

她有三重身份：女足运动员+学霸+辅导员

在复旦的操场上可以经常看见这么一群身影，顶着严寒酷暑进行着日常训练。她们就是复旦女足。

而在其中有这么一位同学兼任学生、运动员、辅导员三个身份，做到德智体美劳全面发展。她就是来自2023级中文系的硕士生陆佳妮。

平衡学业和运动

困难或者挑战首先来自足球训练本身。

我7岁刚入队就开始耐力训练，比如跑1500米，训练量大概是3组或者4组。每次跑完时，大脑都在咆哮两个字“放弃”。暑假训练地面温度四五十度的时候，更是磨练人的意志。

还有一个挑战是要平衡学业和训练，这对小时候的我而言比较困难。但是，当时整个球队都在这个环境中，摸索与足球的相处之道，在大家的陪伴下就容易坚持下来

一方面是要培养时间规划的能力，要明确地做好日程表，把DDL都理清楚，设置提前的时限，督促自己尽早完成，这样也能留出更多的时间应对突发情况。

另一方面，如果真心喜欢做一件事，那么无论如何都会挤出时间完成它。对我而言，学习、学工和足球三者都是生活中必



陆佳妮：足球国家一级运动员、二级裁判员得几十枚奖牌。自7岁加入普陀女足，共获得几十枚奖牌。学业优异，曾获国家奖学金、上海市优秀毕业生等荣誉。曾任中文系分团委学生会执行主席。志愿服务时长超500个小时。现为第二十九批“人才工程”预备队（一期）队员，担任2023级中文系本科班辅导员。

不可少的，因此，我会更加审慎地管理好时间，争取把每一件事情都努力做到自己满意的程度。

加入复旦女足的收获

复旦女足的每一位成员都能感受到团队团结友爱、互帮互助的氛围所带来的精神建设，以及对个人成长的帮助。

2019年我刚来到复旦时，主要依靠球队的学姐们带领我，从球队训练到准备期末考试，让我逐步适应大学生活。所以，现在我成为高年级的学姐之后，就会有意识地带领小朋友们，帮助他

们克服困难，希望把这种精神传承下去。

本科时积极参与公益

加入“撒开脚丫”和“旧鞋新生”两个公益活动的初衷，都是为了将运动中收获的快乐传播给更多人。

“撒开脚丫”公益项目是鼓励更多女孩投入体育运动中，而“旧鞋新生”环保计划则是把回收的旧鞋化为橡胶颗粒，用于铺设偏远的山村学校的运动场。

我们在邯郸、江湾、枫林校区落地了相关活动，反响很好。我还去云南永平的学校，与当地小朋友度过了非常愉快的15天。

选择成为辅导员

我在本科时受到辅导员的很多帮助。刚进入复旦时，我看到身边许多非常优秀的同学所以有些不自信，也不适应大学生活，但是辅导员一直在肯定我，愿意推荐我参与一些学校的活动。

在辅导员的帮助下，我抓住很多机会，逐渐成为了更好的学生。我也因此对辅导员的工作产生了向往，希望未来也能成为一位引路人，帮助更多同学适应大学生活，在他们需要时鼓励他们，帮助他们找到人生的方向。

来源：校团委

数智赋能

AI+心理健康教育工作室成立

“计悦心晴”AI+心理健康教育工作室成立暨首期“心灵思想汇——AI赋能心理健康教育及其伦理规范”研讨活动5月17日下午在邯郸校区举行。这是计算机科学技术学院在复旦大学心理健康教育中心指导下，发挥专业特色，立足科技前沿，贴近师生所需设立的首家心理教育工作室。

欧洲科学院院士、社会智能研究中心（筹）首席科学家傅晓明教授作主旨报告，中国地质大学（武汉）学生心理健康教育中心副教授吴和鸣，中国科协-复

旦大学科技伦理与人类未来研究院青年副研究员朱林蕃，复旦大学心理健康教育中心主任、副教授钱捷作主题交流。相关师生参加活动。

工作室探索将各类AI赋能心理健康的方法和应用场景积极融入学生心理健康教育工作中，通过“心灵思想汇”“心智工作坊”“心晴下午茶”“心悦嘉年华”等品牌活动，打造覆盖面广、多元立体的心理健康教育矩阵，做好守护学生心理健康的“必答题”。

来源：计算机学院

青讲团 AI+ 上新多门课程

学校青年讲师团新推出“人工智能与科技创新”系列课程（AI+课程），目前已完成21门课程的前期筹备，课程均已上线复旦大学青年讲师团点课平台。

其中，微电子学院上新5门，计算机学院上新8门，大数据学院上新8门。课程聚焦人工智能

与科技创新的前沿动态，涵盖人工智能的多个领域和方向，探讨AI技术在各领域的应用与挑战。旨在帮助同学们深入了解人工智能的发展趋势和应用前景，激发综合创新思维，提升科学智能素养。

来源：校团委

第二届“新青年”短剧大赛落幕

由校团委举办的第二届复旦大学“新青年”短剧大赛决赛5月14日晚在相辉堂北堂拉开序幕。本次大赛以“预见AI”为主题，通过原创戏剧的形式演绎以人工智能为题材的故事，促进青年思考科技发展前沿趋势。

生命科学学院、公卫护理联队、微电子学院、社会发展与公共政策学院、马克思主义学院、核科学与技术历史联队、法学院、计算

机科学技术学院8支进入决赛的队伍，以别出心裁、各具特色的戏剧表演，传达着来自不同学科、不同领域的青年学子对人工智能与“人”的思考。

法学院、微电子学院获得银奖，核科学与技术历史联队、计算机科学技术学院、马克思主义学院获得铜奖，社会发展与公共政策学院、生命科学学院获得优胜奖。

来源：校团委

校武术队获20项国赛奖

复旦武术队在2024年中国大学生武术套路锦标赛暨第一届亚洲大学生武术锦标赛选拔赛上，斩获12项冠军、3项亚军、3项季军。并获得女子团体总分第二名，男子团体总分第四名。

7名运动员在孔繁辉老师带领下参赛。其中的沈达志同学勇夺总分第一，获得代表国家出征的宝贵名额，他将在国际的舞台上，为复旦争光，为国家争光。

来源：体教部

获“联盟杯”赛团体总分第一

我校获得2024年上海市大学生田径“联盟杯”赛团体总分第一。比赛于5月18日至19日举办，全市29所高校和高职校的四百余名运动员进行男甲、男乙、女甲、女乙组四个组别19个项目的比拼。

我校田径队派出36名运动员参赛。在为期两天的比赛中，我校运动健儿成绩斐然。其中，男子乙组新闻学院2021级任庭辉连续三年获（高水平组）100米冠军，男子乙组2022级法学院胡加贝连续两年获（高水平组）铅球冠军，男子乙组新闻学院2020级

陈宝庆连续三年获（高水平组）铁饼冠军，女子甲组大数据学院2021级肖梓丹获个人单项400米、800米冠军和女子接力4×400米冠军，并蝉联个人单项冠军。在男子甲组的比赛中，徐子涵、张济霖、车浩然、田炜以3:36.36的成绩大幅刷新4×400米校普通生记录。计算机学院2022级田炜以51.60的成绩刷新400米校普通生记录。

赛事由上海市教育委员会主办，上海市大学生体育协会、上海市校园田径联盟承办。

文/李海霞

书院-永平学子交流

书院-永平陪伴成长计划高一高二年级大课交流互动于5月11日晚举行，志愿者们通过线上腾讯会议，向永平学子们分享学习经验和心得体会，为他们的学习添翼护航。

2023级信息安全专业的严驿涵从“发挥自己的实力”“做好充分的准备”“调整良好的心理状态”和“掌握应试技巧”四个板块出发，讲解如何利用考试中的巧劲。2023级历史系的于家栋针对新课学习阶段的把握，分享如何找到适合自己的“卷”法，鼓励永平学子们保持自己的学习节奏。2023级法学院的向爱卿针对高二同学们，分享如何缓解面对考试的焦虑情绪。2022级中文系的严静雯从“正视压力”“合理规划”“放平心态”和“学会求助”四个方面帮助永平同学们适应高三高强度快节奏的状态，并梳理了高考总复习的流程，让同学们更清晰地了解即将到来的高考备战。

志愿者们还分别以“应对起伏波动的成绩如何看待、分析、调整”和“各个学科的时间的平衡协调，精力、时间分配”为主题写信，装订成册后将送到永平学子手中。

来源：腾飞书院

图片新闻

“本北漫步道”焕然成景



本学期新修建的“本北漫步道”顺利完工，以崭新的面貌迎接师生，大家又多了一个健身好去处。

摄：梁菟茹