

■ 院校研究

民办高校本科生时间分配与核心能力增值的相关性研究

——基于西安欧亚学院学生就读经历调查数据

胡啸兵^{1, 2}, 陈观玉¹, 刘冰鑫¹, 丁珊珊², 刘思佳², 张诗若³

(1. 西安欧亚学院 教育创新研究院, 陕西 西安 710065; 2. 西安欧亚学院 会计金融学院, 陕西 西安 710065;
3. 西安欧亚学院 数据科学学院, 陕西 西安 710065)

摘要: 在高等教育高质量发展与应用型人才培养持续深化的时代背景下, 民办高校本科生的时间分配合理性对其核心能力增值的影响愈发关键。以西安欧亚学院 7 530 名本科生为样本, 基于 2024 年学生就读经历调查数据, 采用 K-means 聚类、因子分析及逻辑回归等量化研究方法, 系统解析本科生时间分配的多维特征与核心能力增值的关联机制。研究发现, 本科生时间分配呈现学业基础稳固、多维投入随级递增的特征, 其年级分化与应用型培养阶段高度适配; “全面高投入型”是能力提升的最优时间分配模式, 其中参加学生组织活动对综合能力、带薪工作对技术应用能力、义工服务对学术认知能力等具有显著正向促进作用, 而过度娱乐与低质量无薪工作则呈现抑制效应; 核心能力增值整体随年级递增但维度分化明显, 技术应用能力存在大二陡增后增速趋缓的质效错配问题; 针对性提出构建年级递进的差异化时间指导体系、优化第二课堂结构化供给、强化精准化师生互动及营造效能优先的校园文化等对策建议, 为推动民办高校学生时间管理水平提升与核心能力持续增值, 促进新时代民办高校高质量育人发展提供研究支撑。

关键词: 西安欧亚学院; 时间分配; 核心能力增值; 民办高校; 应用型人才培养

中图分类号: G647.38 **文献标志码:** A **文章编号:** 2026-QT001 (2026) 01-0073-14

一、研究背景与问题提出

党的二十届三中全会提出, 加快建设高质量高等教育体系, 为推进中国式现代化提供全方位的人才支撑、智力支持。在我国高等教育从规模扩张迈向质量提升的关键转型阶段, 应用型人才培养已成为破解就业市场结构性供需错配、推动区域经济高质量发展的关键路径。民办高校作为高等教育体系的重要组成部分, 凭借办学机制灵活、产业对接紧密的优势, 在应用型人才培养和服务区域经济发展中发挥着重要作用。截至 2024 年, 全国民办本科高校

已达 388 所, 在校生占全国普通本专科生比例的 27.0%^[1], 其中绝大多数民办本科院校以“应用型”为核心办学定位。在高等教育竞争加剧与就业质量要求提升的双重压力下, 如何通过提升学生核心能力增强办学竞争力, 成为民办高校实现可持续发展的迫切议题。

时间分配作为学生统筹学习与实践资源的核心方式, 是应用型人才核心能力培育的重要抓手, 其科学性与合理性直接决定人才培养的实际成效。国际学界早已关注时间配置的教育价值, Astin^[2]的“投入理论”便明确指出, 学生在学术与非学术活动中的时间投入强度和投

收稿日期: 2026-02-20

基金项目: 2025 年度西安欧亚学院院校研究专题项目“本科生课外时间分配对核心能力增值的影响效应研究——基于西安欧亚学院学生就读经历调查数据”(S2025001)

作者简介: 胡啸兵, 男, 陕西蓝田人, 西安欧亚学院教育创新研究院讲师, 主要从事高等院校研究。

入深度,与认知能力发展呈显著正相关;Kuh^[3]进一步发现,结构化的时间配置(如针对性实习规划)对学生职业胜任力的提升效应显著高于无规划的自由活动时间安排。反观国内实践,民办高校本科生的时间配置普遍存在碎片化、低效化问题。刘声涛等^[4]指出,民办高校学生时间配置呈现“两极化”特征——部分学生将大量时间过度投入低技能体力型兼职,另一部分学生则陷入“无目的社交”的时间消耗陷阱,二者均难以实现核心能力的有效增值。鲍威等^[5]的研究更直观地揭示了这一困境:我国高校学生自主学术探索时间面临“贫困危机”,日均自主学术探索(如专业文献阅读)时间仅为0.8小时,而线上娱乐时间占比却攀升至日均3.2小时,严重挤压了学术与实践的有效时间配置空间。

核心能力增值是衡量高等教育质量的关键指标,尤其是在AI时代背景下,批判性思维、创新创造等高阶能力成为人才竞争的核心优势,也是应用型人才适配产业发展、实现职业进阶的核心素养。唐旭亭等^[6]发现生师互动作为时间分配的重要形式,能通过直接与间接路径促进学生批判性思维能力发展;吴冰蓝^[7]等指出,跨学科课程对创新创造等高阶核心能力贡献显著,而我国本科生在批判性思维等核心能力的增值情况较为低缓;张青根等^[8]证实,科研参与能有效促进本科生批判性思维能力增值,且参与项目数量越多、角色越核心,增值效应越显著。

研究从不同维度初步探明了时间的有效利用与核心能力增值之间的关联,也揭示了我国当前民办高校学生核心能力增值的诸多问题。西安欧亚学院作为应用型民办本科院校的典型代表,以“应用型、新体验、国际化”为办学定位,践行着“以企业为导向、以学生为中心”的人才培养模式,明确将时间管理纳入学生能力提升的关键环节。基于此,本研究以西安欧亚学院为样本,通过系统解析本科生时间分配与核心能力增值的内在关联,旨在为西安欧亚学院优化第二课堂设计、构建个性化时间管理指导体系提供实证依据,同时为国内同类民办

高校破解时间投入与能力增值失衡难题提供可借鉴的研究范式与实践路径。

二、文献综述

时间分配是学生对学习、生活和课外等各类活动的时间规划与安排,是影响他们大学阶段成长和发展的关键维度。学生时间分配的合理性和应用的有效性与他们核心能力增值直接相关。这个议题一直以来是国内外高等教育研究的重要领域,已形成了围绕“时间投入类型—能力发展维度”为主要内容的学生成长理论基础与实证结论,但关于民办高校应用型人才培养场景的相关研究仍显薄弱。

(一) 时间分配的相关研究

国外学界对时间分配的研究始于对学生投入与发展关系的理论建构,已形成从理论框架到实证量化的完整体系。Astin^[2]的“投入理论”提出,学生在学术活动与非学术活动中的时间投入强度和主动参与度,是决定其认知与非认知能力发展的关键变量。这一理论得到后续研究的印证,Pascarella和Terenzini^[9]通过元分析证实,每周投入10小时以上学术性社团活动的学生,批判性思维能力得分比普通学生高12.3%。近年研究聚焦数字时代的时间管理困境与结构化活动的价值。Kuh^[3]在《高影响力教育实践》中明确指出,社交媒体使用时长与深度思考能力呈显著负相关,而结构化实习计划可使学生职业胜任力提升27%,凸显了时间“质”的重要性。Pham和Hoang^[10]针对东南亚职业院校研究进一步细化了线上时间的类型差异,发现学术性社交网络的合理使用能正向促进学习绩点的提高^[10],为数字时代时间的有效利用提供了新视角。

国内学者更多聚焦本土化场景下的时间分配特征,尤其关注公、民办高校学生的群体差异。刘声涛等^[4]基于全国30所高校调研发现,本科生时间分配存在“学术投入不足、娱乐占比过高”的两极化特征,仅28.6%的学生能坚持每日1小时以上自主学习。针对民办高校学生,其时间分配还呈现显著的“短期功利倾向”——约35.8%的学生将时间主要用于体力型、服务型兼职,此类活动对专业能力的提升

效应微弱, 却挤压了学术拓展与高质量实践的时间空间。李立国^[11]的对比研究指出, 民办学生在职业实践上的时间投入占比显著高于公办学生, 但学术拓展时间占比更低, 且“实践时间转化效率”不足, 这一现象被归因于民办高校实践指导资源短缺与实践内容碎片化。鲍威等的追踪研究进一步揭示, 2018—2021年间高校学生线上休闲时间从日均1.8小时增至3.5小时, 挤压了实践与学术投入, 导致“时间贫困”现象加剧, 这种贫困并非时间总量不足, 而是高价值活动的有效时间投入匮乏, 难以转化为能力增值。

(二) 核心能力增值的相关研究

1. 核心能力的维度框架

核心能力研究经历了从“单一技能”到“综合素养”的拓展, 形成了多维度的评估框架。国外学者更强调“可迁移能力”的价值, Arum和Roksa^[12]提出, 批判性思维与复杂问题解决能力是预测职业发展的核心指标, 其增值效应比专业成绩更显著。后续研究进一步将核心能力细化为认知能力与非认知能力, 并证实二者在时间投入中存在“协同发展”特征。国内研究结合应用型人才培养需求, 形成了更具针对性的核心能力框架。常桐善^[13]在比较中美研究型大学本科基本能力时, 基于SERU-I问卷提出核心能力包括分析和批判性思维能力、领导能力、社交能力、清晰有效的表达能力、清晰有效的写作能力等15项具体能力。麦可思研究院将应用型高校学生核心能力界定为通用能力(沟通协作、问题解决)、专业技能(学科知识应用)、职业素养(职业规划、雇主适配度)三维结构, 并提出各维度关键测量指标, 该框架被广泛应用于民办高校的能力评估^[14]。吴冰蓝等^[7]基于AI时代背景的研究则指出, 跨学科课程对创新创造等高阶核心能力贡献显著, 而我国本科生在批判性思维等核心能力的增值情况较为低缓, 需要大力加强。

2. 能力增值的影响因素

关于能力增值的影响因素, 现有研究聚焦项目式教学与实践活动的协同作用, 但对时间精准投入的研究仍显薄弱。郑庆华^[15]指出, 项目式教学能使学生创新能力提升15%, 但需配

合2倍时长的实践巩固; 张青根、卢瑶^[16]的追踪研究则证实, 科研参与对批判性思维能力增值具有显著正向影响, 参与项目数量越多、角色越核心, 增值效应越突出; 韦艳艳等^[17]发现, 产教融合项目参与者的职业素养增值速度是普通学生的1.8倍, 其关键在于时间配比与实践深度的优化。

(三) 研究现状评价与本研究切入点

尽管国内外研究已证实时间分配与核心能力增值的相关性, 但针对民办高校应用型人才培养的特殊性, 现有研究仍存在以下局限: 其一, 研究对象多聚焦公办高校或综合性大学学生, 缺乏对民办高校学生的针对性分析, 难以反映应用型人才培养中实践导向、就业导向的时间分配特征; 其二, 研究维度单一化, 多数研究仅关注单一活动类型(如社团参与、实习时长)对能力的影响, 忽视学术、实践、社交时间的交互效应, 且未充分考虑民办高校学生时间分配的功利化倾向; 其三, 量化研究存在缺口, 现有研究多采用定性描述或单一指标替代“能力增值”, 缺乏多维度测量工具, 也未明确时间投入的“阈值效应”, 导致对民办高校学生的时间管理指导缺乏精准性。

因此, 本研究立足西安欧亚学院这一民办应用型高校样本, 构建“时间分配—能力增值”的多维度关联模型, 重点关注本科生学术拓展、实践创新、职业准备等时间类型与批判性思维、专业技能等核心能力的对应关系, 以期为民办高校学生的时间管理与能力增值提供更具针对性的理论支持与实践指导。

三、研究设计

(一) 研究目的与核心问题

本研究旨在通过解析西安欧亚学院本科生时间分配与核心能力增值的关联机制, 为优化民办高校人才培养方案提供依据。具体研究问题包括: 第一, 西安欧亚学院本科生在不同维度时间分配呈现何种特征? 不同年级学生的时间分配有何差异? 第二, 西安欧亚学院不同年级学生的核心能力增值情况如何? 在哪一维度增值最大? 第三, 本科生时间分配与通用能力等核心能力增值的相关性如何? 何种时间分配

最有利于能力提升?

(二) 数据来源与问卷设计

本研究数据来源于 2024 年“西安欧亚学院学生就读经历调查问卷”，调查旨在系统收集学生反馈，以丰富其就读体验、拓展学习成果，并为学校教育教学改革提供依据。调查采用问卷星平台，面向全校在校生进行普查，最终回收有效问卷 11 013 份，回复率达 55%，确保了数据样本对总体学生群体具有良好的代表性。

问卷设计严格遵循 Astin (1991) “输入—环境—输出” (Input-Environment-Output) 理论框架。“输入”维度包括学生家庭背景、入学前能力及择校动机；“环境”维度涉及学习目标、课内外活动参与度及对学校教育、服务各方面的评价；“输出”维度则测量了学生的核心能力、论文写作水平及就业意向。这些内容不仅紧密贴合西安欧亚学院近十年的教改实践，也为理解中国本科培养模式提供了参考。

问卷开发历时近一年，通过访谈校领导、行政人员、教师及学生以确保内容的有效性。

并且经过论证与抽样测试等严格的信度与效度检验，保证了测量工具的科学性与可靠性。

(三) 研究对象与样本处理

为了确保数据分析的准确性与有效性，研究采用严格的数据清洗流程，首先过短的作答时间可能反映被试的不认真态度或随机作答行为。为确保数据质量，本研究设定作答时间阈值标准，设定 200 秒为合理作答时间的下限阈值，删除“所用时间”列中小于或等于 200 秒的记录。其次，在时间分配相关的 10 个关键变量上，若被试在所有项目上给出完全相同或高度一致的回答，可能表明缺乏认真思考，本研究删除在上述 10 个关键变量上全部回答一致的记录，清洗后剩余 8 624 条有效数据。基于研究目的进一步优化样本结构，由于职业教育学院的招生和培养目标与本科学院存在显著差异，本研究剔除职业教育学院学生样本，最终有效样本为 7 530 人。

表 1 不同年级、学院的问卷回答人数

年级	人居环境	工商管理	人文教育	会计	信息工程	文化传媒	艾德艺术设计	金融与数据科学	总计
大一	290	402	399	281	351	315	178	249	2465
大二	275	381	365	192	246	339	197	247	2242
大三	241	428	218	203	125	264	238	191	1908
大四	175	196	83	92	202	38	54	75	915

不同年级、学院的问卷回答情况如表 1 所示，总样本规模为 7530 人。总体样本的年级构成为：大一 2465 人（占 32.7%），大二 2242 人（占 29.8%），大三 1908 人（占 25.3%），大四 915 人（占 12.2%），完全匹配前文“聚焦本科学生”的研究对象设定，样本同质性显著提升，更贴合“解析本科学生时间分配与核心能力增值关联”的研究目的，避免了职业教育学院培养目标差异对分析结果的干扰。

(四) 关键变量设定与量化方法

传统的能力评价多采用单一维度或主观评价，缺乏对能力结构内在维度的系统探索。本

节通过探索性因子分析方法，旨在揭示大学生能力提升的内在结构，为高校能力培养体系的优化提供理论依据。并且结合问卷题项特征与“时间分配—核心能力增值”的关联逻辑，采用多维度统计方法，系统解析二者关系。

1. 核心能力增值

以问卷“核心能力增值”中“现在”的 19 项能力评分为基础，计算增值水平，将 1~6 分分别定义为非常差、差、一般、好、很好、优秀。采用“现在能力水平 $y_{i, current}$ ”减去“刚入学时能力水平 $y_{i, initial}$ ”的差值作为能力变量增值 y_i ，计算公式为：

$$Y_i = Y_{i, \text{current}} - Y_{i, \text{initial}} \quad (1)$$

其中, i 表示第 i 种能力。利用探索性因子分析将 18 项能力差值归类, 旋转后因子载荷绝对值大于 0.4 的变量被认为对该因子有显著

贡献。采用最大方差法进行正交旋转, 最终获得两个因子。根据因子属性特征, 分别命名为“学术认知与高阶思维能力”和“技术应用与社会适应能力”, 如表 2 所示。

表 2 核心能力增值因子分析载荷值及“能力变量”分类

	学术认知与高阶思维能力	技术应用与社会适应能力
批判性思维能力 (现在)_差值	0.56	0.34
创新能力 (如提出新观点) (现在)_差值	0.60	0.35
解决问题的能力 (现在)_差值	0.58	0.38
清晰有效的写作能力 (现在)_差值	0.72	0.18
阅读和理解课程资料的能力 (现在)_差值	0.72	0.24
数据分析能力 (现在)_差值	0.61	0.39
清晰有效的口头表达能力 (现在)_差值	0.55	0.44
清晰有效的书面表达能力 (现在)_差值	0.66	0.33
国际事务的理解能力 (现在)_差值	0.55	0.39
跨文化交流能力 (现在)_差值	0.55	0.39
领导能力 (现在)_差值	0.50	0.46
社交技能 (现在)_差值	0.46	0.44
常用计算机软件的应用能力 [如 Word/Excel/PowerPoint (PPT) / Email 等] (现在)_差值	0.26	0.62
人工智能 (AI) 技术应用能力 (现在)_差值	0.24	0.60
网络信息查询能力 (现在)_差值	0.25	0.70
辨别公共媒体信息可靠性的能力 (现在)_差值	0.30	0.67
自我认知能力 (现在)_差值	0.36	0.59
团队合作能力 (现在)_差值	0.38	0.59

基于表 2 的因子结构, 本研究采用因子得分算法将每名学生的原始能力差值转化为综合因子得分。因子得分的计算原理是通过对观测变量进行线性加权组合, 其中权重即为因子载荷系数。第 j 个学生第 k 个因子得分 F_{jk} 的计算公式为:

$$F_{jk} = \sum_{i=1}^p W_{ik} \cdot X_{ij} \quad (2)$$

其中, p 为观测变量总数 (本研究 $p=18$), W_{ik} 表示第 i 个变量在第 k 个因子上的载荷系数, X_{ij} 表示第 j 个学生在第 i 个变量上的标准化得分。

2. 高能力者界定与分布特征

本研究以 7 530 名本科生为研究对象, 在得到因子得分的基础上, 构建出综合能力得分。

具体而言，综合能力得分由各因子得分以旋转后的方差解释率作为权重进行加权平均得到，计算公式如下：

综合能力得分 = $\sum_{i=1}^2 w_i \times F_i$ (3)

其中， F_i 表示第 i 个因子的得分， w_i 为第 i 个因子的权重，即各因子的方差解释率，方差解释率反映了每个因子对原始变量总变异的解释程度，解释程度越高的因子在综合能力得分中所占的权重也越大。最后，将综合能力得分进行标准化，使其均值为 0，标准差为 1。通过因子分析从核心能力增值数据中提取出两个维度（见表 6）以及综合能力得分。

为探究时间分配与能力发展的关联，首先将各能力维度的前 25% 定义为高能力者群体。具体分布如表 3 所示：

表 3 各能力维度高能力者界定

能力维度	阈值	高能力者人数	高能力者比例 (%)
综合能力得分	0.54	1883	25
学术认知与高阶思维能力得分	0.46	1883	25
技术应用与社会适应能力得分	0.52	1883	25

高能力者比例与理论预期值（25%）基本吻合，表明划分标准合理，各能力维度的分布特征相对均衡。

3. 时间分配得分

为精准分析“时间分配—核心能力增值”的关联，同时支撑后续不同学院、年级的时间分配结构特征对比，对“时间分配”进行清晰的操作化定义与标准化量化，确保变量测量的一致性与可比性。

采用有序分类计分法将题项选项转换为连续型时长均值（0 小时 =1 分，1–5 小时 =2 分，6–10 小时 =3 分，11–15 小时 =4 分，16–20 小时 =5 分，21–25 小时 =6 分，26–30 小时 =7 分，30 小时以上 =8 分），量化时间投入强度。最终形成 10 个连续型变量，确保不同维度、不同群体的时间投入可直接对比。

四、时间分配模式

为深入解析时间分配与能力发展的内在关联，本研究首先从结果端出发，将各能力维度的前 25% 定义为高能力者群体，以此作为后续分析的参照基准。进而采用 K-means 聚类方法，基于学生的时间分配行为识别出四种典型的时间管理模式，从而将零散的时间投入特征转化为具有理论意义的“行为画像”，为后续的关联分析构建了关键分析框架。

基于 K-means 聚类分析，本研究识别出 4 种典型的时间分配模式。各模式在 10 个时间分配变量上的平均值呈现出明显的差异化特征（见表 4）。其中，时间投入平均分分值对应时间分配计分结果。

表 4 四种时间分配模式的特征描述

时间分配变量	模式 1 (全面高投入型)	模式 2 (适度均衡型)	模式 3 (学术偏重型)	模式 4 (整体低投入型)	总体平均
上课	6.57	5.42	6.78	4.30	5.51
与学业有关的课外学习活动	6.24	4.67	3.63	2.57	3.89
作为义工 / 志愿者服务	6.05	4.36	2.62	2.16	3.40
参加体育活动	6.08	4.39	2.90	2.37	3.55
参加娱乐活动	6.04	4.33	2.71	2.34	3.47
参加学生组织活动（班 / 院 / 校级学生干部工作）	6.02	4.36	2.64	2.19	3.40
参加学生俱乐部 / 社团活动	6.06	4.31	2.52	2.13	3.35

续表：

时间分配变量	模式 1 (全面高投入型)	模式 2 (适度均衡型)	模式 3 (学术偏重型)	模式 4 (整体低投入型)	总体平均
无薪工作	5.20	3.00	1.40	1.35	2.34
带薪工作（业余兼职）	5.64	3.55	1.85	1.87	2.84
承担家庭职责(照顾家人等)	5.56	3.63	1.82	1.68	2.77

根据时间分配特征，可将四种模式命名模式 1 为全面高投入型，学生在所有时间分配类别上均保持高水平投入，各项活动参与度高；模式 2 为适度均衡型，学生各项时间投入适中，注重各活动间的平衡；模式 3 为学术偏重型，表示在学术拓展上投入极高，但在其他活动上投入相对有限；模式 4 为整体低投入型，学生在各项时间分配均处于较低水平，时间投入相对保守。

5. 差异百分比

为了深入理解各能力维度最佳时间分配模式的特点，本研究利用各模式在 10 个时间分配变量上相对于总体平均水平的差异百分比来比较。这一分析旨在揭示高能力者的时间投入策略与普通学生时间分配模式的差异，从而为优化时间管理提供具体、可操作的参考依据。差异百分比的计算采用相对比较法，公式如下：

差异百分比= ($\frac{\text{最佳模式平均值}-\text{总体平均值}}{\text{总体平均值}}$) × 100% （4）

其中，最佳模式平均值指不同能力维度最佳时间分配模式在各时间变量上的平均投入水平，总体平均值指所有学生在相应时间变量上的平均投入水平，平均投入水平数据如表 4 所示。

五、数据分析与结果解读

（一）本科生时间分配的整体特征与年级差异

基于清洗后的数据，本研究对本科生时间分配进行量化分析，采用统一的时间投入计分规则将题项选项转换为平均每周实际用时（小时），以确保不同维度、不同群体的时间投入可直接对比。首先从整体层面描述学生在各维

度的时间分配结构，进而通过比较不同年级的均值差异，初步揭示本科生时间配置随学业阶段变化的动态特征，数据结果如表 5 所示。

表 5 不同年级时间分配时长（小时 / 周）

年级	大一	大二	大三	大四
上课	21	20.5	20	20
与学业有关的课外学习活动	12	12	13	13.5
作为义工 / 志愿者服务	9.5	9.5	10.5	11
参加体育活动	10.5	10.5	11	12
参加娱乐活动	10	10	10.5	12
参加学生组织活动	9.5	9.5	10.5	11.5
参加学生俱乐部 / 社团活动	9.5	9	10	11.5
带薪工作	6	6.5	8	9.5
无薪工作	4.5	4.5	5.5	5.5
承担家庭职责	6	6	7.5	9

“上课”作为学术拓展的核心活动，其时间投入（每周 20~21 小时）显著高于其他所有类别，占据了本科生时间预算的绝对主导地位；与此同时，学生在休闲社交（如娱乐、体育活动，每周约 10~12 小时）与实践创新（如社团、学生组织活动，每周约 9~11.5 小时）方面也保持着较高且活跃的参与水平。相比之下，以带薪工作为代表的职业准备（每周 6~9.5 小时）及承担家庭职责（每周 6~9 小时）的时间投入则相对有限，处于整体配置的次要位置。

进一步分析不同年级的数据，可以发现时间分配模式随学业阶段推进而呈现动态演变。

学术拓展中的“上课”时间在各年级间高度稳定，差异极小，而课外学习活动的投入在大三、大四学生中略有提升，达到每周 13~13.5 小时。更为明显的变化体现在其他维度：高年级学生（尤其大三、大四）在休闲社交（如娱乐活动，时间增长至每周 10.5~12 小时）与实践创新（如学生组织与社团活动，时间增至每周 10~11.5 小时）上的参与度普遍高于低年级，显示出更广泛的校园融合度。与此同时，职业准备（带薪工作）的时间投入呈现清晰的递增趋势，从大一的每周 6 小时稳步增长至大四的每周 9.5 小时，反映出临近毕业阶段学生为就业进行实践经验积累的务实倾向。此外，家庭职责的承担也在高年级学生中更为凸显，时间从大一的每周 6 小时逐步上升至大四的每周 9 小时。

综上所述，本科生的时间分配格局并非静

态，而是以稳定的学业投入为基础，随着年级升高，在职业导向、社会实践及家庭责任方面的时间配置逐渐增强与分化。

（二）核心能力增值的年级分化特征

在了解时间分配特征的基础上，需要进一步明确大学生核心能力发展的现状。本部分依据研究设计中通过因子分析构建的核心能力增值评价体系，使用因子得分系数矩阵计算出每位学生在“学术认知与高阶思维能力”“技术应用与社会适应能力”两个公因子上的标准化得分。在此基础上，以各因子的方差贡献率为权重，加权合成“综合能力”总分，进而分析不同年级学生在各能力维度上的表现差异。分析结果如表 6 所示，学生的核心能力发展呈现出显著的年级递增趋势。

表 6 不同年级核心能力得分

	学术认知与高阶思维能力	技术应用与社会适应能力	综合能力
大一	-0.05	-0.17	-0.16
大二	-0.04	-0.03	-0.06
大三	0.06	0.16	0.14
大四	0.19	0.19	0.26

技术应用与社会适应能力得分均从大一的负值（-0.05， -0.17）持续增长，至大四年均达到 0.19 的峰值。这表明系统的大学教育与经历对这两类能力的培养具有积极的累积效应。技术应用与社会适应能力在大二阶段提升最为明显，得分从大一的 -0.17 大幅跃升至大二的 -0.03，暗示大二是学生适应大学社会与技术环境、实现能力快速成长的关键期。综合能力作为整体衡量，其得分从大一的 -0.16 逐级攀升至大四的 0.26，清晰地反映了本科生综合能力随学业阶段推进而不断增强的总体图景。

尽管高年级学生在职业准备、社会实践等方面的时间投入显著增加，但其技术应用与社会适应能力的得分增速在大三、大四阶段趋于平缓，未能延续大二时期的陡峭上升曲线。这

一现象促使我们进一步思考：何种时间配置策略与教育干预，才能更有效地促进本科生不同维度能力、特别是实践类能力的持续高阶发展。

（三）时间分配模式与核心能力发展的关联机制

1. 不同能力维度的高能力者在时间分配模式中的分布

在建立高能力者标准和时间分配模式分类的基础上，本部分将直接探讨两者之间的内在联系。通过分析不同能力维度的高能力者在各类时间分配模式中的分布特征，我们能够识别出对能力发展最为有利的时间管理模式，从而初步回答“何种时间分配最有利于能力提升”这一核心问题，并为上文中观察到的现象提供解释线索，数据如表 7 所示。

表 7 各能力维度高能力者在不同时间模式中的比例分布与差异表现

	时间分配模式	高能力学生比例 (%)	投入显著高于平均水平的活动 (差异百分比)	卡方检验 p 值
综合能力高能力学生	全面高投入型	32.9	无薪工作 (+122.2%)， 承担家庭职责 (+100.5%)， 带薪工作 (+99.0%)， 参加学生俱乐部 / 社团活动 (+81.0%)	0.0000***
学术认知与高阶思维能力高能力学生	全面高投入型	35.6	无薪工作 (+122.2%)， 承担家庭职责 (+100.5%)， 带薪工作 (+99.0%)， 参加学生俱乐部 / 社团活动 (+81.0%)	0.0000***
技术应用与社会适应能力高能力学生	全面高投入型	29.5	无薪工作 (+122.2%)， 承担家庭职责 (+100.5%)， 带薪工作 (+99.0%)， 参加学生俱乐部 / 社团活动 (+81.0%)	0.0003***

备注：*** 表示该变量在 $p<0.001$ 水平上显著；** 表示该变量在 $p<0.01$ 水平上显著；* 表示在 $p<0.05$ 水平上显著

“全面高投入型”是促进本科生综合能力、学术认知能力以及技术应用能力发展的最佳时间分配模式，三类能力维度的卡方检验 p 值均小于 0.01，有力地表明高能力学生显著集中于“全面高投入型”模式，而非随机分布。其核心特征并非单纯增加学业时长，而是在保证学术投入的基础上，对有偿工作、志愿服务、家庭责任及社团活动等多重实践领域进行高强度、全方位的深度参与，表明超越课堂的多元化深度参与是各类高能力者的普遍特征。

2. 时间分配变量的影响方向与效应强度分析
为更精确地理解各时间分配要素对能力发

展的具体影响，本部分采用逻辑回归模型，量化分析 10 个时间分配变量与成为高能力者概率之间的关系。同时，结合四种时间分配模式的综合效能比较，深入探讨不同时间管理策略的作用机制，从而揭示影响能力发展的关键时间投入要素及其作用强度。

逻辑回归分析不仅揭示了各时间分配变量与成为高能力者概率的关联性，更通过比值比（Odds Ratio, OR）这一关键指标，量化了不同时间投入对能力发展的具体影响方向和效应强度，逻辑回归结果如表 8 所示。

表 8 时间分配变量对成为高能力者的影响方向与效应强度（OR）

时间分配变量	综合能力得分	学术认知与高阶思维能力得分	技术应用与社会适应能力得分	影响一致性
参加学生组织活动	1.18**	1.11*	1.16**	一致正向
上课	1.05	1.03	1.06	一致正向
参加学生俱乐部 / 社团活动	1.07	1.07	1.06	一致正向
承担家庭职责	0.99	0.99	0.9*	一致负向
作为义工 / 志愿者服务	1.08	1.18**	0.99	混合影响
参加娱乐活动	0.86***	0.88**	0.92	一致负向

续表：

时间分配变量	综合能力得分	学术认知与高阶思维 能力得分	技术应用与社会适应 能力得分	影响一致性
与学业有关的课外 学习活动	1.03	1.04	1.02	一致正向
无薪工作	0.90**	1.02	0.86**	一致负向
参加体育活动	1.05	1.04	1.02	一致正向
带薪工作	1.14	1.06	1.20**	一致正向

备注：1.*** 表示该变量在 $p<0.001$ 水平上显著；** 表示该变量在 $p<0.01$ 水平上显著；* 表示在 $p<0.05$ 水平上显著。
2.“影响方向一致性”判断标准：若某变量在三个能力维度上的 OR 值均大于 1，则为“一致正向”；均小于 1，则为“一致负向”；其余情况为“混合影响”。

分析结果（见表 8）显示，不同时间投入对能力发展的影响呈现出清晰的分化与特异性。在所有活动中，“参加学生组织活动”展现出最为稳健且广泛的正向促进效应，其投入每增加一个单位，成为综合能力高能力者的概率平均提高 18%（ $OR=1.18$ ， $p<0.01$ ），成为技术应用与社会适应能力高能力者的概率提高 16%（ $OR=1.16$ ， $p<0.01$ ），这凸显了结构化社会参与对能力整合发展的关键价值。与此同时，“作为义工 / 志愿者服务”对学术认知与高阶思维能力具有独特的显著提升作用（ $OR=1.18$ ， $p<0.01$ ），而“带薪工作”则显著促进了技术应用与社会适应能力的发展（ $OR=1.20$ ， $p<0.01$ ），体现出不同性质的社会实践对差异化能力维度的专门贡献。

研究也识别出若干具有负向作用的因素。“参加娱乐活动”对综合能力（ $OR=0.86$ ， $p<0.001$ ）与高阶思维能力得分能力（ $OR=0.88$ ， $p<0.01$ ）存在显著的负向影响；“无薪工作”同样与综合能力（ $OR=0.90$ ， $p<0.01$ ）及技术应用与社会适用能力（ $OR=0.86$ ， $p<0.01$ ）的降低显著相关；“承担家庭职责”则对技术应用能力表现出一定的抑制作用（ $OR=0.90$ ， $p<0.05$ ）。这些发现提示，若特定活动过度挤占核心发展时间或缺乏明确的能力发展导向，可能对整体能力增值产生不利影响。

多数变量虽未达到统计显著性，但其影响方向仍呈现一致性趋势。“上课”“课外学习”“学生俱乐部 / 社团活动”及“体育活动”均表现

出普遍的正向倾向（ $OR>1$ ），构成了能力发展的基础支持环境。然而，传统上被高度重视的“课外学习活动”对技术应用能力的潜在负向趋势，以及“义工服务”对能力影响的混合性（学术维度显著正向，其他维度不显著），共同揭示了时间投入与能力产出之间并非简单的线性关系，其内在机制存在复杂的“置换效应”与维度特异性。

综上所述，能力发展的有效时间配置并非单一活动的无限延伸，而在于构建一种以高质量的社会性与组织性实践（如学生组织、带薪工作）为驱动核心，以稳定的学术参与为基础支撑，并警惕娱乐及部分无薪活动过度挤占的均衡模式。这一发现为理解并优化本科生时间管理策略提供了关键的实证依据。

（四）数据分析结果的讨论与阐释

本科生时间分配的年级分化特征，印证了民办高校应用型人才培养的实践导向，也呼应了国内研究提及的“短期功利倾向”。数据显示，“上课”作为学术拓展的核心活动，其时间投入始终稳定在每周 20~21 小时，占据时间预算的绝对主导地位，这为学生的学术基础筑牢了根基。与此同时，职业准备相关的“带薪工作”时间呈现清晰的递增趋势，从大一的每周 6 小时稳步增长至大四的每周 9.5 小时，这一变化深刻体现了学生随年级增长的就业焦虑与务实选择，与李立国^[1]提出的“民办学生职业实践投入高于公办”结论形成有力呼应。

但值得注意的是，学术拓展中的“与学业

有关的课外学习活动”仅在高年级略有提升,大四才达到每周 13.5 小时。此外,高年级学生在休闲社交领域的时间投入同步增加,如“参加娱乐活动”时长在大四增至每周 12 小时,“参加体育活动”也提升至每周 12 小时,这一现象说明民办高校学生在职业准备与校园融入之间积极寻求平衡,但也需警惕无目的的娱乐社交对高价值学术及实践时间的挤占,这为高校开展年级差异化的时间管理指导提供了明确靶点。

核心能力增值的维度差异,揭示了民办高校人才培养的结构性短板,与文献中“技术应用能力提升不足”的判断形成呼应。从能力发展轨迹来看,“学术认知与高阶思维能力”呈“稳步提升”模式,得分从大一的 -0.05 持续增长至大四的 0.19,这一变化清晰印证了 Astin^[2]“投入理论”中“学术积累的长期效应”。而“技术应用与社会适应能力”则呈现“大二显著提升后增速趋缓”的特征,得分从大一的 -0.17 大幅跃升至大二的 -0.03,却在大三、大四阶段未能延续陡峭的上升曲线,这与吴冰蓝等^[7]“本科生高阶能力增值低缓”的结论高度一致。

这一发展矛盾的根源在于时间投入的“质效错配”——尽管高年级学生的实践类时间投入显著增加,如“带薪工作”在大四增至每周 9.5 小时,“参加学生组织活动”达到每周 11.5 小时,但正如李立国^[11]所述,民办高校“实践内容碎片化”的问题导致时间投入向能力产出的转化效率不足,使得新生入学时的技术应用能力基础未通过后续实践得以强化,反而因时间分配失衡出现能力发展停滞的现象。

时间分配模式与能力发展的关联机制,凸显了“质量优于数量”的核心逻辑,填补了民办高校该领域针对性研究的空白。数据显示,综合能力高能力者中 32.9% 属于“全面高投入型”模式,这类学生在“无薪工作”(+122.2%)、“承担家庭职责”(+100.5%)、“带薪工作”(+99.0%)、“参加学生俱乐部/社团活动”(+81.0%)等方面的投入显著高于平均水平,这一特征印证了 Kuh^[3]“结构化活动高价值”的观点。其中,学术认知与高阶思维能力高能

力者在该模式中比例最高(35.6%),其高强度的多元实践充分契合了学术能力整合发展的需求。

而技术应用与社会适应能力高能力者在“全面高投入型”模式中比例相对最低(29.5%),结合逻辑回归分析结果中“带薪工作”对该能力维度的显著促进作用($OR=1.20$, $p<0.01$),以及“承担家庭职责”的显著抑制作用($OR=0.90$, $p<0.05$),清晰揭示出技术应用能力的发展对活动类型与质量尤为敏感。这一发现有力反驳了“时间总量决定能力水平”的认知误区,也为解决“时间贫困”问题提供了新思路——关键不在于单纯增加时间投入,而在于优化高价值活动的占比结构。

逻辑回归结果进一步厘清了时间投入的效应边界,为民办高校开展精准化时间管理指导提供了量化依据。其中,“参加学生组织活动”展现出最为稳健的正向促进效应,对技术应用与社会适应能力的 OR 值达 1.16 ($p<0.01$),对综合能力的 OR 值达 1.18 ($p<0.01$),这一结果证实了结构化社会性实践对能力整合发展的关键作用,与 Pham 等^[10]“社会性实践正向效应”的研究发现形成呼应。

与之相对,“参加娱乐活动”的过度投入呈现显著抑制作用,对综合能力的 OR 值为 0.86 ($p<0.001$),这一“时间置换效应”的现实影响,解释了为何部分学生看似“投入多却增值少”。而“无薪工作”等呈现一致负向影响的变量,对技术应用能力的 OR 值为 0.86 ($p<0.01$),则警示民办学生需规避刘声涛等提及的“低目标消耗型活动”,避免核心发展时间被低效活动挤占。这些发现既验证了现有教育理论在民办高校场景中的适用性,也为构建兼具特色与实效的本科生时间管理体系提供了坚实的实证支撑。

六、数据分析与结果解读

(一) 主要研究结论

第一,西安欧亚学院本科生时间分配呈现学业基础稳固、多维投入随年级递增的民办高校典型特征,年级分化显著且与培养阶段适配。作为学术拓展核心的“上课”时间(每周

20~21 小时)在各年级间高度稳定,始终占据时间预算的绝对主导地位,构成学生学术发展的基础盘;实践创新类活动(学生组织、社团活动等,每周 9~11.5 小时)与职业准备类活动(带薪工作,每周 6~9.5 小时)的时间投入呈现清晰的年级递增趋势,其中带薪工作从大一的每周 6 小时稳步增长至大四的 9.5 小时,充分体现民办学生就业导向的务实倾向;休闲社交类活动(娱乐、体育活动等,每周 10~12 小时)保持较高参与度,且高年级投入略有提升,反映学生在学业与实践之外的校园融入需求;家庭职责(每周 6~9 小时)与无薪工作(每周 4.5~5.5 小时)的时间投入相对有限,但前者在高年级同样呈现明显增长。不同年级的时间分配动态演变清晰:以稳定学业投入为基础,随年级升高在职业导向、社会实践及家庭责任方面的时间配置逐步增强与分化,与民办高校应用型人才培养的阶段目标形成呼应。

第二,核心能力增值呈现整体递增、维度分化特征,与时间分配的质效匹配度密切相关。两类核心能力均随年级稳步提升,学术认知与高阶思维能力从大一的 -0.05 持续增长至大四的 0.19,技术应用与社会适应能力从大一的 -0.17 攀升至大四的 0.19,综合能力则从 -0.16 增长至 0.26,整体印证了大学教育的累积效应。但维度差异显著:学术认知与高阶思维能力呈“稳步上升”态势,与大三、大四学生课外学术活动(每周 13~13.5 小时)投入增加的趋势高度契合;技术应用与社会适应能力则呈现“大二陡增后增速趋缓”的特征——大二阶段得分从大一的 -0.17 大幅跃升至 -0.03,是能力成长的关键期,但大三、大四虽实践时间投入更趋多元(如学生组织活动达每周 10.5~11.5 小时),该能力增值却未延续陡峭增长,反映出时间投入与能力发展需求的适配性不足,即“质效错配”问题。这种能力增值特征与时间分配的动态演变形成直接关联,凸显民办高校人才培养中实践时间转化效率的提升空间。

第三,时间分配与核心能力增值存在模式适配、质量优先的差异化关联机制,结构化投入效能凸显。从变量影响来看,实践创新类活动中“参加学生组织活动”展现出最稳健的正

向效应,对综合能力的 OR 值达 1.18**,对技术应用能力的 OR 值为 1.16**。“带薪工作”显著促进技术应用能力发展($OR=1.20^{**}$),“作为义工/志愿者服务”则对学术认知能力有独特提升作用($OR=1.18^{**}$)。而“参加娱乐活动”($OR=0.86^{***}$)、“无薪工作”($OR=0.86^{**}$)等活动的过度投入则产生显著抑制效应;传统重视的“上课”“课外学习”虽呈一致正向影响,但 OR 值相对温和(1.02~1.06)。从模式适配来看,“全面高投入型”是各类能力提升的最优模式——32.9%的综合能力高能力者、35.6%的学术认知高能力者及 29.5%的技术应用高能力者均集中于此,其核心在于多元化深度参与而非单一时间叠加。这印证了结构优于数量的时间分配助力核心能力增值的作用逻辑,说明学生组织活动、结构化实践等高质量时间投入的效能,远优于单纯的时间总量增加。

(二)民办高校人才培养的对策建议

第一,构建年级递进、专业适配的差异化时间分配指导体系。针对学生时间特征与能力需求,建立“阶段目标—能力需求—时间配置”的联动机制。低年级(大一、大二)聚焦基础稳固与习惯养成,针对其休闲社交占比偏高(娱乐活动每周 10 小时)的问题,通过“时间规划工作坊”“学业—实践平衡手册”等载体,教授优先级管理工具,引导将课外学术与高价值实践(学生组织、结构化社团)时间占比提升至 40% 以上,同时利用大二技术应用能力提升关键期,强制预留 15% 课外时间参与计算机应用、团队协作等结构化实践。高年级(大三、大四)聚焦融合提升与职业衔接,针对职业准备时间递增但与学术协同不足的问题,开设“学术—实践融合指导课”,结合民办就业导向,明确理工科学生可分配 30% 课外时间参与科研项目或技术类实习,文科学生预留 25% 时间参与结构化实习或学生组织管理,同时控制无薪工作等低效活动时间占比低于 10%,实现职业准备与学术能力的协同发展。

第二,以能力增值为核心优化第二课堂结构化供给。基于时间质量优于数量的研究结论,全面升级第二课堂的内容与管理。一是聚焦高

价值活动类型, 削减碎片化娱乐、低目标无薪工作等低效活动, 重点打造学生组织品牌活动、跨专业项目式实习、义工志愿服务三类核心载体, 建立“时间投入—能力产出”的精准对接机制, 在学生组织活动中嵌入领导能力、问题解决等模块, 在实习中明确技术应用能力提升目标。二是破解技术应用能力增长瓶颈, 针对该能力大三、大四增速趋缓的问题, 依托民办高校产教融合优势, 开发“AI 应用工坊”“跨专业实践项目”等结构化活动, 要求学生每周固定投入 3~5 小时并完成阶段性成果, 避免实践时间流于形式。三是建立质量评估体系, 将能力增值贡献率作为核心指标, 结合逻辑回归中 OR 值显著的变量(如学生组织活动), 量化评估活动效能, 淘汰低效活动并将优质活动纳入人才培养方案, 明确学分要求与能力目标。

第三, 强化“精准诊断+全程督导”的师生互动引导机制。借鉴科研导师制优势, 构建融合能力诊断、计划制定、过程优化为一体的全方位体系。一是建立常态化诊断机制, 每位教师对接固定数量学生, 结合因子分析的能力得分结果, 为学术认知薄弱学生制定“深度学术参与计划”(如每周 2~3 小时参与课程资料研读、数据分析任务), 为技术应用能力不足学生推荐学生组织、带薪实习等高质量实践活动。二是分阶段实施督导, 低年级由导师主导时间规划, 重点纠正无目的社交等问题; 高年级由导师提供个性化建议, 指导学生平衡学术、实习与家庭职责的时间分配, 尤其针对“承担家庭职责”对技术应用能力的抑制作用, 为相关学生提供灵活实践方案(如线上结构化实习)。三是完善评估激励, 将学生能力增值(如综合能力得分提升幅度)纳入导师考核, 确保指导落地见效。

第四, 营造“效能优先、协同发展”的民办高校特色校园文化。通过多元载体引导学生树立以能力增值为靶向、以精准投入为手段的时间管理理念。一是树立典型标杆, 开展“高效时间管理榜样评选”“能力增值案例分享会”, 重点展示“全面高投入型”模式学生的实践经验(如高质量无薪工作、社团活动的高效参与方式), 明确不同模式对应的能力优

势。二是强化风险警示, 制作“低效时间消耗指南”, 结合逻辑回归结果, 列举过度娱乐($OR=0.86^{***}$)、低质量无薪工作($OR=0.86^{**}$)等民办学生常见低效场景的负面影响及替代方案。三是构建全程浸润体系, 将时间管理素养纳入新生入学教育和毕业生就业指导, 重点教授时间量化方法和衔接职业准备时间规划, 鼓励成立时间管理互助小组, 通过同伴监督优化时间投入, 引导学生将时间分配与能力增值紧密结合, 全面推动民办高校应用型人才培养目标高质量实现。

参考文献:

- [1] 教育部. 2024 年全国教育事业发展统计公报 [R/OL]. 2025-06-11. http://www.moe.gov.cn/jyb_sjzl/sjzl_fztjgb/202506/t20250611_1193760.html.
- [2] Astin A W. Student Involvement: A Developmental Theory for Higher Education [J]. Journal of College Student Personnel, 1984, 25 (4): 297-308.
- [3] Kuh G D. High-impact Educational Practices: What They Are, Who Has Access to Them, and Why They Matter [M]. Washington, DC: Association of American Colleges and Universities, 2008.
- [4] 刘声涛, 张婷, 徐丹. 本科生课外时间投入对能力发展的影响——基于 H 大学学生就读经历调查数据 [J]. 复旦教育论坛, 2015, 13 (5): 55-61.
- [5] 鲍威, 陈得春, 佟琳楠. 美德是否可教? 高等教育对学生道德认知发展的影响研究 [J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2023, 41 (4): 56-71.
- [6] 唐旭亭, 郭卉. 师生互动对大学生批判性思维能力增值的影响路径研究——基于“2016 年全国本科生能力测评”调查 [J]. 中国人民大学教育学报, 2020 (2): 37-48.
- [7] 吴冰蓝, 周丽萍, 岳昌君. AI 时代高等教育要素投入对本科生核心能力增值的贡献 [J]. 教育与经济, 2024, 40 (2): 68-78.
- [8] 张青根, 张世倩. 科研导师指导与本科生能力增值——基于“2023 中国本科生学习与发展状况”的实证分析 [J]. 高等工程教育研究, 2024 (5): 95-101.
- [9] PASCARELLA E T, TERENCEZINI P T. How College Affects Students: A Third Decade of Research [M]. San Francisco: Jossey-Bass, 2005.
- [10] PHAM C, HOANG H M T. Status Quo of Human Resource Training Management at Vocational Colleges in Vietnam

- Toward the Development of Smart Agriculture[J].Journal of Contemporary Educational Research, 2025, 9 (10): 1-13.
- [11] 李立国. 公办与民办高校学生课外时间分配对比研究[J]. 高等教育研究, 2020, 41 (3): 65-72.
- [12] ARUM R, ROKSA J. Academically Adrift: Limited Learning on College Campuses [M]. Chicago: University of Chicago Press, 2011.
- [13] 常桐善. 中美研究型大学本科生基本能力比较研究[J]. 中国高教研究, 2018 (2): 48-55.
- [14] 麦可思研究院. 中国应用型高校学生核心能力测评报告 (2022) [R]. 北京: 社会科学文献出版社, 2022.
- [15] 郑庆华. 项目式教学与学生创新能力培养 [J]. 中国高教研究, 2020 (7): 89-94.
- [16] 张青根, 卢瑶. 科研参与促进了本科生批判性思维能力增值吗——来自“全国本科生能力追踪测评”的证据 [J]. 高等工程教育研究, 2022 (3): 59-67.
- [17] 韦艳艳, 李明. 产教融合项目对学生职业素养增值的影响研究 [J]. 职业技术教育, 2025, 46 (12): 56-61.

Study on the Correlation between Time Allocation and Core Competency Improvement of Undergraduates in Private Colleges: Based on the Survey Data of Students' Learning Experience in Xi'an Eurasia University

Hu Xiaobing^{1,2}, Chen Guanyu¹, Liu Bingxin¹, Ding Shanshan²,
Liu Sijia², Zhang Shiruo³

(1. Institute of Educational Innovation, Xi'an Eurasia University, Xi'an, Shaanxi 710065, China;

2. School of Accounting and Finance, Xi'an Eurasia University, Xi'an, Shaanxi 710065, China;

3. School of Data Science, Xi'an Eurasia University, Xi'an, Shaanxi 710065, China)

Abstract: Against the backdrop of the high-quality development of higher education and the deepening of applied talent cultivation, the rationality of time allocation for undergraduates in private colleges has become increasingly crucial to the improvement of their core competency. Taking 7,530 undergraduates from Xi'an Eurasia University as the research sample, this study systematically analyzes the multi-dimensional characteristics of undergraduates' time allocation and the correlation mechanism with the improvement of core competency, based on the survey data of students' learning experience in 2024 and by adopting quantitative research methods such as K-means clustering, factor analysis, and logistic regression. The results show that undergraduates' time allocation presents the characteristics of solid academic foundation and progressive multi-dimensional investment with grades, and the grade differentiation is highly compatible with the application-oriented training stages; the comprehensive high-investment model is the optimal time allocation model for ability improvement, among which participating in student organization activities has a significant positive promoting effect on comprehensive competencies, paid work on technical application and social adaptation abilities, and volunteer service on academic cognitive and higher-order thinking abilities, while excessive entertainment and low-quality unpaid work show inhibitory effects. The improvement of core competency generally increases with grades but shows obvious dimensional differentiation, and the technical application and social adaptation abilities have the problem of significant increase in the sophomore year followed by a slowdown in growth rate, which reflects the mismatch between time input and ability output. Corresponding countermeasures and suggestions are put forward, including constructing a progressive and differentiated time allocation guidance system by grades, optimizing the structured supply of the second classroom, strengthening the precise teacher-student interaction guidance mechanism, and building a campus culture prioritizing efficiency. This study provides research support for improving the time management level of undergraduates in private colleges, promoting the continuous improvement of their core competency, and advancing the high-quality talent cultivation development of private colleges in the new era.

Key Words: private college; time allocation; core competence improvement; applied talent cultivation