

青春逐光，榜样同行；
雪域筑梦，不负韶华。
当祁连朝晖点亮寒窗，
当三江碧波回响奋进，
在青海这片承载希望的高原沃土上，
有一群青年学子，
以坚守浇灌初心，
以奋进书写成长，
以过硬本领践行担当，
以优异实绩诠释青春，
他们是 2025 年研究生国家奖学金获得者，
是高原青春的追光者，
更是逐梦路上最动人的领航榜样！
让我们一同走进他们的奋斗故事，
聆听成长的回响，汲取向上的力量。
愿每一位同学都能以他们为标杆，
怀揣热爱、勇毅前行，
以青春之我、奋斗之我，
绽放独属于自己的时代芳华！

付一依

“将来的你一定会感谢现在努力的自己”



女，2001 年 6 月，汉族
陕西西安人，中共党员
青海大学农牧学院
2023 级预防兽医学
硕士研究生

所获荣誉

发表 SCI 论文 1 篇
2024 年获得一等学业奖学金
祁连山国家公园青海片区第一届自然教育课程设计大赛总决赛二等奖
青海大学首届舞蹈大赛一等奖
全国大学生三下乡优秀小队

自我评价

我本科就读于动物医学专业，硕士研究方向为青藏高原动物疫病免疫分子机制及疫苗领域，以牦牛免疫器官为研究对象，为牦牛免疫研究提供理论支撑。

在学术方面，我曾在中国畜牧兽医学学会学术年会、兽医病理学学术研讨会作青年报告；学业与科研成果突出，获硕士国家奖学金、研究生学业一等奖学金等多项荣誉。

在社会实践方面，历任校院级学生组织骨干，现任校研究生会党支部书记、校研究生会部长、班长，具备优秀组织协调能力；曾获校级优秀学生干部、三好学生等称号，参与自然教育课程设计大赛、三下乡等活动并获佳绩。我兼具扎实的科研能力、突出的学业成绩和全面的综合素质，秉持严谨务实的科研态度，立志在学术道路上深耕笃行、不断突破。

小研采访

你想对继续深造的研究生有哪些建议？

继续深造是提升自我的重要选择。结合自身求学和科研经历，我有以下几点建议：首先，需要明确目标，不盲目跟风，把基础打牢才是学术探索的底气。第二，需要沉下心来，别怕失败和宁静。多尝试，多总结，耐心很重要。最后，我们更需要做到保持责任与初心，在学术里诚信自律，在成长中勇于担当。

周丽华
“开心每一天”



女，2001年10月，汉族
湖南邵阳人，中共党员
青海大学农牧学院
2023级食品科学
硕士研究生

所获荣誉

2025年获得二等学业奖学金
2024年获得一等学业奖学金
2023年获得三等学业奖学金
2025青海大学大学生创新创业大赛校级金奖
2024中国国际大学生创新大赛省级银奖
2024中国国际大学生创新大赛省级铜奖
2024第十四届“挑战杯”青海省大学生创业计划竞赛团队组省级铜奖

自我评价

我始终以严谨务实的态度深耕科研，学业成绩稳居专业前列，具备扎实的专业理论功底与创新实践能力。在科研方面，以第一作者身份发表EI收录论文一篇。

学生工作中，担任农牧学院食品学硕党支部支委，认真履职尽责，积极参与支部建设、组织生活策划与党员服务工作，锻炼了高效的组织协调与沟通管理能力。同时踊跃参与各类创新创业大赛，在团队协作、项目策划与实践落地中积累经验，将专业知识与产业应用相结

合，提升了创新思维与实践动手能力。

生活中严于律己、乐观进取，注重综合素质全面发展，始终秉持勤学笃行、求实创新的理念，在学习、科研与实践中不断突破自我，以实际行动践行青年学子的责任与担当。

小研采访

研究生生涯最大的成长和蜕变是什么？和导师如何相处呢？

主要包括两点，自己的学习解决问题的能力 and 思维提升。第二个是学会合理分配时间。在日常学习生活中，我们要多和老师沟通，多进行工作汇报。导师主要在方向的把握和逻辑的梳理层面给我们提供帮助。

吕 倩
“以勤补拙，以恒致远”



女，1999 年 3 月，汉族
河南驻马店人，共青团员
青海大学农牧学院
2023 级食品加工与安全
硕士研究生

所获荣誉

发表 SCI 论文 2 篇
发表 CSCD 北大核心 1 篇
参与发明专利 2 项
2025 年获得一等学业奖学金
2024 年获得一等学业奖学金
2023 年获得一等学业奖学金

自我评价

在研究生期间，我顺利通过大学英语六级考试，连续 3 年荣获校级学业一等奖学金。以（第一作者）身份发表 SCI 论文 2 篇，CSCD 北大核心 1 篇，并申请了 2 项发明专利。我积极参加学术会议交流，在 2025 年中国工程院工程科技学术研讨会暨第十二届食品科学国际年会“人气主题论文海报”评选活动中荣获优秀论文海报。同时我积极投身社会实践，担任第六届全国食品专业工程实践训练综合能力竞赛志愿者。

小研采访

面对实验数据不理想或论文投稿被拒，你是怎么调整心态的？

科研中，实验不顺、论文被拒是常态，我会先平复情绪，不把结果等同于对自我的否定。把挫折当做提升契机，在不断修整中打磨研究，也让自己的心态和能力同步成长。

萨仁格尔力
“越努力越幸运”



女，2001 年 12 月，蒙古族
青海海西州人，共青团员
青海大学农牧学院
2023 级畜牧
硕士研究生

所获荣誉

发表 SCI 论文 2 篇
2025 年获得一等学业奖学金
2024 年获得二等学业奖学金
2023 年获得二等学业奖学金

自我评价

我的研究方向是动物营养与饲料科学，主要研究藏羊的高效养殖。在研究生期间，以第一作者发表 SCI 论文 2 篇，另有 3 篇在投。专业成绩 1/30，连续三年获得学业奖学金。此次荣获国家奖学金，于我既是激励更是鞭策。我将继续怀揣对科研的敬畏与热忱，在探索中前行，在实践中成长。

小研采访

对于刚进入科研领域的学弟学妹，你最想给出的建议是什么？

对于刚踏入科研领域的学弟学妹，我最想给三点建议：第一，学习效率大于学习时间，学会劳逸结合，有好状态才效率加倍。第二，学习途径不限于课本，要学会与他人沟通交流，借助公众号、推文等工具获取专业知识。第三，要有一个好的心态。无论在学习中还是生活中，不要提前焦虑，也不要陷入无限的自我内耗中。要记住，三次左转就是右转，心态好才是科研的长久之道。

辛晓明
“志存高远，脚踏实地”



女，1999 年 9 月，汉族

青海海东人，中共预备党员
青海大学农牧学院
2023 级食品加工与安全
硕士研究生

所获荣誉

发表 SCI 论文 1 篇
发表中文 EI 论文 2 篇
2025 年获得一等学业奖学金
2024 年获得二等学业奖学金
2023 年获得二等学业奖学金

自我评价

我始终以认真务实的态度对待学业与科研，注重综合素质的提升。学习上，我勤奋自律，专业排名靠前，扎实掌握本专业基础理论与前沿知识，为开展科研工作奠定了良好基础。

科研方面，我积极参与导师项目，主动查阅相关文献、认真开展试验，以第一作者身份发表 SCI 论文 1 篇、EI 论文 2 篇。在研究生中期答辩中，我的工作得到了评审专家的认可，获评“优秀”等级，这也激励我在科研道路上继续努力、稳步前行。

社会实践中，我注重将科研与实践结合，多次赴海北州海晏县、海南州共和县等地参加样品采集工作，提升了实践操作能力。我还积极参加学术会议，拓宽了学术视野，进一步明确了研究方向；参与志愿服务活动，锻炼了自身的组织协调与沟通能力，增强了社会责任感。

小研采访

对正在为奖学金或科研目标奋斗的同学，你有什么鼓励的话？

我想说，认准目标就沉下心踏实去做实验受挫，文献难懂都是常态，不必焦虑内耗，可以向老师请教，和同学探讨，多坚持，多总结，把事情做实做细。正所谓天道酬勤，保持热爱，稳步前行，时间终将回馈每一份付出。

周国艳

“不要担心两小时和八公里以外的事”



女，2001 年 8 月，土家族
贵州思南人，中共党员
青海大学农牧学院
2023 级兽医
硕士研究生

所获荣誉

发表 SCI 论文 3 篇
2025 年获得一等学业奖学金

2024 年获得一等学业奖学金

自我评价

在学习与科研方面，我始终保持严谨踏实的态度，硕士阶段学业成绩位列学院第一，不断夯实专业基础。科研上以第一作者身份发表 SCI 论文 3 篇，熟练掌握分子生物学、免疫学实验技能，在实验设计与数据分析中积累了扎实的科研经验；社会实践中，先后在动物疫病预防控制中心、高校研究所实习，参与疫病检测、单克隆抗体制备及诊断试剂盒研制等工作，提升了实操能力与问题解决能力；担任研究生助管期间，负责就业服务与学生管理，锻炼了组织协调与沟通协作能力。我始终保持谦逊好学的态度，注重理论与实践结合，在不断学习中提升综合素养，力求以扎实能力为社会贡献力量。

小研采访

获得国奖是对过去努力的肯定，但也是一个新的起点，对于未来，你有怎样的初步计划或憧憬？

获得国家奖学金是对过去学习和科研努力的一种肯定，更是一个全新的起点。未来，我作为一名基层选调生，将不忘自己的初心和使命，会将自己的专业知识运用到疾病防控和乡村振兴等一线工作中去，把科研中的耐心和韧劲带到我们的基层岗位上，用心服务群众，认真履职尽责，努力做一名让组织放心，让人民满意的基层青年干部，在平凡岗位上实现自己的人生价值。

刘世昂

“不以物喜，不以己悲”



男，1998 年 3 月，汉族
山东菏泽人，中共党员
青海大学农牧学院
2023 级基础兽医学
硕士研究生

所获荣誉

2025 年度学业三等奖学金
2024 年度学业二等奖学金

自我评价

本人在校期间态度端正，勤勉务实，兼具严谨的科研态度与自律的生活方式。学业方面成绩优异，研二荣获校级二等奖学金，研三凭借综合能力获评校级三等奖学金与国家奖学金，科研成果扎实，已顺利发表学术论文一篇。科研学习中潜心深耕专业内容，熟练掌握各类实验操作与系统的专业理论知识，善于梳理研究逻辑，直面科研难题，逐步养成踏实吃苦、潜心钻研、坚持不懈的处事态度。日常生活中性格沉稳自律，平日热爱文字创作与户外徒步。写作沉淀内心，锻炼思考与总结能力；徒步亲近自然，磨炼坚韧沉稳的心态。读研阶段不仅提升了专业素养与科研能力，更塑造了不畏困难、踏实进取的个人品格，始终以认真踏实的

态度对待学习与生活，始终保持热忱与上进心。

小研采访

在研究生的生活中，你觉得什么是最重要的？

在研究生的生活中，我觉得有很多重要东西，比如学到了很多实验方法、实验技巧和理论知识，但这些都不是最重要的。最重要的是在研究生生活的一次次实验经历，在失败又成功之后的喜悦中，我们领会到面对困难勇于钻研、勇于攀登、勇于克服的钻研精神，我觉得才是最重要的。

黄浩洋

“卑以自牧，含章可贞”



男，1997年9月，汉族
辽宁沈阳人，中共预备党员
青海大学机械工程学院
2023级机械设计及理论
硕士研究生

所获荣誉

2025年获得二等学业奖学金
2024年获得一等学业奖学金
2023年获得一等学业奖学金
第十五届正大杯西北赛区选拔赛省二等奖
第十四届正大杯西北赛区选拔赛省一等奖
青海大学第十三届数学建模大赛校二等奖

自我评价

我秉持着勤学善思、笃行不怠的态度，在求学路上脚踏实地、稳步进取。在学习中主动钻研、勤于思考，注重知识积累与逻辑沉淀；在科研上严谨务实、认真求索，保持耐心与定力，不断打磨专业能力。我始终以谦逊之心正视不足、虚心学习，持续精进自我，在沉淀中成长，于深耕中进步，以踏实行动奔赴长远成长。