

# 《健康教育学》课程教学方法与手段的改革创新研究

孙晓梅 张雪雷 谭文娟

昆明城市学院 云南省昆明市 650000

**摘要:** 本文主要介绍了《健康教育学》课程教学方法的改革创新方案。首先分析了《健康教育学》课程教学现状, 根据存在问题及成因提出课程教学方法与手段改革创新的思路, 包括互动式教学法设计、案例教学法应用和实践教学法探索。多媒体互动白板应用、多媒体素材整合以及智能化教学工具的运用等。文章强调通过线上课程开发、互动交流社区建设以及移动学习, 建设网络教学平台以提高教学效果和学生的学习体验。采用多元化评估方式、实时反馈与调整以及教学改进与优化等手段进行评估与反馈, 确保教学质量的提升。还展望了改革创新实施计划与预期效果, 以期通过改革创新, 提高教学效果、增强实践能力、提升师生素质以及推动课程发展。

**关键词:** 《健康教育学》课程; 教学方法与手段; 改革创新

## 1. 引言

在当今社会, 生活节奏加快, 竞争压力增大, 健康问题备受重视。健康教育学作为培养学生健康素养和综合能力的重要学科, 它传授健康知识、技能和价值观, 旨在提高个体健康意识、促进健康行为, 涉及生理、心理、社交健康等多方面, 健康教育学在实际教学中制约了学生健康素养和综合能力的培养。为提高教学质量, 本研究旨在探索创新教学方法, 并利用新媒体技术传递健康教育内容, 以推动课程改革, 支持学生全面发展。

## 2. 《健康教育学》课程教学现状分析

### 2.1 现有教学方法与手段

目前常见且有效的教学方法与手段有教师通过清晰的讲解、阐述和解释, 引导学生深入理解健康教育学的基本知识、理论和方法的讲授法; 对实际健康问题进行分析、讨论和研讨的案例教学法; 强调学生的主体地位, 通过师生互动的方式, 鼓励学生参与课堂讨论、答疑和分享的互动法; 通过运用 PPT、视频、音频等多媒体材料, 更直观地展示教学内容的多媒体教学法等。

### 2.2 学生参与度与满意度

在参与度方面学生表现出较高的积极性, 能够积极参与课堂讨论、作业完成和考试考核等活动。通过课堂互动和自主学习, 学生们能够掌握《健康教育学》的基本知识和理论, 部分学生在课外自主学习和探究方面仍需加强。

在满意度方面表现出整体较高。学生们对课程内容、

教师讲解、教学方法等方面给予积极评价, 认为课程具有实用性和针对性, 能够帮助他们更好地理解 and 掌握《健康教育学》的知识和技能。

### 2.3 存在问题及成因分析

教学方法主要依赖讲授法, 虽然有助于知识的传授, 但会使学生陷入被动接受知识的状态, 缺乏主动学习的动力, 学生实践能力不足导致学生在实际应用中显得力不从心, 无法将所学知识很好地应用于实际工作中。教学未充分利用现代科技手段辅助教学, 难以激发学生的学习兴趣 and 积极性, 影响教学效果。课程考核方式过于注重知识记忆理论掌握, 忽视了学生实际应用能力和素质的提升, 不利于学生的全面发展。

我们需要引入更多元化的教学方法, 以提高学生的学习兴趣 and 积极性; 加强实验教学、社会实践等方面的内容, 让学生在动手操作中加深对知识的理解和应用; 引入更多现代科技手段, 提高教学内容的生动性和趣味性; 引入更多元化的考核方式, 以全面评估学生的学习成果和综合能力。

## 3. 《健康教育学》课程教学方法改革创新

### 3.1 互动式教学法设计

师生互动是互动式教学的核心环节。在课堂上, 教师应积极与学生进行互动, 通过提问、讨论等方式, 引导学生积极参与讨论, 激发学生的思维活力。互动过程中, 教师可以观察学生的学习状态, 及时调整教学策略, 确保学生始终保持学习兴趣。还可以借助多媒体教学手段, 为学

生提供丰富的教学资源,增强课堂的吸引力。

学生之间的互动是互动式教学中不可或缺的一环。通过分组讨论、团队合作等方式,学生可以共同解决问题,培养团队协作能力和沟通能力。在分组过程中,教师可根据学生的性格、学习水平等因素进行合理搭配,确保小组活动的顺利进行。还应加强对小组活动的指导和管理,避免学生陷入盲目讨论或偏离主题的困境。

线上线下互动教学模式逐渐受到青睐。通过在线教学平台,学生可以随时随地参与学习,打破地域和时间的限制。教师可以利用在线测试、论坛讨论等方式,与学生进行实时互动,及时了解学生的学习进展并提供指导。这种教学模式可以提高学生的学习效率,增强学生的学习体验。

### 3.2 案例教学法应用

应选取具有代表性的健康教育案例作为教学素材,可涵盖社区健康教育、学校健康课程设置等方面,以展现健康教育的多元化实施场景。对所选案例进行深入剖析,从教育目标、教育内容、教育方法等方面入手,详细阐述健康教育的实施过程,让学生深入了解健康教育的实施细节,以及教育效果评估的方法和指标,引导学生深入探究不同案例背后的教育理念、实施过程及效果评估,从而全面把握健康教育的核心要素。再通过模拟教学、实地考察等方式,让学生亲身体验健康教育的实施过程,从而进一步提高学生的实践能力和问题解决能力,让学生将所学知识应用于实际情境中,检验学习效果,为未来的职业发展奠定坚实基础。

### 3.3 实践教学法探索

为了打破重理论知识的掌握,轻实际操作能力这一局限性,现代教学注重将课堂教学与实际操作相结合。例如,在健康体能课程中,组织学生进行体质测试、运动减肥方法等实操练习,能够让学生在实践中加深对理论知识的理解和应用。

除了校内实践,积极寻求校外实践机会也是提升学生实践能力的重要途径。通过与社区、企业等合作,共同开展健康教育、学生能够在实际的社会环境中应用所学知识,提高他们的社会责任感和团队协作能力。还能为学生提供更多的实践机会和就业渠道,为他们的未来发展奠定坚实基础。

对实践教学进行综合评价和反馈,是提升教学效果和

质量的关键环节。通过收集学生的反馈意见,了解他们在实践过程中的问题和需求,可以不断改进实践教学的内容和方法。

## 4. 《健康教育学》课程教学手段改革创新

### 4.1 多媒体教学技术整合

#### 4.1.1 互动白板应用

互动白板作为多媒体教学的重要设备,通过触控屏幕,教师可以轻松地展示课件、实时标注和互动讨论,提高了学生的课堂参与度,促进了他们对教学内容的理解和吸收。还可以根据学生的学习进度和兴趣,实时调整教学内容和节奏,使教学更加灵活和高效。它还支持多人协作学习,学生可以通过分组讨论、共同完成任务等方式,提高团队合作和沟通能力。

#### 4.1.2 多媒体素材整合

多媒体素材的整合是多媒体教学技术的重要应用之一。通过整合文本、图片、视频等多种媒体素材,教师可以呈现更加丰富的教学内容,激发学生的学习兴趣 and 效果,提供更多元化的学习体验,帮助他们更好地理解和记忆所学知识。多媒体素材的整合有助于教师打破传统的教学框架,引导学生从不同的视角和思维方式去理解问题,培养他们的创新思维和批判性思维。

#### 4.1.3 智能化教学工具运用

智能化教学工具正逐渐渗透到教育领域,它可以帮助教师更好地组织教学、评估学生的学习成果,可以为教师提供个性化的教学建议。例如,智能题库可以根据学生的学习水平和学科特点,为他们提供针对性的练习题目;在线测试系统则可以通过实时评分和反馈,帮助教师及时了解学生的学习情况,调整教学策略。智能化教学工具的运用可以提高教师的教学效率和质量,促进他们的专业发展和成长。

### 4.2 网络教学平台构建

构建一个高效、便捷的网络教学平台,需从线上课程开发、互动交流社区建设以及移动学习支持三个方面进行深入研究与实践。

线上课程是网络教学平台的核心资源。在制作和优化线上课程时,需充分考虑课程内容的结构、呈现方式以及学习效果。通过整合视频、课件、作业等多种教学资源,为学生提供一个丰富、生动的线上学习环境。同时,应关

注课程内容的更新与优化，确保课程内容的时效性和实用性。

互动交流社区是网络教学平台的重要功能之一。在网络教学平台上搭建互动交流社区，可以鼓励学生进行在线讨论、分享经验，从而提高学习效果。通过引入在线答疑、小组讨论等功能，实现教师与学生之间的即时互动。还可以利用社交媒体等渠道，为学生提供更加便捷的交流平台。

移动学习支持是网络教学平台的发展趋势之一。为了提供便捷的移动学习服务，需优化移动学习支持服务，包括开发手机 APP、微信公众号等渠道，学生可以轻松访问线上课程、参与互动交流，方便随时随地的学习，实现高效、便捷的网络学习体验。

#### 4.3 评估与反馈机制

传统的单一评估方式往往侧重于记忆能力，而多元化评估则能更全面地考察学生的综合能力。实时反馈与调整是确保教学效果的关键。在教学过程中，教师应密切关注学生的学习情况和反馈，以便及时调整教学策略和手段。通过收集和分析学生的反馈意见，教师可以更准确地把握学生的学习需求和兴趣，从而制定出更具针对性的教学计划。实时反馈与调整还有助于教师及时发现并解决教学中的问题，引入新的教学方法和技术手段，更好地激发学生的学习兴趣 and 积极性，提高教学效果，还有助于教师不断完善自己的教学能力和技巧，提升教学质量和水平。

### 5. 改革创新实施计划

#### 5.1 实施步骤与时间节点

在学期初，全面收集关于健康教育课程现状的数据，这包括课程安排、教学方法、教学手段、课程内容等方面的信息。通过深入分析这些数据，我们可以明确当前课程存在的具体问题，深入了解师生的需求，包括他们对课程的期望、建议以及改进方向。在数据分析的基础上，结合师生需求，我们可以制定更具针对性的改革创新方案。

在学期中，根据前期调研结果，制定详细的教学方法、教学手段改革创新方案并具体实施改革，旨在全面提升课程的趣味性和实用性。实施过程中，密切关注学生的反应和变化，及时调整策略，确保改革方案的有效实施。

在学期末，对改革创新的效果进行评估。通过收集师生的反馈意见，了解他们对改革方案的看法和建议，深入分析改革成效及存在的问题，为今后的改革提供借鉴。

#### 5.2 资源配置与保障

在人力资源方面，健康教育教师应具备丰富的教学经验和专业知识，能够胜任跨学科的教学工作。可以邀请行业专家参与教学提供最新的行业资讯和实践指导，帮助学生更好地适应未来社会的需求。在物资资源方面，教学设备、工具和数据资源是支撑教育信息化进程的基础，这些资源能够满足学生多样化的学习需求，能提高他们的学习兴趣和效率。

#### 5.3 风险评估与应对

教学适应性风险是教育改革过程中不可忽视的问题。当教学环境与教学方法发生显著变化时，师生需要适应新的教学节奏和教学方式。这段时间内，可能会出现教学进度受阻、教学质量下降等风险。为了有效应对这一风险，需采取一系列措施。例如，通过提前培训、演示和指导，提高师生的适应能力和接受度。可以组织专门的教师培训活动，邀请专家进行授课，提供丰富的学习资源，帮助教师更好地掌握新的教学方法和手段。还应关注学生在学习过程中可能遇到的困难，及时提供支持和帮助，确保他们能够尽快适应新的教学节奏和教学方式。

为了确保改革的顺利进行，可以定期组织学生进行反馈调查，了解他们对教学方法和内容的看法和建议，以便及时调整教学策略和内容。还应关注教师了解了学生的学习需求和问题，为后续的课堂教学提供有针对性的帮助和支持。

### 6. 预期效果与目标

提高教学效果是改革创新的核心目标，通过采用案例教学、互动式教学等新型教学方法，激发学生的学习兴趣，让学生更好地参与到课程中来，加深对知识的理解 and 应用。增强实践能力是改革创新的重要目标。健康教育是一门实践性很强的学科，要求学生具备较强的实践能力，我们将通过增加实验课、实践课等教学环节的比重，提高学生的实践操作能力。提升师生素质是改革的最终目标。通过改革创新，希望能够促进师生的共同成长和发展，鼓励学生积极参与科研活动，培养他们的创新意识和能力。推动课程发展是改革的最终目标，我们将不断探索新的教学方法和手段，通过优化课程设置、提升教学质量等方式，提高课程的质量和水平，为培养具备创新精神和实践能力的人才做出贡献。

## 7. 结论

在教学方法上,我们成功引入了多种创新的教学模式,如互动式教学法、案例分析法、实践教学法等。在教学手段上,我们实现了线上线下相结合的教学方式,如借助微信、学习通等。本研究也存在一些不足,如样本量相对较小、研究方向存在局限性、线上线下融合的深度有待加强等,为我们未来的研究指明了方向。

## 参考文献:

- [1] 王先茂,毕永兴,凌晨等.美国高校健康教育课程的理论探讨与实践案例[J].体育学刊,2018,25(6):105-111.
- [2] 周建芳.高校健康教育 SWOT 分析[J].中国健康教育,2017,33(10)923-926.
- [3] 乃吉米耶·阿卜杜热西提等.健康教育课程教学创新改革探讨[J].教育信息化论坛,2021.07:81-82.

## 课题来源:

昆明城市学院 2024 年度校级科学研究基金项目