

# 微课在大学生心理健康教育课中的作用探析

杨 晖

贵州医科大学 贵州 贵阳 550004

**【摘要】** 信息时代教育的背景下, 微课已经成为当前教育体系中的重要组成部分。微课对于学生的自主性学习具有重要的促进意义, 学生通过微课学习能够得到有效教学知识的同时, 也能了解课程重点和学习目标。当代高校的大学生心理健康课程已经采取微课形式, 有效的提高课程教学效率以及教学质量, 但是在教学过程中还存在一些不足和优化方向, 本文针对微课在心理健康教育课程中的作用进行重点分析和研究, 探讨微课的使用价值和推广意义。

**【关键词】** 微课; 心理健康教育; 大学生

高校大学生在接受心理教育课程教育时, 会遇到很多学习问题, 受教学环境限制, 教师无法顾及到所有学生的学习疑问和心理状态问题。教师的课堂时间有限, 将教学内容进行重点讲解占用课堂的主要时间, 与学生的互动有限。微课的出现打破了传统教学的限制, 学生可以通过微课进行自主学习, 教师在课堂教学过程中能够侧重与学生进行互动交流, 有效的提高了教学的质量与效率。

## 一、简述微课

微课是以视频为主体的课程内容, 是一种新型的教育资源, 通过 5-10 分钟的课程重点内容讲解, 将教学实践内容呈现给学生, 通过网络平台进行传播, 满足学生个性化学习差异, 适应现代化教育时代, 教学重点和知识体系清晰明了, 知识内容和教学性质突出。微课属于网络教学资源, 具有突出的便利性, 学生能够自由选择学习时间和学习方式, 不受空间和环境限制。课程内容具有视频学习的自由度, 能够无限回放、下载和在线播放, 课程体系以教学知识为主体, 方便学生进行复习和课程重点掌握, 教师也可以课上进行微课视频播放, 缓解教师的教学压力, 有效提高课堂教学效率。

## 二、高校心理健康教育课现状

微课在高校推广后, 教学效果显著, 但是在实际教学过程中还是存在一定的问题, 尤其是在心理健康教育课的具体实施过程中。首先, 学生的自主学习自律性较差, 不配合教师的课程计划开展。高校大学生的专业性较强, 学生对于非专业课程的学习兴趣较低, 学习的积极主动性较差, 对于教师施行的“翻转课堂”教学理念和方法“不感冒”, 严重影响教学效率和教学质量的提高; 其次, 教师为学生选择的微课不适应学生的学习进度。一些心理健康课程的教师, 为了教学方便会选择其他教师制作完成或者名人推广的微课教程, 一些微课教程与教材内容切合不紧密, 学生在学习过程中无法清晰掌握学习重点; 最后, 微课制作的质量问题, 一些授课教师自己制作微课内容, 存在一些不足, 拍摄器材与拍摄水平是主要的影响原因, 教师本身不是摄影方面的专业人员, 拍摄的微课存在清晰度不够和画面混乱的情况; 其次是教师的节奏控制, 由于微课教学的课程时间较短, 将课程的节奏把握不清晰会直接影响学生的观看体验。尤其是课堂多媒体课件播放时, 投影幕布的清晰度角度, 和过快的教学节奏, 让学生对于教学细节无法清晰掌握, 影响课堂教学质量。

## 三、微课在大学生心理健康教育课中的作用

微课教学虽然在开展过程中存在一定的不足, 但是通过教师与学校的不懈努力, 教学成果显著, 对于学生的心理健康培养具有重要的促进意义和教学作用,

学生通过微课的学习和教师的课堂讲解, 学生的学习进度以及心理健康管理能力得到有效的提高, 提高学生自主学意识的同时, 为高校心理健康教育课的科学实践性注射一针“强心剂”。

### (一) 提升教学效果

微课的教学便利性极大程度的提升了课堂教学效果, 教师通过多媒体课件进行微课课程的播放, 学生直接进行课程学习, 教师可以通过学生的学习疑虑和学习问题进行针对性的回答和解析, 适当的教学延伸拓展课堂教学内容, 教师可以在课堂教学过程中开展小组探讨活动或者其他多元化教学活动, 提高课程的多元性, 激发学生的学习兴趣, 学生在丰富的教学活动中体会心理健康教育课程的趣味性, 激发学生的学习主动性, 加深学生的学习体验感受, 提升教师的课堂教学质量与教学效率。

### (二) 优化教学课程体系

微课的实施教学, 是全新的教学体验, 优化了当前的心理健康教育课程体系。学生通过微课资源进行课程预习, 几分钟的微课学习, 学生清晰了解课程内容与学习重点, 学生能够通过微课题目了解课程体系的结构和组成。利用课前时间进行微课学习, 学生对于当前的课程已经具有初步的学习印象, 教师在课堂教学过程中可以直接进行教学延伸, 拓展学生的学习知识面, 关于心理健康教育问题, 教师可以直接进行教学引导提问, 观察学生的学习角度, 结合学生的实际情况以及学习思路进行引导, 完善课程教育体系的不足, 深化学生对教学内容的理解。

### (三) 保证学生个体性差异

微课的重要教学突破是满足学生的个体性差异, 确立学生学习主体地位的建立, 教师在教学过程中可以根据学生的不同学习水平和学习掌握情况进行灵活的教学模式开展, 通过对学生的耐心引导, 学生清晰自身的心理健康问题, 学习解决心理问题和端正学习心态的方法, 及时与教师或者同学抒发心中的负面情绪, 感受心理健康教育课程的有效性, 巩固心理健康知识。

## 四、结束语

高校大学生心理健康与课程中使用微课教学, 能够有效提高教师的课堂教学效果, 激发学生的学习积极性, 培养学生自主学习意识, 提高学生心理健康管理能力, 提高教师与学生的课堂互动性, 拓展学生的学习知识面, 掌握更多有效的调整心态方法, 建立正确的人生价值观念, 在不断地学习与进步过程中了解心理健康教育的重要性。

## 【参考文献】

- [1] 王玉洁. 微课在高职大学生心理健康教育教学中的研究 [J]. 广东轻工职业技术学院学报, 2015.03.
- [2] 刘艳. 微课在高职大学生心理健康课程中的应用 [J]. 当代教育实践与教学研究: 电子刊, 2016(3).
- [3] 廖文娜. 微课在大学生心理健康教育课程中的应用探析 [J]. 顺德职业技术学院学报, v.16; No.53(02):60-63.