

开篇语: 2025 级大多数专业本科生的培养方案还没有提供, 再次提醒各位, 选(通识教育选修)课一定要按照教学培养方案中的学分要求来选, 否则就是无效选课。但是话又说回来, 你们已经是大学生了, 即便没人(班主任、辅导员、班导生、班长等)告诉你要选选修, 你就不选, 属实不应该, 何况之前已经开过教培直播了。

正式推荐之前, 先解答两个问题:

Q: 什么时候选选修课?

A: 一切具体选课时间等待教务处通知, 但是可以确定的是, 每次选课是按照年级顺序来的, 此次是大四(22 级和 24 级)优先选课, 至于为什么包括 24 级, 这也就是底层代码的问题了, 专升本的同学只有 2 年, 24 级专升本也就等同于普本的大四, 而教务处现在无法做到仅限 24 级专升本选课, 所以把 24 级整体全部和 22 级开放, 这种优待等今年 8 月你们也会体验到, 所以不要抱怨, 不要装可怜。

Q: 选不到选修课怎么办?

A: 选不到也是正常的, 并不是所有人都能得到一个机缘, 有人大一下学期修完毕业要求的学分数, 有人大四还在抢选修课。课程就那么多, 全校本科生共用, 所以大一的同学就是先天缺陷, 这没有办法, 再有的就是由于必修课既定课表受限导致的。

另外值得提醒大家的是, 优先选体育课, 再选选修课, 因为体育课在没选课之前课表是空的, 如果先选了选修课, 体育课就又抢不到了, 这样一来, 你不仅选修课需要放弃, 也失去了选择体育课的机会。

那么现在正式开始, 通识教育选修课的推荐吧!

400 (美育类): 课程名字中带有“制作”“实践”(通常是服饰制作、刺绣、扎染、掐丝画等), 如果动手能力较差的, 不推荐选择, 尤其注意躲避“宋菲”, 当然也有一些比较简单的实践, 比如绘画(毕赫)、写诗(白优优)、摄影(曲维元)和唱歌(王丽), 大家根据自身情况自由选择。开课学院为人文与艺术学院, 是除了艺术生的必选选修课。

500 (中国与世界): 不推荐吴妍, 其他的话如果你会去上课的话, 随意选择, 值得一提的是, 刑法学是沈阳化工大学最有意思的课, 不过需要记笔记/购入教材。如果你不想去上课的话, 我只能说点不点名都是随机的, 逃课需谨慎, 毕竟选修课只不过换个地方玩手机罢了。开课学院是马克思主义学院/外国语学院, 是所有专业的必选选修课。

600 (四史): 分别是中共党史、新中国史、改革开放史和社会主义发展史; 结课都是随堂论文, 无特别推荐。开课学院是马克思主义学院, 是所有专业的必选选修课。

700 (经济管理类): 开课学院是经济管理学院, 除了经管院的学生都需要选择的, 但是

要随时做好低分的准备。

值得注意的是，有些专业（具体需要查看人才培养方案的课程计划列表）教务处已经为你在排课了一门 700 选修课，不要盲目多选。

800（科学技术类）：之前版本的培养方案基本上不需要该类别，2025 版培养方案多数专业未公布，无法确定是否修改该类别选课权重。网站设计基础慎选，需要认真听讲，否则很难完成结课考试。值得一提的是，想刷取碳学分的同学可以选择“‘碳’为观止：给地球降温的特别行动”或者“地球使用手册”。开课学院是各大工科学院。

900（传统文化）：该类别中 2 学分的课尽量不要选！教务处为所有专业学生排课“中华优秀传统文化”为 1 学分，基本上只需要再选 1 学分即可，2 学分的课属于浪费。

白燕的课尽量不要缺课，刘席威的课可以不去。开课院系为马克思主义学院，后期加入了环境与安全工程学院，属于硬凑，是所有专业的必选选修课。

专业选修课：一般认为是安全教育，（外语技能实践已经是时代的眼泪了），安全教育为所有专业必选，课程性质是必修课！建议选择本学院开课的安全教育，以免出现不必要的麻烦。

本文档仅限群内阅读，禁止任何形式的转发、二次编辑。

如有问题可联系水印 QQ 或在在群内提问，自会有人解答。