2. 拒绝任何上门推销人员，学院不会上门推销任何关于学习方面的书籍。一要防止因为购买伪劣产品受骗；二要防止“顺手牵羊”者趁你不备时拿走贵重物品。

（三）开始大学生活中的注意事项

1. 防盗篇

保卫部提示：怎样防止信用卡（存折）内存款被盗？

- （1）注意密码的保密，不请他人帮助记密码，设置密码应选择不易被破译的数字；
- （2）将银行卡和身份证分开存放；
- （3）一旦发现信用卡（存折）被盗或丢失，应立即向银行挂失，并及时补办。若发现存款被盗，应及时向学校保卫部报告或公安机关报案；

(4) 在取款机取款后切记将银行卡从取款机内取出。

保卫部提示：怎样做好宿舍防盗工作？

(1) 将较大数额的现金及时存入就近银行，需用时即用即取；

(2) 手机、笔记本电脑等贵重物品应妥善保管，人离开时要随身携带或锁入抽屉；

(3) 离开宿舍时，养成随手关门的习惯，特别是晚上睡觉前要检查寝室及阳台门是否锁上；

(4) 保管好自己的钥匙，不能随意转借他人或交给他人保管；

(5) 不要随意留宿外来人员；

(6) 拒绝上门推销。

保卫部提示：公共场所怎样防盗？

运动场地、教室、图书馆、教学楼、餐厅等公共场所都是失窃案易发地点，请切记：

(1) 贵重物品不要离开自己的视线；

(2) 人离开时要随身携带贵重物品；

(3) 手机钱包等物品不要放在外衣口袋里；

(4) 不要用包在食堂占座位；

(5) 包要放入存包柜，存入物品后不要忘记上锁。

2. 防骗篇

案例 1：2021 年 3 月 18 号，学生陈某在 QQ 上加了一个卖游戏币的。双方商定好价格后在对方的指导下陈某在对方提供的网站上支付了 149.47 元。之后对方又以需要验证是否本人操作、操作失误、系统出错等理由分三次要求陈某支付转账。陈某完成支付后，对方便将陈同学拉黑，陈某被骗共计 5258.07 元人民币。

保卫部提示：怎样防止“游戏装备、账号”买卖被骗？

(1) 适当游戏怡情，多打游戏影响学习又伤生，大学生因适当游戏。

(2) 买卖游戏装备、账号应当去正规的游戏买卖平台，不要在不规范的平台进校交易，更不要线下私自交易。

(3) 当对方用各类借口要求你继续汇款时，切记这一定是诈骗。

案例 2：2020 年 6 月 8 日晚，学生张某在宿舍用手机上 QQ，添加一位 QQ 好友，张某与对方（女性）进行了视频裸聊，之后对方敲诈张某称若不给钱就将裸聊视频发给张某的朋友，张某先后 10 次通过支付宝扫描对方发来的二维码的方式，付给对方共计 16000 元人民币。

保卫部提示：怎样防止裸聊被骗？

不要点击、浏览色情裸聊链接，健康学习生活。

发现被诈骗分子威胁不要转账，应该立刻报警。

案例 3：2021 年 3 月 2 日，学生张某在“转转”上看中一款二手手机，与商家互加微信后转账 1800 元给商家，商家称 3 天后手机会到货。但到了 3 月 7 日也没到货，商家也已经联系不上，张某发现被骗损失 1800 元人民币。

保卫部提示：怎样防止网络购物被骗？

(1) 要选择正规经营的购物网站。一般来说，正规网站都标有网上销售经营许可证号码和工商行政管理机关红盾标志，消费者可点击查询；

(2) 不要直接汇款。使用第三方支付平台支付宝、微信付款时，不要盲目的按照对方的要求扫不明的二维码，也不要随便输入激活码，不支持第三方支付平台的网站、网店都不要光顾；

(3) 支付密码与登录密码不要相同；

(4) 不要随便透露账户密码信息。几乎所有网购平台的客服人员都不会向用户索取个人信息，尤其是密码信息，是绝对不可能直接索取的。

案例 4：2021 年 3 月 11 号 19 点左右，学生陈某的“高中同学”通过 QQ 号发消息给陈某说他的朋友住院需要帮忙转账一下，后对方发了一张转账给陈某 10000 元的转账截图。陈某信以为真便分三次（第一次 1700 元，第二次 1400 元，第三次 1000 元）将钱转账到对方提供的银行账户上。后对方又称转账过去的钱被冻结了，还需要转 10000 元才能解冻，陈某发现被骗共损失 4100 元人民币。

保卫部提示： 如何防止因好友 QQ、微信被盗被骗？

(1) 注意保护好自己的社交账号安全，不要将密码轻易透露给别人；

(2) 好友借钱一定要及时电话联系对方核实真伪，不确定对方身份的情况下切勿汇钱，防止被骗。

案例 5：2020年5月26日，学生高某在学校用手机上微博时看到一条广告，对方称可以刷单赚钱，5月28日，高某在微博上与对方聊天询问如何进行刷单赚钱，对方称需要连刷3单才可以返还本金和佣金，并发给高某一张中国工商银行银行卡，高某按照对方指示分3次通过手机网银的方式向对方银行账户转账，共计损失18000元。

保卫部提示： 如何防止因兼职刷单被骗？

(1) 虚拟的单不做，淘宝购物规则虚拟单是无法退货退款的，如果遇到这种情况基本是骗子；

(2) 直接发链接的，都是骗子；

(3) 免费的不做，大家一定要记住天下没有免费的午餐；

(4) 高佣金的不做，一些骗子打着一单几十块佣金的幌子行骗，如果真有这种好事，那大家都不用上班了。

案例 6：2018 年 6 月 14 日下午，学生陈某接到电话，对方说是他的老师，要陈某今早去他办公室，中途临时打来电话说要给领导送礼，让陈某给他领导送笔钱，打到对方支付宝上。由于当时对方声音和原本老师差不多，所以没有怀疑，用支付宝给人转了 1200 元现金。之后发现被骗，打电话的根本不是他的老师。

保卫部提示：如何防止电话冒充老师行骗？

在接到此类陌生电话后，要注意甄别信息真伪，注意以下几点：

(1) 当不能辨别电话信息的真假时，首先要在第一时间与班主任或辅导员取得联系，不要贸然汇款；

(2) 不要用手机直接回拨陌生电话；

(3) 在接到陌生电话要求转账汇款时，一定要提高警惕，在一般情况下此类陌生电话基本上都是骗局。

3. 交通安全篇

保卫部提示：

(1) 遵守交通法规和学校的规章，掌握基本交通安全知识；

(2) 忌在校园内骑快车，骑车带人等；

(3) 行走时注意力集中，不在道路上进行球类活动、使用滑板、旱冰鞋等工具；

(4) 根据学院规定：学生无特殊情况，未经学院同意、保卫部批准，不得在校驾驶机动车。

4. 消防安全篇

案例 7：2018 年 6 月 7 日下午，宁波大学西校区公寓 1 号楼 421 室发生火警。所幸发现及时、未酿成大灾。起火原因为该寝室学生长期未使用寝室饮水机但未及时拔掉电源导致电线短路起火，所幸宿舍有人被烟呛醒，发现寝室门口饮水机已经起火并立即用放置在楼道的灭火器进行扑灭。

保卫部提示：

提高消防安全意识，平时注意以下几点：

(1) 不乱拉乱接电线，不使用电炉、电热杯、热得快、电饭煲等大功率电器；

(2) 不使用煤气炉、酒精炉、液化气炉等明火；

- (3) 使用台灯、充电器、计算机等电器注意发热部位的散热;
- (4) 室内无人时, 关闭电器和电源开关;
- (5) 不存放易燃易爆物品, 不在宿舍内焚烧物品;
- (6) 爱护消防设施, 不随意移动灭火器材或损坏消防设备;
- (7) 发现安全隐患及时向管理人员和有关部门报告等。

值班报警电话:

学院辅导员值班电话: 15968036955 (移动/联通虚拟短号为 613613)

学院第三大队值班电话: 17858382284 (移动短号为 668110)

科院保卫部 24 小时值班电话: 18367430110 (移动短号为 567110)

白沙路派出所报警电话: 0574-63332110

校园 110 时刻准备着, 竭诚为您服务!

5. 心理健康篇

新生的适应性: 大一新生的心理适应性不仅会左右他们的学业和人格, 而且会影响对未来的社会适应。

(1) 生活与环境的适应问题。对于大多数新生来说, 上大学是第一次远离父母来到一个陌生的环境。自己能否合理、有效地安排日常生活是生活适应的重要内容。

案例 8:

小王在考入理想的大学后, 从小城市到大城市, 从温暖、充满母爱的小家庭到校园中的大家庭, 完全不能适应。她说: “洗澡要排队, 衣服要自己洗, 食堂的饭菜又难以下咽, 气候一下子又很难适应, 寝室这么拥挤, 晚上太吵闹睡不着……” 为此天天给家里打长途电话诉苦, 真想回家算了。

(2) 人际适应问题。进入大学前, 许多人没有真正过过集体生活, 无须处理人际相处问题。

案例 9:

小凡刚刚进入大学和其他三个女生住在一个宿舍, 三个女生都习惯睡的很晚, 而自己又有早睡的习惯, 虽然每天早早上床, 但总是睡不着, 心里想: 你们怎么能这样? 越想越生气, 好几次愤怒地跟她们说要早点睡, 但反而吵起架来!

(3) 学习适应问题。学习的适应问题主要表现在学习动机不适应、学习能力不适应和教育教学模式不适应等三方面。

案例 10:

大学生生活已经过了一个多月了, 可是小林还是觉得自己对专业学习摸不着头脑,

老师上课讲完后就走了，自己不知道该从哪里复习，作业也不会做，学习提不起兴趣。过去在读高中时，自己能控制、掌握自己，通过努力，学习成绩总能赶上去，可是自从上了大学，这一套却不管用了。

(4) 自我适应问题。自我适应问题主要表现为自我认识不清楚，自我意识不客观。

案例 11:

从农村考上大学的小新，深感自己处处不如城里同学，心理落差很大。寝室里其他几个都是南方大城市来的女孩子，打扮时尚，话题也很新潮，寝室夜话时都跟不上他们的话题，觉得很失落……久而久之好像被孤立了一样。

心理健康指导中心提示:

自我调适 9 个小妙招: (1) 运动、(2) 倾诉、(3) 语言暗示法、(4) 目标转移法、(5) 环境调节法、(6) 学会换位思考、(7) 学会宽恕、(8) 知足常乐法、(9) 自我宣泄

如果自我调试不过来或, 当你遇到下列情况时, 可考虑约见心理咨询老师:

- ☆ 生活中遇到有重大选择, 犹豫不定时;
- ☆ 学习压力大, 无力承受但不能自行调节时;
- ☆ 初涉世事, 对新环境适应困难时;
- ☆ 经受挫折后, 精神一蹶不振时;
- ☆ 过分自卑, 经常感到心情压抑时;
- ☆ 社交方面自感有障碍时 (如怯懦、自我封闭等);
- ☆ 情感受挫后, 心灵创伤无法“自愈”时;
- ☆ 宿舍、班级人际关系不和睦, 渴望通过改善时;
- ☆ 留级、休学或受纪律处分后感到压力时;
- ☆ 患有某种身体疾病, 对此产生心理压力时;
- ☆ 经常厌食或暴食时;
- ☆ 经常失眠时;
- ☆ 出现轻度性心理障碍时

心理咨询的预约方式:

线上预约

①QQ 预约: 2857217947

②小程序, 填表预约: 通过微信识别下方小程序, 可以填写下面的预约表, 登记个人信息, 选择想要咨询的主题以及想要咨询的时间。咨询师收到你的预约



表会与你取得联系，约定最终咨询时间。识别下面小程序，就可以预约啦！

③电话预约

还可以在以下时间拨打心理健康指导中心电话预约：

心理健康指导中心电话： 0574-63712525

预约手机号：13566063083/560056

如果有紧急情况也可以拨打此电话

或宁波市 24 小时心理援助热线：057412320/81859666；

或中国心理危机与自杀干预中心救助热线：010-62715275。

现场预约

你也可以到心理健康指导中心现场预约咨询。

心理健康指导中心地址：

南校区师生活动中心二楼 220

请到 217 室登记，并填写《来访者登记表》，届时会有助理接待。



回 执 单

我已经认真阅读新生安全须知，了解防盗、防骗、防扒、防火和交通安全等相关知识，郑重承诺：在校期间树立安全意识，提高警惕，保证自身安全。

二级学院_____

专 业_____

学 号_____

本人签名_____

签名日期_____

本页由学生签名后统一于 9 月开学后交给班主任，并由班主任统一交二级学院学工办保管。

九、新生助学贷款须知

尊敬的新生家长：

我们首先对您的孩子顺利考入宁波大学科学技术学院表示祝贺！在手捧孩子的录取通知书而欣喜的同时，也许您正在为筹措孩子的学费而深感忧虑。为帮助学习勤奋、家庭经济困难的学生顺利完成学业，学校已建立了“国家助学贷款为主要渠道，勤工助学、奖学金为重要手段，学费减免、困难补助、社会资助为辅助办法”的多元化学生资助体系。其中，国家助学贷款分为生源地贷款和就学地贷款。

◆生源地助学贷款是指向国家开发银行或家庭所在地的农村信用社、银行等金融机构申请办理的无需担保或抵押的助学贷款。学生和家长（或其他法定监护人）向学生入学户籍所在县（市区）的学生资助管理中心或金融机构申请办理，帮助家庭经济困难学生支付在校学习期间所需的学费、住宿费的助学贷款。生源地信用助学贷款为信用贷款，学生和家长（或其他法定监护人）为共同借款人，共同承担还款责任。

各地生源地助学贷款政策及贷款办理步骤会因各省市政策及贷款经办资助管理中心或金融机构不同而有所不同，具体政策请咨询相关机构，具体县区联系方式可至国家开发银行（生源地）网站 <https://sls.cdb.com.cn> 进行查询。

为使我校家庭经济困难学生能够多渠道获得国家助学贷款，原则上要求学生首先向生源地银行申请助学贷款，并向贷款经办金融机构提供以下信息，以便贷款由经办金融机构直接汇入学院：

户名：宁波大学科学技术学院

开户银行：中国农业银行股份有限公司慈溪白沙路支行

帐号：（39540001040004611）

汇款时请注明贷款学生姓名及学号，以便及时入账。学生到校后凭银行汇款单到学校财务部领取贷款缴纳学费。

生源地助学贷款申请的时间：每年4月1日以后开始，截止时间在开学之前，具体时间请咨询当地资助中心。

生源地助学贷款申请的额度：原则上，助学贷款仅用于学费和住宿费，本专科生贷款的最高额度为8000元/年，在校期间总额不超过32000元（五年制学生总额不超过32000元）。

生源地助学贷款申请的步骤：现以大多数同学申请的国家开发银行为例，具体说

明如下:

1.需要申请的学生首先登录国家开发银行(生源地贷款)学生在线服务系统(<https://sls.cdb.com.cn>)按照要求填写个人信息进行注册(登录网站时,可能浏览器会提示网页证书错误,相关安全软件甚至拦截网页,请选择继续浏览);

2.账户注册成功后重新登陆学生在线服务系统进行在线申请并导出对应贷款申请表;

3.带上其他相关材料前往各县市资助中心办理最终贷款手续,并领取《生源地信用助学贷款受理证明》。助学贷款由金融机构汇款至学校统一账户;

4.开学报到时将纸质《生源地信用助学贷款受理证明》交至学校报到处的绿色通道窗口。国家开发银行助学贷款系统要求高校必须于当年10月10日前录入回执校验码,不录或者逾期未录视为学生自主放弃贷款。(若未按正常时间报道,学生在返校后尽快将回执交至所在二级学院学工办)

5、国家开发银行生源地贷款在办理成功后,贷款经办金融机构一般在11月份将学生贷款金额直接汇入学校账户,学校财务部在核对学生信息和贷款金额后,扣缴学生学费、住宿费、学杂费、医保费等就读应缴费用,若扣除学生应缴费用后贷款尚有余额,财务部会将余额打入学生交学费的建行卡账户,若贷款金额不足以缴费,需学生提前在建行卡中存够差额,以便财务部正常扣缴。

◆对于家庭经济确实困难,且在生源地无法贷款的学生实施就学地助学贷款。贷款的最高额度为8000元/年,在校期间总额不超过32000元(五年制的学生在院期间贷款总额不超过32000元)。为便于您的孩子入学后申请国家助学贷款,请您协助您的孩子准备下述材料,并于开学报到后交所在二级学院学工办:

- 1.《2021年宁波大学科学技术学院国家助学贷款申请表》
2. 录取通知书复印件
3. 家长同意子女申请贷款并承诺按期归还本息的告家长书回执单(请勿涂改)
- 4.《宁波大学科学技术学院家庭经济困难学生认定表》
5. 父母亲及学生本人的身份证复印件
6. 学生个人家庭经济困难书面说明要求

我们希望家长慎重考虑后,若同意子女申请在校期间国家助学贷款的,请在此份告家长书的回执单上填写相关内容并签名确认(若您的子女伪造签名,一经发现,取消贷款资格,并按照学校相关规定严肃处理)。

温馨提示:宁波大学科学技术学院拥有健全的奖助学金体系,可缓解学生的就学

压力。家庭经济困难的同学可填写《家庭经济困难学生认定申请表》，入学后统一建立经济困难学生档案，以方便申请各类奖助学金。

祝：身体健康，工作顺利！

附表 1：《2021 年宁波大学科学技术学院国家助学贷款申请表》

附表 2：《宁波大学科学技术学院家庭经济困难学生认定表》

附表 3：学生个人家庭经济困难书面说明要求

附表 4：助学贷款回执单

☞—————

回 执 单

宁波大学科学技术学院：

鉴于家庭经济困难，我同意_____（学号：_____）申请在院期间 20____至 20____学年的国家助学贷款_____元，并郑重承诺：保证监督和帮助子女按期归还贷款本息。

家长签名_____

联系电话_____

年 月 日

年 月 日

十、学生医保参保通知书

各位同学：

大家好！居民基本医疗保险是政府主办的社会医疗保险，这项制度的实施为保障学生健康，特别是减轻学生家庭负担起到了很好的作用，我市大学生参加居民医保已经十余年，超过 99% 的学生有了这份保障。9 月 1 日起，各所学校将开始办理 2021 年度的参保缴费手续，请同学们及时参保、续保。

一、哪些学生可以参加城乡居民医保？

答：市区范围内各类高等院校、技师学院（含技校）、科研院所在册就读的全日制大专本科学学生、研究生、博士生，不分户籍和国籍均可参保。原已一次性按学制预缴的学生在学制年限内不用再办理新年度续保缴费手续。

二、学生参加 2021 年度居民医保后可享受什么样的医疗待遇？

答：学生医疗保险年度（即待遇享受期）为每年 1 月 1 日至 12 月 31 日，参保学生 2022 年 1 月 1 日起开始享受新年度医保待遇，至 2022 年 12 月 31 日止。2021 年 9 月前未参保的学生，在 9 月 1 日新学年开始后办理参保缴费手续，缴费按 1 年计算，但待遇享受从 2021 年 9 月 1 日起，至 2022 年 12 月 31 日止。

门诊医疗费	住院医疗费（年度内累计计算，发生数 30 万元以上基金不支付）			门诊特殊病种治疗医疗费，发生数 25 万元以上基金不支付
	起付线以下	起付线至 4 万元（含）	4 万元至 30 万元（含）	
年度累计 4000 元（含）以下，三级医院基金支付 30%，社区医院基金支付 60%，其他医院基金支付 45%	由个人自负起付线额度：三级医院 1200 元；其他医院 600 元；社区医院 300 元	社区医院基金支付 85%；三级及其他医院基金支付 80%，其余个人承担	社区医院基金支付 90%；三级及其他医院基金支付 85%，其余个人承担	统筹基金支付 80%，个人承担 20%

参保学生门诊、住院和门诊特殊病种治疗的具体医保待遇如下：

在本校的定点医务室门诊就医，享受在社区医院就医同等待遇。

参保学生生育医疗费定额补助待遇：待遇享受期内的女大学生符合国家计划生育政策的生育医疗费，由医保基金按定额标准给予一次性补助。

三、学生参加城乡居民医保个人要缴多少钱？

答：2021 年度学生缴纳费用为 150 元，若有调整，另行通知。本市户籍学生中重点优抚对象、一级和二级残疾人、低保对象、扶助对象、国家供养对象（包括“五保”人员、“三无”人员及孤儿），其个人应缴纳的医疗保险费由政府全额补助，本市户籍低保边缘家庭成员，其个人应缴纳部分由财政按 50%的比例给予补助。个人应缴部分财政补助人员的资格确认以办理参保登记日为准，请在《参保回执》中勾选补助人员类别。

四、生病时如何就医结算？

答：学生可以凭本人的社保卡及医保病历本，在本市任何一家医保定点医院和本校的定点医务室自由选择就医，医疗费刷卡记账，个人负担部分由个人用现金或医保共济账户支付，医保基金支付部分由定点医院按规定记账后与医保经办机构结算。

五、学生怎样办理参保（续保）手续？

答：学生参加居民医保手续由学校统一办理，各学校可为学生一次性办理在校期间的居民医保参保手续（例如：大一的本科学生可以一次性办理今后 4 年的参保手续），如果今后医保政策调整，个人缴费标准提高了，已一次性缴费的不需补缴；如果因各种原因在学制中途退出参加市区居民医保的，一次性缴费部分的剩余年度可办理退费手续。

续保学生（指去年已参保的）应在规定时间内，在班级下发的《居民医保续保学生花名册》上核对个人信息后进行续保确认签名；首次参保的学生应在本通知所附的《参保回执》中填写个人基本信息后交与学校。未申领社保卡的学生由所在学校统一集体申领。不愿参保的学生，应在《参保回执》或《续保学生花名册》中的不参保原因栏中确认并签名。个人缴费部分按所在学校确定的方式缴纳。

六、居民医保政策哪里可以咨询？

答：市社会保险管理服务中心负责居民医保日常管理工作。市社会保险管理服务中心地址：海曙区解放南路 257 号，居民医保咨询电话：12333。学生参加城乡居民医保各项政策以文件为准，详见宁波市人力资源和社会保障网（网址 <http://rsj.ningbo.gov.cn>）。

高等院校（技校）学生参加城乡居民医疗保险回执

学生 情况 登记	姓名											出生日期											性别	
身份证件号																					学号			
手机											固话											邮编		
学生户籍地																								
本市户籍补助人员：国家供养对象☐ 低保对象☐ 一、二级残疾人☐ 重点优抚人员☐ 扶助对象☐ 低保边缘户家庭成员☐																								
院系 班级											是否首次参保										是 ☐	否 ☐		
参保 意愿	参保 ☐ 不参保 ☐					缴费年数										缴费金额								
不参 保原 因	已在街道或原学校参加新年度居民医保☐ 已参加市区机关子女医疗统筹☐ 其他原因☐																							

同学们，为了你的健康，为了减轻父母负担，为了帮助患病同学，请参加居民医疗保险！

团结互助才能彰显社会文明进步，请给自己一份安心，请送同学一片爱心！

十一、军训须知

2021 级全体新生：

根据《教育部、中央军委国防动员部关于印发<普通高等学校军事课教学大纲>的通知》（教体艺〔2019〕1 号）和《浙江省教育厅 浙江省军区战备建设局关于深化学生军训改革的实施意见》（教教体〔2018〕3 号）文件精神，结合学院教学计划安排的实际情况，我院决定 2021 级新生军训时间安排于 2021-2022 学年第一学期初。为确保军训工作顺利开展，现将相关事项及要求通知如下，请全体 2021 级新生遵照执行。

1. 军训时间：2021 年 9 月 16 日—9 月 30 日。

2. 军训服装：由学校普通物资招投标办公室经过公开招标确定，费用预计每套 100 元左右，在报到当天供应商在学院内设点销售，费用直接交给供应商。

3. 军训是新生的一门必修课，所有新生必须参加军训。因身体原因不能正常参加军训的，需持当地市级及以上医院证明并在报到时向班主任递交书面申请，经学院批准后方可随队观摩（见习）、缓训或免训。

4. 军训期间家长及其他亲属不得陪同。

5. 军训期间无特殊原因不允许请假外出。因特殊原因需外出的必须按规定办理请假手续，按有关规定，军训期间缺勤超过 1/3 时间者将不记成绩，需下一年补训。

6. 军训开始前请调整好自己的作息时间和身体健康状况，各类相关文体活动及主题教育会在军训过程中穿插进行。

7. 军训学员男生不得以任何借口蓄长发，头发长度以不超过 3cm 为标准，学员均不允许染发、留长指甲、涂指甲油、化妆和佩戴首饰。

8. 军训期间饮用水由学院统一提供，参训学生自带水杯。

9. 专升本的学生不需要参加军训，单考单招的学生需要参加军训。

注：

有以下情况者，应提出军训免训或缓训申请：

1. 有心脏疾病者；
2. 有肢体残疾者；
3. 有小儿麻痹症等疾病后遗症者；
4. 肢体骨折后尚未完全恢复者；

5. 曾入伍当兵者；
6. 有医生建议不适宜军训的其他疾病或情况者。

