

内化为能力,从而强化学习效果、锻炼学生思维。最后,通过组织课堂比赛活动,为学生提供有效的学习成长展示和交流平台,增强学习动力,从而营造出竞争的学习氛围,使其收获荣誉感与自信心,提高学生的参与积极性。

(三) 课后阶段

翻转课堂是对于教学顺序的翻转、师生地位的翻转、学习场所的翻转。但是无论如何,翻转课堂是不能够翻转基本的认知规律的。相反翻转课堂恰恰是力图使学习与基本的认知规律更加契合,从而提升体育课程学习的效果。在课前阶段,学生利用在线体育教学平台开展自主学习是一个对体育知识和技能形成感性认识的过程;在课中阶段,在教师的组织和引导下参加各种形式的体育活动是一个对体育知识和技能由感性认识进一步升华为理性认识的阶段;而有理性认识向统性认识的升华则需要通过课后阶段的学习来完成。

将“翻转课堂”应用于高校体育教学的课后阶段,概括来说主要包含两个大的方面:一方面是学生对于学习过程的总结、反思,对于所学的体育课程内容进行巩固。其既可以是学生个体为单位,让学生提交体育学习心得、学习总结、学习报告,或者是进行在线测试等形式来进行;也可以是以小组为单位,通过组间的体育竞赛来进行。另一方面是教师对于教学过程的回顾、教学效果的总结和反思,并进行教学计划的改善。

三、高校体育应用“翻转课堂”构建教学模式的策略

(一) 基于“翻转课堂”的高校体育教学目标

与传统的课堂教学模式相比,翻转课堂应用于教学模式,必须在教学目标的设计上进行相应的调整,在课前、课中和课后阶段都必须有与之相匹配的教学目标作为指导。

在课前阶段教学目标设计中,应该把新知识、技能以及方法作为体育教学的主要目标。此外,除了对于新知识、方法和技能上做出目标要求以外,课前阶段教学目标的设计还应该关注情感类教学目标。对于学生课前阶段的在线学习情绪、意志力以及兴趣做出要求,致力于端正学生自主学习的动机、态度以及价值观,以真正提升学生的自主学习能力。

在课中阶段,教学目标的设计应紧扣体育技战术、锻炼方法的规范性、学生身

体素质的增强、身心的健康发展。同时,学生在课堂上体育活动的参与程度、学习的主动性的提高、合作学习能力的提升等也应该成为课中阶段重要的教学目标。

课后阶段教学目标的设计也必须围绕该阶段主要的教学内容进行,将学生课后对于所学体育知识和技能的掌握程度的提升、学生总结和反思能力的培养和提高作为主要教学目标。

(二) 在线体育教学平台的构建

高校体育“翻转课堂”教学模式的构建离不开在线体育教学平台的搭建。具体来说,在线体育教学平台应该包含以下功能模块:供体育教学资源上传的模块;让师生、生生之间进行线上交流和沟通的交流、答疑、讨论模块;让学生展示和交流学习成果的展示模块;供学生检验学习成果的在线测试与评价模块;供学生、教师、管理人员进行登录和管理的其他模块等。

(三) 注重不同学习阶段教学策略的选择

将“翻转课堂”应用于高校体育教学模式中,课前、课中和课后三个阶段的主要教学目标有所区别,其侧重点也大不相同,因此必须针对不同阶段的具体内容、主要特点,运用“翻转课堂”的特色教学手段,采取差异性的教学策略。从而在实质上提高教学质量及效果,深化学生的学习认知,提高其自主学习与思维能力。

结语

总之,将“翻转课堂”应用于教学模式的构建是对于高校体育课堂教学的一次变革,也为高校体育课堂教学的改革找到新的思路和新的方向,其深入研究与有效运用,将促进学生的体育素养和学习能力得到全面提升。

参考文献

- [1]王合震,唐亮,尹璐.“翻转课堂”在高校体育教学中的应用研究[J].山东师范大学学报(自然科学版),2017(2):166-168
 - [2]丰士凯.高校体育教学“翻转课堂”模式构建研究[J].体育世界(学术版),2017(10):163-164
- 作者简介:
韩维,女,(1984.11-),湖南长沙人,本科,湖南农业大学东方科技学院,讲师,研究方向:体育教育。

高职院校辅导员如何做好大学生心理健康教育工作

刘珂菁

(延安职业技术学院 陕西 延安 716000)

【摘要】高职院校是培养优秀学生最重要的地方,高校中的学生由于要面临着走向社会的压力,就导致很多学生的心理一直处于紧绷的状态,这样对于学生来说是没帮助的。高校中的辅导员作为学生学习和日常生活中的负责人,加强学生的心理健康是辅导员最应该做的,这样才能让学生在生活和学习中保持良好的心态,让学生出色的走进社会,为社会提供优秀的人才。

【关键词】高职院校;辅导员工作;心理健康教育工作

在高校中,学生的学习和生活相比较于中学都发生了很大的改变,高中将大部分的心思都用在了学习上面,而到了大学,相当于进入了一个小社会,无论是学习还是生活都需要自己独立完成。在高职院校中,影响学生心理的因素有很多种方面,可能有家庭方面,也可能是学习方面,甚至情感方面都是影响学生心理健康的因素,因此学生的心理健康显得格外的重。

1 高职高专院校影响大学生心理健康发展的主要问题

1.1 人际交往问题

在高职院校中,人际交往是非常重要的,每一个学生都可以在学校中找到自己的好朋友,但是有一小部分的学生他们性格内向,平时遇到陌生人他们不善于去表达自己,因此就导致身边的朋友很少,时间长了后,学生的内心情感就无人进行倾听,让学生有一种被孤立的感觉。还有一种学生,他们特别自以为是,心目中只有自己,从来不考虑别人的感受,这样的学生朋友会越来越,最后导致与别人的关系非常紧张。

1.2 贫困生问题

在高职院校中,心理问题最多的就是贫困生,因为每个人的家庭环境都不一样,所以贫困生在其他学生面前就会显得比较自卑,他们在学校中就会表现得态度消极,在上课的时候不能集中注意力,他们平时的日常生活中喜欢自己一个人,时间长了就会形成一种孤僻的性格,这样就严重的影响了贫困生的心理健康。贫困生在平时遇到一些事情或语言的时候,他们会特别的敏感,当同学们在一起交流的时候,他就会怀疑同学们是在议论自己,这样时间长了就会导致贫困生的心理更加的压抑。

1.3 学业问题

学习上面的问题是任何阶段的学生都有的问题,主要体现的方面就是学习压力比较大,所学习的知识听不懂,担心考试考不过等等。在高职院校中,有些学生可能所选择的专业并不适合自己,有些科目是自己的弱项,但是这个专业还必须学习这个,这样就会给一些学生带来学业上面的压力,在快考试的时候,这类学生会担心自己会挂科,因此在考试之前会有特别严重的心理压力,最后导致在考试的过程中发挥失常,没有达到自己应该达到的水平。

1.4 就业压力问题

高职院校的学生面临的最大问题就是自己毕业后将要走向社会,就业的问题成为最严重的问题,现在高职院校每年招收的学生越来越多,导致就业岗位竞争压力很大,会多高职院校的学生在毕业的时候找不到合适的工作,生活压力逐渐增大,这种就是就业压力给学生带来的心理问题。有些工作岗位在招人的时候会设置学历,有些岗位不会设置,但是很多学历相对较低的学生在竞争工作岗位的时候就会显得不自信,从而导致自己竞争失败,没有拿到自己想要的工作岗位。

2 高职高专院校辅导员如何加强大学生心理健康教育

2.1 加强辅导员心理健康教育培训,提高辅导员自身素质

在高校中,辅导员对学生心理健康的引导是非常重要的,但是在帮助学生的時候,辅导员自己的心理素质也应该提高,也应该多去学习一些如何培养学生心理素质方面的知识。在学校举办的心理活动中,辅导员应该积极的参加,并在这些活动中找到帮助学生疏导心理的方法,从而提升自己的能力,在以后的学习和生活中给予学生更加有效的帮助。

2.2 加强辅导员与学生交流与沟通,加深对学生的了解

如果辅导员想要更好的疏导学生的心理,让学生有一个健康的心理状态,那么辅导员一定要多和学生进行沟通。在平时的日常生活中,辅导员应该多去宿舍和学生进行沟通,让学生感觉辅导员特别的和蔼,从而放下心中对老师的芥蒂,让辅导员和学生增加一种朋友的关系。辅导员应该了解班级中每一个同学的特点,多和学生进行交流沟通,应该多倾听学生的烦恼。

2.3 加强宏观调控,充分利用班级干部尤其是心理委员的桥梁作用

在大学中,每一个班级都设有一位心理委员,辅导员应该多和心理委员进行沟通,通过心理委员去了解班级中其他同学的情况。辅导员从一开始设定心理委员的时候,就应该找心理素质强、沟通能力强、有责任心的学生,心理委员一定要发挥自己的职能,而不是混学分。心理委员作为班级中的一分子,在平时的学习和生活中与其他同学接触更加多,所以了解同学的心理情况也要比辅导员了解的更加广泛,因此辅导员、心理委员、宿舍长应该相互的联系起来,共同的去解决学生的心理问题。

2.4 加强对大学生的感恩教育

在平时的学习和生活中,无论是学习上面遇到的困难,还是生活上面遇到的难题,总会有一些人帮助你一起解决,所以要学会感恩,去感恩那些曾经帮助过你的人。在平时,辅导员应该多开展一些关于感恩教育的活动,让感恩深入学生的心中。这样能让学生在学校或者社会都怀着一颗感恩的心,用自己的真心去回馈他人,这样对于以后的人际交往的帮助是非常大的。

3 结束语

高职院校中学生最重要的就是心理健康,学生有一个好的心理健康,才能在以后的学习和生活中更加健康。在学生心理发展的过程中,辅导员起到非常关键的作用,因此,辅导员应该发挥自己的职能,多倾听学生、帮助学生,让学生感受到关爱,这样对于学生以后的发展是非常有帮助的。

参考文献

- [1]陈耀龙.辅导员开展大学生心理健康教育的理论与实践研究[J].黑龙江教育学院报,2018(10):89-91.
- [2]张小春.高校辅导员在大学生心理健康教育中的角色分析[J].赤峰学院学报(自然科学版),2017(18):143-144.
- [3]王媛媛.高校辅导员加强大学生心理健康教育途径浅析[J].赤峰学院学报(自然科学版),2017(14):146-147.