

# 基于混合式教学模式的在线开放课程改革研究

## ——以“大学生心理健康教育”慕课为例

吕娜

(河北政法职业学院 河北 石家庄 050061)

**[摘要]**大规模在线开放课程——慕课,是随着互联网技术的发展应运而生的。混合式教学模式是充分发挥线上教学和线下教学优势的教学改革模式,日益受到重视。《大学生心理健康教育》课程在混合式教学应用方面做了积极探索和尝试,通过调查显示,混合式教学是把传统教学的有利之处和在线教学的有利之处结合起来,增加了受众,发挥了教师主导作用,又调动了学生学习的主动性和积极性。同时,也给教师提出了更高的要求。

**[关键词]**混合式教学;慕课;心理健康教育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.706

### 引言

在“互联网+”这一大背景下,教学模式的创新设计和有效运用成为整个教育领域关注的热点。慕课(MOOC, Massive Open Online Courses)即大规模在线开放课程,是近年来中外教育领域的学者持续关注和研究的课题。基于混合式教学模式的在线开放课程,就是这一背景下教学模式创新设计的有效体现。它通过构建完整的在线开放课程——慕课,进而有效推动线上线下教学模式的创新与教学平台拓展,促进课堂教学质量和教学效果的提升。这一创新形式,在教育改革与创新领域受到了广泛重视,为进一步深化和不断推进我国教育改革提供了新的方向和思路。<sup>[1]</sup>

### 一、教学改革方案设置

《大学生心理健康教育》是根据教育部的相关文件、针对大学生心理发展的客观需要开设的一门必修课程。2019年10月《大学生心理健康教育课程》在智慧职教平台MOOC学院首次上线。

慕课如何与线下课程更好结合,是本次课程改革探索的主要问题。教学改革坚持“以学生为中心,提高心理素质、促进全面发展”为原则,推动信息技术与教学的深度融合,努力建设既面向社会开放共享,又可进行线上线下混合式教学的课程。课程改革主要体现在以下几个方面:

(一)以“一知二意三能”为核心,制定科学的课程体系

“一知”是掌握心理健康知识,“二意”是增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,“三能”是培养自我认知能力、人际沟通能力和自我调节能力。

围绕上述核心,线上课程共设十一章,涵盖了心理健康概述、适应发展、自我意识、学习心理、情绪情感、人际交往、恋爱心理、人格心理、挫折心理、心理咨询和危机干预。线下课程以巩固重点难点和设计实践活动为主。课程设置既能满足线上独立教学,也能实现混合式教学。

(二)围绕心理知识、心理体验与能力训练,建构课程内容

线上每章的教学内容分为微课视频、教案、教学课件、课后作业、拓展学习五部分,考核安排阶段测试两次、期末考试一次。学生通过自主式和协作式学习线上课程,可以掌握课程基本知识和拓展内容。线下课程内容包括重点难点解析、案例分析、心理游戏、沙盘体验、团体辅导、素质拓展、心理剧表

演以及参与5.25心理健康活动月等校园文化系列活动,增加学生心理体验,提高学生心理调节能力。线上线下互为补充,相得益彰。

(三)运用四步教学法,全面提高学生心理素质

四步教学法是“知识学习——心理体验——行为训练——心理自助”。首先,学生通过自学线上课程和教师线下指导完成理论知识学习;其次,线上线下精心设计实践活动,让学生进行心理体验;再次,线下实践课程训练学生在特定情境中的行为方式;最后,在前三步学习和训练,帮助学生在生活实践中学会心理调适,实现心理自助。心理体验阶段运用案例分析、心理测验、小组讨论和游戏体验等方法;行为训练阶段可以使用心理剧表演、团体训练、角色扮演等方法。通过以上活动,学生在现实生活中遇到心理问题时可以进行积极自助,进而也可以实现朋辈互助。

(四)教学过程优化,实现师生积极互动,过程评价与结果评价的结合

混合式教学过程分为课前在线准备、课堂活动和课后反馈评价三个阶段。教师需要在课前进行各项教学准备,这也是慕课制作和更新过程;课堂活动,即线下教学和实践由教师指导完成整个过程;课后反馈和评价,是课后对线上线下学生作业完成情况进行总结和反思,为接下来的教学提供宝贵经验。相对应的,学生在课前需要对慕课进行学习,记录课程的难点;线下课堂中积极参与课堂互动,并解决线上线下学习中的难点;最后是深化学习,包括复习、上传作业等,达到巩固线上线下学习成果的作用。整个教学过程的完成,离不开教师与学生之间的积极互动,其中教师对学生学习的过程评价和结果评价尤为重要,它们可以指导学生了解自己每个阶段的学习效果和最终结果,同时,也可以让教师更好地了解学生每个阶段的学习情况和总体情况,分析他们可能遇到的困难。这可以帮助教师更好地进行总结和反馈,指导下一步教学。

### 二、教学改革效果调查

2021年5月,通过问卷星平台对2020级的学生进行了《大学生心理健康教育》混合式教学效果调查,收回有效问卷1693份。

从学生对混合式教学安排的满意度来看,满意和非常满意分别占到39.75%和50.27%,共计90.02%,一般的占9.21%,没有不满意和非常不满意的情况。

从学生对慕课教学安排的满意度来看,满意和非常满意分别占到39.4%和47.61%,共计87.01%,一般的占12.11%,没有不满意和非常不满意的学生。

从对线下(课堂教学和实践)部分的满意度评价来看,学生非常满意和满意的分别占到53.16%和38.87%,共计92.03%,一般的占7.68%,没有不满意和非常不满意的学生。与学生对慕课满意度调查相比,总体满意度要高。说明学生对课程线下部分满意度高于线上部分。

从线下课程满意原因(多选题)回答来看,选择比例最高的是“增加了师生和同学之间的互动”占82.81%;其次是“增强了体验,加深了对网课的理解”占65.62%;第三是“提高了处理问题的能力”,占54.22%;第四是“线下课更有趣”,占46.96%;第五是“线下课不受网络的影响”,占40.87%;第六是“线下课不容易分神”,占38.98%。

从学生通过混合式学习的收获(多选题)来看,《大学生心理健康教育》混合式教学的效果还是比较突出的。其中“心理健康水平提高”占第一位,达到74.72%;依次是“自主学习能力增强”占71.77%，“对心理学产生了浓厚的兴趣”占60.43%，“情绪得到改善”占56.41%，“对心理咨询有了科学的认识”占45.6%，“人际关系得到改善”占44.6%。“暂时没有明显感觉”占11.87%，其他为0.83%。

### 三、教学改革结果反思

线上线下混合式教学是把传统教学的有利之处和在线教学的有利之处结合起来。它使受众增多。同时,它充分发挥了教师引导、启发、监控教学过程的主导作用,又调动了学生作为学习过程主体的主动性和积极性<sup>[2]</sup>。这是混合式教学受欢迎的主要原因。从此次教学改革成果来看,具有如下特点:

(一)与传统单一线下教学模式相比,混合式教学的受众和社会效益显著增加

四个开课周期结束后,M00C使用课程学校总数621所,共13046人次参与学习。本校学生选课人数共计9067,校外为3979;使用SPOC的高校达到77所,受益人数达60275(数据为2021年6月河北省职教云平台统计)。这是传统线下课堂教学难以达到的。也是慕课教学的巨大优势所在。在“互联网+”背景下,慕课使优质教学资源实现共享,满足了学生和社会群众不断增长的对高等职业教育学习的需求。尤其是在疫情影响的背景下,当线下课程无法正常开展时,线上教学无疑是最好的非接触教学方式。

(二)学生对混合式教学的形式、内容的满意度很高,学习的积极性、主动性也得到提升

在对课程内容进行设置时,课程团队以学生为中心,充分考虑学生的需要,根据课程和学生的特点,确定可以利用的教学资源,这是提升学生积极性的关键因素。课程内容丰富,形式多样,既有视频资源、音频资源,又有文本资源、图片资源;还有精彩的案例教学、贴近现实的交流互动等等,使学生能够喜闻乐见、学有所获,这些都增加了学生学习的主动性。

混合式教学,一方面线上课程提供了丰富的教学资源,学生可以利用各种碎片时间进行学习和知识拓展,符合现代化教

育的发展趋势;另一方面,线下课程的实践互动内容又增加了学生的体验,提高了学生的实践能力,使学生有强烈的参与感和获得感,这是学生满意度高的主要原因。从调查结果来看,学生对线下教学的满意度是高于线上教学的,也说明线下教学的不可替代性。

(三)从教师的角度来看,混合式教学提出了更高的要求

在混合式教学中教师具有多重角色。教师不仅要组织线下理论和实践教学,同时要制作、组织、管理和更新线上课程。

教师是整个教学过程的主导者,首先不能忽视线上线下教学过程中学生对知识的掌握,而且还要以有科学性、时代性、生动形象的方式教授给学生;其次,与传统教学不同,线上教学要求教师还具有问题专家的角色,对网络教学的问题进行可视化分析、讲解,回复学生提出的各种问题,对网络学习进行全程的指导和管理工作,及时总结反馈学生的学习过程和学习结果,进行过程性评价;最后,在每个阶段的教学完成后,教师要组织线上线下的学生考核,进行结果性评价。每个教学周期完成之后,教师还要进行总结与反思,为后续课程学习做好全面设计和准备工作。

教师是混合式教学活动的组织者和主持人,混合式教学活动需要教师具备足够的信息制作处理和线上交流能力,教师需要不断学习新的教学理念和教学技术,才能实现对线上线下课程进行科学有效管理。这些都对教师提出了更高的要求。

(四)混合式教学需要多方面的教学支持服务

在混合式教学中应给教师和学生提供全面的、体现人文关怀的教学支持服务。

教师在组织混合式教学活动时需要得到相关技术部门和管理部门的配合和支持。科技的发展日新月异,混合式教学不同于传统教学,教师一支粉笔、一块黑板就可以完成工作。混合式教学需要全方位的支持,它不仅需要有完善的网络教学平台系统、网络技术环境以及网络的日常维护,还需要教务管理平台、信息传输等支持服务系统。这样才能使教师和学生拥有一个良好的教学和学习环境,使教师能顺利、流畅地完成各种教学任务,学生可以高效、有序地进行学习和互动。

同时,我们应该看到,混合式教学在提升了教学效果的同时,增加了教师的工作时间和工作量,也增加了学生的学习时间,一定程度上增大了他们的负担。让教师和学生在学习过程中体会到生命的碰撞与成长,体验到价值感和获得感,这才是教学过程追求的终极目标。

### 参考文献

[1]王宇平.“互联网+”背景下的精品在线开放课程暨混合式教学设计及实现探讨[J].科学大众(科学教育),2020(04):160+182.

[2]杨力.高校混合式教学质量影响因素分析及对策[J].教育教学论坛,2021(13):123-126.

作者简介:

吕娜(1974—),女,汉族,硕士,副教授,研究方向为心理健康教育。