

川北医学院

教学质量监控与督导简报

2020 年第 2 期 总第【10】期

教学质量监控与评估中心 编

2020 年 05 月

川北医学院

教学质量监控与督导简报

2020 年第 2 期 总第【10】期

川北医学院教学质量监控与评估中心 2020 年 5 月

目 录

- 【1】 各院系在线教学反馈
- 【2】 2019~2020 学年第一学期学生评教工作总结
- 【3】 川北医学院教师在线教学调研报告
- 【4】 2016 级学生线上学习典型案例分享
- 【5】 2017 级学生线上学习典型案例分享
- 【6】 2018 级学生线上学习典型案例分享
- 【7】 2019 级学生线上学习典型案例分享
- 【8】 优秀课堂笔记促在线学习
- 【9】 相关会议

【1】各院系在线教学信息反馈

根据国家教育部关于在新冠病毒肺炎疫情防控期间所有高校“停课不停教、停课不停学”的通知精神，我校部署筹备线上教学工作，所有任课教师踊跃参加在线教学平台培训，想方设法建课、备课和线上教学；全体学生积极参与线上学习，熟悉平台操作和认真听课自学；教学质量监控与评估中心通过平台和问卷调查的形式开展了多种形式的质量监控，供各院系及全校师生参考，为了闭合 PDCA 环，突出持续整改，各院系结合在线教学发现的问题，提出了一系列建议和意见。

● 预防医学系

我系已开展近两月网络在线教学，截止目前我系共开课 8 门，包含医学统计学、预防医学、职业卫生与职业医学、健康教育学、营养与食品卫生学、儿童少年卫生学、卫生事业管理、环境卫生学。我系参与授课教师 15 位，参加学习学生人数达 4500 余人。

我系为不断提高线上教学学习效果，及时总结分析，优化线上教学。现针对近期出现的几个问题进行总结与解决反馈：

1. 网络拥堵问题。

我系教师利用多平台开展教学工作，包括超星泛雅平台、腾讯课堂、腾讯会议、QQ 屏幕分享等，保证课程直播能顺利进行。课前对多平台的网络进行测试，同时做好课程录制，以应对突发网络卡顿无法直播的问题。

2. 早期直播授课效果不理想，学生们反映有杂音的情况。

我系授课老师购买直播设备麦克风，并辅以课程录制，以期通过专业设备达到最理想的直播授课效果。

3. 学生家长反馈的“孩子上课容易走神，不够专注的问题”。

我系授课教师通过开展问题讨论、案例分析等互动环节，激发学生的兴奋度。同时，下课进行笔记检查，以通过监督的方式保证学生

的上课效果；加强课后训练的布置以及作业的检查，以通过作业来巩固学生所学的上课内容。

4. 学生无教材的问题

授课教师尽量下载或购买电子版教材发给学生，供学生学习使用，必要时扫描课本部分章节，发送给学生下载学习。

5. 授课教师与学生的沟通互动问题

除了直播期间的互动，授课教师建立群聊，通过 QQ 群与学生进行及时沟通交流，及时解学习问题、直播平台问题等。

● 医学检验系

本学期受到疫情的影响，学生没法回学校开课，秉承“停课不停学”的教育精神，学院统一部署，系部直接领导，老师们积极响应，纷纷开始网上直播上课，学生在线听课，通过一个月多时间的学习，教学督导组的老师们进行了教学听课和教学信息收集，总的来说，教学达到了预期的目的；督导组把近期的教学督导信息和教学建议反馈给系部，希相关教学职能部门应加强近期教学工作的总结，按照教学大纲，结合目前实际，更好地按质按量完成余下的教学工作任务。

一、教学效果：

1. 全面网上直播上课：本身受到疫情的影响，老师们已身心疲惫了，再者“网上直播上课”又是新事物，要马上适应和尽快熟悉各种直播技能，同时还要考虑教学效果，老师们真是辛苦了，但最终的效果尚可，学生们反应良好，值得肯定；

2. 2017 级和 2018 级全体同学，绝大多数学习是积极、认真和主动的，同时也能配合老师的工作，如期完成教学任务。

二、学生教学意见：

1. 外科学：采用录播，可以让老师录完，然后检查一下，因为这两次出现录制的视频声音断断续续。有些视频真的一会儿声音大一会儿声音小，希望老师讲慢一点，突出重点；

2. 输血：建议上输血的老师签到的时候说一声，很容易错过，重点部分讲慢一点；

3. 医学遗传学：(1) 希望老师少布置一点作业，让课余时间多利用在学生消化理解课程内容，更有助于学习；(2)希望遗传学布置作业不要一来就几十上百道，适量即可，那样产生严重的厌倦感，可能会起到相反的作用（但是有一些同学反映其他科目可以向遗传和输血学习多布置课后作业）；

4.分子生物学：希望分子老师讲课能够多多结合视频或图片，那样学生理解起来会容易一点；

5.综合意见：

(1) 希望老师最好用直播的形式，且希望老师可以看下弹幕或者设置答疑时间回答一下学生的问题；

(2) 希望老师同学直接多互动；

(3) 希望大部分网课支持回放；

(4) 线上网课的学习效率太低了，感觉其他科可以像输血和遗传那样，平时多增加点课后练习；

(5) 线上教学有的课程太难了，课后还需要看书，希望老师在课程结束之后可以给我们点时间去复习之后才开始答疑；

(6) 想问一问这些科目有没得练习册，只看书不太记的清楚知识点；

(7) 希望老师能提前给 PPT 发出来；

(8) 建议老师都开个摄像头。

三、教学督导信息：

1. 老师们要了解大学生对待网课的态度，加以引导：

1.1 有的认为学习就是在课堂上完成，老师教多少学多少（机械性）；

1.2 有的不会选择其他渠道汲取新知识（惰性）。

2. 大学生观看网课的目的功利，要靠提醒（是否有的同学们边玩游戏边看网课），否则学习效率不高。

3. 个别老师教学目的不明确，本次课教学重点和难点未介绍；

4. 有的老师（如郭杨柳等）开课自然，心平气和地和同学们进行交流（如天气、疫情、学习状况），给开始上课一好心情。

5. 上课老师尽量花点时间复习上节课学习过的内容，承上启下。

6. 上课老师能够提前把课件发出来，让我们提前预习和做好笔记。

7. 学生互动少，应采取多样形式和学生互动（提问、讨论等）。

8. 临床案例少，应加强理论与实际结合的紧密性。

9. 建立一个丰富的知识数据库，给学生提供课内外学习的资源，能够调动学生的学习兴趣；

四、网课教学启发：

1. 通过本次网络平台课的教学，考虑此教学模式可否作为专业课（自学部份、新知识、新技术、学科展望和专题讲座等）的教学补充，避免课时少而教学内容多的矛盾。

2. 引入混合式学习模式（线上学习、线下考试和设立见面课程），成绩结构多样化；

3.. 建设更加完善的学习评价系统，避免学生在家学习自主性不够；

4. 如要完善网络教学平台，老师最好采用直播的形式，教师的教姿教态和控场能力得以体现，学生的观感和听感会好很多。

● 口腔医学系

（一）学生在线学习存在的问题

1.2016 级和 2017 级全体同学，绝大多数学习是积极的、认真的

和主动的，同时也能配合老师的工作，如期完成教学任务。

2.直播中讲解内容大部分同学能理解掌握，少部分同学仍然不会（网络卡顿，直播语音不流畅，学习质量欠佳）。少部分同学不按时学习。

（二）学生意见收集

1.希望老师最好用直播的形式，且希望老师可以看下弹幕或者设置答疑时间回答一下学生的问题；

2.多增加些学生向老师提问的环节；

3.可以多增加一些课后习题解答；

4.学习通老是崩溃；

5.希望大部分网课支持回放；

6.希望老师同学直接多互动；

7.尽量减少视频内容，加强直播答疑；

8.没有教材，上课太快，有点跟不上，老师提供的录播视频质量参差不齐；

9.希望老师能提前给 PPT 发出来；

10.建议老师统一软件，推荐钉钉。

（三）系部针对存在的问题总结 and 解决反馈

系部于 2020 年 4 月 10 日再次召开线上教学工作会议，向新近线上授课教师传授授课技巧，同时给老师反馈学生意见和信息。

1.增加老师和学生的互动：QQ 群和钉群。

2.尽量统一授课平台软件：推荐使用钉钉，通过视频会议教授全体教师钉钉直播授课技巧。

3.推荐教学模式：课前预习→钉钉群直播→问卷星/超星课堂检测&点评→超星网络教学平台资源补充。

4.注意增加同学生的互动：直播课多提问，录播课程应辅以课后作业或者课后直播辅导答疑。

5.教材：所有的口腔专业课程都给学生发布了电子版的教材。口腔科学也为学生提供了电子版的教材（第一版）。

● 管理学院

在开课之前就做了充分准备，通过网络在线讨论了网络课程的模式，最终确定了以超星为网络教学平台开展教学。通过学习在线课程建设，逐步建立网络课程。为了保证教学效果和质量，教研室的老师针对不同的课程，收集大量相关资料。对于有精品课程的资料，老师通过组织整理，搭建成适合本专业学生学习的课程。对于没有精品资源的课程，老师通过将课堂知识进行分解，精心录制视频，对视频进行剪辑，并上传到网络平台供学生学习。为保证教学质量，在授课过程中，教师们及时回答学生问题，在 QQ 群中及时与学生进行互动，同时也随时监控学生的学习进度，对学生学习进度进行提示，对部分同学进行警示。通过有效的教学把控，学生们也逐渐适应了网络学习。通过学生满意度调查，学生对教师的网络授课整体满意度良好。同时，老师们也针对学生提出的问题进行改进。

教师主要采用自己录制教学视频及采用其他学校优秀教学视频相结合的线上教学的授课方式，同时通过 QQ、微信等作为及时交流工具，方便教师快速的回答学生问题。学生在线观看学习视频及学习资料时，任课教师实时在线进行教学质量检测以及通过微信、QQ、直播等形式及时回答学生学习中遇到的困难，讲解学生没有及时理解的内容。

在线授课过程中，同一时间上课人数较多，网络平台较为拥挤，导致部分学生无法按时登录学习软件进行学习，教师通过多平台、多方式进行教学；教师通过后台对学生的学习情况进行监测，发现有学生无法正常学习时及时通过 QQ、微信等方式重新上传学习视频；在课前、课中及课后，教师采用 QQ、微信、钉钉、超星等平台发布课程安排、随堂提问、课后作业。

● 外国语言文化系

一、基本情况介绍

4月14日下午，外国语言文化系在图书信息大楼外语系会议室召开了教学工作会议。各教研室主任、副主任、教学秘书、教授委员会委员，教学督导小组组长参加了会议并针对当前阶段教学运行情况、存在困难以及解决的办法展开积极的讨论。从整体情况来看，外语系前七周的网课运行较为顺利，大多数老师采取直播与录播交叉进行的方式进行教学，学生的出勤情况良好，学生满意率达90%以上。

二、教学过程中发现的问题

1. 学生反映教学过程中，均使用电子教材，阅读不大方便。
2. 教师反映在网课过程中，对学生的在线学习监控不足，老师无法实时的关注到学生的动态。

三、整改建议

1. 教师多采用上课抽问、点到的方式确保学生在线听课。
2. 从学生科的角度加强对学生的出勤考核。

● 药学院

一、由于访问量大，导致超星学习通软件卡顿，网络拥堵等情况，一些课程如天然药物化学，药用植物学等用腾讯课堂、钉钉等方式授课，提高在线教学效率。

二、针对学生反映在线教学效果不如面授等问题，采用布置课后习题，测验以及课后讨论等形式提高学生学习积极性，老师也通过课后答疑等形式弥补线上教学无法实时提问交流的弊端，提高学生自主学习能力，保证教学质量。

三、为使学生养成自学预习的习惯，授课教师提前将录播视频上传，再在在线教学中进行讲解和查漏补缺，提高学生学习效率。

四、教学督导组不定期抽查线上教学课程，全程监督在线教学的每个环节，确保线上教学完成的质量和效率。

● 护理学院

1. 分析问题、及时调整和整改：课中广泛征求同学们的意见，对

在线授课方式、作业发放与回收、课堂测评方式等进行及时调整。如有的学生家里网络效果欠佳，教师在直播时进行录屏，课后将视频传至学习通上，供学生在网络通畅时观看学习。学习通有时发生拥堵，导致有的学生不能及时提交作业或答题，担心影响自己的成绩，有的教研室就采用了问卷星的方式进行考试。针对教学质量检查小组收集的同学们对外科护理学教研室个别老师的教学意见，教研室主任组织该门课程组老师进行集体备课，群策群力对该教师的教学方法、PPT等进行了修改和指导。

2.拓展学生知识、更新观念：授课教师经常在学生QQ群、微信群里给学生上传相关学科新进展、新知识的讲座视频、文献资料等，引导学生学习和思考。比如基础护理学教研室上传“甘露醇是把双刃剑，输注千万要注意”、妇产科护理学教研室上传“保护卵巢—保护您的健康和美丽”等文献和讲座视频，让学生在课余时间进行自主学习，拓展学生知识面。

3.引导思维、突破重难点：每门课程均选取临床真实病例，将教学重点、难点知识融入其中，引导学生主动思考和讨论，以加强学生对重、难点知识的学习和把握。儿科护理学教研室每次课后运用思维导图对当堂课程讲授知识进行梳理，进一步加强同学们对所讲知识的理解与掌握。

4.积极开展课程思政、立德树人：教师在讲授专业知识时有机地融入人文与思政教育，培育学生们正确的人生观、价值观。比如讲授妇产科护理学的老师在讲到妊娠的相关知识时，讲到母亲孕育生命、生产以及把一个孩子抚养成人所付出的艰辛和努力，希望同学们要有感恩之心、应该珍爱生命、关爱弱势群体。

5.加强课堂监管和师生互动：通过随机选人答题、随时让学生回复数字等查看学生在线状态；利用各教学平台的学习统计功能，实时监控学生的学习状况，对于无法完成或者没有按时完成学习任务的学生，及时利用督促功能给予提醒督促，要求学生按时完成学习任务；学生可以在QQ群、微信群里随时提问，教师给予及时解答。

6.激发学生学习的积极性：结合课程特点和当前人们关注的健康问题，社区护理学课程组老师组织学生开展在线模拟社区居民健康教育讲座，题材有新冠肺炎、肥胖、抑郁症、脱发、失眠等。以班级为单位，学生先选择题材自主学习、准备课件，然后推荐 1 名代表讲课，老师和其他组的同学对 PPT、讲课方式和效果进行点评和打分。此方法很好地促进了学生自主学习、小组学习，激发了学生学习的热情。

7.解决学生的具体困难—邮寄教材：开课每门课程组老师给学生均发放了电子教材或者教材扫描件，已满足教学的需要。后来有学生反映阅读电子教材或者教材扫描件有不便之处，针对学生们对纸质版教材的需求，教师们给有意愿的学生邮寄了纸质版教材，解决了同学们的具体困难

● 马克思主义学院

1.超星导出的数据中，没有“马克思主义学院”，只有“思政部”，希望能够“与时俱进”。

2.超星导出的学生数据并不能真实反映学生在线学习时间，比如，如果采用直播，则“游客”身份不计在内，而部分学生由于学习通不熟悉或者大意，均以“游客”身份登录；“直播”或“回放”无法区分等。

3.偶有学习通无法“签到”的情况。

4.有部分学生存在“拉进度条”完成任务点的倾向。

● 眼视光学系

根据参与在线教学的教师和学生在线教学的评价，得出满意度总体较高的结论。我系主要使用钉钉直播和超星录播的方式进行授课，以钉钉直播为主。在直播过程中，我系教师会进行随堂测验，并督促学生完成。超星平台也预留了课堂测验，供学生完成课堂教学后使用。在最近教学过程中，我们仍然发现了几个问题：

1.学生没有教材，当学生使用手机观看直播时，没有足够的时间记笔记，导致笔记拖欠。

2.有的学生拥有的电子设备只有一台手机，当幻灯片中的字体较小时，学生反馈不能看清。

3.有的学生家住偏远，网络信号较差，不能按时上网听课，我系老师建议观看回放。

● 体育部

1、通过随机抽查学生了解，有 92%以上的学生能按照教师的要求完成教学内容的学习，有 90%以上的学生表示学习内容丰富多彩，教学形式多变，比较适宜目前特殊时期学习。

2、部分学生虽然通过在线教学视频学会了技术动作，但并没有进行日常的坚持练习。

3、极少部分同学签到后没有学习。

4、部分同学没有改变应付考试的观念，只关心哪些项目或技术动作要考试才认知学习和练习，不是考试项目或动作就放弃学习和练习。

针对以上一些问题，部门教学小组将针对问题探讨一些应对措施和办法，尽可能避免以上问题发生。具体措施和办法还在讨论中。

【2】川北医学院 2019~2020 学年第一学期学生评教工作总结

学生评教是教学评价的一项重要工作，评教结果是教师教学效果评价的重要依据之一。因此，每学期组织学生评教已成为我校的常规工作。现将本学期评教的有关情况作简要的总结。

一、概况

为了更好地组织落实评教工作，提高评教结果的准确性，要求各院系提前对评教的相关信息进行了核对。评教前，学校发布了《关于评教前 2019~2020 学年第一学期教学任务信息核对的通知》，对评教范围和内容、组织与实施等进行了安排和部署。

根据学校工作总体安排，本学期学生评教工作评教时间为 1 月 7 日~1 月 15 日，采取的评教方式为网上评教。由于评教量大面广，人员、时间都较为集中，为了保证评教的质量，体现客观公正，实事求是，同时又使工作安全有序，学生处负责做好学生网上评教的组织、宣传和协调工作，保证评教工作顺利进行；辅导员负责督促每一位学生用自己的账号登录教务系统进行评教，并认真核对对自己的课程课表；教学质量监控与评估中心负责学生网上评教过程中问题的解决和信息反馈等。

评教过程中，充分利用学生信息员群，把学生评教工作的有关要求、注意事项、评教中遇到的问题和信息及时反馈到群里，使每个班级学生信息员可以及时进行学生网上评教的组织、宣传和协调。

二、数据分析

统计表明，本次评教参评班级 473 个，应参评学生 14103 人，实际参评 13686 人，参评率为 97.04%。

表 1 2019-2020 学年第一学期学生网上评教监控数据

二级院系（部）	应评价人次		应评价人数		
	已评价人次	未评价人次	未评价完人数	完全评价人数	完全未评价人数
法医学系	2818	9	1	266	1
管理学院	9971	67	27	960	27

二级院系（部）	应评价人次		应评价人数		
	已评价人次	未评价人次	未评价完人数	完全评价人数	完全未评价人数
护理学院	21582	62	10	1827	10
精神卫生学院	3538	20	2	292	2
口腔医学系	6224	5	1	602	1
临床医学系	44394	540	221	4392	31
麻醉学系	9798	63	8	900	7
体育部	547	0	0	41	0
外国语言文学系	1951	5	1	178	1
眼视光学系	4828	2	2	450	0
药学院	3811	23	3	400	3
医学检验系	5950	54	22	495	14
医学影像学院	19276	45	6	1779	6
预防医学系	4087	13	4	357	4
中西医临床医学系	7326	0	0	747	0
总计	146101	921	309	13686	108

本次评教成绩最高为 98 分，最低为 81.29 分。与以往的评教成绩比较，90 分以上所占的教师比例有较大幅度的提高。被评教师 1699 人，评教成绩 ≥ 90 分 1435 人，占 84.46%；80~90 分 264 人，占 15.54%。

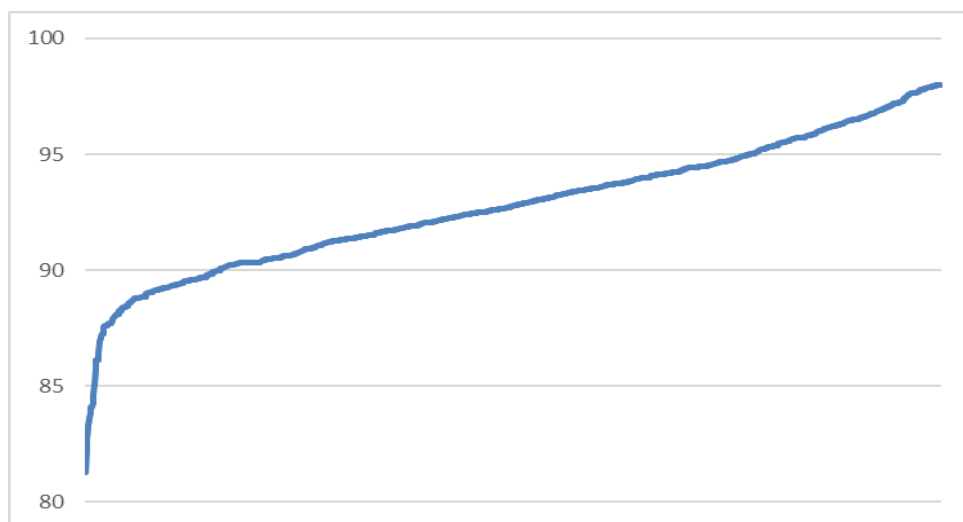


图 1 学生评教分数趋势图

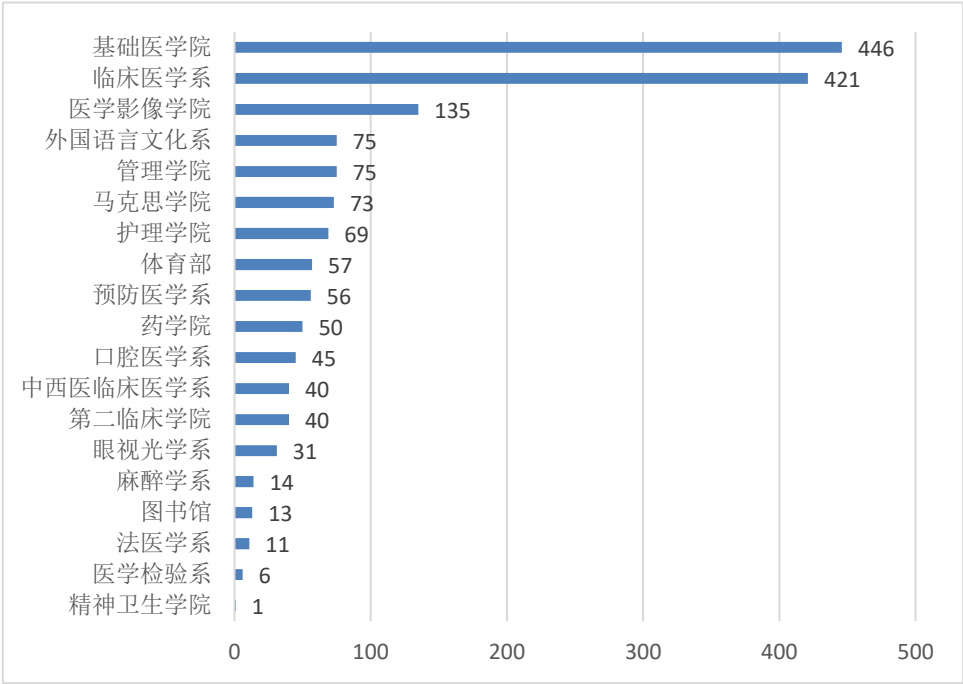


图 2 各院系教师参评人数

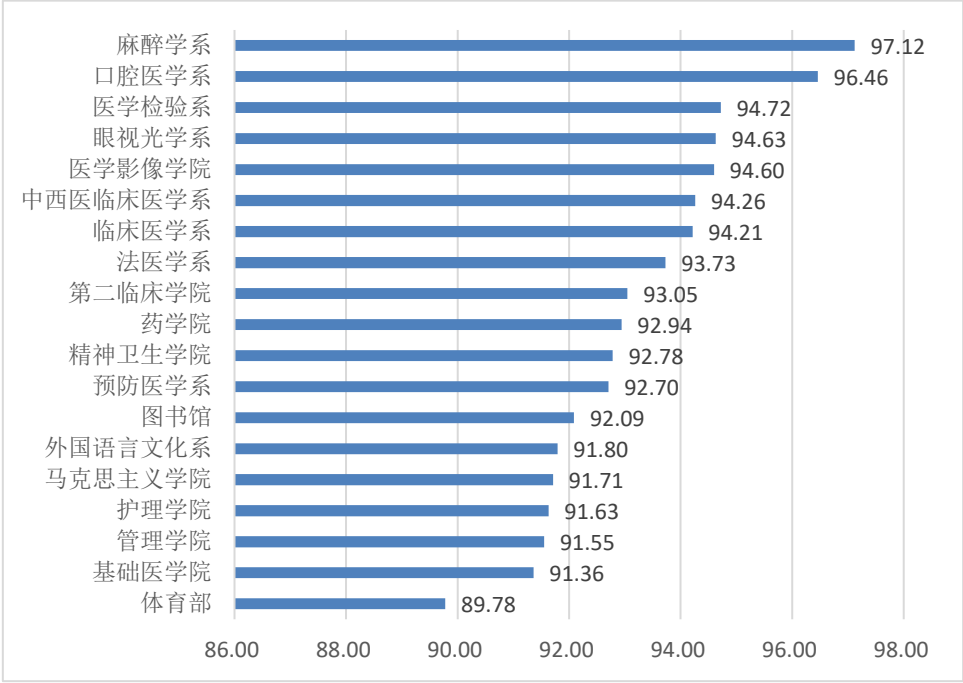


图 3 各院系学生评教分数分布图

表 2 学生评价指标分数统计表

一级评价指标	二级评价指标	平均分
教学态度	1. 治学严谨，仪表端庄，精神饱满，课前准备充分	9.41
	2. 严格遵守教学安排，不随意调停课	9.20
教学素养	3. 普通话教学，表达清楚，有激情，有感染力，能吸引学生的注意力	9.15
	4. 对学生宽严有度，恰当地进行课堂纪律管理	9.14

一级评价指标	二级评价指标	平均分
	5. 讲解内容精炼、准确、充实，不照本宣科	9.16
教学内容	6. 讲解思路清晰，重点突出，难点明确	9.16
	7. 授课内容渗透前沿知识或边缘学科知识，适当运用专业外语词汇（写、读）	9.15
教学手段	8. 结合教学内容合理使用教辅手段，教学方法多样有效	9.18
	9. 愿意在课堂外通过多种方式帮助学生	9.20
总评印象	10. 本学期教你的教师中，你认为该教师的教学水平为	9.25

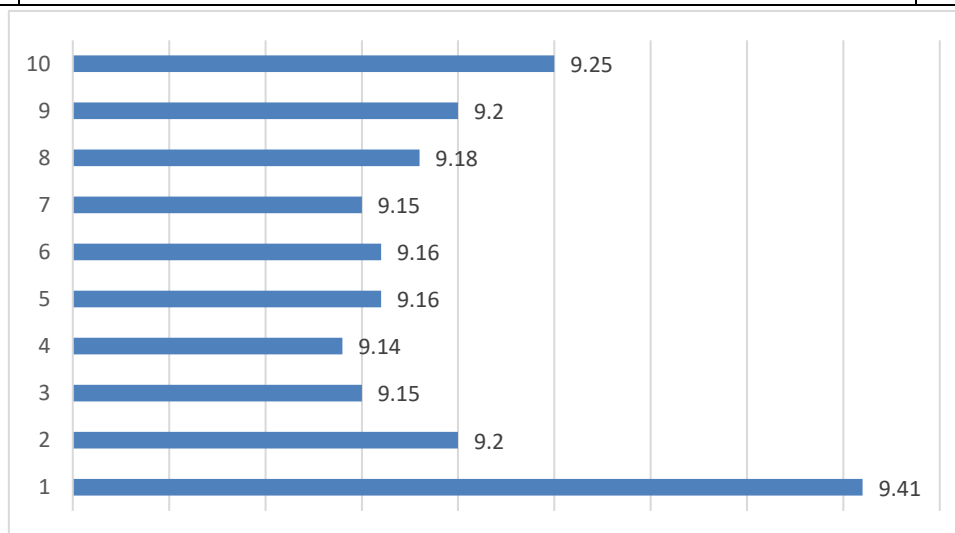


图4 学生评价指标分数分布图（1）

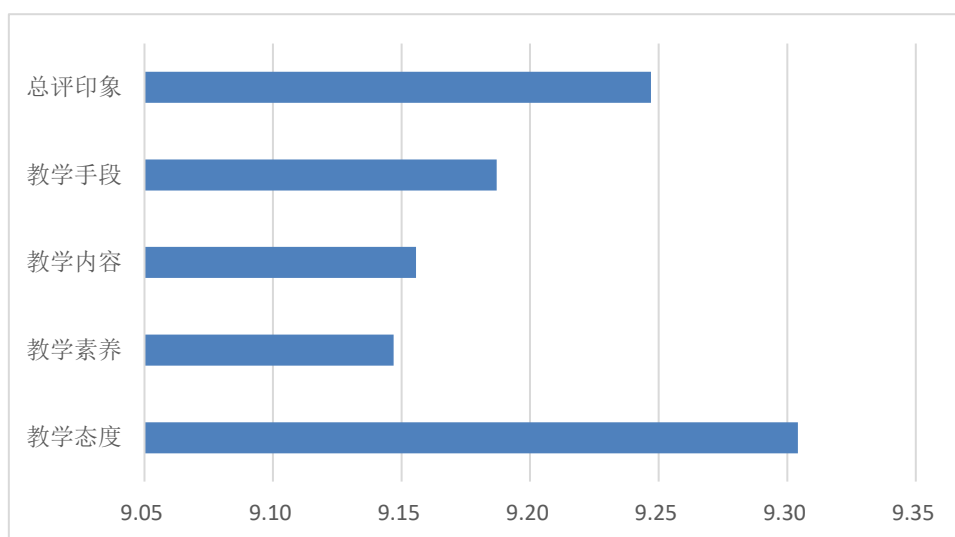


图5 学生评价指标分数分布图（2）

分析表明，各项评价指标获得“优秀”，教师整体教学水平得到学生认可。其中，教学态度和总评印象获得优秀的比例最高，充分证明我校教师为人师表、教学水平受到学生的认可。但在教学素养和教

学内容方面还应重点提高。

三、问题与建议

1. 评教分数偏高和区分度不大。为了能够反映教师教学态度和教学质量的真实情况，评教前应组织学生学习评教标准，较准确的把握评估等级。

2. 师生的参与积极性需要进一步加强。评教可以使学生结合自己的感受对教师课堂教学效果进行客观评价，让教师能及时了解自己教学和课堂的优缺点，进行自我完善。评教可以使教学管理部门及时了解教学状况，总结经验，发现问题，有针对性地采取措施，全面提高教学质量，但从现状看，评教制度的有效性并未充分发挥。

3. 评教结果应用不到位。评教后，要不断总结经验，不断完善评价标准，改进评估手段，提高评教质量，更好的发挥评教结果的作用，提供更为客观真实的信息。各院系可以通过院系账号登录评教管理系统查看本院系教师评教结果和评语内容，应根据本院系的评教结果，分析研究教学中存在的问题，并采取切实有效的措施，全面改进教学工作。对于评教结果长期处于后 5%的教师，院系要组织督导专家有针对性地听课，经专家听课评议结果与学生网上评教结果一致的，院系应安排优秀教师提供“一对一”帮扶。

教学质量监控与评估中心

2020 年 4 月 28 日

【3】川北医学院在线教学调研报告

为应对突发新冠肺炎重大疫情，学校做出了延迟返校，如期开课的决定，自2月24日起“在线”开课，学生按课表上课。教学质量监控与评估中心自3月20日起面向本次承担全日制本科生线上教学的教师开展了线上调查，截至目前，收集了214份教师问卷数据。

本次调查以四周来教师参与在线教学体验切入，着重围绕教师们对在线教学存在的问题、在线教学组织方式、与传统实体课堂的教学效果比较以及今后倾向的教学方式等多个维度进行，问卷由二十一道选择题组成，问卷的创建、发布和回收利用问卷星完成。

一、调研对象基本情况

此次调查对象为本次承担全日制本科生线上教学的教师，共计214人。

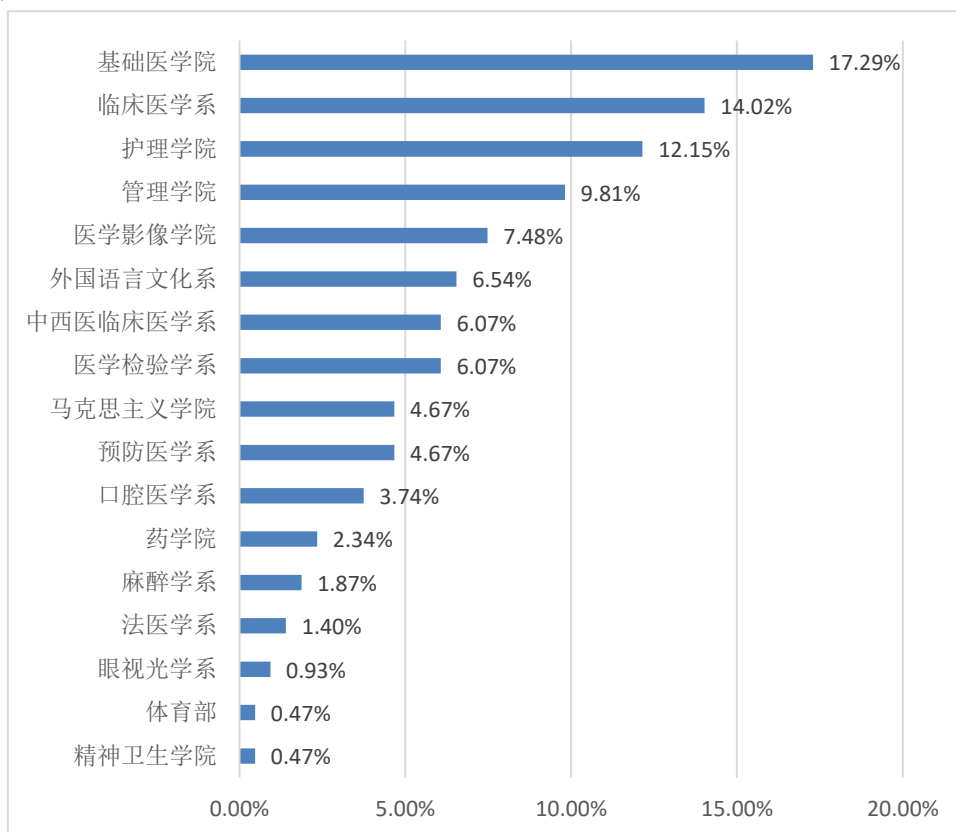


图1 参与调研教师所在院系分布图

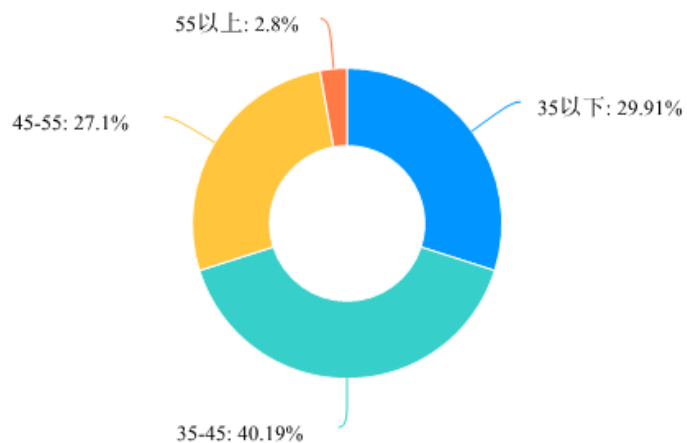


图2 参与调研教师年龄区间分布图

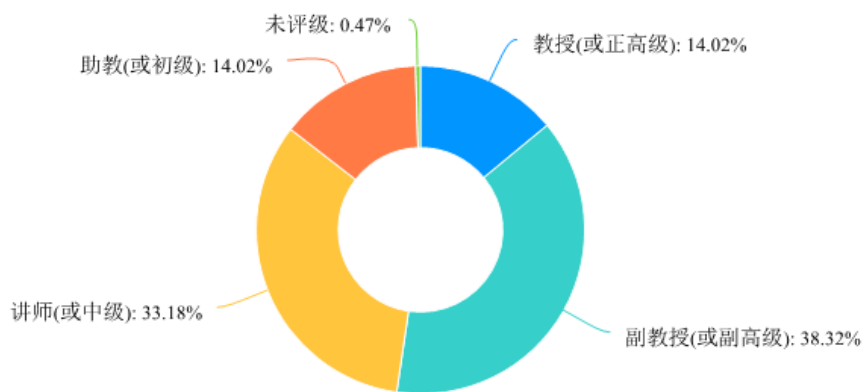


图3 参与调研教师职称分布图

二、课程规模与类型

在线教学课程规模（以合班学生人数为统计标准）在100—200人的居多，占50.93%；其次为30—100人，占35.51%。在线教学课程类型以专业课居多，为59.81%；其次是专业基础课，为26.64%。

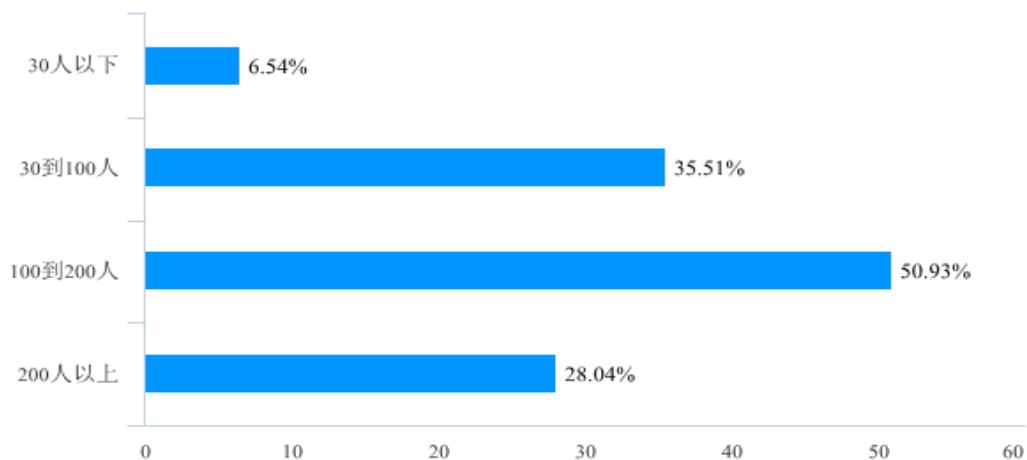


图4 在线教学课程规模分布图

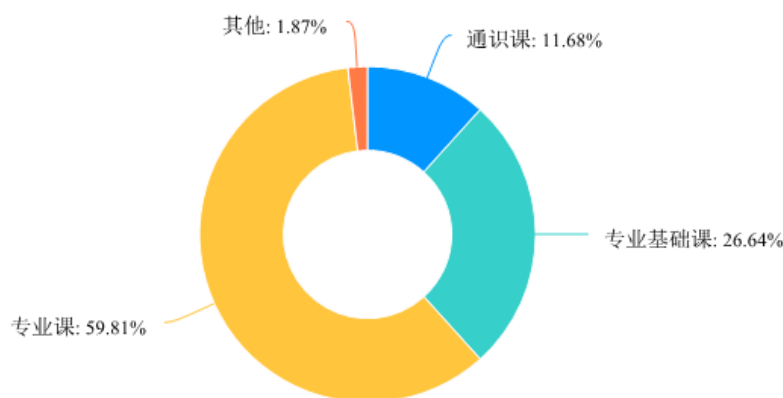


图5 在线教学的课程类型

三、教学形式

在此次大规模线上教学过程中，“互联网+”模式打破了传统教育的时空界限和学校围墙，教师们在家中、实验室、办公室面对着电脑屏幕，开启了线上课堂。50.93%老师选用“先自主在线学习教师录制的视频、教师再在线答疑”，48.13%老师选用“视频直播教学”，28.97%老师选用“语音直播教学”。结果表明，大多数教师按照“在线教学+自主学习”的模式进行教学设计，以利于学生提高自主学习的能力。

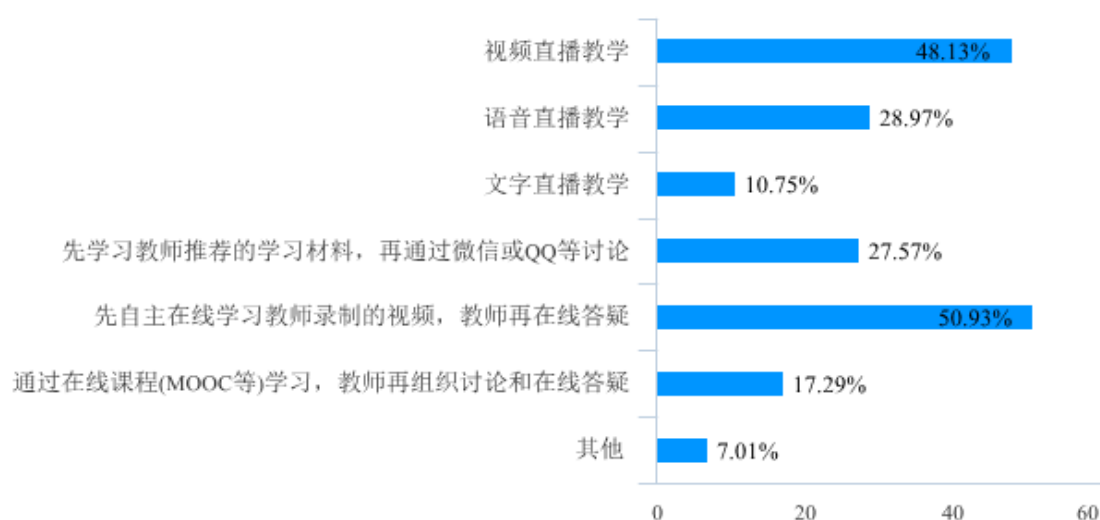


图6 在线教学选用的教学形式

四、在线教学平台的满意度

通过在线教学的体验，老师对“超星平台”的满意度最高，为55.61%，其次是“QQ群”，为42.52%。

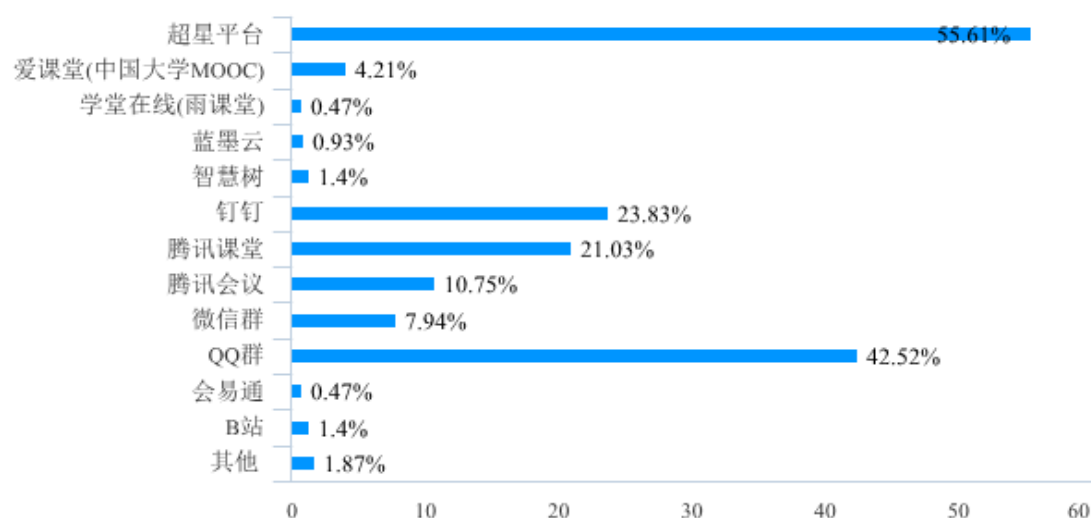


图7 各平台上课效果满意度比较

五、教学投入

调查显示，教师要讲好1学时在线课程，需要付出的备课时间各异。42.06%教师需要付出2—4学时，35.98%教师需要付出4学时以上。与此同时，46.26%教师认为在线教学并不增加负担，但也有40.65%教师认为负担较重，7.94%教师认为负担很重。主要原因可能是教师对现代教育技术或手段掌握的程度不一所致。因此，各院系应给予高度关注，解决教师在教学活动中存在的问题并提供技术支持。

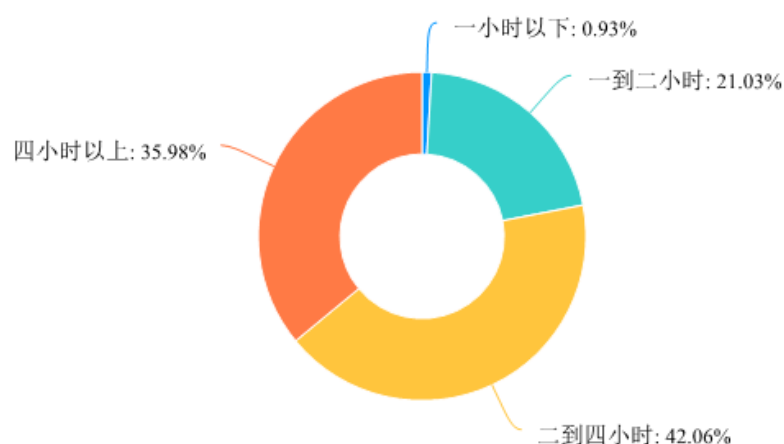


图8 准备一节在线课程平均需要付出的时间

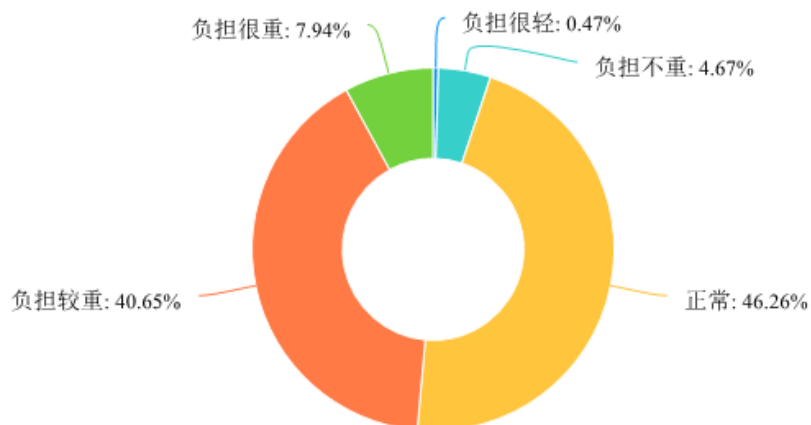


图9 在线教学的教师负担如何？

六、学生情况

（一）学生到课率

通过调查，91.12%教师反馈学生到课率>90%。主要经验是：开课前，做到课程、教师、学生“三个100%”建群，院系部院长或主任、教务科长入群。

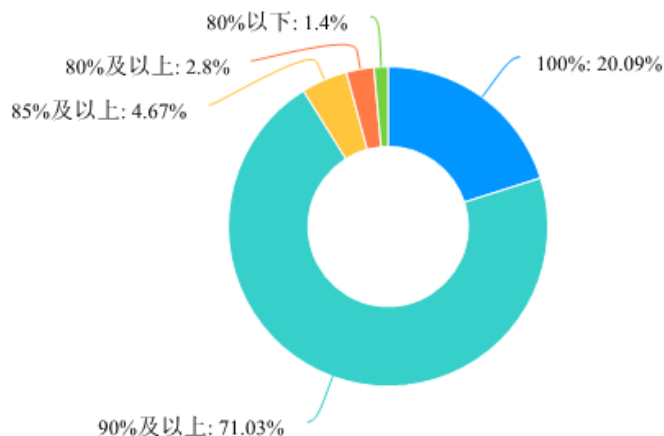


图10 在线课堂学生平均到课率

（二）学生课后作业时长

通过调查，56.54%教师认为每次课学生完成线下学习或作业的时间<1小时，38.32%教师认为每次课学生完成线下学习或作业需要1—2小时。

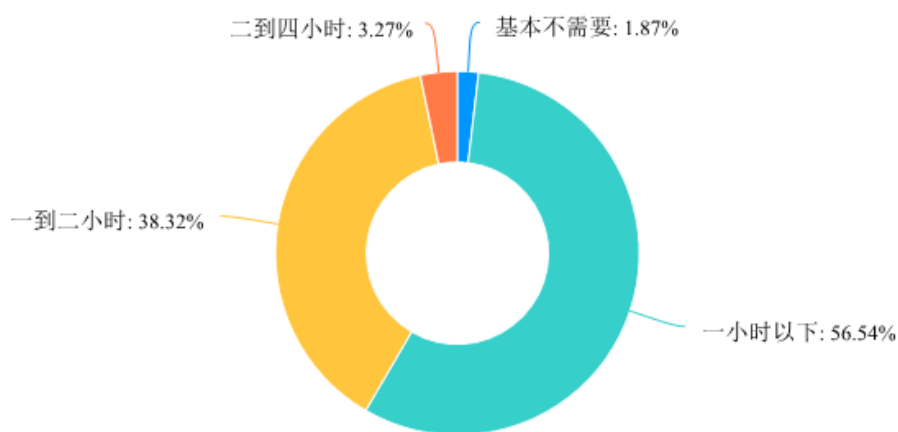


图 11 学生课后作业时长

七、线上教学过程

（一）教学资源

66.36%教师认为线上教学资源(如教材、课件、讲义、考试资料等)能满足大部分教学需求, 28.97%认为完全可以满足教学需求。

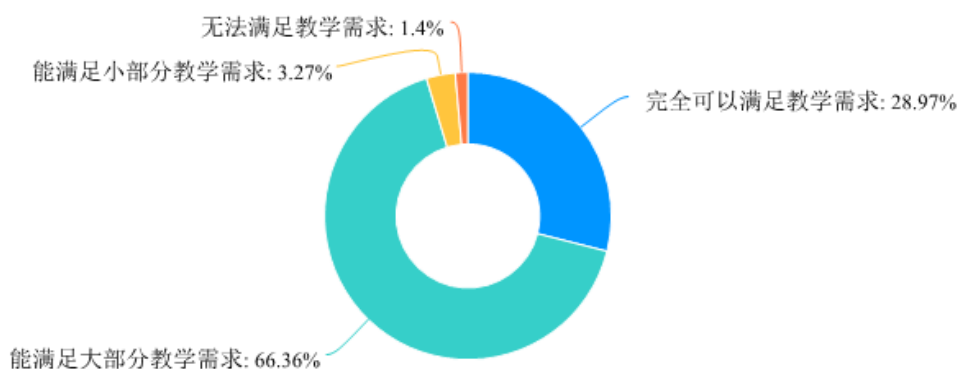


图 12 线上教学资源满足教学需要的情况分析

（二）教学环节

调查显示, 线上教学过程包含了课前发放资料并引导学生预习、课中教学新课、课后总结并复习、课后布置作业及交流。大部分线上教学都做得较好。

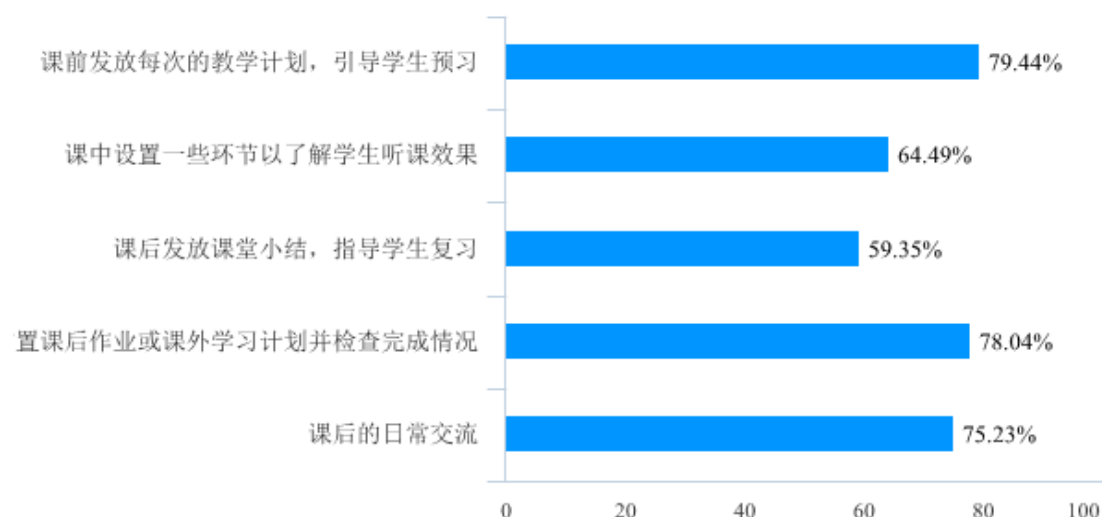


图 13 线上教学环节

（三）目标达成度

调查显示，55.61%教师认为线上教学目标大部分能达到，31.31%教师认为线上教学目标基本达到，还有 7.01%教师认为线上教学目标完全能达到。

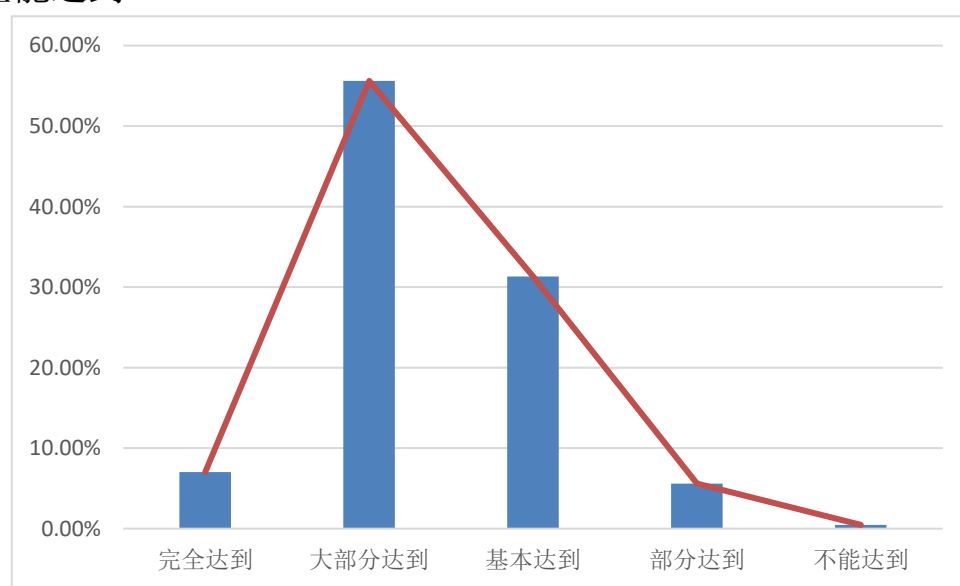


图 14 线上教学目标达成度

（四）整体评价

我们从在线教学平台的功能、在线教学的整体效果、在线教学的进度节奏、在线教学活动丰富度、在线学习课堂秩序、提供学习资源丰富性、布置学习任务清晰度、指导学生学习及时性、师生之间的在

线交流、考核与评价的有效性、学生对学习的投入度等十一个方面进行整体评价，雷达图显示满意度高。

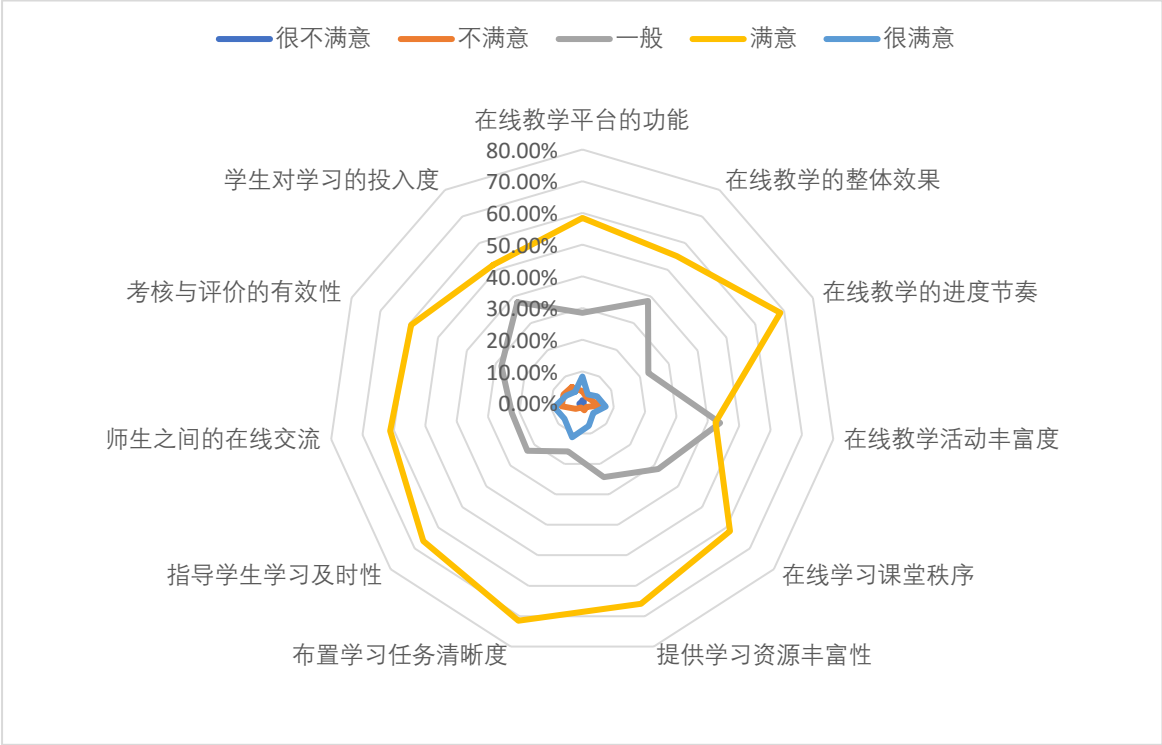


图 15 线上教学整体评价

八、在线教学与课堂教学的教学效果比较

调查显示，45.32%教师认为在线教学与原有课堂教学相比，整体上教学效果无显著性差异；54.68%教师认为原有课堂教学效果优于在线教学。

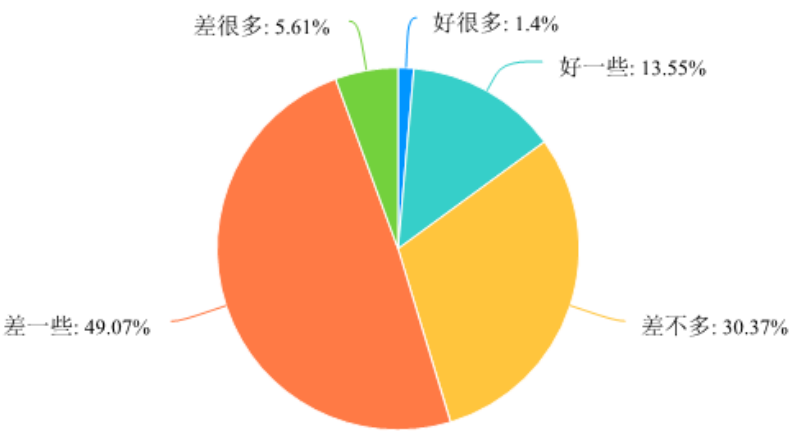


图 16 在线教学与课堂教学效果比较

九、在线教学的优势与不足

调查发现，80.37%教师认为在线教学的优势是“直播回放功能有助于复习”，73.83%教师认为是“有利于自主学习”，57.94%教师认为是“学习资源丰富”。同时，83.64%教师认为在线教学最大的不足是“缺乏面对面的互动”、“受网络条件影响很大”，76.64%教师认为在线教学“缺乏上课仪式感”。

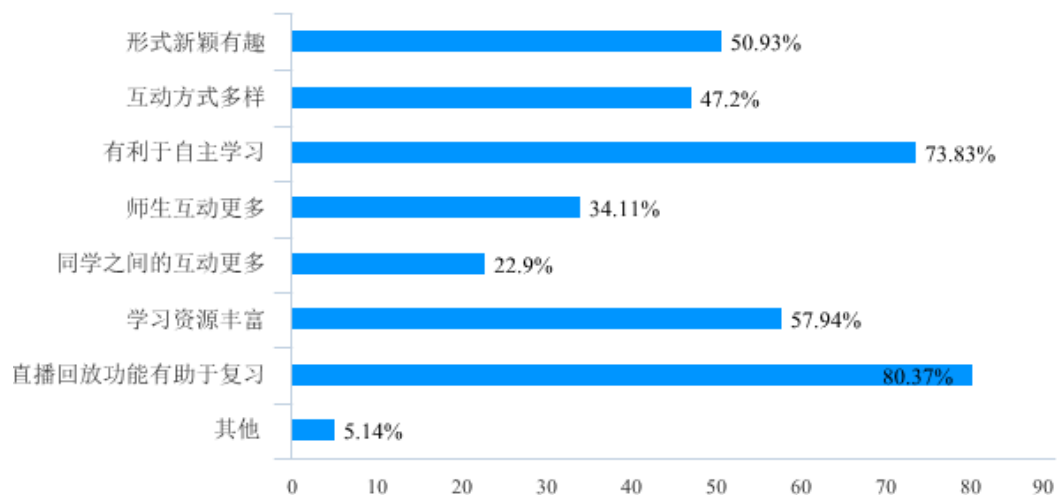


图 17 在线教学的优势

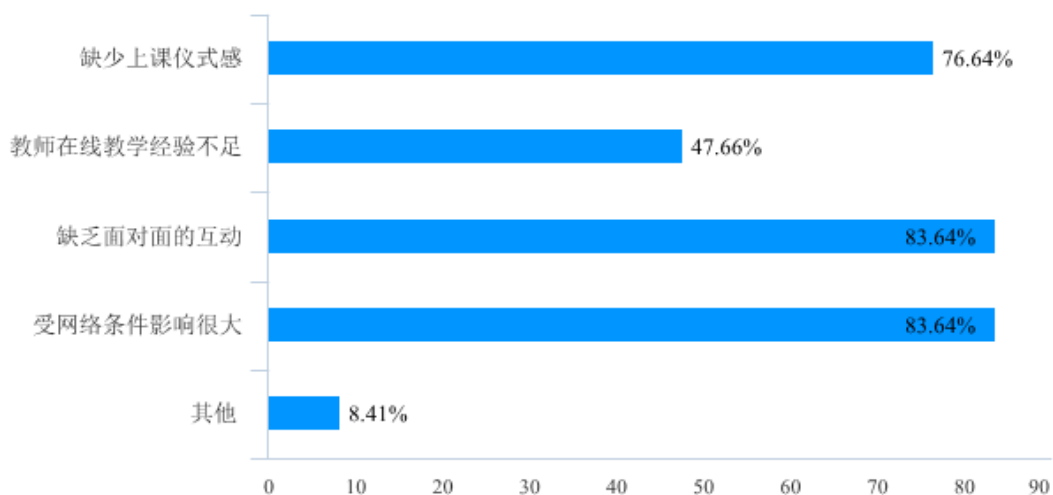


图 18 在线教学的不足

十、教师在线教学中面临的问题

调查显示，54.21%教师认为在线教学中“缺乏优质的在线教学资源”，43.46%教师认为“欠缺必要的硬件设备”。因此，为提高在线

教学效果，提出以下需要解决的问题：1. 师生互动；2. 调动学生学习兴趣；3. 在线教学设计；4. 智慧教学工具的使用。

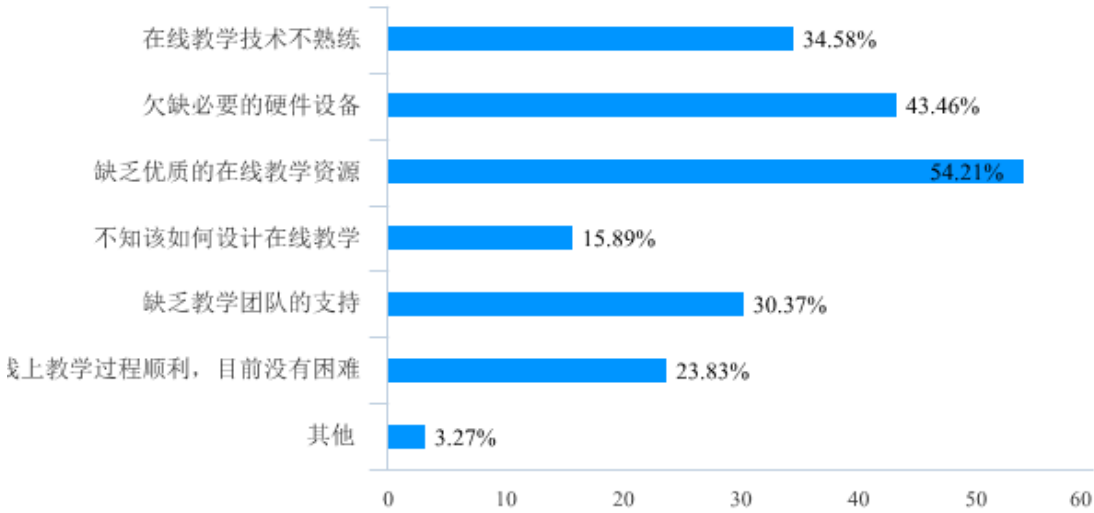


图 19 在线教学面临的困难

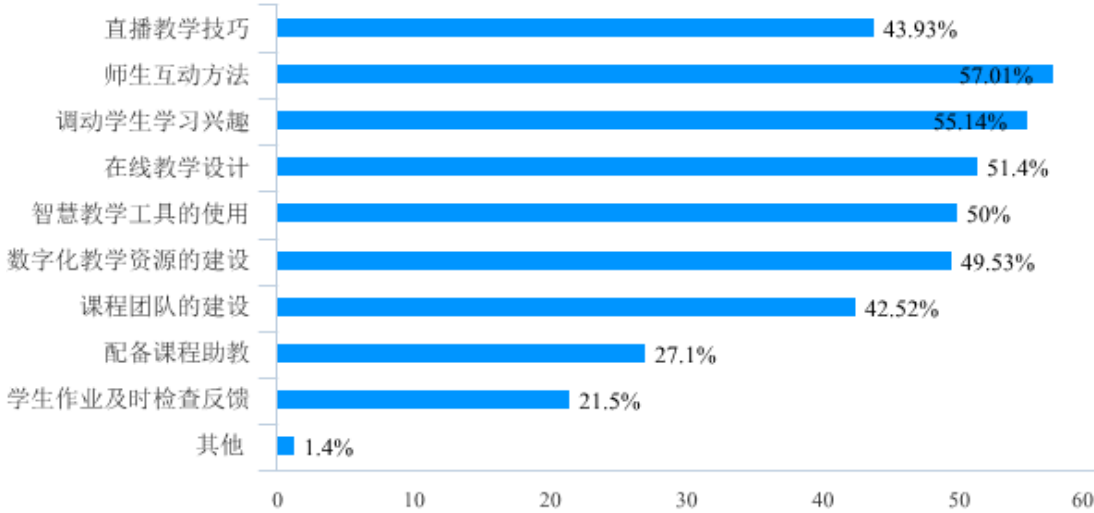


图 20 为提升在线教学效果，您认为哪些方面有待提高？

十一、未来

针对疫情防控结束之后，教师是否愿意将线上教学的方式方法融入常态化教学进行了调查，结果如图 21。

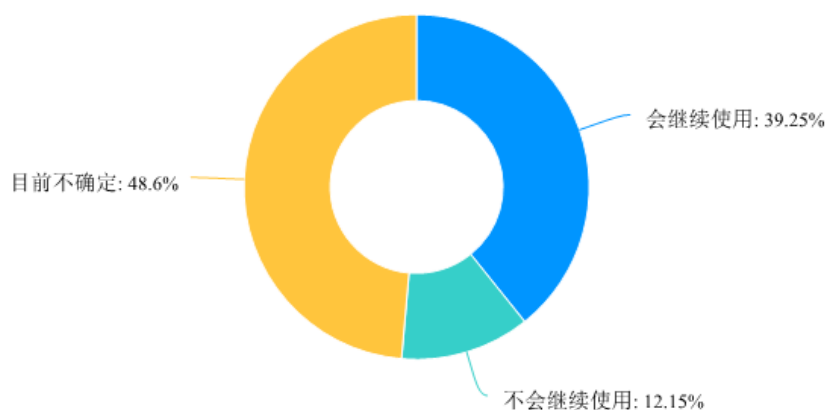


图 21 疫情结束后，您是否会继续运用在线方式结合线下教学开展教学

“疫情”既是危机，也是契机。问卷调查可能反映出的是“在线教学”的某些问题或现象，但每一个调查数据背后不仅仅是一个数字，每一个支持与不支持，愿意与不愿意……都值得我们去关注，去探索，去反思。希望凭借此次全校性开展在线教学的契机，进一步加强在线课程建设，转变教师教学理念，深入开展教育教学研究，真正将现代教育信息技术融入教学过程，用好各种线上教学资源，积极探索适应“线上线下教学”融合发展的教学新模式，提升本科在线教学实效，确保本科教育质量。

总体来看，我校开展线上教学以来，教学运行平稳有序，学生学习积极主动，教学质量能够得到有效保障。利用此次线上教学的机会，教师中兴起了主动钻研线上教学技能、拓展线上教学资源、革新教学方法和考核评价方法，无疑对教学改革起到了极大的推动作用。

教学质量监控与评估中心

2020 年 4 月 1 日

【4】川北医学院本科学子线上学习体会

——2016 级典型案例分享

新冠肺炎疫情发生以来，我校迅速行动，积极动员，号召全校师生全力投入到疫情防控工作中。在疫情防控一线，到处都有我校师生奋战的身影，他们用担当和奉献精神，展现了新时代川北医人的风采。同时，为响应“停课不停学，停课不停教”的号召，我校全面开展在线课程教学，在教学活动中涌现出大量的学生线上学习典型案例。为及时总结我校学生在线学习的经验，给广大学生搞好线上学习提供参考，现将 2016 级学生线上学习经验的典型案例分享如下。

● 2016 级预防医学专业 方欣怡

突如其来的疫情，使得我们无法按照原定时间回学校上课，偏偏在大四的下学期，我们需要学习预防医学的专业课程，还要准备 12 月的考研，这一度让我在担心全国疫情的同时，也担心自己的学业。万幸的是，我校积极响应国家教育部“停课不停学，停课不停教”的号召，实行了在线教学。

回望过去的一个多月，我庆幸自己已经调整好状态。学习，永远在路上！关于疫情期间的学习体会，总结如下。

一、调整心态

“只要能学习，啥都不是事”这句话就是我的学习信条，不能改变外界的不可控因素，那就调整自己状态。要知道：“你背不下来的书，总有人能背下来，你克服不了的状况，总有人能从容度过，你愿意拖到明天的事，总有人今天努力做完，那么你想过的人生也只能让别人过了。”

二、来自老师的努力

（一）老师会提前上传课程的在线资源，供我们预习，努力帮我们寻找教材电子版，第一时间发给我们，提醒我们下载，实在找不到电子版的老师会自己拍书本的扫描件拼接成文件给我们学习；

（二）为保证每个同学都能有效高效的学习，老师们采用直播和录播“双重保险”为我们的上课的质量保驾护航；

（三）效果验收，老师们给我们布置了章节测试、随堂测试、小

组活动、分组讨论、小讲堂、互相批改作业……丰富了我们的学习途径。

（四）“亮考帮”帮助我们将知识融会贯通，做到“知亮点、重考点、去盲点”。



三、提高学习效果

在我看来，学习效果=有效地学习时间*学习专注度*学习方法，所以问题转化为如何提高有效学习时间？如何提高学习专注度？怎么找到适合自己的学习方法？

（一）如何提高有效学习时间？

1.做规划：以事件为单位或者以时长为单位皆可。此处建议一个学习软件“Timing”

2.减少琐事。比如上课学习时间和家人作息不符，好好交流，申请“真空化学习”条件。

3.早睡早起。闹钟、连环闹钟……直到成为自己的生物钟

（二）如何提高学习专注度？

1.预习！此处可以使用老师给的PDF，设置一下标签（第几章、第几节），就可以大概知道这一章节的主要内容。可以使用一些软件搭建大的课程框架。推荐学习软件：幕布、PDF Expert……

2. 做好上课准备！ 装好水，纸笔准备好。尽量提早进入老师的直播间，避免手忙脚乱。

3.好好听课！ 做好笔记。手机+电脑者：建议手机看视频，电脑做笔记，划重点，或者分屏操作，建议还可以开一个PPT界面，以免错过一些重要PPT。

（三）怎么找到适合自己的学习方法？

1.学习工具很重要，找自己喜欢的文具可以增加学习兴趣。

2. “广涉猎，重点挑选”：短时间内可以多尝试一些学习方式，学习软件，找自己喜欢的并坚持下去！

3.找一群志同道合的朋友，各自安好，共赴前程。

四、小结

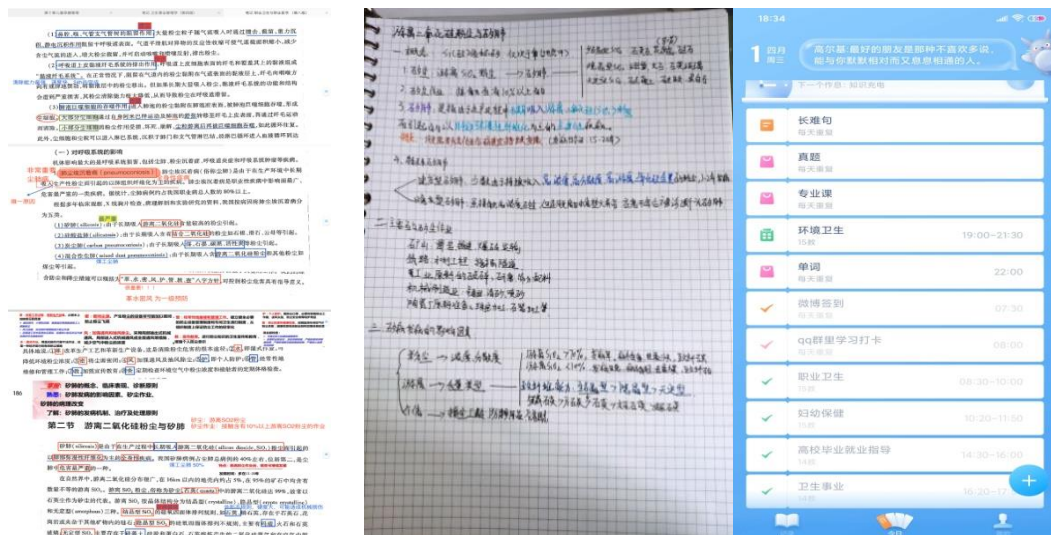
相信老师，相信自己。

多给自己鼓励，一步一步来。

资料软件：学习通、百度、百度网盘、百度文库、b 站、咸鱼

笔记软件：PDF Expert、金山 PDF 独立版、福昕阅读器

思维导图：幕布、X Mind、Margin Note3



● 2016 级临床医学系 高思萌

我们临床学生大四学习的科目是非常多的，老师们主要采取两种方式进行教学，线上直播（腾讯课堂，钉钉）以及学习通录播，有些科目老师在直播后也会把课程的录播视频以及 PPT 放在学习通上方便我们回放观看。每一门课结束之后老师都会在相应的 QQ 群里为各位同学解答疑惑。其实网上学习还有一定的好处，有很多的知识没有听懂的还可以看回放，重点地方还可以暂停下来记笔记。由于在家学习的缘故，教材没有全部带回家，但是老师们都很贴心的把教材的文档提前发在学习群里供大家提前预习以及课后的复习。每次课前我会提前看一下老师发的 PPT 或者文档预习一下本堂课的内容，课后复习没看懂的地方也会再去回放老师的视频。

长时间的居家学习也有烦躁的时候，辅导员老师也会打电话关心我们的情况，我们有什么需求和帮助她们都会及时回复我们。

网课长时间盯着电脑或者是手机往往会感到眼睛疲劳以及腰酸背痛，因此劳逸结合也是十分重要的，在家也要每天坚持早睡早起，按照学校的作息时间表进行，这样才能够保证每天有足够的精神进入学习。每天早上我会早起晨跑半小时，增强身体素质，为学习以及考研打下坚持的身体基础。

疫情之下同学们学习条件艰苦，老师们更是不易，我们要相信老师，同时结合自己的学习方法，劳逸结合，线上学习的学习效率一样可以很高的。春暖花开，疫情渐消，见面指日可待。

● 2016 级临床医学系 边元

（一）在线教学平台的选择和线上教学资源使用

临床医学系各课程老师采用的教学平台有超星学习通、腾讯课堂、钉钉、WPS 网课等，其中录播课以超星学习通使用最为广泛，直播课以钉钉直播的形式最多。

下面以超星学习通为例讲述在线学习平台的具体使用情况：

1. 上课流程：老师采用定时发布任务点+限时讨论的方法。具体做法是：根据准备的课程资源，设定学习资源发放时间。讨论限定时间，要求全部学生参加。配合签到、随机点名讨论、作业等，能够强制要求学生必须在规定的时间内做规定的事情，避免学生“掉线”，让老师们可以较好地掌握学生的学习状态。



2. 线上教学签到：鉴于超星平台有时会发生拥堵的情况，老师们也及时对签到时间做出调整，避免发生网络问题。开始上课时老师在学习通群聊发送上课流程及具体安排，发布任务点。老师通过学习通可以看到学生签到时间，对于过时未签的学生，再通过 QQ 群确认学生是否到位。

3. 主题讨论区和作业发布：对于课堂讨论和作业，老师定时发布、限时完成、全员参与。要求学生把学完任务点内容之后觉得印象深刻的知识点内容在讨论区写下来，引导学生回顾重点知识，督促学生按时提交作业。

（二）个人线上学习安排与方法

学生的自律意识、自主学习能力是决定网络学习与在校学习取得同等效果的关键。对此我具体做到如下方面：

1. 充分预习知识点。学生课前充分地预习，是确保“线上教学”取得良好效果的前提条件。

2. 利用人卫慕课等优质微视频预习课程内容，作为人卫教材的配套学习资源，人卫慕课是不错的预习选择。

3. 上课之前标注出预习时发现的疑难问题，带着问题听老师的课堂讲解，从而发现问题、解决问题，能够极大提高听课效率。

4. 积极参与课堂讨论：充分利用课堂良好学习氛围，切身参与问题讨论，提高学习的积极性与主动性。

5. 热身练习：在超星学习通平台，老师课后发布课堂作业，采用老师讲评答案的方式，让学生有一个互动参与的过程，通过热身练习，实现提高学生的课堂参与度互动式学习并检验学习效果的目的。

（三）线上学习与自我学习的有机结合

作为即将进入医院实习的大四学生，在校学习的时间显得格外宝贵，即将要面对英语等级考试、执业医师的模拟测试、研究生入学考试等，所以除了学校的在线课堂外，我还积极利用空闲时间进行英语、西医综合等复习。坚持每日英语词汇过关，专业知识复习有条不紊地逐步推进，充分利用家中时间，早准备早打算。

● **2016 级口腔医学系 杨霞**

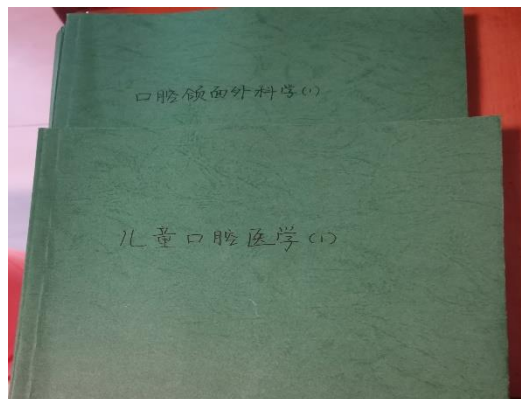
开始行课前👤

△ 下载课表，确定每周课程内容，加入课程群，下载好各种上课 app（钉钉，腾讯会议，学习通）

△ 老师提供了电子档教材，便于下载

👉我采取了两种方式

①口腔专业课程（儿童口腔医学+颌面外科学）在淘宝店打印出来，方便做笔记，口腔专业课程的笔记很多且重要



②其他临床专业课程，使用电子档+notability 做笔记



开始上课👉

△ 老师上课一般做法👉

★根据老师的时间安排和个人喜好，老师们上课的方式分为直播和录播。并且都是依照课表执行，结合签到督促同学们。

★直播课程可以进行实时的提问和解答，线上提问交流的次数要比在学校里高得多，对于这次课的熟悉度会好很多，在直播过程中有任何问题可以马上得到解决。

★录播的视频会提早发到群里或学习通上，我们能够主动调整时间，避开卡顿，可以自由安排学习，有充足时间做笔记。

★当然所有老师都会实时在线上解决疑问，并且尽量接近传统课堂便于我们更好适应。

△ 自己的学习方法✍

★打印出来的课本直观清楚，回校可以直接用；电子档笔记的功能性强，勾画补充方便，更好适应直播课程

★直播课程要全神贯注，老师没有直接面对我们，所以上课的节奏会稍快一些，最好是根据授课安排提前预习一下，上课时尽量消化理解，做到一有问可提

一个小经验🌸 有些直播课程是不能回放的，所以建议录屏！！！！

（手机和电脑端都有录屏功能）

一个小建议👂 上直播的最大优势就是能够实时互动，所以一定要要求自己在上完课之后能够提出至少一个问题或者疑问，这能让你真正的在学习，当然也要关注其他同学的问题，加深理解

★录播课程可以根据需要加速播放，暂停做笔记，合理安排，一般录播课程花费的时间要更多些，不过笔记更充分，可以单独回看理解

★每一章节重点要标注出来，还有掌握和熟悉的内容，便于复习

★利用好课后小测试，回顾知识

口腔专业线上学习✓

△ 本学期的口腔专业课是口腔颌面外科+儿童口腔医学，首先要理解的是两本书的侧重点

★口腔颌面外科---侧重掌握各类治疗方法+疾病✓

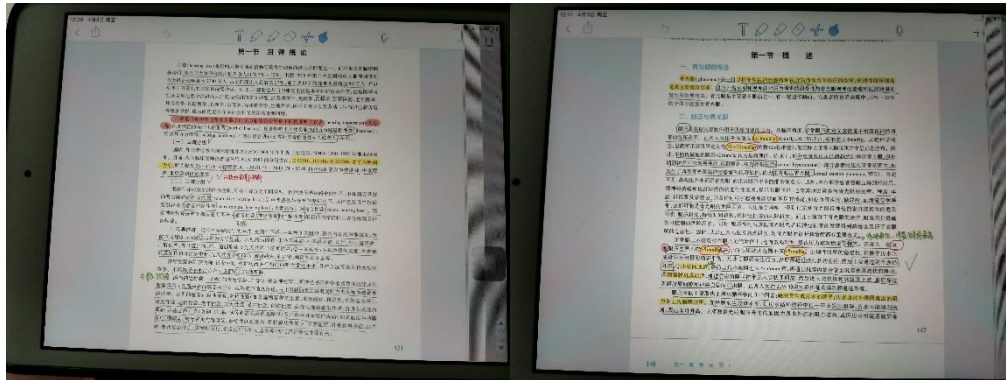
★儿童口腔医学---侧重掌握儿童口腔特点和区别于成人的治疗特点和方式✓

△ 上课开始的第一步是标注出这一章节的掌握+熟悉+重难点，做到在听课的时候有详有略，便于期末复习。第二步利用好上课视频和ppt 做笔记，在讲到重点的时候要有区别的做标记！！！！

①用不同颜色的笔区别重点，下划线和波浪线的使用

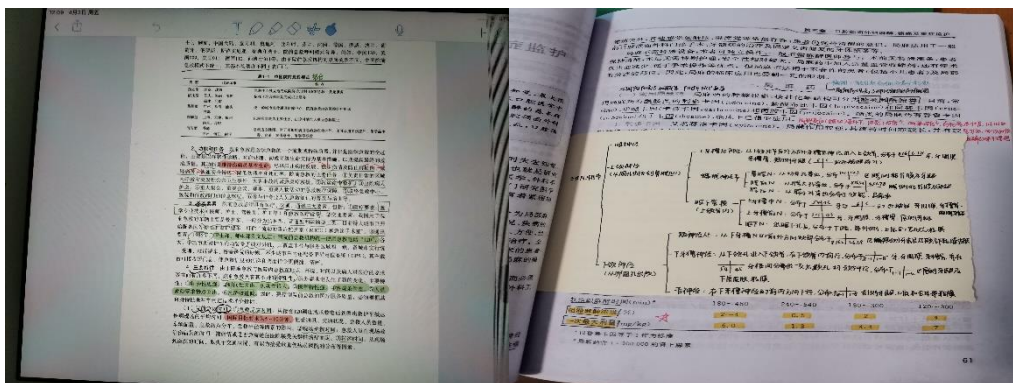
②ppt 和视频里补充的且重要的地方可以单独用白纸写上夹起来

③荧光笔+★！标重点必备！



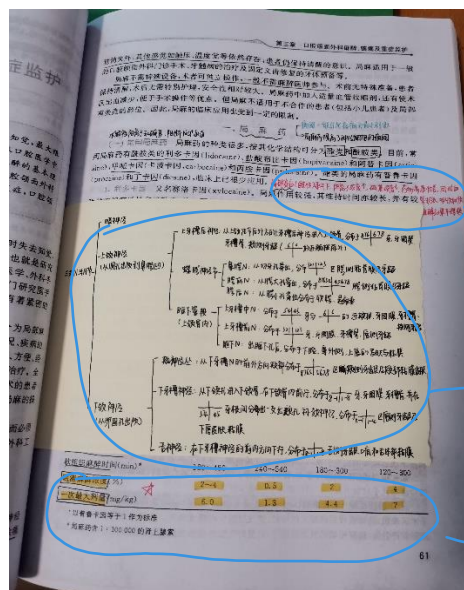
眼科学笔记

耳鼻喉笔记



急诊医学笔记

口腔颌面外科笔记



◆ 真诚的小建议：当你在第一次讲课的时候绝不偷懒的做笔记，那么复习的时候，你已经领先别人很多了！当然不是满篇的勾勾画画！而且一眼看过去就知道重点在哪里！

△ 由于我们已经学到最后一个学期，那么提高口腔专业学习的另一个方法就是结合其他专业书一起理解，口腔颌面外科和口腔解生的联系很密切，儿童口腔医学和牙体牙髓，预防医学联系紧密，在学到熟悉的内容的时候，可以找出来再次复习。

老师提供的资源  

△ 所有教材的电子档 pdf+课表

△ 每节课所教学的内容都有 ppt 和视频回放，方便我们能够有效的学习，课上没完成，课下能够回看补充

△ 老师一直会在线上答疑解惑！

△ 大多数老师在每节课课程后都有小测试，帮助我们更好的消化课堂内容，还提供了许多线上学习网站资源（人卫增图，分享科研论文）

● 2016 级卓越医师班 徐静

在学校有序的安排下，各科老师依托“学习通”“腾讯课堂”“腾讯会议”“钉钉”以及“QQ”等平台，采用直播、录播等不同的方式进行授课。如运动系统这门课程，在开课前一周，老师分别在“学习通”和“QQ”建立了班级群，并上传了学习资料，包括进度表，电子教材、课件及视频等，这一举措有利于我们了解授课进度，合理安排预习和复习时间。上课前 20 分钟，老师通过学习通平台发布签到，监督我们准时上课。上课过程中，我们利用老师发的视频结合 PPT 和教材进行自主学习，老师全程在线答疑。下课前半小时，老师会对本次课程的学习内容做总结，强调重要内容，以帮助我们抓住学习重点，同时进行抽问，了解我们的学习情况及相关问题。课后，老师会在学习通发布测试和相关讨论，以提高对知识的掌握水平及思维能力。

此外，作为一名大四的医学生，我即将面临的是实习和考研，所以除了学校安排的课程外，我结合自身的情况，利用网络其他资源自主学习。如中国慕课、学习通等平台都有丰富的课程资源。另

外，一些原本不是教育方向的视频网站，如“哔哩哔哩”，上面也有很的学习资料，可根据自身需求查找相应课程进行学习。同时，我也为自己量身定做了学习计划，并在这个计划的框架下制定小目标。在这些小目标的指引下，可以根据轻重缓急和自身情况来制定每天具体学习计划，如每天计划背多少个单词，看多少内容，这样可以显著提高自身的学习效率。

● 2016 级法医学 缪欣宇

一、线上学习软件

1. 学习通：

①每门课相应的章节界面可查阅课件

老师上传课件供同学们查阅，方便了手上没有实体教材的同学在直播课后对笔记进行补充完善。

②实时发布小测试

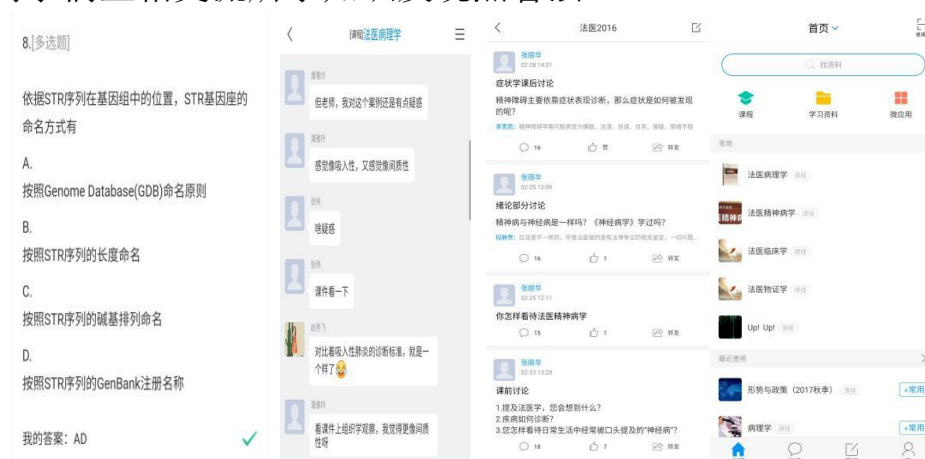
老师在课程结束后发布小测试，规定时间提交测试后会出现答案。

③通过“班级讨论”进行讨论沟通

在班级讨论里老师与同学们进行沟通交流，解决学习上出现的各种问题。

④讨论区“畅所欲言”

不仅可以让老师直观的了解到同学们对知识的掌握情况，也能让同学们互相交流所学知识及观点看法。



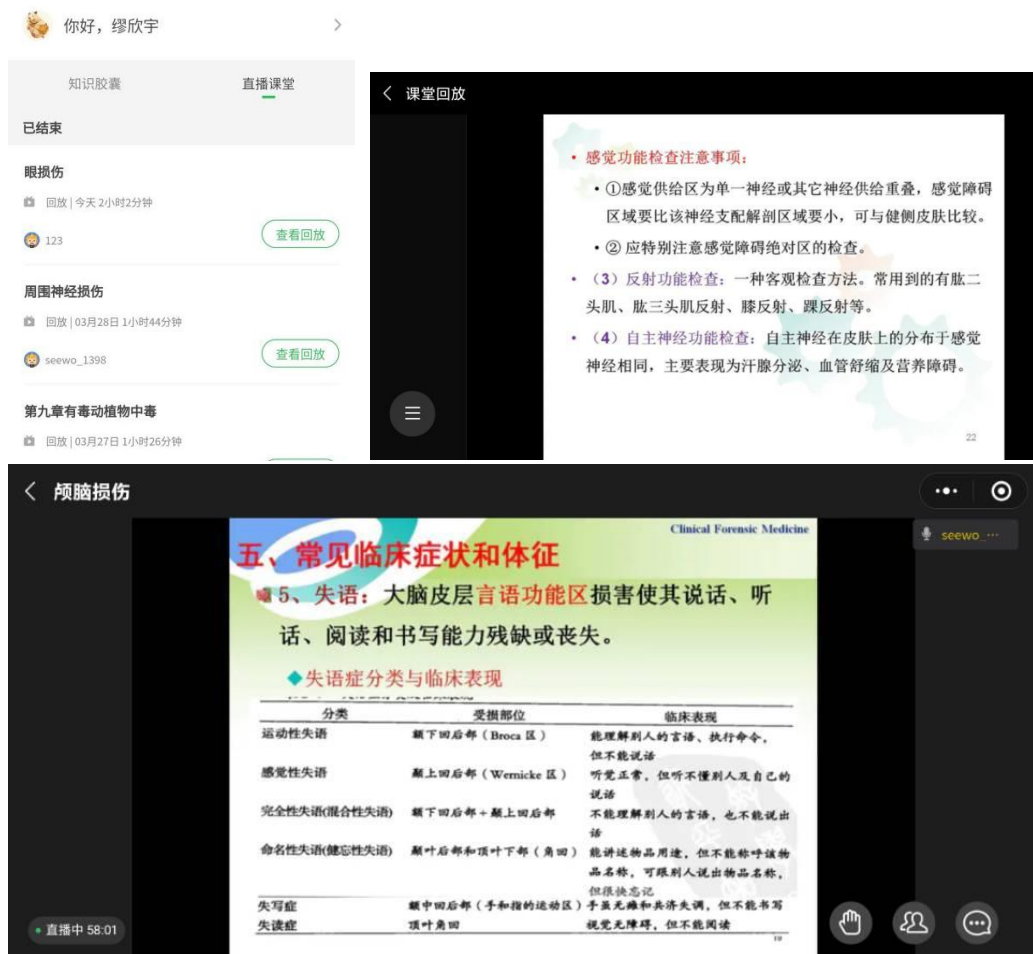
2. 立知课堂：最常使用的直播软件

(1)立知课堂通过扫码进入，由任课老师设定上课时间和教学安排，可提前十五分钟进入课堂，利用这个时间对书本内容进行预习。



(2)采取实名制，高度模拟现实教学。就像平时上课一样，老师在针对知识点提问的时候可以点名回答。在对话列表可以看到各位同学的发言及在线情况，方便老师进行考勤和加减平时成绩。

(3)相较于学习通来说，立知课堂可以保存课程回放：同时保留老师讲解的内容和课件，精准定位复习模糊的知识点。在进行课后回顾知识点的时候，对比起简单地浏览课件上简洁凝练的知识点，老师的讲解不仅能加强对课堂的记忆，也让本来知识更加形象生动易于记忆。



(在直播过程中同学们可以通过打字、举手等方式随时与老师交流)

3. 腾讯群课堂

腾讯群课堂与立知课堂类似，老师通过直播的方式讲课，结合学

习通发布测试，在评论区发言回答问题。优势是讲课时比较稳定清晰，缺点是没法像立知课堂那样保存回放。

由于同学们使用腾讯的频率较其他软件高，与老师交流时会更轻松方便，有问题提出来的时候会引起更多同学的关注，方便查找记录的优势间接使知识记忆更深刻。

考勤方面，在群内一一对应的账号，每天老师打卡使用的关键词都与当天上课的课程相关，我觉得还蛮有趣的，兼提示和考勤作用为一体。

二、分享

①由于线上学习的限制，我手上没有全部的实体书，系上老师为大家提供了电子书，加上课件和回放，配合一些软件的使用，完全能够弥补没有实体书的缺陷，对平时上课影响也不大。



(一款叫 Goodnotes 的软件) (和大家分享我丑丑的笔记，用不同颜色标记会更好)

②电子档的笔记虽好，用手写更能加深记忆。

线上学习难免松懈，当感觉到快要走神的时候拿出笔来写写记记能达到更好的听课效果。不用写的特别详细，只需要把本次课讲的重点以及自己一时不能理解到的知识写下来。老师的课件条理和次重会比较分明，下来再回头看自己笔记的时候可以对照着看，会让知识更加富有条理，也能加深对重点知识的记忆。

● 2016 级法医学 赵秀飞

一、学习资源

（一）学习通

学习通是一个多功能的 APP，在线上学习过程中给予学生和老师很多便利。如下：

①老师提前上传课件，学生可用课件对照电子版课本进行预习

②课后老师在学习通发布小测试，同学们在规定时间内完成测试以巩固课上学到的知识点

③群讨论和讨论群讨论有助于老师和同学进行知识交流，答疑解惑

④签到、课堂提问方便，虽然不能在教室上课，但也能随时考勤，关注同学们的上课情况

（二）微信立知课堂

①由老师事先设置课程时间，方便有秩序开展线上教学。

②课堂中同学和老师可互动，同学们用举手功能向老师进行提问。

②课后同学们可观看回放，观看回放过程中还可控制课件，可以对课堂上未理解清楚的知识点进行二次学习。

（三）腾讯课堂

①清晰不卡顿，同学们可进行连麦，虽然不能面对面教学，但也是一种有声互动哟。

②老师在 QQ 发起签到，同学们不易遗漏消息，老师也可随时关注学生的在线情况。

（四）其他

①中国大学 MOOC：这个 APP 上有许多名校名师的课程，方便同学们课后自学。

②腾讯会议：老师同学可进行线上面对面交流、自由讨论，在这里进行案例分析讨论很合适。

③百度网盘：这里可以保存老师分享的资料，线上学习也不怕啦。

二、老师典型做法

进入大四的最后一学期，所学的都是专业课，老师对我们的学习也格外重视，由于专业的特殊性，老师在课堂上除了讲述课本知识外，更多的是给我们分享与毕业后工作息息相关的内容，在线上学习的过程中，老师们会在课件上为我们标注出以后工作较常用的知识与技术



方法，同样，老师们也会为我们提供实际的案例，让大家共同思考，提前熟悉工作内容与方法。

此次疫情既是危机又是契机，希望借着此次大面积开展线上学习的契机，同学们真正将现代信息技术融入学习中，用好各种线上资源，提高学习效果。

教学质量监控与评估中心

2020年4月8日

【5】川北医学院本科学子线上学习体会

——2017 级典型案例分享

新冠肺炎疫情发生以来，我校迅速行动，积极动员，号召全校师生全力投入到疫情防控工作中。在疫情防控一线，到处都有我校师生奋战的身影，他们用担当和奉献精神，展现了新时代川北医人的风采。同时，为响应“停课不停学，停课不停教”的号召，我校全面开展在线课程教学，在教学活动中涌现出大量的学生线上学习典型案例。为及时总结我校学生在线学习的经验，给广大学生搞好线上学习提供参考，现将 2017 级学生线上学习经验的典型案例分享如下。

● 2017 级眼视光医学 刘珂苑

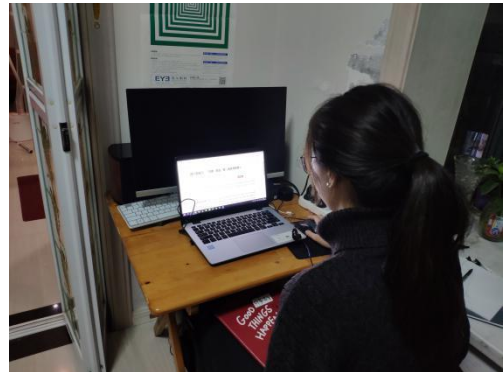
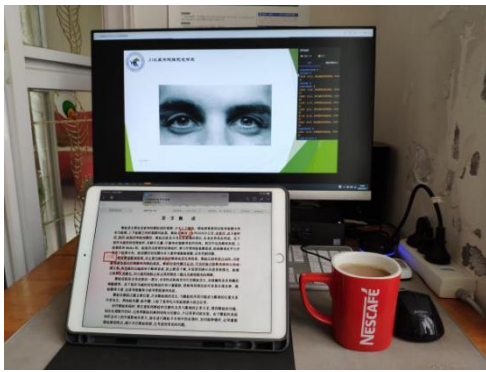
停课不停学，不仅我们在努力，学校与老师也与我们共同奋斗。老师们在课前为我们搜集资源，下载电子教材，精心制作 ppt，准备课堂测试题目，直播时保证网络流畅声音清楚，达到了比以往教室学习氛围更好的效果。



网络课程内容

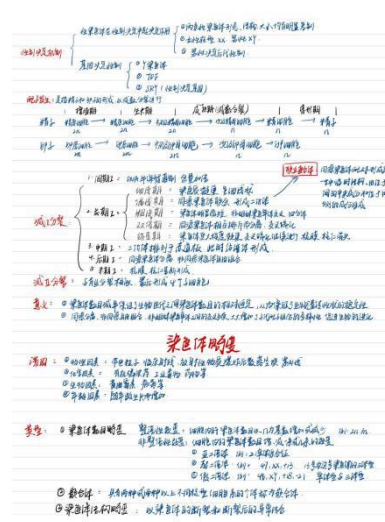
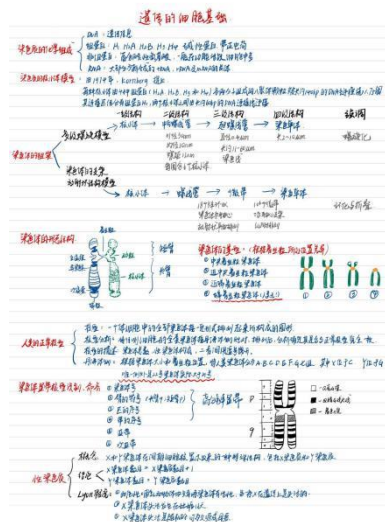
除此之外，学校老师们通过学习通、知到、钉钉等软件发放学习课程、课后巩固内容、ppt、课程回放、课外扩展知识等等。老师们为课程内容的精心准备，课中与我们积极互动并调动活跃的课堂氛围，使枯燥的知识点变得更加生动。

我认为：①线上学习，摆脱了时间的限制，课后能够看回放，不懂可以随时问老师；②摆脱了空间的限制，在家也能够与老师同学随时交流，听课比教室更加清晰流畅，还节省了每日从教学楼来往的时间，使得学习更加高效；③线上学习摆脱了人数限制，一门课堂可由多名学生同时学习，不仅能节约教学资源，还能大大提高效率。



在家通过学习网课

网络虽是万花筒，但只要加以正确利用，必能从中获其益处。线上学习称赞也好、质疑也罢，但它只是一种手段，最终还是服务于学习。即使在家，也要找对方法，提高效率，而非自怨自艾，放纵自我。



遗传学笔记整理

在这次在线学习过程中，我严格按照学校的作息时间表要求自己，每天按时起床，坚持锻炼。通过电子课本进行课前预习，在开课前检查网络保证通畅，课中认真听讲，积极与老师互动做好随堂笔记，课后归纳整理反复观看课程回放，不错过每一个知识点，达到了比在校学习更高的效率。

● 2017 级临床医学系 蒋林菁

2020 年对于我们每个人来说都是不平凡，而作为大学生的我们，也真切地体验了一次为期一个多月的网课教学。以下是我个人经历本

次网课教学后的经验总结：

网课学习工具：

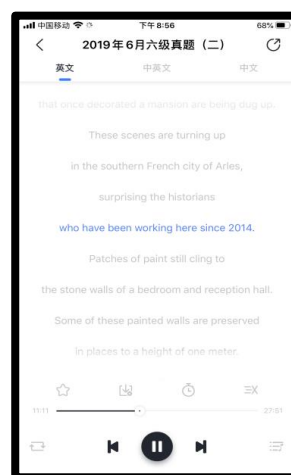
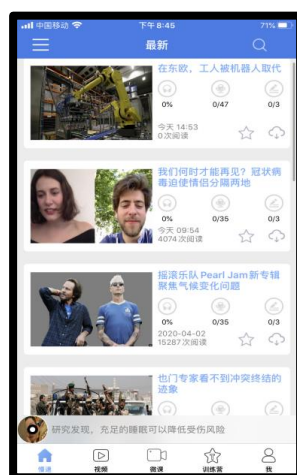
播放平台：学习通（学校网络教学平台）、腾讯会议

学习 APP：notability、Alook、欧路词典、墨墨背单词、VOA 慢速英语

资料来源：教材 PDF、课件 PPT、学习通课后习题、贺银城考研视频

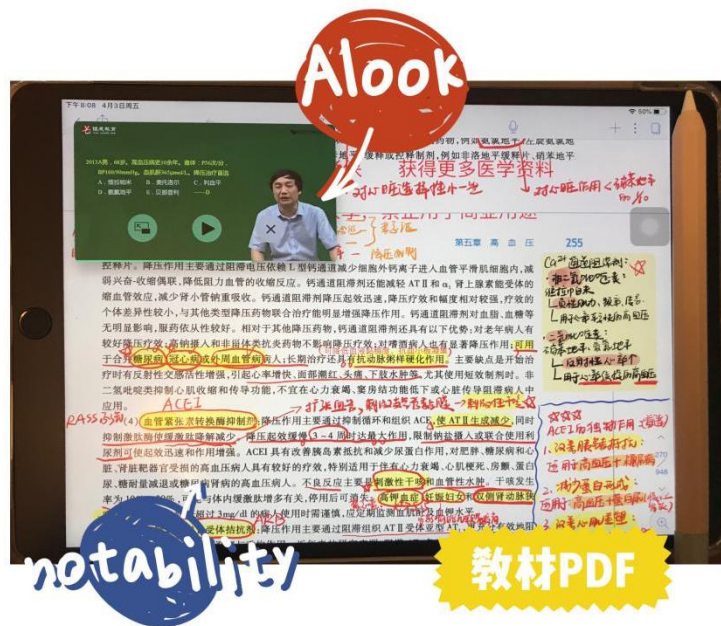
以我一天的学习为例：

1.每天早晨醒来第一件事——打开 VOA 慢速英语（或星火英语），听英语新闻播报（或六级听力材料）来练习英语听力和发音：

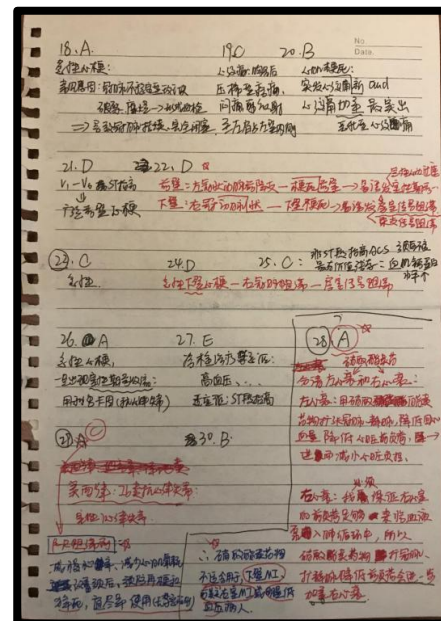


2.直播课程学习：运用平台一学习通、腾讯会议.....任课老师特点：由于这学期有很多学科更接近临床，所以内外科老师在讲课时都会讲述一些临床的例子，提高我们的兴趣加深我们的印象。预防老师和英语老师上课氛围都很轻松愉悦，大家上课积极性都很高。老师们都很负责，私下提问都会很耐心的回答。

3.直播课结束后：根据教材 PDF、老师发的 PPT、贺银城视频，自己再加强细化一遍。（notability: 是一个记笔记软件。它可以看 PDF、word 等各种类型的文件，在文件上可以用 APP pencil 书写勾画做笔记，也可以键入表格等，对于没有书的情况来说十分方便。Alook: 是一个以浏览器形式呈现的视频播放软件，它可以后台播放，也可随意倍速，如图，就可以边看视频边看书做笔记了。视频来源可以是学习通老师的录播也可以是存在云盘里的其他视频资料。）



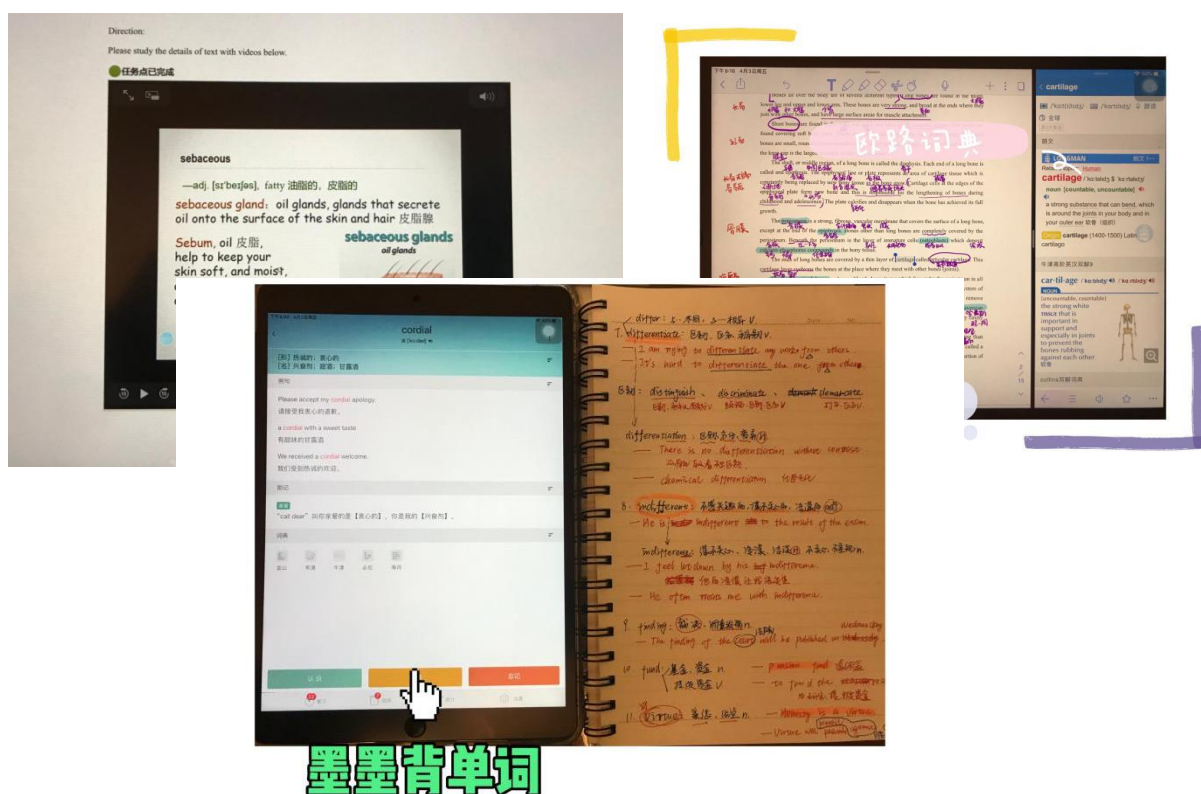
4.书本细化复习后——进行学习通上的习题测试。我每次做课后习题，因为题是电子版的，所以会拿一张草稿纸将题的重点、考点以及自己的思考写在一旁，方便复习查看。



5.英语学习不能落下！

医学英语：全新的语言学科，反复记忆，反复背诵，反复练习是唯一的方法——每次上课前，我会在学习通学习新一单元的词根、前后缀等。并应用 PDF 教材、欧路词典（能够在分屏后，拷贝左边文档中不会的单词，右边显示单词含义）对本单元课文进行预习。下课后

消化课上内容，记忆该单元重点词汇。



普通英语：一门语言，必须要保证每天都能应用到才能保证不退步。而词汇量是应用语言过程中很关键的东西。因为自己英语不太好，所以每天晚上会有用墨墨背单词（这款 app 我比较喜欢的就是它的助记和例句能够蛮好地帮助掌握单词，而且学习一段时间后系统会帮助抽几天专门用来复习，避免时间太久遗忘。）来记忆单词。

总结：其实在家学习和学校学习本质上没什么区别，无论硬件设施好坏，只要你掌握好了自己的学习方法，并且有良好的学习自主性，在家学习同样能学得很好，加油吧，少年们！

● 2017 级医学影像学 郑钦至

2020 年伊始，新冠肺炎疫情的爆发与蔓延考验着中国及全国人民。在党中央的坚定领导和统一指挥下，社会各界凝聚起一股众志成城、共抗疫情的必胜力量。疫情关键时期，为了响应国家的号召，川北医学院全校师生决定一起努力，攻坚克难，进行线上网课教学。不知不觉中，网课已进行了近六周。在这六周的网课学习中，确实遇到了不少困难。

困难一：没有教材！

几乎全国所有大学生的网课学习都会面临这个问题！在接到网课通知的第一时间，整个影像合班三百多名同学，便一起在各大网站搜索电子版教材。皇天不负有心人，终于在人民卫生出版社找到了所有需要的专业教材！

困难二：直播软件有争议！

开始，老师们使用的直播软件多种多样，有的用 QQ 群直播授课，有的用抖音直播答疑，有的用 WPS 会议功能在线讲题，有的用钉钉直播授课，有的用学习通录播教学.....过于繁杂的学习软件让人眼花缭乱、应接不暇。终于，在老师与同学们的不断探索中，发现了一款最适合我们的学习软件-----钉钉。使用钉钉授课，上课可以和老师互动，可以回放直播，还可以发文件，还可以存放 PPT 等学习文件，延迟低、不卡顿，实为网课学习的神器！

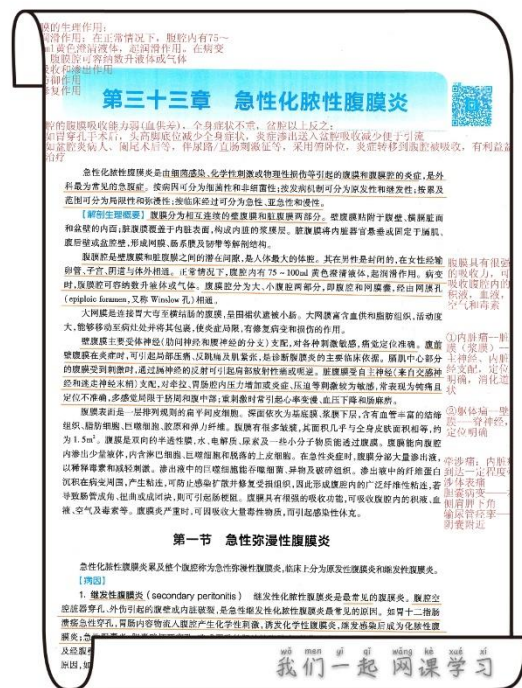
困难三：电子教材如何做笔记？

由于平常很少用电脑，我的打字速度慢，对电脑文字处理软件了解的也少，所以我最开始的选择是手写笔记。但渐渐的，手写笔记的缺点也显露了出来----记下的笔记不能对应在电子教材相应的位置，复习起来非常吃力，而且当笔记较多时，根本跟不上老师的讲课速度！最后，我询问了周围很多同学的学习方法，找到了最适合自己的那个

---WPS！它成了我的网课学习神器之一！里面的操作简单实用，对 pdf 和 office 都很兼容，就算没有电脑基础，用起来也得心应手，当笔记特别多的时候就直接复制老师 PPT 上的文字批注在教材的相应位置。每一章的笔记都记在教材的相应位置上，看书时一目了然，复习起来非常的方便！原来，一个好的学习软件真的可以事半功倍！

困难四：线下学习从何谈起？

网课学习后，经常会有一些没理



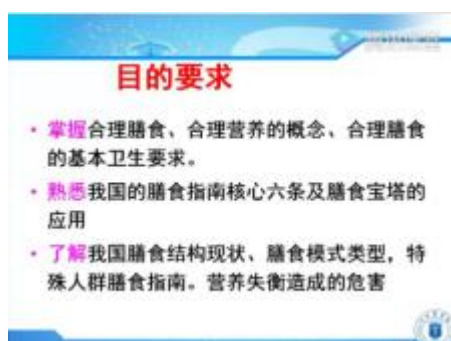
解到的知识点，老师悄悄地告诉了我们一个神器----川北医学院精品课程官网！每次听完老师的钉钉直播，再去听听精品课程里的录播课，总能让人收获颇多。如果还有疑问，还可以通过 QQ 学习群私聊各科老师，为你在线答疑！

停课不停学使我们有幸与天使连线！为了接下这沉重的历史接力棒，为了完成心中的梦想，让我们一起认真地网课学习吧！

● 2017 级临床医学 李翔宇

当我在线学习时，我运用的学习资源主要包括：

1.老师给予的课件等电子资源



教学课件

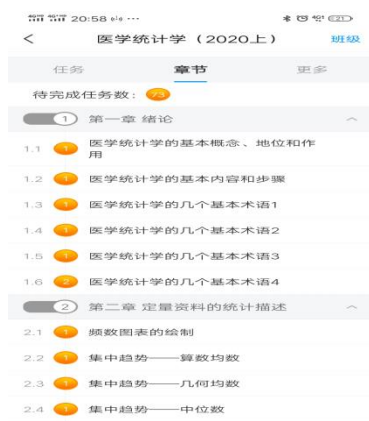


题库

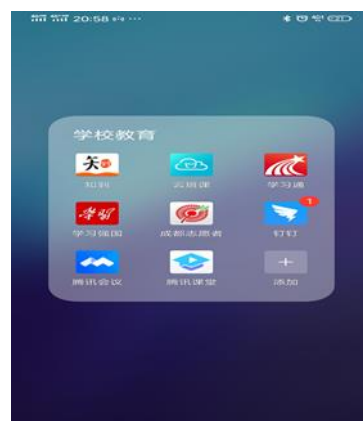
课件等电子资源就像是在线学习中的指南针，引导我们的学习方向，使之不偏离。我会及时将课件、教案下载至手机或平板上进行预习，在老师讲解相关知识点时标注好重难点，同时也会搭配老师的录播等资源来进行复习。而题库、作业等资源我会在预习或复习中按时完成，以巩固知识点并发现学习中存在的问题。

2.老师上传于多平台的录播课程及直播教学

在录播课程和直播教学的软件使用中，我常常搭配两者共同使用。首先在预习时吸收录播课程中的知识点，并用教案构建出知识结构的大体框架。在正式上课时认真归纳老师讲课的重难点，细化知识体系，将一个个小的知识点填充到预习时所做的框架中，使之成为一个装满知识点的“房屋”。最后在复习工作中回放录播课程或直播教学，在“房屋”中进行“装修”，即知识点的查漏补缺，从而完成一个章节的学习。



录播课程



直播软件

3.老师发起的在线互动、随堂讨论等活动



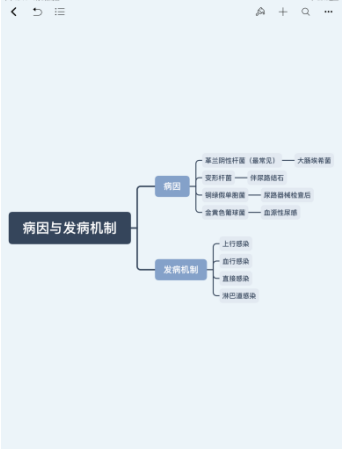
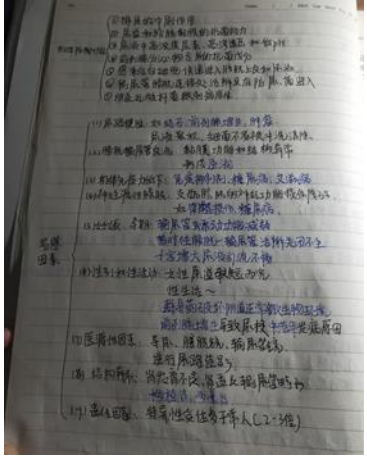
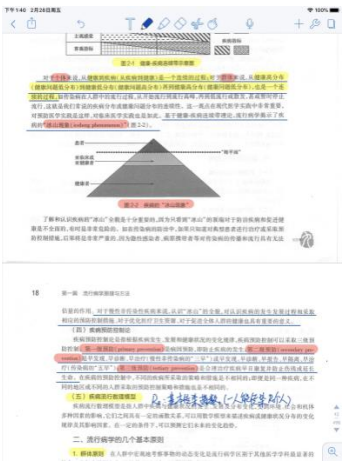
课堂讨论结果

当我们在学习中遇到疑点或难点时，老师会引导同学们进行一次简单的随堂讨论，让我们的思想通过教学平台碰撞，产生火花，这不仅增添了在线学习的趣味性与互动性，同时也让我们对知识点留下深刻印象，知识掌握的更好。

4. 学校给予的图书馆等学习平台

在学习过程中难免会遇到无法解决的问题，而图书馆等学习平台就起到了关键作用。钻研时，我会通过学校的数字图书馆进入各大论文网站或书籍查阅相关内容。阅读大量文献，不仅能加深我们对知识点的理解，更能将我们的学习思维提升到更高的层次，合理运用这些资源有助于我们的在线学习。

在线学习过程中，始终坚持“三位一体”的学习方法，即预习、听课、复习三位一体。预习工作中运用好各类资源以及录播课程，书写对知识点的初步理解及产生的问题，构建一个基本框架；之后在直播课程中认真听讲，反思归纳老师所讲的知识点，排除异己，加深记忆，把所有知识点融会贯通且不断细化，填充到构建好的基本框架内；最后通过各类电子资源、录播回放课程及图书馆等平台对整个知识体系进行总结，查漏补缺，从而完成一个章节的学习。



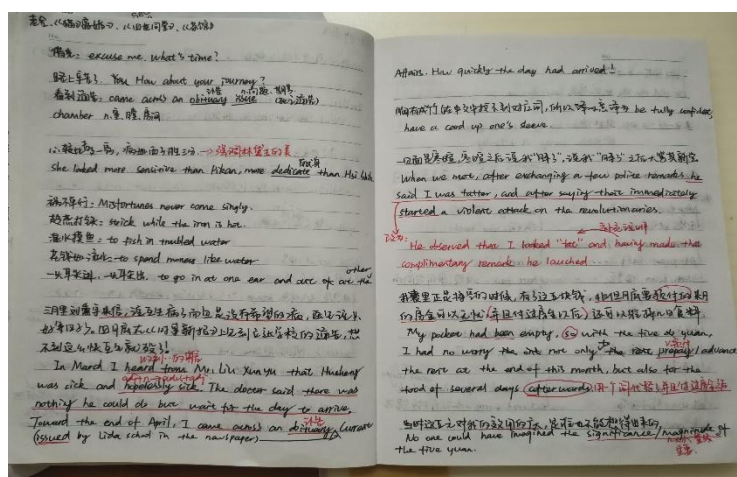
学习日记

思维导图

在上内科学时，老师更愿意把在线教学的时间留给我们。她要求我们在课前预习的同时完成十道练习题，之后在课上花一个小时讲完知识点，并讲解做题思路，最后花几分钟时间为我们贯穿整个章节的知识体系。这样的教学方法让我们很容易接受，章节内容也掌握较好。

● 2017 年外国语言文化系 曹杉杉

自小学开始，我们就开始记笔记了。但是笔记应该怎么做仍然是一个让人摸不到头脑的问题。通常学生要么不做笔记，要么全记，这是不太可行的。我的笔记材料来源于翻译老师的 PPT，我并没有全部记下，而是将自己不理解的地方，易错的地方记了下来，并用红笔标记以突出重点、思路、易错点，使得笔记条理更加清晰。在课上做笔记时间确实是不够的，有些笔记是我在课后抽时间写上去的。翻译老师用的腾讯课堂，这一软件好处是可以看重播，即使当时没有来得及截图或拍照，都可以去看重播完善笔记、加深理解。接下来让我们一起来探讨笔记该怎么记吧。



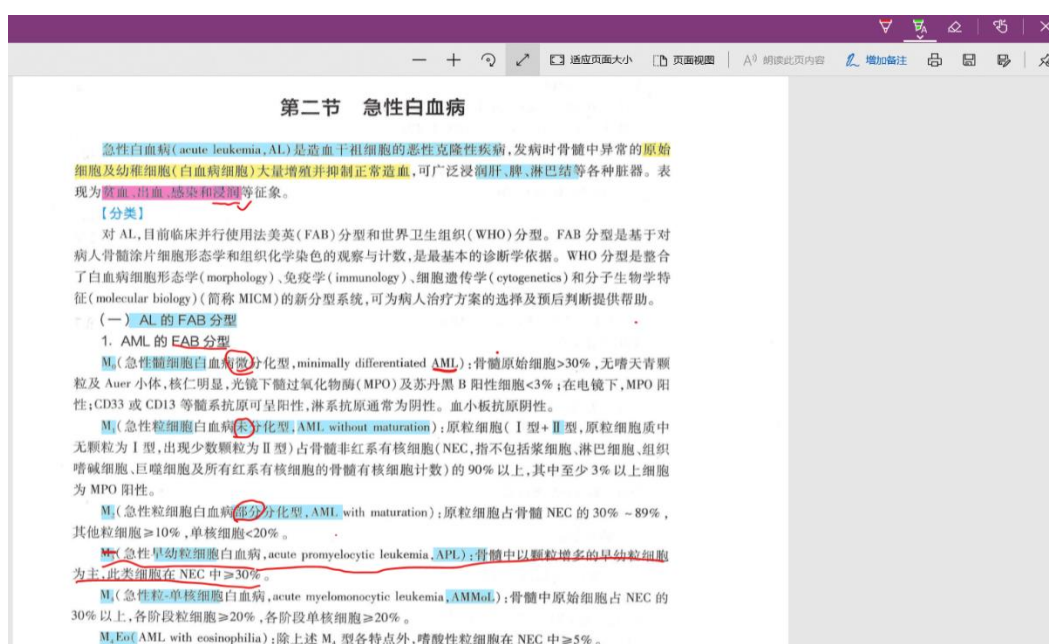
首先，让我们了解一下笔记应该记什么？第一，我们应该记框架结构。知识是一个系统，任何一个大的点都可以引申为很多个小点。课堂时间较紧，没办法及时做记录，那么可以依据书上或者老师做的PPT上的内容做出框架。然后先认真听老师讲，下课后根据自己的记忆去补充内容，这其实也能检验自己对内容的掌握情况。也更加有利于同学们复习并回顾知识；其次，还应记方法和思路。其次，记笔记，并不是把老师讲的知识全部抄录。我们应该记的是老师的思路和方法。比如我们翻译将中文翻译为英语，我的翻译有错的地方，为什么错了？老师的思路跟我的有什么不同？为什么要用这个单词来翻译？弄明白这些思路和方法，我们才能真正理解知识，学到举一反三；最后还应记重点、难点。上课过程中，老师会提到哪些地方容易犯错，这些易错点都是需要记在笔记本上的，以避免下次遇到这样的题犯错。可以用不同颜色的笔来标注，使之条理清晰，更易理解。那笔记又应该怎么记呢？有什么方法能提高我们记笔记的效率呢？我们可用不同颜色的笔来标注以突出重点、难点、易错点。在列框架时可用树形图，数字等分门别类使得条理清晰。在记完一系列的笔记可空一行，使得笔记更加工整。密密麻麻的笔记看着谁都难受呀。用字母和缩写。比如用 e.g. 代替 for example，用 adj. 代替形容词，这些符号可以大大节省我们的时间，提升学习效率。

受疫情影响，现在同学们基本上都在网上学习，结果学生只拍照截图，不动笔，把拍照或者截图当记笔记。但是拍照最多只能是时间紧、来不及记笔记的补充措施。试问，有多少同学在拍照或者截图之后认真复习笔记、消化理解了呢？所以，将笔记写在纸上不仅仅有利

于我们消化知识、及时复习，还可以提高我们的学习效率。记完笔记一定要去理解、吸收、消化、复习，不然记笔记的作用并不大。

● 2017 级预防医学 舒慧宇

适应了三年的大学授课传统方式，此次疫情发生后，形式的突然转变，起初是有些茫然的。面对电子屏幕和电子版教科书充满了陌生感，但更好的利用电子资源也就更为重要了。首先我在学校提供的人卫教育出版社官网下载到本学期所需的所有教科书，使用电子书过程中我会使用 OneNote 软件在老师讲授过程中勾画重点以及补充笔记，这样便于我之后复习有所重点。



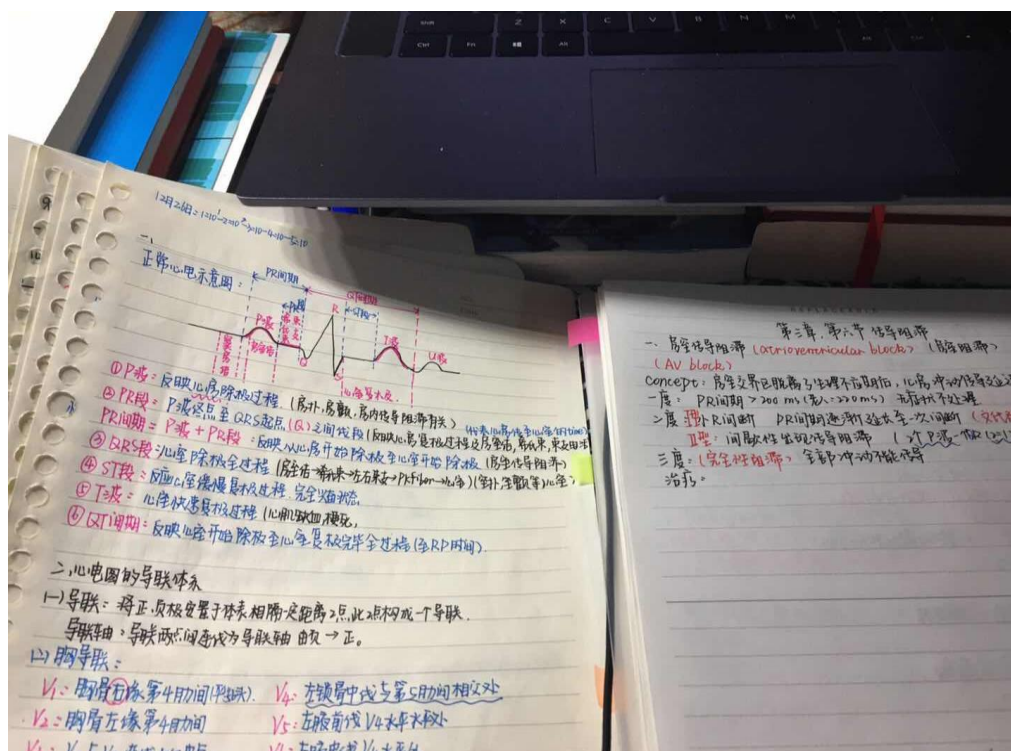
平时在课堂中我们通常一边看书一边听老师讲，在家中为了达到这个效果，一般在直播课堂中我都会采用分屏的方式，边听边勾画，这样可以更好地理解老师讲授的课本知识以及拓展的知识。如果遇见了老师强调的或者需要补充的内容便会利用笔记功能。

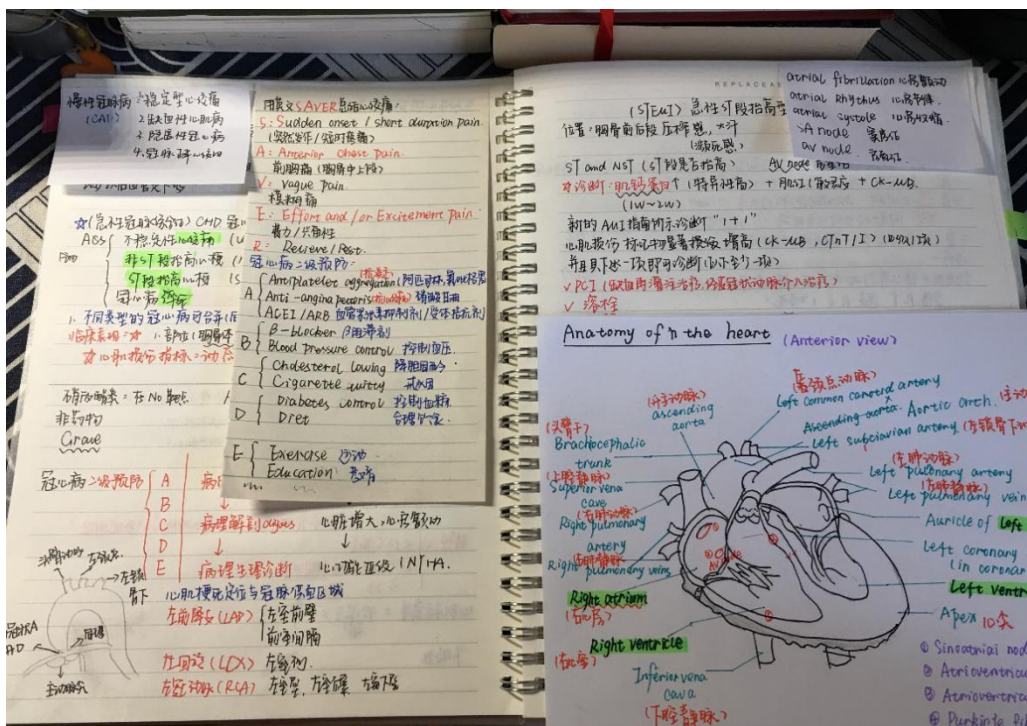
在我们一些课堂中不仅有老师课上的直播课程，老师还会给我们推荐一些优质课程便于学习理解的书本，一般我会在选择在复习或者有些知识点迷糊时在线下学习这些资源，有时也会在上课前通过这些资源进行预习。

老师推荐的资源更具有权威性在学习上也更有针对性。在他们熟悉的领域给我们的建议真的是受益匪浅。



但终究线上学习是在屏幕上进行的，所谓“眼过千遍不如手过一遍”，在课下观看回放或者老师提供的资源中学习时，我还是会选择传统的笔记，一般选择老师反复强调的重点抑或是一些易混淆的内容记录。记录过程可以用颜色鲜亮的笔标注重点或画一些框架图，以提高记忆效率。在学习心内科时，根据老师课件内容还顺便回顾了大一学习的解剖内容。老师课件中提到很多专业英语词汇也在记录笔记的过程中进行了拓展。





● 2017 级口腔医学 简悦悦

这是在家学习的第 6 周，对预防医学的学习模式也有了一个相对深入的了解，下面从以下 3 方面进行介绍。

1. 预防老师的 PPT 颜色丰富，重点突出，图文结合，表格帮衬，下面是我对每一类 PPT 的学习方法

膳食营养素参考摄入量 (DRIs)

- ① **平均需要量 (EAR)**
是某一特定性别、年龄、及生理状况群体中 50% 个体对某营养素需要量的平均值。
- ② **推荐摄入量 (RNI)**
是可以满足某一特定性别、年龄及生理状况群体中绝大多数 (97% ~ 98%) 个体需要量的摄入水平。
- ③ **适宜摄入量 (AI)**
代替 RNI，是通过观察或实验获得的健康人群某种营养素的摄入量。
- ④ **可耐受最高摄入量 (UL)**
是平均每日可以摄入营养素的最高限量。

简悦悦:

缩写	含义	人群/说明
EAR	平均需要量	50% 个体 (个体差异)
RNI	推荐摄入量	97-98% 个体 (特殊人群)
AI	适宜摄入量	观察、实验 → 健康人群
UL	可耐受最高摄入量	最高限量 (大于 UL, 可能中毒)

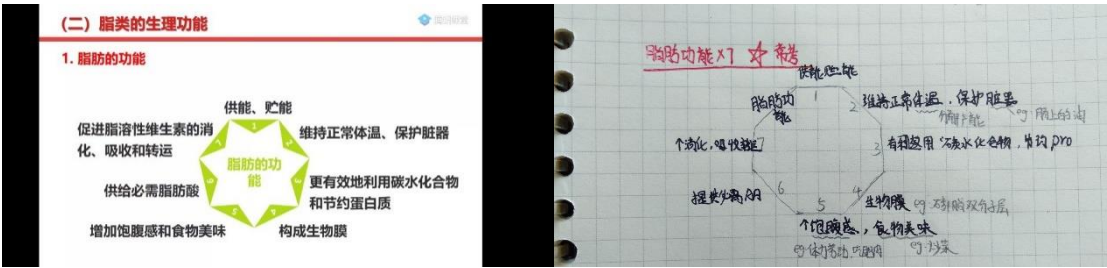
① 对于颜色显眼丰富的 PPT，一般都是重点讲解部分和考试常考内容，而且，一定要重点注意红字标识部分，由于文字众多，手速跟不上，直播课无法暂停，我通常:截屏+简化笔记+常考方式+铅笔批注 (批注部分通常为老师讲解时便于自己理解的内容，答题时可以不写出来的部分)

补充说明:介于曾经考试出现过英文版本名词解释，使我两眼抹黑，考前失忆，因此在简化笔记时，我习惯性将英文缩写放在前面，

和中文解释隔开一段距离，复习时有助于巩固。有同款烦恼的伙伴可以试试！



②对于这类比较型 PPT，老师都已经帮我们归纳整理出来了，着重注意对比记忆，在笔记本上也可以先“分区”写下自己印象不深或者常识错误的部分，依照个人掌握程度，和对应知识点的重要性，可以课后再补齐。（一定不能盲目抄写内容，特别是表格，一般内容都很多，过得也很快，所以课堂上尤其要注意简化，用心听才是王道）



③关于图文结合 PPT，例如老师在讲脂肪作用时，并非按照传统的 PPT 排版 1-6 纵向排布往下走，而是图文结合，每一个小点都有讲述具体的事例。

于是我们在笔记本上就可以跟着老师的讲解，画出上图所示图案，摘录关键词，用不同颜色的笔，记录自己理解部分的内容，写在对应的编号处

补充说明:简化笔记主要是以自己看的懂为准，可以适当应用英文缩写提高手速，比如“氨基酸”我通常提取其英文首字母，记作“AA”，蛋白质记作“pro”

④讲解个别章节时老师会在 PPT 中间留白用作现场举例，引导我们一起画图，列表分析，这互动环节进度会特别慢，如果你已经理解了，就可以用这个时间去回顾，补齐之前的笔记，这些细微的地方也算是拉开差距的点，而且课堂上回顾，事半功倍，你可以及时发现自己的问题，等待课后提问环节及时咨询老师

2.学习通

①首先安利一波海量资源，这绝对是我目前学习的网课中，资源最丰富的！



老师很走心的在资料上面给我们安排了教材的 PDF，还有大量的论文，阅读延伸（虽然有的内容看不太懂很枯燥的样子，但是认真去读或多或少还是有所收获的），每一章最后附加一个章节测试，对于大部分同学来说，也可以安排一本人卫练习册，我通常看书觉得自己都懂了，状态良好，一做题就发现自己看书看得走马观花，因此，习题是个好东西，查缺补漏。

补充:有时间和精力的可以适当积累错题，分享我的懒人方法，习题册更正时在自己易出错的地方用鲜艳的笔画一个☆，以后复习，你会感谢自己的。

②再来谈谈独具特色的考核方式



这样的学生互评制度，比起以前上交实验报告纸不知道自己分数，

错哪里，算是 2.0 版本，他还有一个好处，就是在互评另外三个同学作业的同时，可以偷师学艺，认识到自己和别人的差距，取长补短。

基本作业要求及评分规则

一、基本作业要求

1. 每位学生用一个笔记本独立完成学习笔记（应为手写），可以形式多样，自由发挥（可参考附件），并列“亮闪闪”、“考考你”、“帮帮我”。

“亮闪闪”：列出学习过程中自己感受最深、受益最大、最欣赏的内容等，至少一条，更多不限。

“考考你”：列出自己弄懂了，但是觉得别人可能存在困惑的地方，用来挑战别人，至少 3 个，更多不限。

“帮帮我”：列出自己不懂的问题，讨论时求助别人，至少 3 个，更多不限。

2. 每一个学习章节都要写学习笔记。

3. 完成学习笔记后拍照（要求照片清晰，尽量美观，最好能用文档校正功能拍照，若因图片不清晰影响评阅，后果自负）。在学习通作业栏上传图片（要求一张一张地上传图片，不要打包，否则影响评阅）。自己保留笔记本，以备复习之用。

4. 请注意上传的图片中不能有自己的姓名、学号等个人信息，否则该次成绩记为 0 分。

5. 请注意必须按时提交作业，过期不能再提交，无法获得该次作业的成绩。

6. 请自己认真完成，严禁弄虚作假、抄袭等行为。在作业中，一旦确认任何不诚信行为，本课程考核中该项成绩记为 0 分。

7. 本次作业满分 10 分。

这是让人又爱又恨的“亮考帮”，虽然预防医学的作业烧脑且多，并且强制要求做笔记，我想，如果按照要求严格完成作业，期末考试大概也就是复习笔记一遍过。而且亮考帮的评价方式类似于实验报告，也可以学习其他三个人的优势。

3.腾讯课堂

直播时间

01月29日 08:00

继续学习: 第1节

[直播]刘振中老师的课堂

刘振中老师的课堂

当前课程

刘振中老师的课堂

老师已下课

历史回放

18. 预防医学 第三讲

2020-04-02 07:48 共151分钟

17. 预防医学 第三讲

2020-04-01 14:18 共143分钟

16. 预防医学 第二讲

2020-03-31 10:23 共99分钟

15. 预防医学 第二讲

2020-03-31 07:45 共106分钟

学到了

老师，听说西红柿和蜂蜜水有用是真的吗

有用的

魔芋

有用的，番茄红素胶囊挺解酒的，大幅度提升酒量

火龙果算不

番茄红素胶囊不是治前列腺的咩

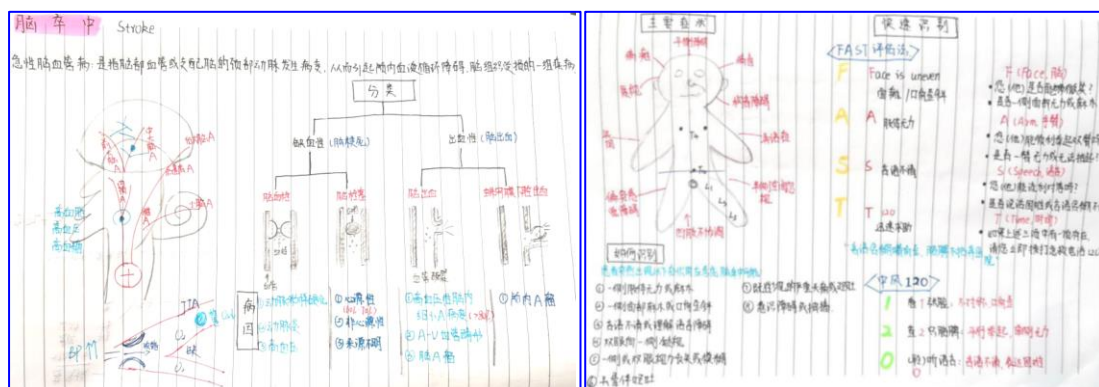
它比学习通流畅，可以看回放，对于想要完善笔记的学霸，有事错过了直播的同学，这简直就是救星！当然咱们的课堂互动也是很不错的，老师在讲解知识的同时还会给我们科普生活小常识，养生健康饮食小技巧。

每个人都有自己独特的学习方法，老师提供的资源也很丰富，重点是要掌握适合自己的那一款，温故而知新，要和遗忘作斗争！

● 2017 级护理学系 何洁

为做好新型冠状病毒肺炎疫情防控工作，学校采取延期开学、线上教学模式，以保证“停课不停学”。在疫情期间，如何能够静下心来居家自学，提高学习效率，显得尤为重要。

一、在老师上课时间内，认真听老师讲解，拿笔记本先写下重点及框架。课后结合 PPT、电子书、以及倍速回放录播视频，再自行完善笔记内容，使用不同颜色的荧光笔做标识、批注，及时完成老师布置的练习题，加强巩固。如有还未理解的知识点，可以放慢速度，多次听老师的讲解，总结要点。



“图像法”笔记

二、若老师在上课时讲到某一规范使用流程是我们现在临床所遵循的标准，可以根据老师提供的参考资料，在课后通读此文章资料，对本节课的内容有更深入的理解与认识。

三、制定学习计划：可根据每日的课表安排当天的学习计划，完成一件事就可以打勾，每晚睡前浏览自己的计划完成度，适当调整第二天的学习内容，同时，按照课程进度表，需选择时间进行课前预习、课后复习，提高学习效率。

四、强化时间管理：使用“番茄 TODO”软件，建立多个待办集，在学习时间内对手机进行锁机计时，在自己所设定的时间后，会有通知提醒休息时间，这时可以站起来走走，活动下四肢，保持最佳的精神状态。

五、营造一个良好的学习环境，在学习时间内，书桌上放有电脑、笔记本、笔袋、书籍、水杯，不放另外的东西，以免分散注意力，把精力集中于学习上。

● 2017 级公共事业管理 程梦诗

一、学习资源平台

1.学习通-通过学习通平台我主要是学习在校课程的一些安排,比如领导科学、管理定量分析、市场营销学等学校安排的课程。

2.墨墨背单词-这个 APP 主要是我用于背诵英语单词,这个 APP 通过艾宾浩斯遗忘曲线跟自己的遗忘曲线相对比而进行每天的单词复习,方法科学,效率很好。

3.学习强国-作为一名党员,我应该时刻关心国家大事和社会发展趋势,学习强国是个宝藏 APP,里面推送的内容不仅仅有国家大事,还有各种学习平台推送的知识,有趣且易学习。

4.BBC 英语学习-主要是用于锻炼自己的听力和口语,里面的内容丰富有趣,容易激发我的学习热情。

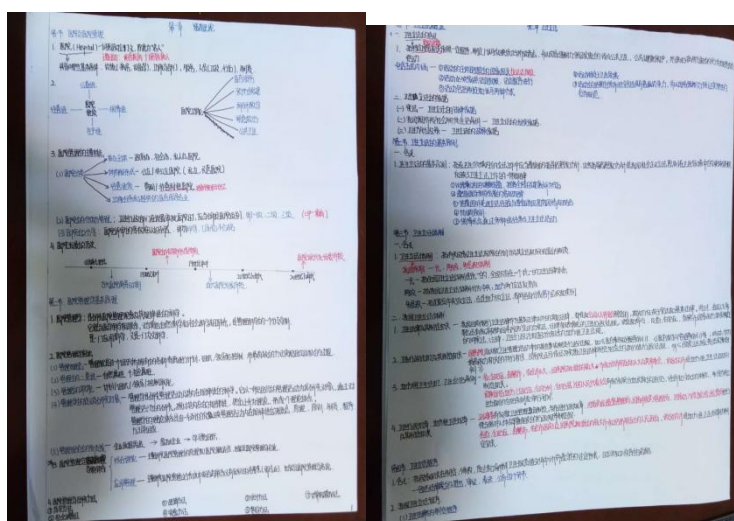
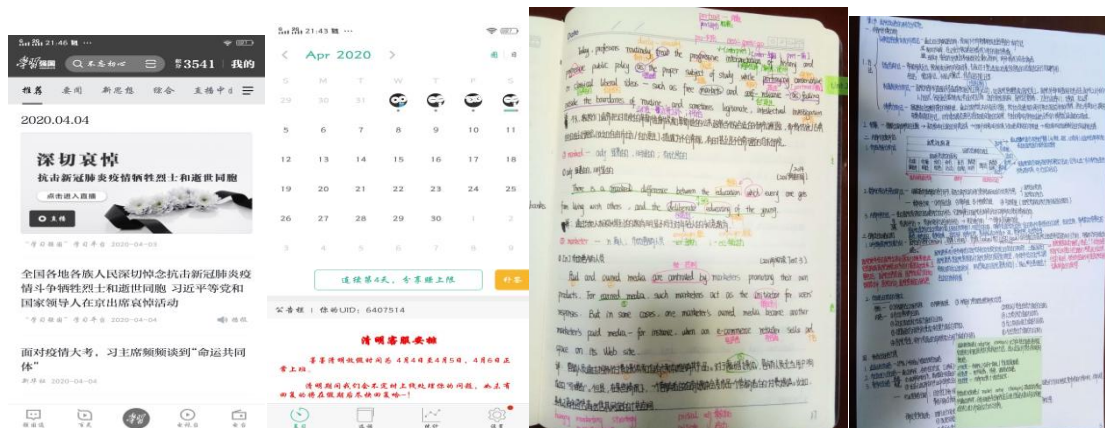
5.知网、万方-我主要的借助这两个平台阅读大量的论文,通过不断的对比,总结,能够找到自己在写论文方面的劣势,且借鉴他人的优势,不断改进。

二、学习心得

起初的网课时间,我是烦躁的、不安的,学习通和钉钉平台的卡顿,老师在线讲课的不适应,网上作业的繁多,妹妹的网课学习,一日三餐的煮饭让我觉得周围的一切都是糟糕的。经过一周的适应期之后我慢慢走上了正轨,适应了老师的在线讲课,遇到不会的问题会私下联系老师解疑答惑,6:30 起床学习 10 点半之后的讲课内容,避免煮饭的时间会耽误我的课程,我也会早上七点半和中午吃饭后开始抽查妹妹的背书情况,晚上九点去到楼下锻炼四十分钟保障身体的健康。其实时间就像海绵里的水,只要是你愿意挤总是会有有的,合理安排很重要,自律是成功的关键。看着上班回家的妈妈满足的微笑,我是开心的;看着妹妹渐渐提高的成绩我是开心的;看着妈妈和妹妹吃着我煮的饭,我是开心的;听着老师的讲课,写着写不完的笔记,我是开心的,因为我的生活是充实的,我知道自己的目标,也知道哪怕前方再难,自己选择的路跪着都要走完。

为梦想奋斗,为幸福努力,为成功坚持。

三、学习打卡



● 2017 级信息管理与信息系统 曾自国

受疫情影响，各类学校推迟学生返校，采取“停课不停学”的方式，老师在网上进行空中教学，而我们根据课表安排进行同步学习，同学们在学习过程中可能会遇到很多困难，这里给大家分享一些 2020 线上学习的总结心得。

一、多媒体技术及应用

这门课以 photoshop 软件的实践应用为主，理论知识为辅，大家在学习过程中应把精力主要放在 photoshop 软件的操作上，我学习的方法如下:1.在上课前把 photoshop 软件打开，边看老师录播的视频，边同步操作，这样具体的操作步骤才记得更牢 2.善于利用网络视频资源，在完成老师布置的课程任务后可根据自身情况，通过网络上的视频学习新的更高级的 photoshop 软件操作技能。3.课外可通过老师给的 PPT 和练习题查漏补缺。

二、医院管理学

这门课以理论知识为主，管理类课程要求我们学习过程中思路要开阔些，多阅读、思考、总结，要杜绝背了一大堆概念，最后考完试什么也没记住的怪圈，我学习的方法如下:首先认真学习老师录播视频中的理论知识，然后课后在网络上寻找具体医院管理案例，最后将所学理论知识应用于案例中，这样才做到了学有所用

三、新医院财务管理

这门课以财务管理方面的理论知识学习为主，老师在视频中结合了许多具体医院财务管理的案例给我们讲解理论知识，我们要重点吃透这些案例，切忌死背理论知识。

四、信息安全技术

《信息安全技术》这是一门综合性很强的课程，涉及到多个学科的交叉，比如通信、计算机、密码学、数学、心理学等等。所以本门课程的一大特点就是知识面宽，内容多且杂，所以我们在学习的时候会面对不少困难，我学习方法如下:1、通读一遍教材上的本章内容。2、学习老师为大家找好的视频。3、学习老师提供的 PPT，再次阅读教材，不明白的可以在网上找资料或者询问老师。在我们回校后，再上机实践练习。

五、数据挖掘

这门课程设计了许多数学方面的知识，是我们学习过程中的难点，同时也涉 rapidminer 软件的操作学习，也考验我们的操作实践能力，我的学习方法如下:1.先认真听老师讲的视频内容，如果没听懂课外可通过老师给的 PPT 再去钻研，直到弄懂为止 2.学习 rapidminer 软件时，应提前打开 rapidminer 软件，然后跟随老师的步骤去操作软件。3.这门课程有很多数学方面的理论知识，不懂的地方大家可以去百度相关资料。

六、java

这门课程大家要多操作实践，多写代码，这样才能把理论知识用于实践，光看视频觉得懂了没用，自己要在写代码的过程中才能知道自己的问题。

● 2017 级临床医学系 谢闵嘉

一、课前

1.了解教学进度，提前知晓教学内容。

川北医学院教学进度表									
教学时间：2019-2020学年第2学期			课程名称：口腔科学			教学对象：2017级临床专业本科九合班			教材版本：江苏科学技术出版社第2版
授课时间			授课地点 教室/实验室	授课内容	课程类型 理论/实验	授课学时		授课教师 (联系电话)	职称
周次	星期	日期				理论	实验		
8	二	2020.4.14	1-3 节	6教室 第二章、口腔基本结构与功能 第三章、口腔黏膜病及颌面部炎症概述	理论	3		冯彬 (1350207788)	副教授
9	二	2020.4.21	1-3 节	6教室 第四章、口腔卫生与口腔保健 第七章、儿童牙病	理论	3		廖晓群 (15920207469)	讲师
11	二	2020.5.5	1-3 节	6教室 第四章、牙周支持组织与牙周病 第五章、牙周支持组织	理论	3		廖九敏 (13560616456)	讲师
12	二	2020.5.12	1-3 节	6教室 第十七章、口腔黏膜病	理论	3		罗慧宇 (13909029432)	讲师
13	二	2020.5.19	1-3 节	6教室 第八章、口腔颌面部肿瘤及颌面部手术 第九章、口腔颌面部感染	理论	3		曹宗群 (18301707192)	讲师
14	二	2020.5.26	6-8 节	6教室 第十章、口腔颌面部创伤 第十一章、口腔颌面部肿瘤	理论	3		熊静佳 (15520892509)	讲师
15	二	2020.6.2	1-3 节	6教室 第十二章、颌下腺炎与导管炎 第十三章、颌下腺炎与导管炎	理论	3		廖晓群 (13909070217)	讲师
16	二	2020.6.9	1-3 节	6教室 第十四章、口腔颌面部肿瘤 第十五章、口腔颌面部肿瘤	理论	3		熊静佳 (15520892509)	讲师
学时总计：24学时，其中理论24学时，实验0学时									

 弋鹏圣
外科学今日学习内容为外科营养，同学们请踊跃提问

 弋鹏圣
是的，围术期处理的后半内容在上次课视频里全部呈现

 弋鹏圣
第4周课后考核.docx (13KB)

来自群文件 [在线预览](#) [下载](#) [另存为](#) [转发](#)

2.准备相关课堂资料如 PPT，并提前预习课堂内容。

二、课堂

（一）直播：

要点：1.构建知识框架

了解本节课或本章节的知识内容，能在笔记上或是脑海中理清相关知识点的数量、层次、逻辑关系等，有助于对所学内容有着纵向或横向的深层理解。

2.听清重点、听懂难点

课本知识本就繁杂，课堂时间内容也极为有限，掌握学习的重难点可使在课堂上的效率最大化，较为琐碎或是边缘的知识可在课后复习巩固，重难点可在课堂上及时掌握，理解较为透彻。

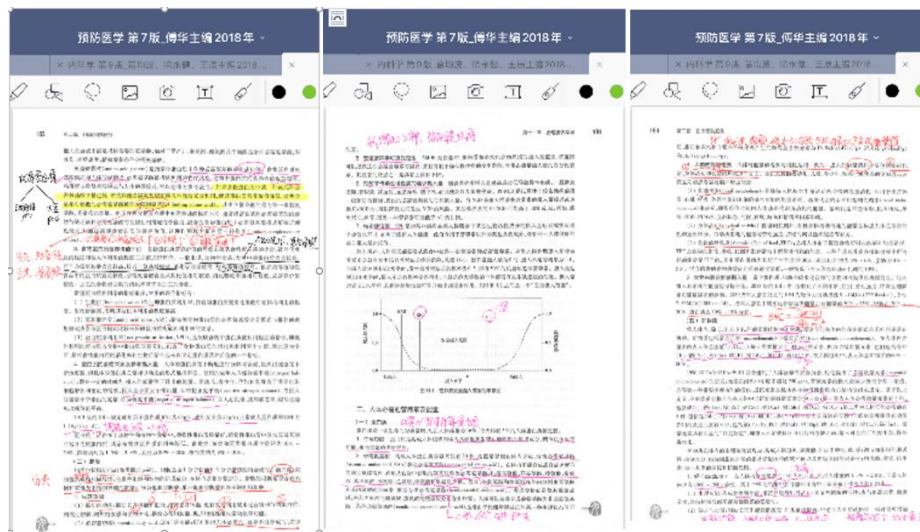
+1. 掌握：营养、膳食营养素参考摄入量、蛋白质互补作用、必需脂肪酸的概念；蛋白质、脂类的生理功能。

+2. 熟悉：蛋白质、脂类的食物来源及推荐摄入量。

+3. 了解：食物蛋白质营养价值评价。

3.简记笔记

直播课堂时间有限，不能将老师所有的板书、知识点记下来，可先用自己所熟悉的符号、荧光笔等记号简单标注，将重要知识点截图，将笔记在课后完善。



4.及时提问，寻求老师反馈

（二）录播

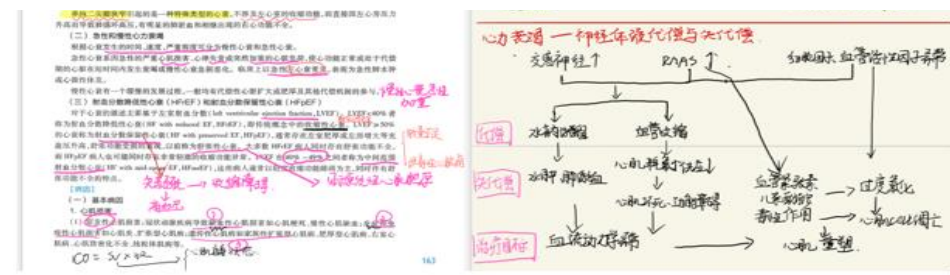
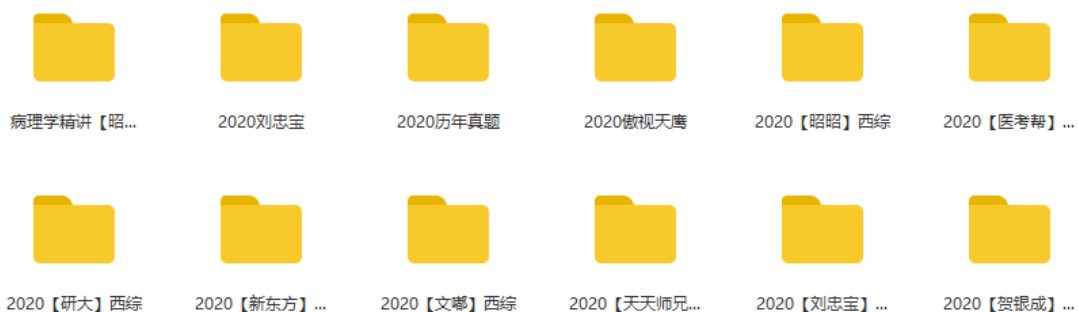
要点：1.力争完全听懂，不懂处反复播放

2.及时完善详细笔记，必要时可暂停

3.其余同直播

三、课后

1.参考相关资料补充笔记（PPT、考研讲义）



2.可观看其他学校或机构老师的视频进一步理解和巩固

3.及时复习和练习（电子版或纸质版）

四、如何查找学习资料

1.超星学习通、QQ 群等。老师一般会将基本的学习资料如 PPT、进度表上传于此。

2.微信搜索关键字：“考研”、“考研视频”。

3.电商平台如闲鱼、淘宝等购买。

● 2017 级信息管理与信息系统 冯冕

一、网络学习资源

（一）普通学习平台(以观看视频为主):

学习通、腾讯课堂、网易云课堂、中国大学 MOOC、哔哩哔哩

（二）综合型在线学习网站:

1.可汗学院：Khan Academy(课程包罗万象，数学、历史、金融、物理、化学、生物、天文学等学科科目都能找到。)

2.TED: Ideas worth spreading(关于技术、社会、人的思考和探索的演讲，提升知识涵养。)

3.均一教学平台:

<https://www.junyiacademy.org/>

(涵盖了从小学到高中各门学科的内容，同时还能根据用户的学习程度随机生成习题)

4.CodeCademy: Learn to code

(国外计算机编程在线教育翘楚网站)

还有很多学习网站，如果想了解更多，可去知乎上进行查询。

二、学习心得

学校为我们提供的在线学习平台主要是超星学习通，平时的网课都是通过学习通进行学习，既方便了老师上传学习资源，又方便学生进行学习知识，下载资源。此外学校还给我们提供了在线图书馆，通过知网、万方、读秀、维普等平台进行学术期刊的阅读和下载，使学生从多个平台获取学习资源，扩充知识。

老师们在线上教学过程中经常强调的一点就是实践，必须通过实践加强记忆，实践得多了自然得心应手。老师上课也会举很多例子，力求让学生从根本理解，然后布置作业让学生根据上课所学知识再加

以思考进行练习，这样更能巩固知识点。今日事今日毕，今天所学知识在下课后辅以作业加以理解，更能加深印象。正如刘向所言：“耳闻之不如目见之，目见之不如足践之，足践之不如手辨之。”

三、学习经验

以学为先：立身以立学为先

随处学习：主要是记一些零碎知识

合理安排：每天小计划，每月大计划

善做笔记：抓住要点笔记

勤于思考：学而不思则罔，思而不学则殆

自我调整：遇到难题不慌乱烦躁

学习互助：三人行必有我师焉

书写规范：工整的笔记突出要点

● 2017 级医学影像技术学 汤聂瑞

1.利用学习通打破时空限制，实现教学资源的共享，互相学习取长补短。

2.网上学习的时间和地点比较灵活，没有硬性规定集中培训的时间、地点、内容和进度等多方面的限制。由于受疫情和自然灾害的影响，同学可以根据自己的时间完成学业。

3.交流更加容易，更加充分。每个人都可以提出问题，每个人都可以回答提问，而学员与教师之间，学员与学员之间都可以平等的交流，达到畅所欲言。

4.出勤、学习情况以及作业的记录和保存都很方便。

5.老师采用录播+直播的形式 让同学们在课前观看录播视频预习，再在课上直播与同学们交流重难点并进行作业讲解和答疑。

部分回放链接：

<https://zhibo.chaoxing.com/6059761>

<https://zhibo.chaoxing.com/6524540>

6.学习资料便于查找，老师上课的 ppt 都会发给同学们。

7 老师的通知不会遗漏，老师的通知都会发送到学习通。我们可以准时完成老师布置的任务。

网络学习总结：

- 1.教师教态自然，语言亲切，重视朗读。
- 2.问题设计紧抓课文重点，环环相扣，浅显易懂。
- 3.内容丰富，讲解细致，拓展较好，板书规范。
- 4.不受时间、空间限制，可以看回放，反复听课，在短时间内接触大量信息。
- 5.要想做好网络学习，必须要自觉学习，反复学习没有掌握的知识，将老师的教学视频反复观看，同时记好学习笔记，还有注意复习，认真完成老师发布的作业，同时结合电子书深入了解所学的知识。

此次疫情既是危机又是契机，希望借着此次大面积开展线上学习的契机，同学们真正将现代信息技术融入学习中，用好各种线上资源，提高学习效果。

教学质量监控与评估中心

2020年4月16日

【6】川北医学院本科学生线上学习体会

——2018级典型案例分享

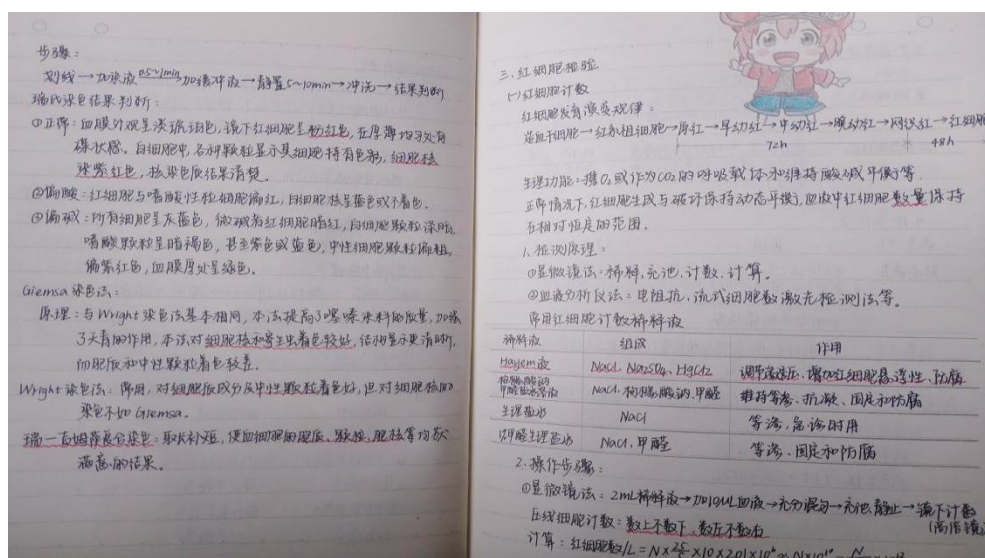
新冠肺炎疫情发生以来，我校迅速行动，积极动员，号召全校师生全力投入到疫情防控工作中。在疫情防控一线，到处都有我校师生奋战的身影，他们用担当和奉献精神，展现了新时代川北医人的风采。同时，为响应“停课不停学，停课不停教”的号召，我校全面开展在线课程教学，在教学活动中涌现出大量的学生线上学习典型案例。为及时总结我校学生在线学习的经验，给广大学生搞好线上学习提供参考，现将2018级学生线上学习经验的典型案例分享如下。

● 2018级医学检验系

一、优秀学习资料展示

线上学习期间，一份份优秀的学习笔记从各位同学们的笔尖产生。

下面是我系部分同学优秀的笔记展示，简约的风格将知识点认真地记录，一行一目知识内容整洁清晰，一点不输PPT原件。



2018级3班陈余佳黛

也有思维导图笔记。思维导图的作用可就多了，它有利于我们对所思考的问题进行全方位和系统的描述与分析；它可以将知识点条条罗列，形成独特的“图像记忆”，帮助我们更好的记住知识点。

累，值得我们将它们延续下去，运用在更多学习的地方，巩固自己、提升自己。

三、丰富的线上学习资源

为了确保教学活动的顺利开展，老师们充分运用各种教学软件，有学习通、钉钉、南琼考试系统、QQ 课堂等多个教学 APP。



各个软件联合使用取长补短，有利于老师的授课以及同学的学习。比如在中国慕课中搜索课程，点击学习就可以观看有关课程的视频。还能获取你想拓展的知识，在钉钉中可以储存老师讲课视频的回放，以便于同学们反复观看以巩固知识。

在线上，老师们传授知识，“直播讲解+录播教学+在线问答”。

在线下，同学们巩固知识，“PPT+直播回放+电子教材+章节测试”。



与此同时，专业课老师为了将理论与实验相结合，为我们新增

了仿真虚拟实验项目。同学们只需要登录网址，就能轻松地进行实验观看或者虚拟操作。



虚拟实验在线课程首页

四、优秀学习方法

米兰德说过，“学会学习的人，是非常幸福的人”。拥有一套好的学习方法，可以提高我们的学习的效率。

①自律

态度决定一切，要想学到真知识，一定要拿出在学校的状态。

②提前预习

在特殊时期，缺少了课本就好像缺少了一些氛围。为了能更好的吸收知识，课前翻看一下电子教材，标记好难理解的部分，把握学习侧重点。

③及时完成课后练习和学习巩固

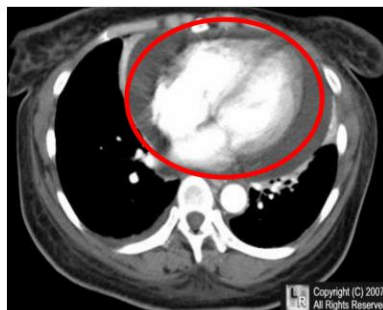
习题可以帮助我们检验自己的学习效果。“好的学习方法”不是对每个人都适用，我们必须在自己的学习过程当中摸索，在别人的学习方法中，择其善者而从之、其不善者而改之，才能找到合适自己的高效的学习方法。

五、老师们的典型做法

距离不能阻挡同学们学习的热情，也无法打断老师们教学的进程。在彼此不断地学习适应网络教学的过程中，老师们也发现了很多提高效率的方法。

一天的课程从签到开始，变换的签到形式能更好地帮助同学，让同学们从温暖的被窝中顺利地清醒过来。

心包积液(pericardial effusion)



www.nc120.cn

▲同学正在播放学习通录播视频

二、产气荚膜梭菌

(一) 生物学性状

- ◆ 革兰阳性粗大杆菌，有荚膜，无鞭毛，芽孢（少见）位于菌体中央或次级端，小于菌体
- ◆ 厌氧，要求不严，对低浓度氧有耐性
- ◆ 血平板菌落特征：圆形、凸起、光滑、湿润，双层溶血环，内环完全溶血- θ 毒素，外环不完全溶血- α 毒素
- ◆ 卵黄琼脂平板：Nagler 反应
- ◆ 牛乳培养基：“汹涌发酵”现象
- ◆ 生化反应：生化反应活泼，分解多种糖产酸产气

▲老师正在用钉钉进行网上授课

高效的教学离不开师生间的互动，弹幕、聊天室、即时测验都成为了老师和同学间沟通的渠道，更好地帮助同学们理解当堂课的内容，也协助老师们了解同学们的学习状态，以适当地调整教学进度。除此之外，还有特色的翻转课堂活动，正在积极地准备中，同学们通过老师给的提示资料和查阅相关其他资料与老师交换身份，以此来考验同学们自我学习的完整度，并丰富学习经验、提高自身综合能力。

疫情的阻拦使得我们无法像面对面教学那样能有更多的接触机会，但老师们的每一点一滴辛勤付出，都深深地印刻在同学们的心里。下面让我们一起来分享部分同学对部分科目老师授课方式的深刻印象。

@同学甲

表白临床基础检验学的梁老师，因为他上课的第一件事就是先给我们回顾一下上次课的内容，一起来解决上次课留给我们的思考题。每上完一个重要章节，他会给我们安排章节思维导图的作业，可以让我们前后兼顾，让知识变得更系统了。

@同学乙

我觉得毛概课黄老师的课非常有趣。每节课只讲几个知识点，但却都是最精髓的。这样的课程效率才是最高的，老师先把本节课的知识点提炼一遍，并且会将自己的经历融入其中，让整个课听起来非常有意思。

@同学丙

梁老师上课非常有活力，会教我们一些小口诀方便知识的记忆，还有很多拓展课堂知识的视频、文章等分享给大家。

用一些同学的话来说，线上学习“既是一种自由，也是一种挑战”，让我们体验新颖的上课形式，让我们感受不一样的精彩课堂瞬间。无论怎样的学习方式都需要考验我们的意志，唯有更加自律、自觉，才能将各种典型做到更加典型。

● 2018 级口腔医学 李骐彤

停课不停学，不仅我们在努力，学校与老师也与我们共同奋斗。接下来我将展示一些自学小技巧和学习感悟。

1.课前准备

有书的同学就看书预习，没有书的同学可以看电子教材，第一遍研读的时候将重点内容勾出，方便之后上课做笔记。用不同的符号和颜色标注重难点。（记住一定不能脱离教材）

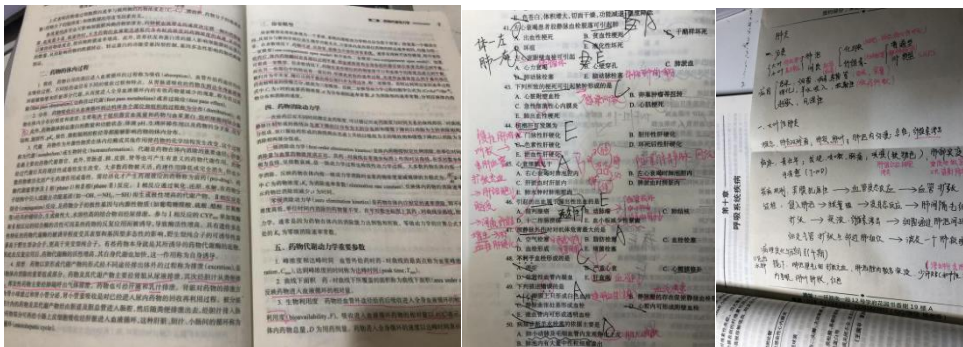
2.课时表现

最好准备两个设备，一个用来观看网课，一个用来播放老师的 PPT（记住充分发挥网课优点，记笔记时可以按下暂停键，不懂的地方可以反复听）。



3.课后复习

①看学习指导，复习知识点，做练习题（可以把重点知识记在练习册相关题型旁边，以练习册为核心学习）。碰到重难点，可以将相关章节的笔记整理夹在书的相关内容部分。



②没有掌握的知识点可以二刷网课视频，还可以上人卫慕课观看相关视频（或者 bilibili），从不同的角度理解一个知识点，能加深我们的印象。



③对相关医学知识进行拓展学习，例如丁香园网站，医生站 APP。

4.总结

网课学习的优点在于可以自由选择学习时间，且网课确实比大课

更易集中精神，但注意一定要及时完成课程。

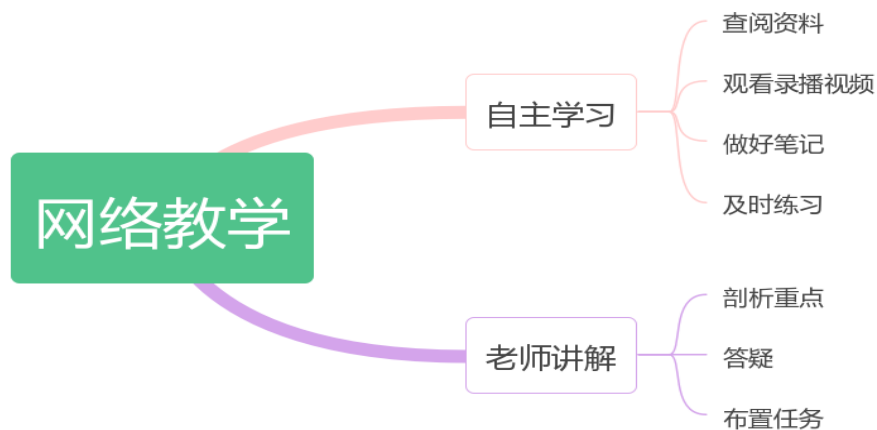
在听课的时候，要赶上老师的思路。如果提前预习过老师的PPT，更容易跟上老师的思路。听到老师强调的部分可以暂停记笔记（有书记在书上，没有就记在本子或练习册上）。

做练习题的时候切忌一边翻教材一边做题，应该先仔细复习，再独立完成练习题，完成后将易错题的知识点记录在相关题的旁边，复习的时候就可以以练习册为核心进行复习。

● 2018 级法医学 刘星妤

为响应国家号召，各高校均开展学生在家网络教学。我也是千千万万第一次上网课的大学生之一。已经进行了两个月的网课生活，带给我了全新的学习体验。

我将网络学习的主要方式总结成如下思维导图。



首先是自主学习方面，网络教学占主导作用和位置的是同学们的自主学习。毕竟没有课堂上老师的监督，要想学好全靠自觉。

我们的主要学习平台超星学习通上面已经有非常全面和丰富的学习资源。每节课前，根据大纲找到该堂课的学习内容，提前自学，然后再听老师的讲解会事半功倍。

第二，利用各种课内外资源。我用的是中国知网，知网上能找到很多对我们学习有帮助的文献期刊，勤于查阅，对比学习，总结经验。

第三，做好笔记。没有教材，对我们的学习确实是增加了一定难度，但是我们有电子版本的教材，可以简单勾画批注，再在笔记本上写下重点内容，以便及时复习。

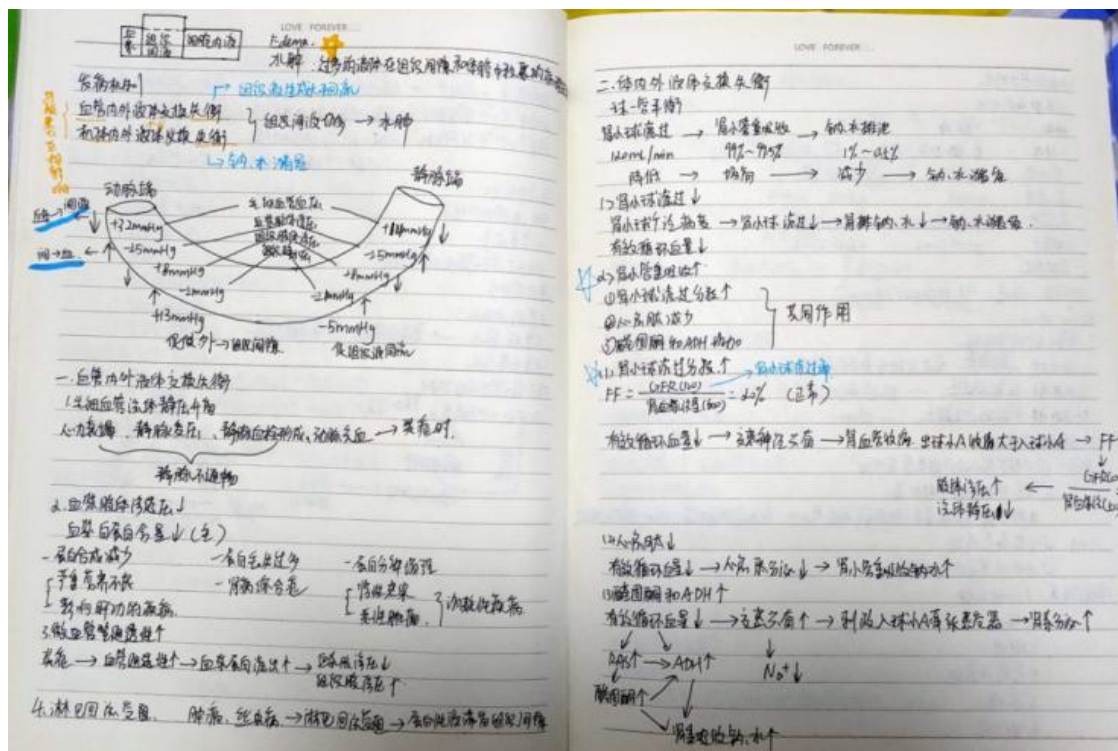
三、细胞分化的可塑性 可逆性 一定条件下可以去分化或脱分化，恢复到原来未分化状态

一般地，细胞分化具有高度的稳定性。细胞分化的稳定性 (stability) 是指在正常生理条件下，已经分化为某种特异的、稳定类型的细胞一般不可能逆转到未分化状态或者成为其他类型的分化细胞。例如，神经元在整个生命过程中都保持着特定的分化状态。已分化的终末细胞在形态结构和功能上保持稳定是个体生命活动的基础。细胞分化的稳定性还表现在离体培养的细胞，例如，一个离体培养的的皮肤上皮细胞保持为上皮而不转变为其他类型的细胞；黑色素细胞在体外培养 30 多代后仍能合成黑色素。然而，在特定条件下细胞分化又表现出一定的可塑性。细胞分化的可塑性 (plasticity) 是指已分化的细胞在特殊条件下重新进入未分化状态或转分化为另一种类型细胞的现象。细胞分化的可塑性是目前生物医学研究的热点领域。

(一) 已分化的细胞可发生去分化

一般情况下，细胞分化过程是不可逆的。然而在某些条件下，分化了的细胞也不稳定，其基因活动模式也可发生可逆性的变化，而又回到未分化状态，这一变化过程称为去分化 (dedifferentiation)。高度分化的植物细胞可失去分化特性，重新进入未分化状态，成为能够发育分化为一株完整植物的全能性细胞，这可以在实验室的培养条件下达到，也可以在营养体繁殖过程中出现。在动物和人类，体细胞部分去分化的例子较多 (如蝾螈肢体再生时形成的胚芽细胞及人类的各种肿瘤细胞等)，但体细胞通常难以完全去分化而成为全能性细胞。

目前，尽管人们对生物个体中发生去分化现象机制的认识不清，但近些年干细胞领域研究的进步，已能通过人为手段成功地将分化成熟细胞逆转为未分化细胞，此即细胞重编程 (cellular reprogramming)。前面讲到的基于体细胞核移植技术进行的动物克隆实验就是细胞重编程的例子。然而细胞重编程概念的真正形成和发展，源于 2006 年日本科学家 S. Yamanaka (山中伸弥) 等人的工作。山中伸弥借助逆转录病毒载体，将四个转录因子 (Oct3/4、Sox2、c-Myc、Klf4) 基因导入小鼠



然后是老师讲解的部分，我们的老师们非常用心的准备了课程。有的老师会极大限度发挥我们自主学习的能力，大部分时间是我们自

学，然后最后 20-30 分钟时间用于老师答疑重难点。大家既能学习好当堂课的知识，又能及时解惑。还有老师充分利用线上教学优势，让同学们进行分组设计线上创意课堂，能很好的调动我们的学习积极性。

虽然我们因为众多的学习软件忙得不可开交晕头转向，但是只要能调节好时间，充分利用闲暇时间，一样可以将学习有条不紊的进行下去。



● 2018 级护理学 罗霞

一、预习：

1.教材：老师在线上课程学习交流群上传了教材 PDF 文件。

2.基础护理学是一个护理专业操作性很强的科目，因此实验课的操作也是非常重要，由于线上教学的缘故，老师寻找了很多在线的操作视频给同学们观看，配合直播讲解。



二、学习

课前，学习通上讨论案例，一方面看看预习成果，另一方面增加案例分析能力。通过课前的讨论案例，老师给同学们提出一个问题，引导同学们通过学习本章节的知识去回答这些问题，也增加同学们的临床案例分析经验。

课中，采用群课堂直播方式，具体讲解该课重点，同时师生互动。老师和我们在直播课堂中共同学习章节内容，老师会根据他的临床经验来给我们分析这一章节学了什么，我们要怎么学，哪些需要注意的，这些都是课本上面很难得到的宝贵的经验。



课后，每节内容有相应的章节测试，定期有小测验。

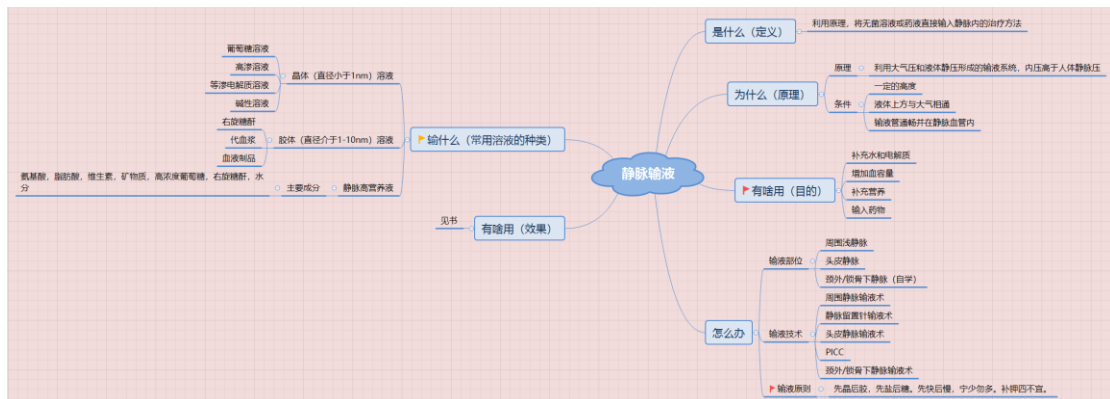
很多时候，我自己感觉用心在上课记笔记，但是考试的时候还是会有很多意想不到的地方，因此测试我觉得是学习中非常必要的一个项目，它能够相对客观的检测，你知识的掌握程度，所以一般在课后都会做该章节的测试，如果题量不够的话，也会自己在网上下一些题来做。



三、复习

我比较喜欢整理笔记，然后做一个思维导图。（如下图）

整理思维导图，不在于抄一遍笔记，而在于从头到尾梳理一下自己的思路，这种带有逻辑性的梳理，会让学习内容有条理，这样有一点花费时间，不过效果很好。我一般在周末进行思维导图的梳理。



四、总结——关于我的学习方法：

1.基础护理学，内容比较繁杂琐碎，各种需要记的小细节很多，因此课前预习看书一定要认真。我一般会把需要特别记的数字、一项操作的适应症和禁忌症掌握好。

2.在上课的时候，我其实不主张记太多笔记。如果上课只是记笔记的话，很可能专业课就会变成听写课，记长篇大论的笔记很多时候都是满足自己，感动自己。但是这会丧失让你一遍就听懂的效率。上课的话，我觉得跟老师互动很重要，这会增加你的体验感。对于老师的问题，及时回复。这就是我理解的教学相长。

3.下课以后，基础护理学这项科目有每章的章节检测和定期的小测验，这个时候尽量不要翻书去做。记不清楚的地方，在测验之后需要好好复习回顾。在学习测验之后，我一般习惯做一个思维导图。如果条件允许可以用 x-mind，如果没有的话可以手写。思维导图的作用

主要在于梳理思路，不需要写得太详细。

4.对于每一章节的学习，一定要是有一个顺序，或者说是有一个思路。例如学习静脉输液，你要知道你要学什么，静脉输液的概念，原理，常用溶液的种类合作用，禁忌症和适应症，使用的原则，使用的部位，常用的技术。当这些大类你能够记住，然后再慢慢向下向深挖掘。

● 2018 级财务管理 杨小罕

1. 重中之重，我想是适应。毕竟线上教育没有线下教育那么真切、直观。正当我也抱怨着线上学习的种种，微博上的一则消息让我十分羞愧，“寒门学子小通是高三尖子生，受学校延迟开学，因为家里没有 WIFI，跟邻居借了网，寒冬之下每天 5 点 30 起床早读，8 点爬上屋顶读书。”这不正是武汉一线工作者的奋斗与拼搏的真实写照？既然不能改变环境，就必须努力适应环境——每天要如同在学校一样，按时起床、准备好线上学习工具、每天坚持锻炼。

2. 作为当代大学生，要有大局意识。不得不说，疫情来的很突然，我们线上学习也是为疫情工作减少麻烦，我们线上学习也是在与疫情做斗争。当前局势下，统筹全国疫情防护工作，我们作为个人，就要从我做起，从小事做起，才能保护自己，保护国家。学习也要有全局意识。已经线上学习一个月，细想你的知识框架是否完善，细化到某个知识点，是否成为了你学习的障碍，是否去解决了这个难题，注重部分对整体的影响，才能建立好完备的知识网络。

3. 多读书。线上学习导致我们身边学习资源可能不太完备，教学不一定跟得上老师的进度，这样笔记成为一个很重要的资源，课后多从笔记中复习课程，可以借鉴班上同学笔记做的完备的同学，补充自己的。电子教材，说实话，我个人挺不推荐的，主要是不好翻页、看久了眼睛不舒服、网络不太好的同学也很难受，有条件的同学可以网上购买自己需要的教材。读书百遍，奇自现。

● 2018 级医学影像学 黄玉露

“巧干能捕雄狮，蛮干难捉蟋蟀”，这句话告诉我们做事要讲究方

法，巧干胜于蛮干。在学习中，好的学习方法往往能提高学习效率，使学习事半功倍。现在是网课学习，面对一种新的学习模式，学习方法显得更为重要。下面就来总结一下我的一些学习方法。

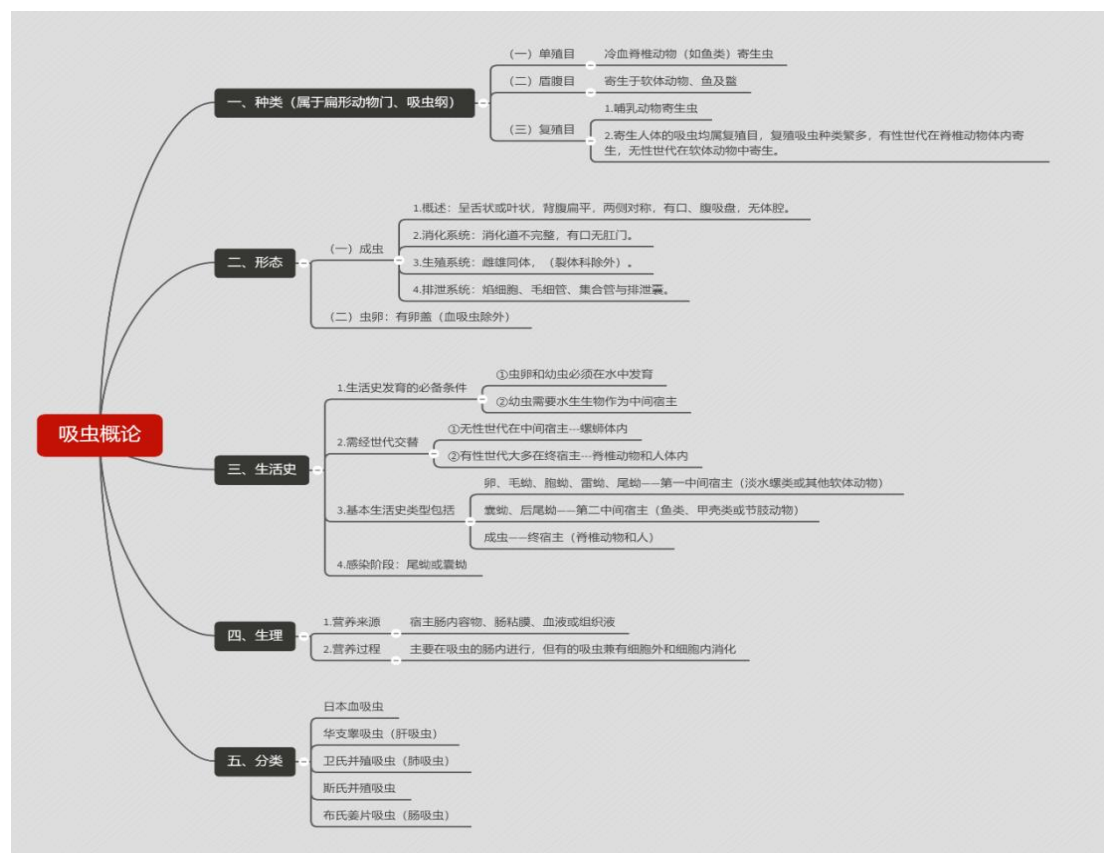
首先总结一下我们用到的学习资源以及如何高效地利用。在学习通上，各科都上传有相应的视频，我们可以在老师讲课之前通过看视频来预习。在预习过程中将自己不懂的地方记下来，这样我们在上课的时候能更好地跟上老师的节奏，也能更有针对性。ppt 也是一个很好的学习资源。教材往往不够精简，ppt 将教材上的知识进行提炼整理，因此重点突出，思路清晰。课后复看视频和 ppt，可以加深我们的记忆。除了课堂上的资源，一些网站也能很好地帮助我们学习。在百度百科，人卫网，丁香园等网站上，我们可以搜索疑惑或感兴趣的方面，有些抽象的知识可以搜索动画讲解，这样我们能更好地理解。关注丁香园的微博，我们还可以看到许多有趣的医学知识，如果代入我们的专业知识进行思考，既可以巩固已学知识，还可以活跃思维，将知识学以致用。

然后说一些做笔记的方法。听课时做一点必要的记录可以大大提升学习的效率与收获，推荐纸和笔，因为你在写的过程中可以加深印象。听课时围绕讲解内容跟随性地思考，可以发散一些，以不影响接收讲课内容为限度。记录主要是重点、遇到的问题（记下大致的时间点），还可以是突发的灵感和联想等内容。通过复看、查询资料等方法解决记录的问题，必要时请教老师或同学。课后系统性地盘点学到的知识内容，进行归纳整理。这是很重要的一步，不但可以回忆知识，清晰的框架更是有利于我们记忆。

整理时一般我们用红色标出重点，这样我们看的时候主次清晰，从而提高学习效率。

例如：

有些知识繁杂而分散，难以记忆，我们可以采用知识网的形式进行归纳整理。如：



这是医学寄生虫学于3月3日讲授的“吸虫概论”章节的笔记，结合老师上课讲授的内容和PPT以知识网的形式分别从种类、形态、生活史、生理以及分类等五个方面对该节内容进行了总结和整理。

“读书之法，在循序而渐进，熟读而精思”，所以我们课后一定要加以复习巩固，做习题时积极思考，发散思考。要抓住重点，有主次的学习往往更加高效。

再说说老师的典型做法。运用学习通、蓝墨云等软件进行签到活动，了解同学们的上课情况。通过先观看学习通录播视频再直播进行讲解重难点和答疑的方法高效地授课，提高了同学们的学习效率。再配合章节检测等方法来了解同学们的学习情况并督促同学们学习。在学习通上提出问题，让同学们进行讨论，既可以学以致用，也可以相互借鉴学习。

学习方法因人而异，适合自己的学习方法能使学习高效轻松，希

望我的方法能对你有所帮助。

● 2018 级医学影像技术 陈姝君

一、学习资源及其使用方法

1.人卫出版社网址：提供电子教材资源，可免费进行在线浏览，与实体教材一致。

人卫电子教材已经开始更新了，上了部分，后期陆续更新，请老师随时关注，人民卫生出版社 <http://www.pmph.com/main/pdfviewIndex>，请同学们自己在网上提前下好电子版教材。这本电子教材是医学影像成像理论。另外学习通医学影像成像理论课程里的问卷请大家尽快完成，方便老师授课。@全体成员

张俊老师(153754116) 20:48:19

各位老师好，人卫电子教材已经开始更新了，上了部分，后期陆续更新，请老师们发给学生随时关注，人民卫生出版社 <https://www.pmph.com/main/pdfviewIndex>

2020-02-15

2.人卫慕课：老师提前在慕课上为同学们选择了一些来自于优秀大学名师的易于同学们理解的课程视频，让我们可以在课后提升自己、开拓视野。

3.川北医学院图书馆：我们可以通过图书馆官网查阅书籍，以及学校已购买的数据库进行论文等文献的搜索、下载。在疫情期间，我们学校图书馆开通了校外访问服务，可以实现校园网外访问知网等相关资源。

二、网络学习中老师授课典型做法

1.课前：因为教材是广泛应用，老师会根据进度表以及我们的专业特点。向大家强调当堂课的重点及难点，告诉大家该向哪些方面去拓展。老师们提前准备好视频放在学习通上，我们可以直接点击打开观看，减少查找时间。

2.上课期间：老师结合临床经验抓点去强调知识点，因为和传统授课方式不同。

诊断学：老师会利用软件 3D 展示人体解剖结构复习知识、播放

操作视频带领大家熟悉步骤流程（我们无法直接操作进行听诊、叩诊，实际操作视频能最大程度帮助我们理解掌握）。我们的直播中老师会及时发布练习题，在线答题后老师结合作答情况进行讲解。

医学影像成像理论：老师拍摄实际器件相关视频，补充见习内容，直观感受器件特性。

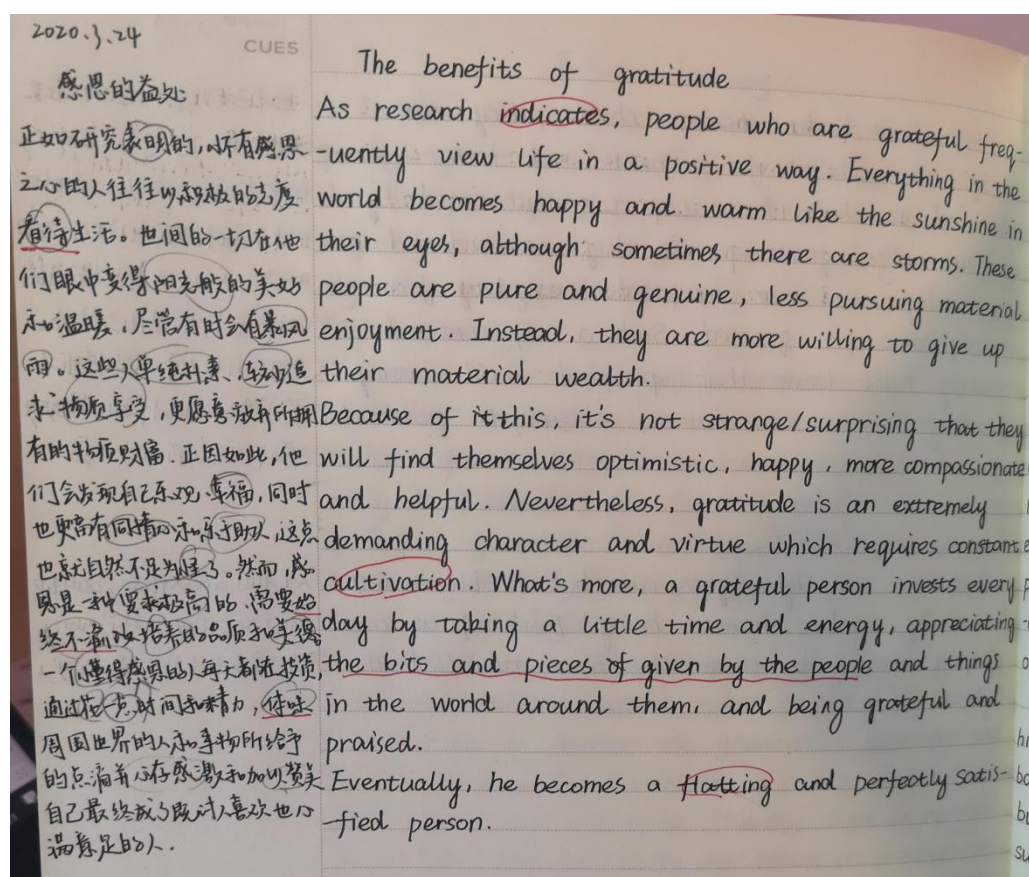
3.课后：老师普遍在学习通发布讨论、练习题，我们完成以后即可查看相关解析，不明白的可以在学习通或者 QQ 群进行询问。

三、个人学习方法

1.课前准备：通过进度表了解相关电子教材的内容，再观看老师分享的慕课视频，此时已经学习了两遍，是可以知道哪些知识不太明白的。我们记录下一些问题，在课堂上老师讲到时多加注意。

2.上课期间：老师会结合专业特性，强调一些知识，我个人倾向于记在专用的笔记本上，可供随时翻阅。英语则采用康奈尔笔记法，旁侧标记不懂之处，底部即是相应重点。重点难点一看便知。

3.课后：在做好前两步以后，在后期复习看笔记就可以。如果有不懂的也可自行在学习通观看老师的课程视频，QQ 群或者微信群提



出问题，老师和同学们都会热心解答，这也是较传统教学的一大优势。

● 2018 级信息管理与信息系统 田宇

受新冠肺炎疫情的影响，学生在家线上学习至今已经快一个月的时间。学生线上学习的情况也是各有不同，一些学生在家通过一系列的软件和学习软件进行学习。我们主要通过学习通进行线上学习，这个软件有我们学生相应的课程和学习资料。Eg.英语老师提前将学习视频上传到学习通上面，同学们提前预习，基本所有同学都会在规定时间内将学习任务完成。在学习过程中老师也会随时提出一些讨论以活跃课堂氛围。课后老师也会将作业及时的布置在学习通上面以便同学们可以按时做好课后练习。

此外，老师还通过一些渠道为同学们提供一些复习与预习的资料视频，好比我们信管专业的老师就通过一个实习机构给我们免费开通了一些与专业课有关的学习视频，资料里为我们讲解以前学习过的 C 语言和我们即将学习到的 Java 语言，这让我们每天的学习生活更加充实。

最后个人认为，疫情虽然恐怖，但是它让网课发展起来，相对于实体上课最大的优点就是学生在实体课里没听懂的可以在网课里面反复观看，最后理解问题，并发现解决问题的方法，还可以通过老师或者在网上自行寻找答案，这样能很好的锻炼学生独立解决问题的能力。线上学习，学生并不是只单单的将学习视频观看完，还需要自己认真的将视频里老师讲的重要点记下来，课后认真完成作业，再以自身能力结合老师所提供的学习资料自行学习。

● 2018 级社会工作 罗鑫

受新型冠状病毒疫情的影响，从 2 月 24 日，我就在家开始了人生中第一次网课的学习，对于首次经历肯定会经验不足，需要从中慢慢摸索，刚开始我也非常的迷茫，没有教科书，只有跟随老师的录播进度学习，该上课就上课，其余时间就是玩手机，看微博，除了这一些随波逐流的事情以外，每天早晨起床必做的事就是看公众号，其中就包括最新的疫情消息，还有学校公众号是否推出新的书籍推荐，我会挑取一些有兴趣的阅读。大概过了一周，我就在开始考虑自己的未来，我在想：如果我继续这样下去以后会怎样？我的梦想是什么？我

将来想干什么？慢慢的，开始有了我自己的计划。

我想考研究生，第一重要的就是英语，除了英语课上课，每天坚持背单词，我背单词的方法：读一遍单词，读一个句子，再读一遍单词，最后用本子将单词写下来，包括所有的意思，这样可以加深自己的印象，而且感觉口语和听力有一点点提升。我用的是百词斩 app，在上面跟读，它读一句我就读一句。晚上会在微博上看周韵（CGTV 主持人）在国外的一些英语采访，尽力听，听不懂也没关系，慢慢会找到感觉。

关于专业课：我们社会工作的专业课跟着老师的进度走就没有问题，因为我们的专业课相对简单而且老师讲的也很清楚，因为没有教材，我就是手写抄 PPT 并看老师的讲稿，在 PPT 重要知识点旁边标注自己的想法和补充不懂的知识点。条件好一点的同学可以在网上下载或购买电子版教材用平板学习，做笔记更加方便，这个也是因人而异，我就比较喜欢纸质档的笔记。

给大家分享一些我在家学习的方法：

1.百词斩。用它来背单词，给我提供一个背单词的方向，也利用这个 app 每天坚持打卡、记录并提醒我。

2、B 站。①学习资源搬运工。不定期的分享一些关于文学、社会工作、社会学和心理学等文史哲学类专业的相关视频；②YouTube 口语精选。里面有一些口语精选的电影和讲解，没事的时候会放来听一下，轻松的听。③王肖家的小鬼 3。刘晓艳的语法长难句分析，讲的非常的清楚。B 站上有很多的可以学习的视频，我把它作为我学习的一个软件。

3、一个节目：《朗读者》。因为喜欢主持人董卿，喜欢她说话的样子，喜欢她身上的气质，浓浓的文化气息，我会把在节目中听到的有感触的话记录在我的小本本上。

此次疫情既是危机又是契机，希望借着此次大面积开展线上学习的契机，同学们真正将现代信息技术融入学习中，用好各种线上资源，提高学习效果。

教学质量监控与评估中心

2020 年 4 月 22 日

【7】川北医学院本科学生线上学习体会

——2019 级典型案例分享

新冠肺炎疫情发生以来，我校迅速行动，积极动员，号召全校师生全力投入到疫情防控工作来。在疫情防控一线，到处都有我校师生奋战的身影，他们用担当和奉献精神，展现了新时代川北医人的风采。为及时总结经验，给广大学生提供学习借鉴实例，现推广和分享2019级部分学生线上学习典型案例。

● 2019 级医学检验系

网课已经如火如荼进行了许久，这种崭新的学习方式，也渐渐揭开它神秘的面纱，与学生、老师之间相熟起来。那么，让我们一起来看看，大家都是如何与网课这个新朋友相处的吧。

▷找准途径，网课学习不迷茫

除了认真听讲，细致记笔记，合理利用身边的学习资料，网站上的学习网站，中国大学 MOOC、知到、学习通……，我们能从互联网上得到更多信息，能通过网络了解更多知识。

由于多数同学将教材放在了学校，为了应对该问题，老师们将电子教材，需要的 PPT，以及测试试题等，搬运进超星网络学习平台。我们可以进行提前下载，提前预习，在上课时教材用。

当然观看视频教学哪有直播有吸引力。虽然我们和老师们算得上是天南地北，但这并不代表着我们听不见老师的声音了，老师们在这期间用钉钉、QQ 课堂等平台，也当了次主播“火了一把”。

▷同学有话说

“由于相对来说是自由的，学生需要比平时更加集中注意力，时刻跟着老师思路，积极主动的学习。这是个关键时期，也是一个不可多得的在家学习的机会。我们要学会约束自己，与老师多沟通，培养自己发现问题并解决问题的能力，只有这样，我们才能真正实现停课不停学的最终目的！”——廖佳梅

▷应对网课，“主播”老师有妙招。

为响应国家“停课不停学”的政策号召，学生、老师、家长三方都主动积极的参与到网络教学。学生停课不停学，老师停课不停教。

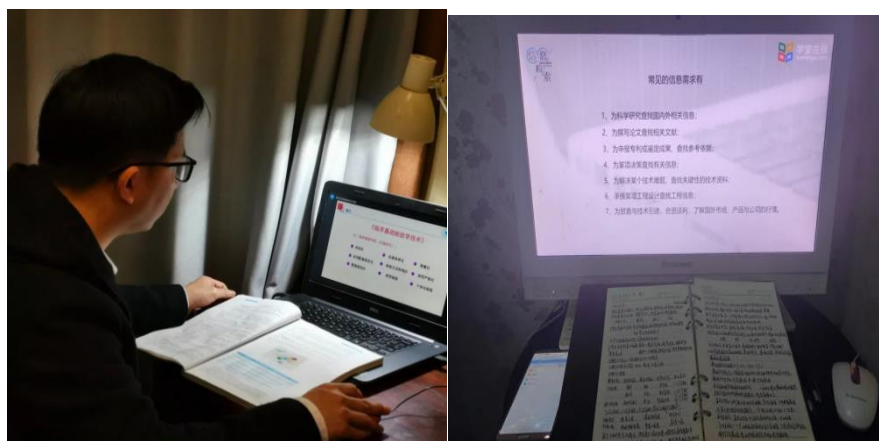
不仅是学生认真积极地参与到网课学习中，老师们也付诸了巨大心血，积极投入到网络直播新技术的学习和实践中，不断探索合适的网络教学方式。

为了提高网络教学的质量，老师们有的掏出“古董”电脑上课，有的不舍昼夜的摸索直播操作，有的在隔离也坚持用手机直播……

下面让我们来看看老师为线上教学所做出的努力吧。

◎启用多个网络平台保障信息通畅

正所谓“狡兔三窟”，虽然学校的最初方案是学习通直播学习，但是老师们未雨绸缪，左手学习通，右手 QQ 课堂，还有一个腾讯会议，运用多种网络工具向学生直播授课，真正做到“停课不停学”。同时运用移动通信电话直接联系学生，保证 24 小时密切关注和联系广大学生。



◎灵活运用网络资源解决书籍问题

电子书、PPT 课件、音视频……为解决疫情期间学生们缺少书籍的问题，老师们到处网罗资源，绝不让书籍缺少成为阻挡学习的拦路虎。





◎预习复习小测验每个知识都到位

网课没效率、学生不自觉是网络教学的常见问题，网课期间老师不能亲眼监督学生，学生自觉性又低，学习没效率。那就随时随地小测验，让你不得不去认真学，小测验可以提高学生主动学习的能力。

▷楮知白，我用文字品书香

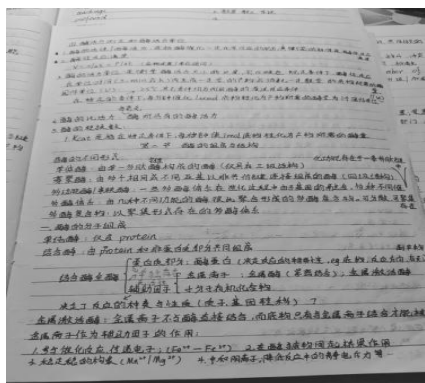
“力学如力耕,勤惰尔自知。但使书种多,会有岁稔时。”

—刘过《书院》

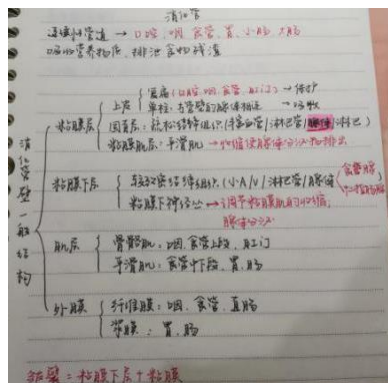
楮国公、麦光、玉楮、玉鸾纹……古人以尺素陈情。纵使时代变迁，纵使沧海桑田，文字的力量依旧历久弥新。

如今，文字已经不仅仅是交流感情的桥梁，也是传递知识的载体。

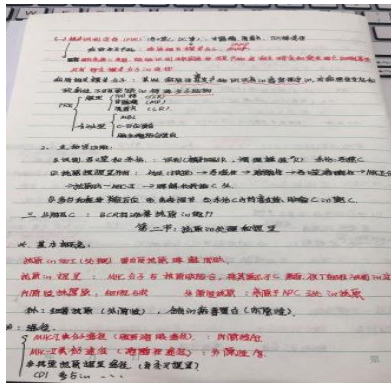
上知天文，下通地理，薄薄的一本笔记，承载的是知识的厚重。



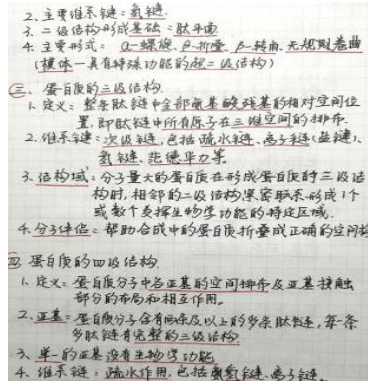
2019级医学检验1班.黄婷婷



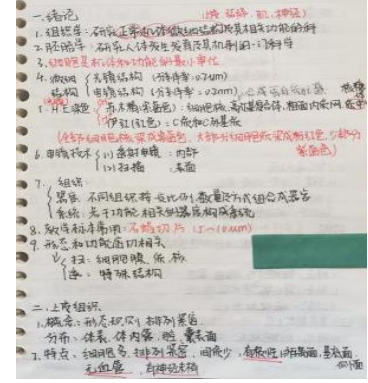
2019级医学检验2班.钱欣



2019 级医学检验 3 班. 廖佳梅



2019 级医学检验 4 班. 曾江南



2019 级医学检验 5 班. 毛桂湘

▷结语

尽管上课方式不同与往常，但老师的责任心不灭，同学们学习的热情不减。只要大家积极探索，努力开拓，一定能将网课的效用发挥到最大，合理利用这一崭新的学习方式。

● 2019 级医学影像学专业黄禧

突如其来的新冠疫情如一头猛兽，拖住了川北医学子返校的步伐，却磨灭不了那颗求知若渴的心。由不知所措到游刃有余，在线上学习这条新路上我们探索出了适合自己的独特方法。

1. 准备：理清课程与对应的学习软件、上课时间。

我想这应该是最基本的要求吧，也是最简单的。除了每科老师使用的软件各不相同，学习通，QQ，腾讯会议，腾讯课堂……单下载安装是不够的，各种各样的签到，预习复习必备的学习资料等都需要在了解 APP 的基础上获取。同时，时刻注意课表，在学校时，室友互相提醒，带个早饭路上解决，也能完美踩点到教室，但线上学习就完全不一样，没有室友的耳提面命，就只能依靠自己的自制力和计划安排。

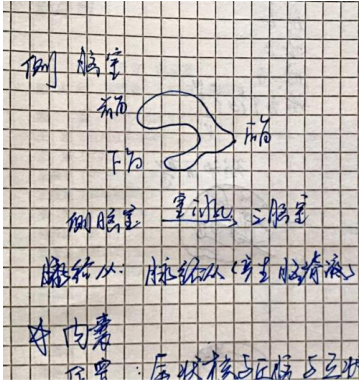
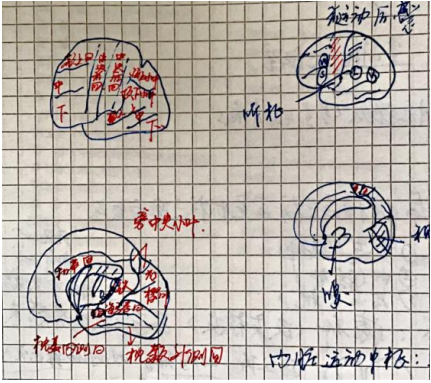


（这张图只截取了一部分，我根据同学的总结做成了备忘录并把它和课程表都放在了手机桌面上，以便定闹钟）

2. 学习：克制消极，利用资源。

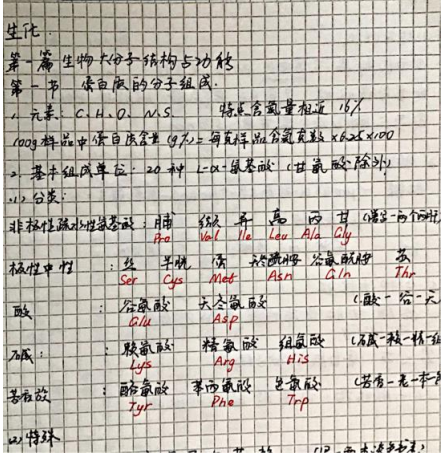
我觉得线上学习对我们是相当友好的，丰富的学习资料，风格各异的老师，新颖的学习方式.....这给了我们很多选择，选择最合适自己的一种至关重要。比如：

对于断层解剖来说，要求认识的结构比需要背的知识点更重要。在许老师直播的过程中有很多 CT、MRI 图像，这些比书上的线谱图、色彩图更专业更抽象但对于影像医生来说也更重要。读片建立在认识人体结构的基础上，每个部位的外形、分布、功能都需要掌握。我的抽象思维不好，对上学期学习的系统解剖也有遗忘，因此我在看老师直播前，会提前看一看学习通的视频，把结构手绘一遍，并且把学习要点列出来。虽然画得很粗糙，但在十几分钟内对学习内容有了大致的了解，上课不迷茫，感觉很划算~



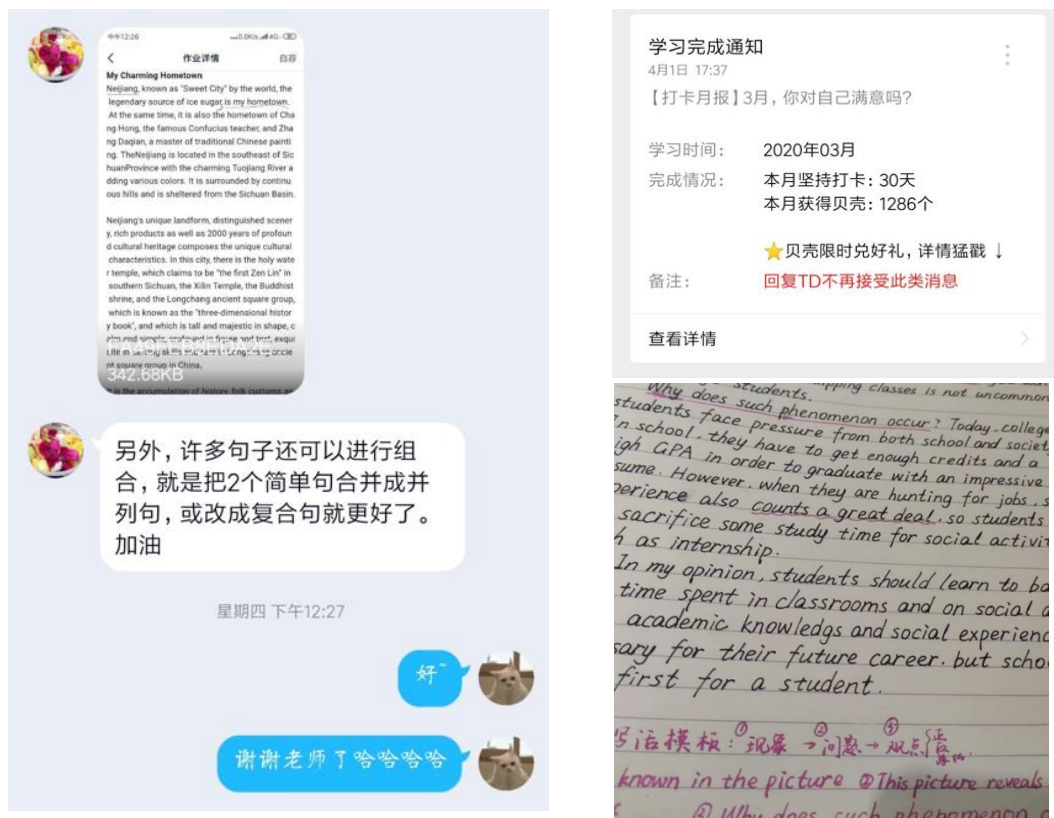
生化和组胚，在我看来都是属于知识点比较散的学科。在没有发书本的情况下，首先找到了电子书以及老师上课的课件，先提前浏览一遍，老师讲课的时候标记重点，制作思维导图并补充笔记。

除了整理知识点外，在某宝上买到了学习指导的 pdf，不时拿来做一个，检测一下自己的学习成果，也算是没有发练习册的另一种



替代方式吧！

语言的学习不是一蹴而就的，每一天的积累都很重要。背几十个单词，听十多分钟听力，练一练作文和书写都是进步。除了自己学习和上课听讲以外主动向老师寻求帮助也能够很好地提升自己。



3.总结：线上学习是一次全新的尝试，每个川北医学学子都在适应与探索中，“甲之蜜糖，乙之砒霜”希望大家依托互联网平台找到适合自己的不二法门，在学业上事半功倍取得最优异的成绩，来日可期，与君共勉！

● 2019 级口腔医学陈宇鸿

学校和老师提供的资源：学习通、中国大学 MOOC、人卫慕课
老师的典型做法：

1. 各科老师都会提前在学习通上发布学习任务和视频，QQ 群里也会发布学习资料，这往往都是供大家预习使用的。
2. 课前会在学习通或者慕课堂进行签到，然后在各个平台直播讲课，例如 QQ、腾讯会议、超星直播等等。
3. 上课时老师们会提问与大家互动，有的老师还会通过抽问的

形式检查我们的学习情况。

个人学习方法：

1.预习：上课前下载好当堂课要用的学习资料，结合视频进行有效的预习。

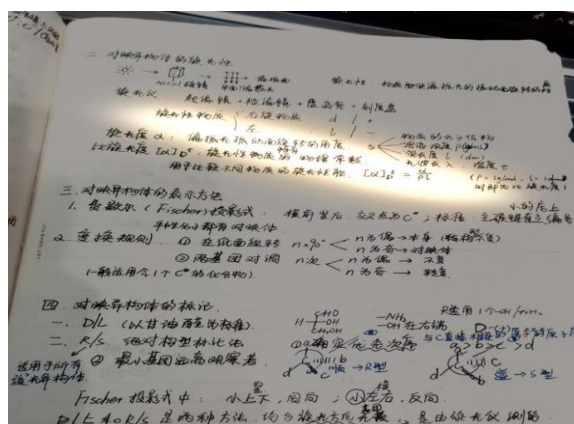
2.提高听课效率：给自己制造一个安静整洁的学习环境，上课时关上房间的门；提前进入直播间，尽早进入学习状态；上课时不退出学习界面可以将自己专注在课堂中。

3.课后做好笔记：跟大多数同学一样，没有带课本回家的我唯有将学的知识做下笔记才“安心”，不然总觉得这知识还不是“自己的”。

典型经验：

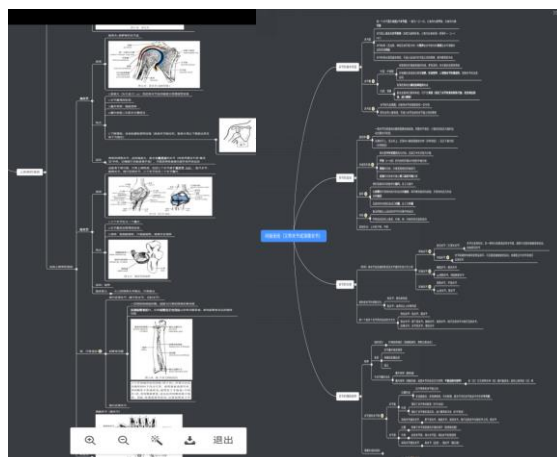
就着重介绍我做笔记的两种方式了

第一种：手写



第二种：用 APP 制作思维导图

这种是我个人比较喜欢的方式，可以体现自己的逻辑、总结和思考，而且图文并茂，更容易记忆。对于没有书的我来说这就是可以做我的课本的“宝藏”了。



● 2019 级护理 6 班钟诗雨

已是四月伊始，在家网课学习已经一月多矣。在 2020 年这个美好的年份里，即使遭遇了重大的疫情，仍阻挡不了学生的学习之旅。

“学习通、腾讯会议、腾讯课堂...”成为了我们网课的主要阵地，一瞬间的网课学习让我觉得十分新鲜，不一样的教学方式，摆脱了传统说教的模式，同时还考验学生们的自主学习能力，这将我们带进了全新的视界。但时间久了，问题也就越发暴露了出来。没有实体书本参照，只有手机上一张张单调的电子教材，这让我无数次觉得网课糟糕透顶。

医学专业所记忆的内容十分繁杂，没有书本，凭借手抄是不现实的，医学处处是重点，手写无法写出所学全部知识，而我们应做的就是：一是我们要学会自学，主动去汲取知识，通过阅读电子教材了解所学知识；二是通过直播形式或者观看老师提前准备好的录播进行理解；三是学完一章节，老师通过直播形式给同学们答疑解惑进行更深层次的理解，达到网课的高效率。

“好记性不如烂笔头”，做好一门笔记就显得尤为重要了，但对于如何做好一门课程的笔记，是一门学问：首先，笔记在于帮助同学更方便记忆所学内容，及时巩固，所以笔记要学会浓缩，掌握核心；其次，做笔记时要学会标注，了解重点，再翻看时也就一目了然；再次，可以在课后尝试自己整理本节课的知识框架，深层熟悉掌握所学内容；最后，医学笔记形态学内容较多，若光是依靠文字去记忆我们所学习的医学专业内容，难免会枯燥无味，但配上色彩

鲜明的形态图时，记笔记便会更加轻松，仿佛是一门乐趣。自己在闲暇之余，绘上医学形态图，使得笔记更加生动，同时也为网课增添了一些趣性。

在这个四月里，开学仍需等待，但我们还将继续进行网课学习，获得知识，为最后的抗疫贡献一份力！

● 2019 级医学影像技术 徐顺香

由于疫情的影响，停课不停学，我们都在家里上网课，上网课期间就有很多好的学习方法，也有很多优秀的老师尽自己最大的努力给我们提供好的学习资源，让我们在没有书本的情况下，依然能够好好学习。

案例一：生理学：1. 使用的学习资料有老师提前录制好的视频，相关章节的 PPT，还有投票题检验学习成果。2. 使用方法是先预习录制好的视频，回答讨论题，做投票题，最后老师会留 30 分钟来直播，讲解重点以及投票题中错误率较高的题，课后还有相应的作业检测。

特色：自主学习+老师直播，老师直播过程中有重点知识利于学生更好的掌握，投票题和课后作业巩固了学习的知识。PPT 中内容详细， 重难点有标明，有利于重点知识掌握。

案例二：组织学与胚胎学：1. 主要的学习资料是 PPT，录播视频，课后作业。2. 使用方法，主要是老师直播讲 PPT，课后完成作业。

特色：老师同学之间能更好的互动，老师直播讲课过程中会抽同学回答问题，同学们的注意力就更集中了，上课效率高

学习方法：课堂跟随老师讲课的思路做好笔记，课后复习。手



写笔记加深我们的印象，同时下来再次整理，合理利用学习软件，做思维导图等。这样的电子笔记通过图片和文字的结合，图文并茂，帮助我们记忆。

为了在线上学习中取得良好的效果，除了老师和家长的监督外，最重要的是我们的态度。课前做好准备，做到上课时不手忙脚乱，调整好学习状态，保持良好的心态。线上上课时认真听讲，注

意力高度集中，全神贯注;线下自觉完成作业，巩固知识，充分发挥自我控制能力，真正从我们自身出发，做到停课不停学。

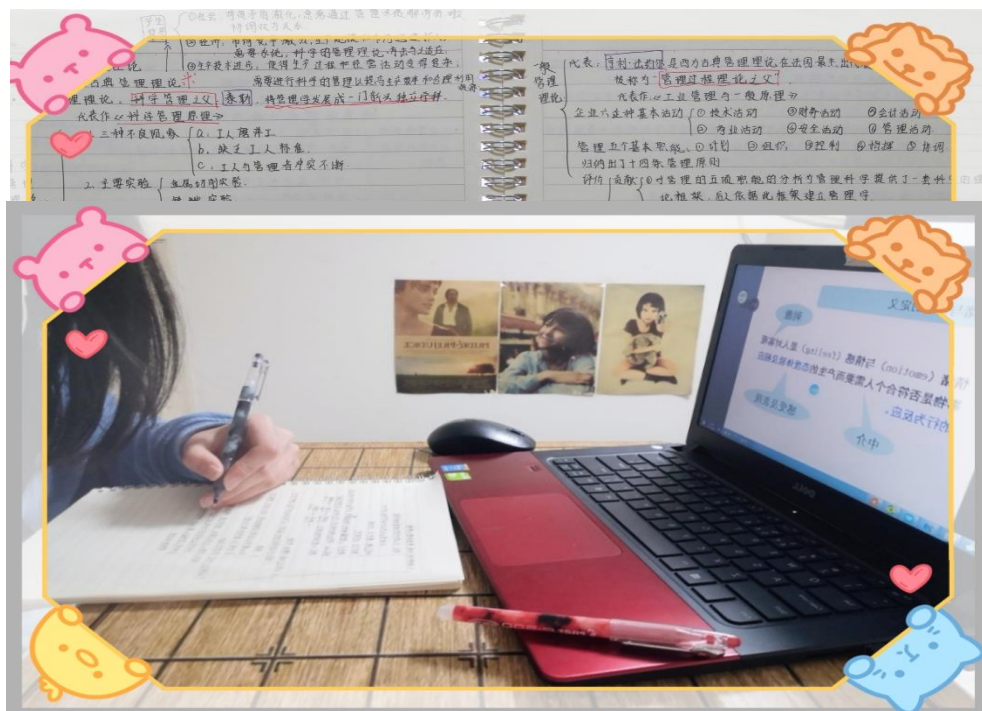
同时，通过这段时间的学习，我还感受到了网课强大的交互能力，同学们有了更为灵活的学习方式，对学习的兴趣也很高。

● 2019 级财务管理 向沁

受新冠疫情影响，教育部提出了“停课不停教，停课不停学”的教学活动。我们学校积极响应，于 2020 年 2 月 24 日正式启动了网络在线教学。疫情下，医生一夜之间成了战士，教师一夜之间成了主播。教师们提前接受了网络教学培训，认真负责地准备了课件、视频等教学资料。同学们上课热情饱满，积极配合老师们教学工作的开展，推动教学活动的顺利进行。我们学校网络在线教学主要有录播和直播两种形式，实现了录播与直播齐“飞”，知识与成长与共。

一、录播：知识点全面效果佳

录播，即老师课前提前准备好视频，同学们在上课时观看录制好的视频。这种形式涉及的知识点全面，上课不受时空限制，同学们课后可以反复观看，充分利用教学资源。管理学院司俊霄老师所讲授的管理学原理这一门课程便是运用录播这一教学形式。课前，司老师随机摇号，抽查上节课的课堂笔记，督促我们认真学习。



(图为同学笔记和上网课照片)

课堂上，同学们观看司老师在超星学习通上传的相关视频和 PPT，以及补充的论文或者著作节选。在学习通上参与司老师发布的讨论，踊跃的发表自己的观点。在 QQ 认真倾听司老师讲解的重点难点，我们的问题总能得到老师耐心详细的解答。同学们上课间记录下知识框架，下课后整理补充笔记。

课后，我们在学习通上完成作业和章节检测，帮助我们及时巩固所学的知识点。司老师的“课堂三部曲”让教学环节层层相扣，让同学们逐步了解，熟悉，消化课堂知识。这一系列教学环节不仅满足了同学日常上课的需要，也拓展了同学们的专业知识，还培养了同学们勤学好问的品质，可谓“一举三得”。

二、直播：互动性强趣味高

直播，即老师在课堂上运用直播平台给同学们上课。具有互动性好，还原课堂性佳的特点。负责讲授临床医学概论的马晓洁老师就是运用的直播这一教学形式。同学们通过腾讯会议进入直播课堂，马老师使用屏幕共享讲解精心制作的 PPT，用浅显易懂的语句，深入浅出的方式让我们非医学专业的学生也能够学习到丰富的医学知识。

在老师讲解课堂上的重点难点之后，还给我们播放相关的医学视频，帮助我们更好的理解，不局限于书本上的知识，拓宽了同学们的知识面。

网络在线教学进行了两月有余，目前还在探索阶段，它的成长不是一帆风顺的，无论是录播还是直播都会遇见许多问题。可师生们由不熟悉到逐渐熟练运用学习通、中国大学 mooc、知道、钉钉、腾讯视频等等进行线上教学，克服了重重问题，实现了录播与直播齐“飞”，知识与成长与共，川北医师生携手并进，推进教学工作顺利开展！

● 2019 级财务管理刘林伟

一、老师上课会通过学习通、QQ、腾讯会议等 app 进行线上教学。

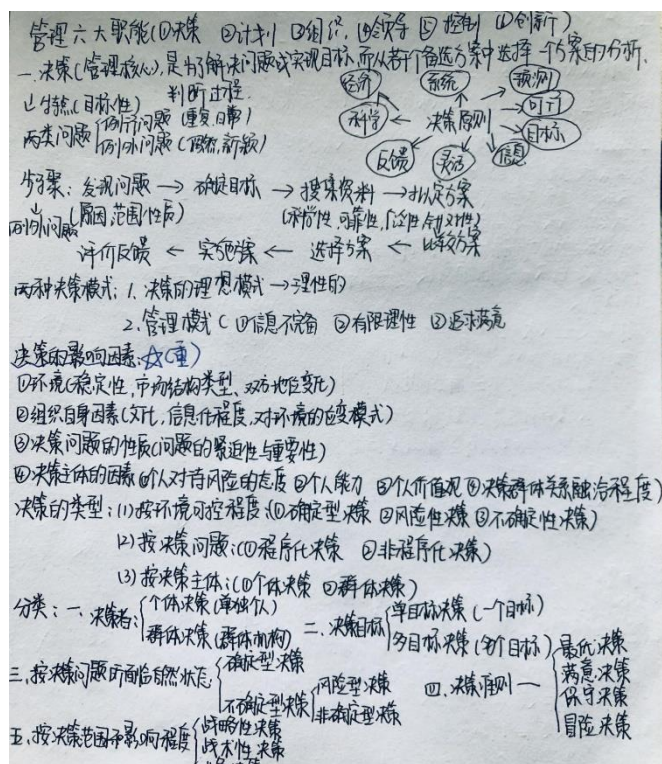
1. 当老师使用学习通录播讲解时，在认为的重点处暂停做笔记，遇到自己不能理解的地方，在 QQ 上跟老师交流。

3. 有的老师会通过 QQ 讲解与学习通 ppt 结合, 可以用电脑进行学习通 ppt 观看, 手机听老师的讲解并做相关笔记。

二、老师在同学们提出问题时，会耐心的对问题做出解答，老师在上课时，偶尔与同学们进行提问、互动来活跃课堂气氛。

做好框架结构，合理分配结构枝，完成后，用不同颜色笔勾画重难点，以及补充遗漏点，使得笔记整体看起来有结构、有条理。

老师课后会布置关于课程的相关作业，线上作业有基本考核和通过学习通发布作业等，线下作业通过拍照上传以便老师查阅及批改。



以上就是个人线上学习归纳与总结。

● 2019 级财务管理 梁晓群

我校于2月24日启动了网络在线教学，各院系调整课堂教学模式，精心谋划，有序有力组织在线教学工作，积极推进以学生为中心的教学模式改革，确保了本学期教学工作顺利开展。同学们也调整学

习状态、改善学习方法，积极配合老师线上课程的开展。本次网课的开展无论对于老师，还是对于学生来说，都是一次全新的尝试和挑战。

一、听闻要上网课的反应

我也要上网课了也要下载钉钉了？还有专业基础知识！我要是听不懂怎么办？会不会老是走神？

二、网课初体验

老师我跟不上节奏了！网课太难了！怎么还有作业，还不止一科，还不止一点点儿！

三、摸爬滚打式探索

抱怨没有用！咱们还是借鉴过去，改变当下吧！

■没有预习，对老师讲的内容没理解，听课听不懂，跟不上节奏。

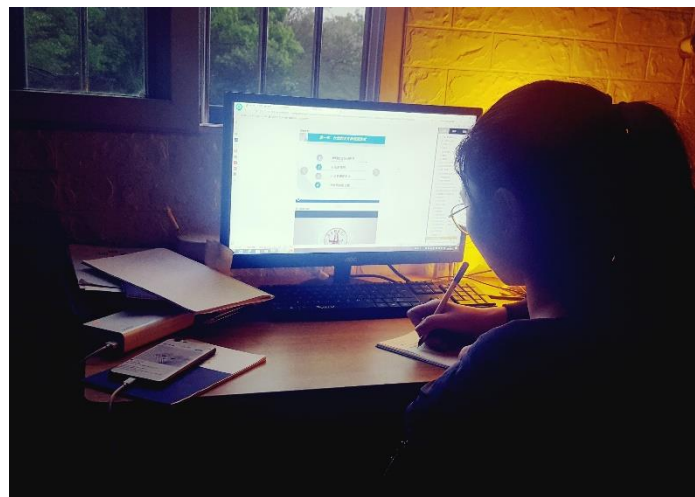
■听不懂就要反复看课件、视频，所以耗时长，效率低。

■听不懂又必须听，所以身心俱疲。

四、改变春风吹满面

★课前预习必不可少

本子用起来!!! 预习笔记写起来!!!



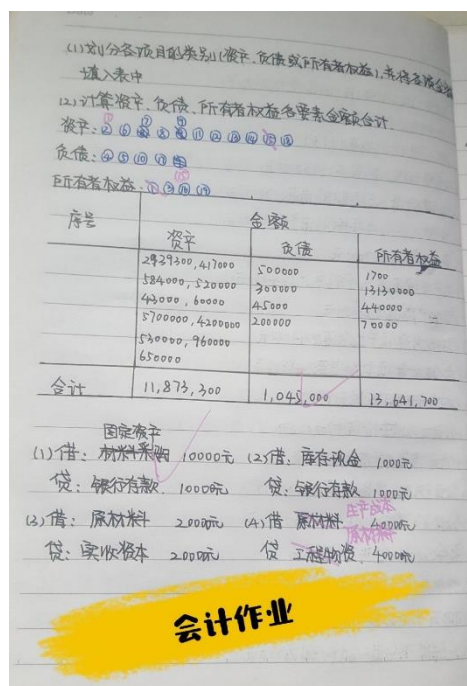
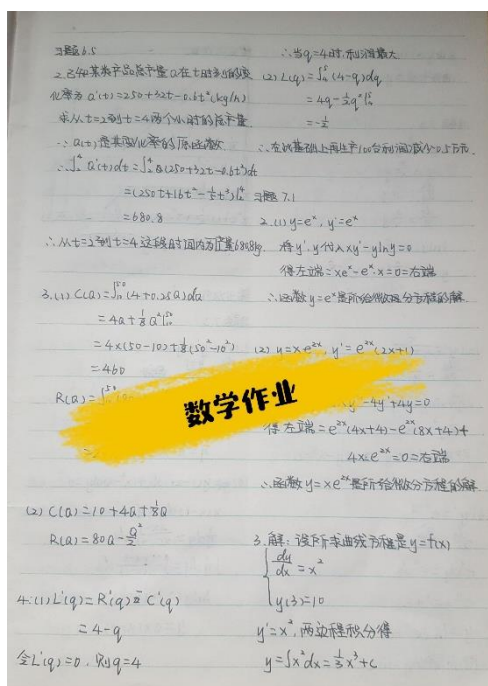
★课中重点必须记下

老师强调的重点及时记下！

★课上听讲必定专注

积极互动集中精力！

★课后及时定量复习



★及时整理归纳笔记

重点难点要标明!!!

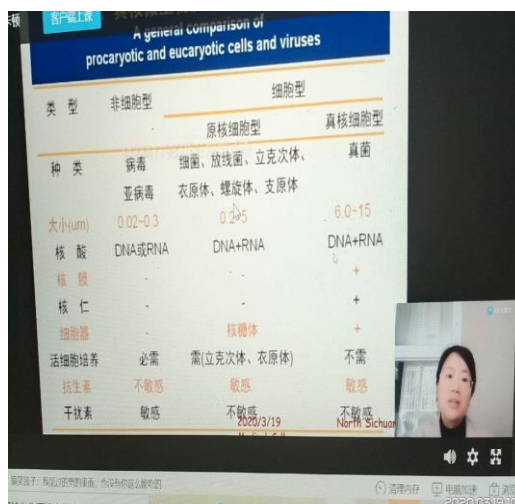
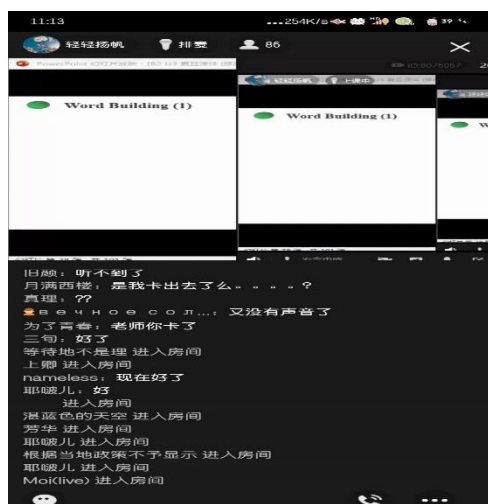
● 2019 级信息管理与信息系统 卢琼

2020 年的春天因新冠肺炎的爆发, 阻挡了学生和老师们归校的步伐。但我们广大师生并未就此而胆怯, 各个大中小学校积极开展线上学习, 保证在疫情期间不落下任何课程, 更彰显了现代社会信息化的重要性。

在线上学习中我们主要运用: 学习通+知到+腾讯会议+QQ 群课堂与老师进行实时交流。

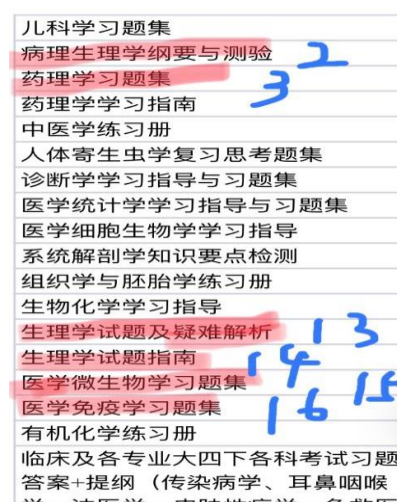
课前老师会发布签到码, 学生需进行签到, 有效检查学生是否及时进行学习以及双方网络是否通畅。

在课中, 录播与直播兼有, 各有千秋。与直播相比, 录播节奏较慢, 互动性不强, 但同学们能反复观看不懂的知识点并做好笔记, 而直播的互动性则相较于录播更强, 在腾讯会议和群课堂直播中, 老师可以不时与学生进行语音连线, 既监督了学生是否逃课, 是否认真听讲, 又激发学生积极思考。

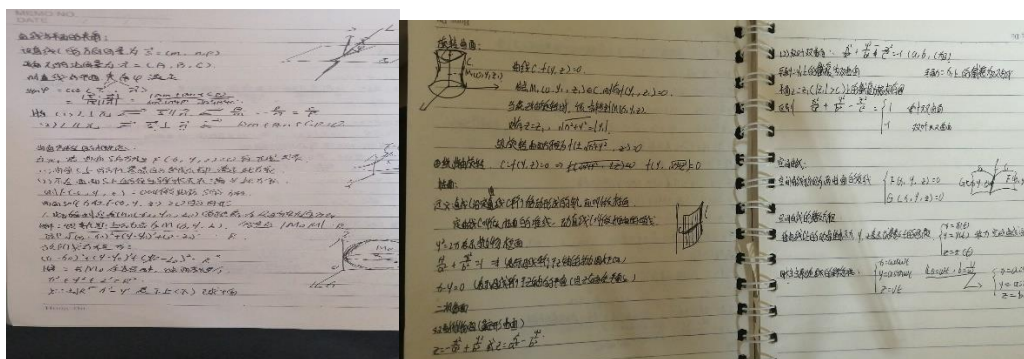


同时，在录播时也会出现一些问题，不回答则无法继续观看录播，在录播结束后会有关于当天课程的一些测试题，有效巩固了当天的知识，而老师们也将自己制作的 ppt 附在视频的后面以便于我们查漏补缺，同时直播后也会出一些讨论题来请同学们思考，增加了课堂的趣味性，老师也会在线解答学生疑问

在课后老师们会发一些学习资料来辅助我们学习，如英语的音频资料，医学资料，同时我们也会借助如移动图书馆，创客，学小易等 app 进行学习，同时也增加了我们的知识量，开阔了我们的视野。



在线上学习过程中，最重要的是记笔记和整理笔记。记笔记是为了使自己注意力更集中，更有效吸收课堂内容，整理笔记是为了让自己在遗忘时能通过笔记快速回忆学习内容。同时每次课的课后作业作为巩固知识的一把手也是必不可少的。



● 2019 级生物医学工程 石夕平

不知不觉我已经在网上学习一个多月了，因为深知线上学习不如在校学习效率高，不能专心致志，所以上网课以来，一直按时签到按时上课，认真做好笔记，尽量跟上老师的思维，课后及时完成作业，总结知识点。

大学物理薛老师，起初采用的是课前发 PPT 给我们预习，上课直播，课后布置作业巩固。考虑到直播方式不能让我们及时思考，效率不高，就采用录播方式，不懂时可以暂停了思考，或直接请教老师。

生理学敬老师，一直采用上课先布置观看视频，然后发放问题投票，最后直播答疑，课后测试巩固，视频讲解非常详细。

大学英语老师，先看录播再直播答疑，补充知识点，还通过连麦方式，听其他同学读单词来纠正发音，还考虑到其他同学网络不好，将学习通视频转发到 QQ 群，真的十分贴心。

电路原理何老师，总是上课前让我们自学并完成测试题，上课时讲解测试题，并对平时测试进行统计，督促我们认真学习。在线答疑，即时解惑。

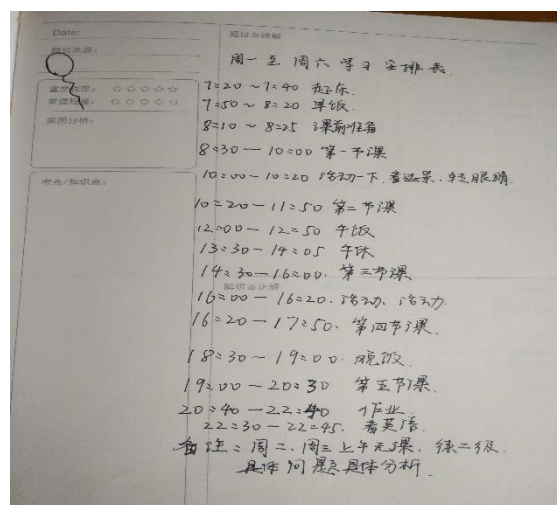
通过这次网课我学到了很多，但是仍然有好多不足，希望疫情快点结束，早日归校。

● 2019 级财务管理 陈欢

一场疫情隔离了我们与校园的距离，但却无法隔离我们与学校的距离。与全国各地学校一样，我们学校也如火如荼地进行了网课学习。

我们的大部分学习活动是通过学习通进行的。它是一款功能齐全、智能高效、趣味多多的学习软件。老师可以事先录播，同学们在指定时间进行学习，并且可以多次学习，直至把知识点弄懂为止。除此之

外，老师们会通过微信群、QQ 群实施在线互动答疑解惑。我们的学习工具全面且实用，还有大学生慕课、知到 APP、腾讯会议、钉钉软件等不同学习软件。



老师会不定时得给我们分享高效的学习方法。比如，我们的管理学原理司老师说过，做笔记不能简单的提纲挈领的应付，要把核心知识点写下来。他还说可以用树状图、表格等多种方法做笔记，并配之不同颜色记号笔，醒目清楚。临床赵老师介绍说，学生应该把课表贴到家里显眼的地方，每天如在校一般和大家一起网络学习，共同探讨，及时提问，比一个人学习效率更佳。上课前提前下载相关视频等，提前做好准备，学习期间单人单间勿打扰。

我也总结了几点：一、我们有自己的最佳学习时间。利用自己最高效的学习时间去学习。二、凡事预则立，不预则废。可以事先做好计划表，先急后缓，有条不紊进行，当完成一件事，就划去。三、可以利用 b 站学习资源，人卫慕课。四、劳逸结合，高效学习。

此次疫情既是危机又是契机，希望借着此次大面积开展线上学习的契机，同学们真正将现代信息技术融入学习过程，用好各种线上资源，提高学习效果。

教学质量监控与评估中心

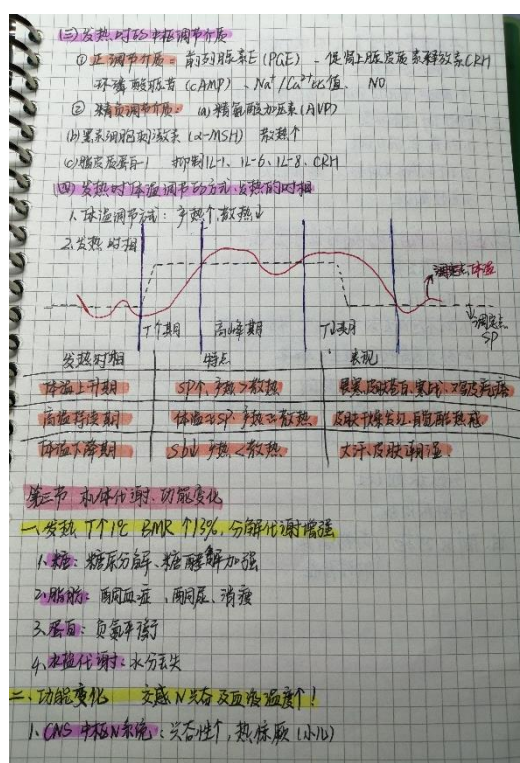
2020 年 4 月 8 日

【8】优秀课堂笔记促在线学习

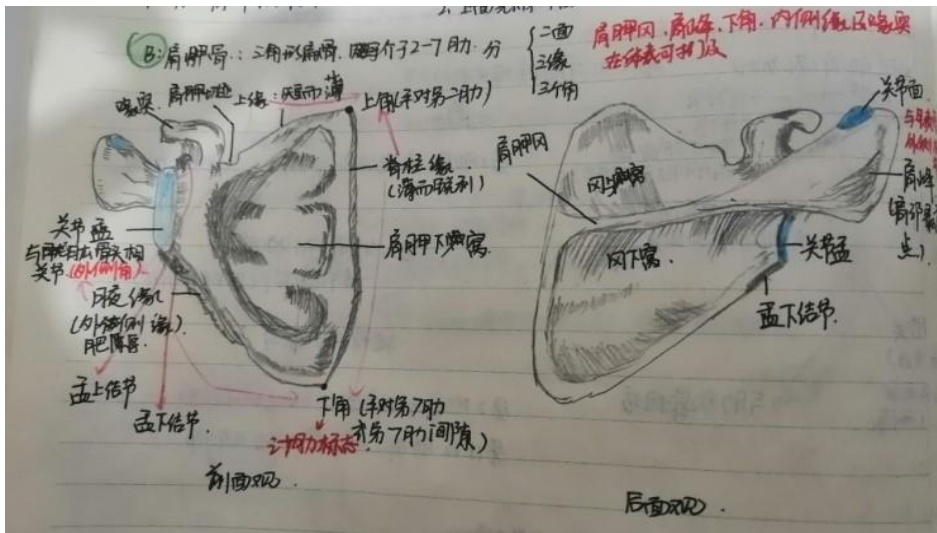
近日，以“建优良学风，书最美笔记”为主题的优秀课堂笔记评选活动如期举行。此次活动由学工部主办，基础医学、临床医学、法医学、眼视光学、医学检验学、护理学、麻醉学、预防医学等 16 个院系参与，由各院系推荐出优秀笔记进行评选。

评选老师依据笔记的内容、格式、书写等标准对笔记进行评选，最后麻醉学系 2019 级高正琪、眼视光医学 2018 级颜秋斩获一等奖，护理学系 19 级钟诗雨等其他 27 名同学分别获得二等奖、三等奖和优秀奖。此次优秀笔记评选活动是学工部加强线上学风建设系列举措之一，旨在引导学生养成良好学习习惯，形成浓厚的线上学习氛围。

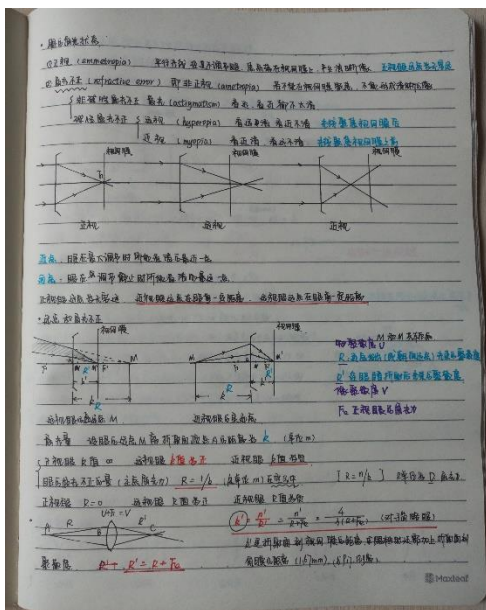
“好记性不如烂笔头”“温故而知新”，疫情不会影响同学们求知的热情。在线学习对于大学生的学习主动性和自觉性提出了很高的要求，通过同学之间不同形式的课堂笔记的展示，让大家感受到每个人不同的学习热度，有利于提升学生的学习兴趣，激发学生的学习动力，培养和巩固学生养成良好的学习习惯。



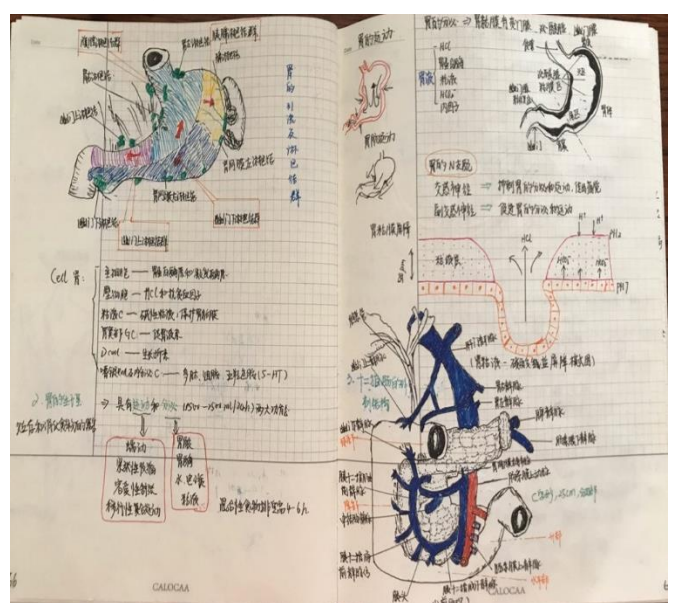
一等奖 2018 级眼视光医学 2 班颜秋



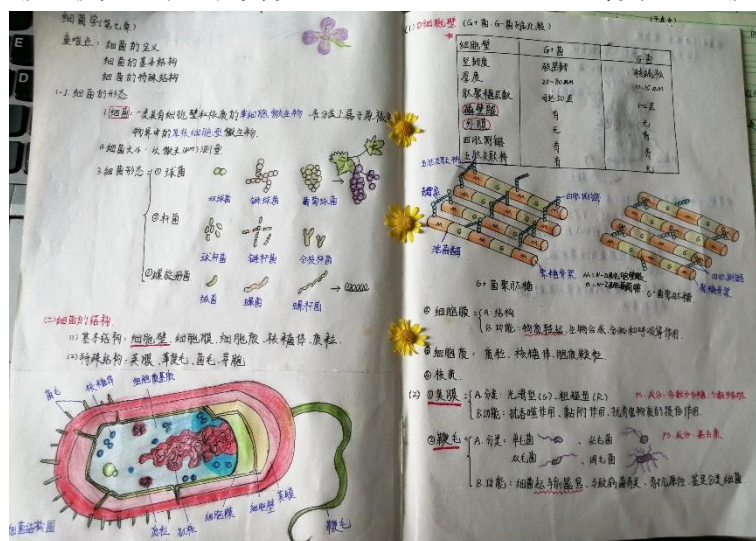
一等奖 2019 级麻醉学 4 班高正琪



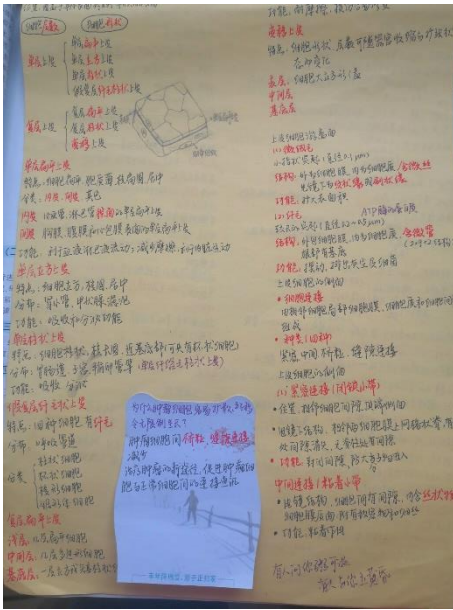
二等奖 2017 级眼视光医学 1 班黄珍



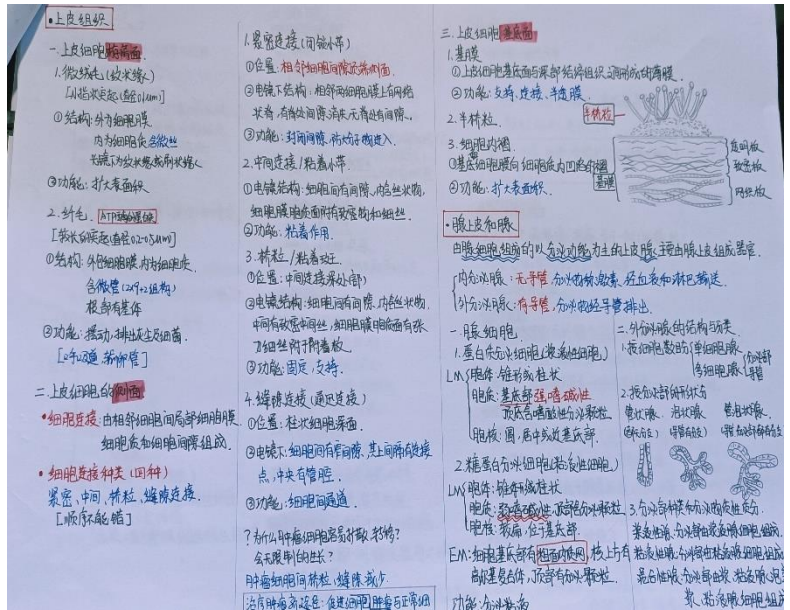
二等奖 2018 级助产学高梦婕



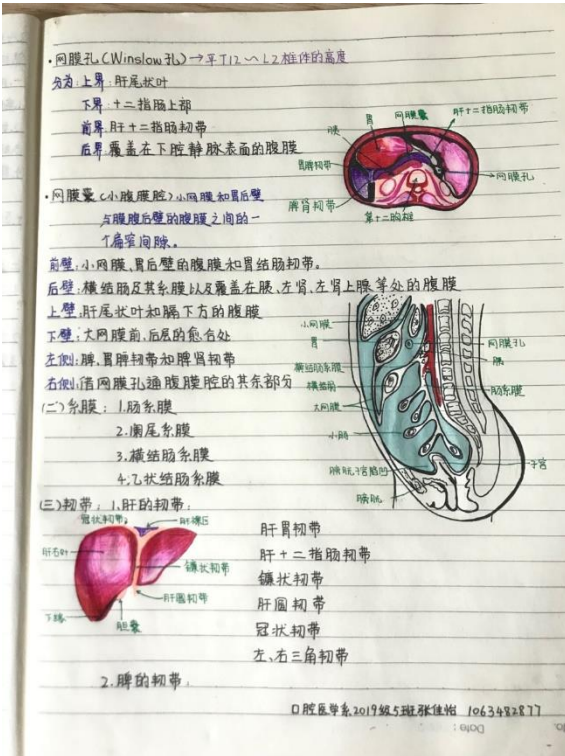
二等奖 2019 级护理 6 班钟诗雨



二等奖 2019 级眼视光医学 1 班沈诗语



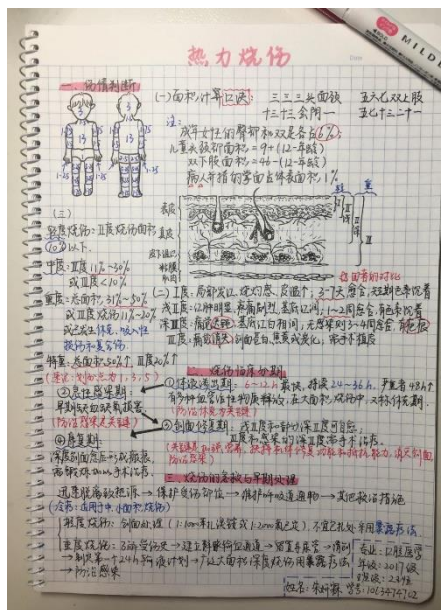
二等奖 2019 级医学检验系赵文雪



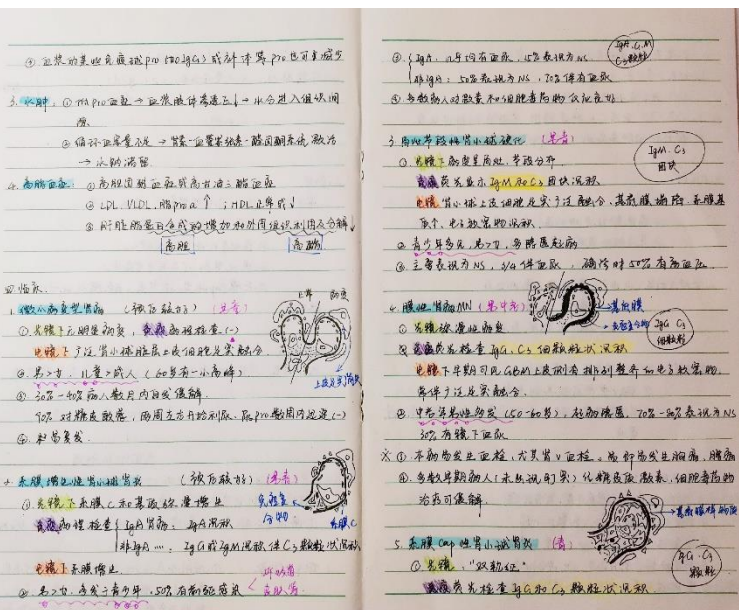
三等奖 2019 级口腔医学系 5 班张佳怡



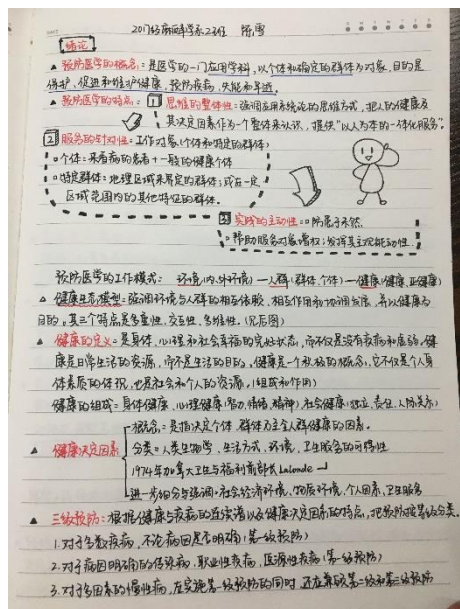
三等奖 2017 级精神医学 3 班 杨燕平



三等奖 2017 级口腔医学系 2 班朱妍霖



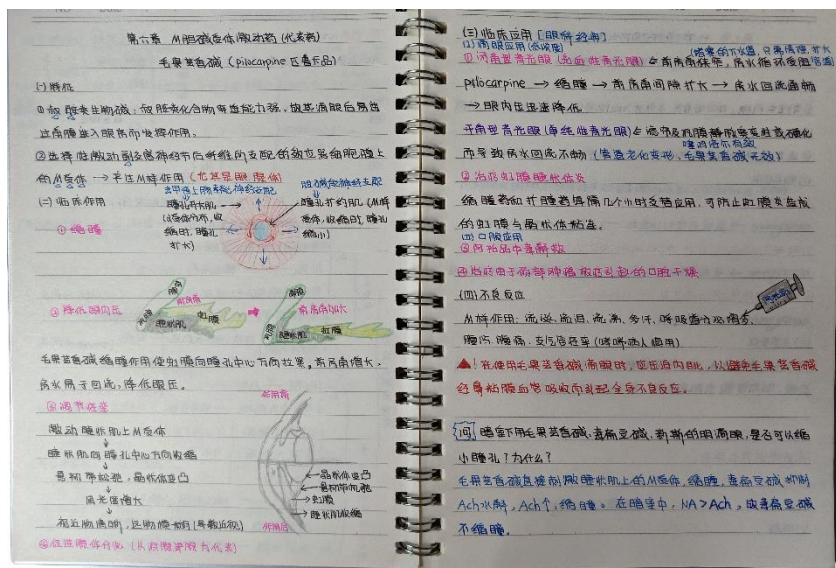
三等奖 2017 级临床医学系彭梓婷



三等奖 2017 级麻醉学 2 班 陈雪



三等奖 2018 级临床医学系 27 班 朱晓雨



三等奖 2018 级预防医学 2 班陈康丽

3月20日, 外科学总论——外科营养与疾病人的处理

人体需要的七大营养素: 碳水化合物、蛋白质、脂肪、维生素、矿物质、水、2种矿物质



营养素分类:

- ① **糖类:** 脂肪、蛋白质
- ② **蛋白质:** 生命的物质基础, 人体必需的营养成分
- ③ **维生素和矿物质:** 由酶类、微量元素、维生素

注: 糖尿病患者有异常饥饿感, 饥饿感只可快饿12h; 蛋白质无储备, 一旦消耗, 必须立刻补充, 影响功能; 脂肪是饥饿时的主要能源。

糖耐量试验: 摄入量不足, 为便于监测, 将饮食控制在

营养素缺乏: 能量不足(蛋白质缺乏型), 所食蛋白, 血蛋白低, 组织水肿

混合型(能量—蛋白质缺乏型)

营养素评价标准: ① 病史

实验室检查:

① 人体测量指标 (体重—1年内下降>10%, 即有意义)	② 血清蛋白 (血清白蛋白、白蛋白/总蛋白 < 15-20 g/L)
③ 氮平衡试验	④ 氮平衡试验: 40-45 g/L
⑤ 血清白蛋白 < 45 g/L	⑥ 血清白蛋白 < 25 g/L
⑦ 血清白蛋白 < 45 g/L	⑧ < 45 g/L

▲ 营养素缺乏的基本特征:

- ① 近期: 体重下降 > 正常生理
- ② 血清蛋白 < 30 g/L
- ③ 连续2天不能正常进食
- ④ 已确诊营养不良
- ⑤ 可能发生高分解代谢的临床状态病人

▲ 肠内营养(EN): 经肠道口经肠道将营养素和水分送至胃肠内, 通过消化它 works, 经消化和吸收来补充营养, 使维持维持人体代谢所需的营养集的一种方式。

▲ 适应症

- ① 肠功能基本正常
- ② 吞咽和咀嚼困难者
- ③ 意识障碍, 昏迷, 无法进食者
- ④ 高分解代谢状态者(严重感染、休克)
- ⑤ 慢性消耗性疾病
- ⑥ 肠功能不良
- ⑦ 短期肠梗阻, 3周以内者...

肠内营养禁忌:

- ① 大手术及肠麻痹, 需要肠外营养的消化吸收功能
- ② 要禁饮食, 只要有吸收功能即可应用
- ③ 肠梗阻已分解时, 如肠麻痹用制剂, 肠梗阻用肠液

肠外营养搭建: ① **经胃造口、鼻胃管:** 适用于肠功能良好者, 1周内应用(179页)

② **经肠造口营养造口:** 适用于肠功能弱, 经口服管性大剂量者

③ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

④ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑤ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑥ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑦ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑧ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑨ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑩ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑪ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑫ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑬ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑭ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑮ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑯ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑰ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑱ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑲ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

⑳ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉑ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉒ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉓ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉔ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉕ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉖ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉗ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉘ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉙ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉚ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉛ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉜ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉝ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉞ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㉟ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊱ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊲ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊳ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊴ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊵ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊶ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊷ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊸ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊹ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊺ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊻ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊼ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊽ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊾ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

㊿ **经中心静脉:** 适用于长期营养, 经口服管性大剂量者

透看状态要求

于理和收集的影响
药物影响

采血时间
采血部位
采血体位
压脉带的使用
敷胶
凝血
溶血

采血操作对检验结果的影响

血液标本运送、保存与处理

二、血液片的制备和染色

(一) 血液片的制作方法

对玻片的要求:

①新片:用清洗液或10%盐酸泡天,清洗,干燥

②旧片:0.2~0.5% 84消毒液泡,清洗,干燥

血液片制备方法:一手握片法。以仪器冲玻片法

操作步骤:推片→干燥→洗涤→染色→冲洗→再干燥

血片要求:细胞头大,层次分明,厚度适宜,边缘整齐,两面有气泡。

白细胞分布均匀

推片的角度:30°~45°

将玻片缓慢向前推移,玻片的
肩薄取大时速度和角度:以大(肩),
以小(薄)。

将片于载物台上在显微镜下找到
最佳位置和颜色。

头、体、尾分明

环境因素

环境不确定性：紧急时决策时所面临环境与现实差不多，组织过去讨论同一问题所作决策有参考价值。

市场结构：垄断程度较高，组织易形成以主为新的竞争程度较高市场。 → 市场导向经营思想

国家因素：买卖双方在市场的地位。

- 买方市场条件：组织作为买方市场居于被动被领导地位，组织所依各种决策出发点，是市场的供求情况。
- 卖方市场条件：组织作为卖方市场主动主导地位，组织所依各种决策出发点，是组织自身的资源条件。

组织自身因素：组织文化、信息化程度、对环境应变模式。

决策问题性质

问题紧迫性：非常紧急：时间敏感型决策
不紧急：知识敏感型决策

问题重要性：可能高层领导亲自决策，群体决策，需慎重。

决策主体因素

个人对风险态度：厌恶型、中性、喜好者

个人能力：认识问题、获取信息、问题、组织能力

个人价值观：在理论决策行为取向

决策群体的关系融洽程度：

- 影响较好行动方案被通过的可能性
- 影响决策的成本

个体决策的基本方法

定义：是指各个备选方案都具有种确定结果的决策。

关键环节：判断什么样的行动方案能最好地实现既定决策目标。

方法：盈亏平衡分析法（收支平衡为折点，盈亏分析是指通过盈亏平衡产量或利润三者之间的关系，掌握盈亏变化的规律，指导企业选择经营方案。BEP 方案盈利和亏损的临界点称为盈亏平衡点。PQ）

$PQ = C_f + C_vQ$ 可变成本 C_f 固定成本 $C_v = C_f + C_vQ$

图形：

风险型决策方法

定义：指无论实施哪一个决策方案，都可能出现几种不同的情况，但每种情况发生的概率可作出客观估计，并且每种情况下的收益是可以衡量的，不确定是出现情况。

特点：决策目标是经济上的可用货币衡量。

- 存在多个可行的方案；未来环境可能出现多种自然状态；出现的可预见性（发生的概率）是人们的可以利居历史的资料或以前的经验来估计。
- 决策标准是使期望收益达到最大或期望损失或最小。

【9】 相关会议

● 学校于4月24日上午在高坪校区行政楼四楼会议室召开了临床医学专业认证整改工作推进会。学校校长杜勇、副校长张波、校督导委员会专家、整改工作十大领域牵头部门负责人，教务处、教学质量监控与评估中心、两所直属附属医院、基础医学院等相关部门成员共计近30人参加会议。

会议审议了临床医学系、基础医学院、教务处、附属医院、附属南充市中心医院、学生工作部等主要牵头部门的整改情况，并就当前我校临床医学专业认证整改工作前期主要工作概况作了简要总结。会议再次梳理了教育部认证专家对我校提出的主要意见建议，提取了核心关键词。会议还对对两年期整改工作进展报告撰写情况以及近期工作计划与要求等方面介绍。

会议要求全校上下要以认证整改为抓手，加大教学投入、改善教学条件、优化教学管理、不断提升学校教育教学能力。一是要转变观念，提高认识。充分认识到整改工作的重要性和必要性，真抓实干、稳步推进。二是要抓住关键，突破瓶颈。各部门要以专业建设为核心，突出课程、师资和实践教学建设，切实提升学校教育综合能力。三是要举措具体，落实落地。各部门要将整改工作具体到人，常抓不懈，确保学校临床医学专业认证整改工作得以持续推进。

● 学校于4月24日上午在高坪校区行政楼四楼会议室组织开展了社会工作专业校内评估。学校副校长张波，校督导委员会专家鄢佳程、李治明、王明炽、赵元恂、李平，教学质量监控与评估中心负责人曹小平、冉茂成等参审。

会议听取了社会工作专业的汇报，并对社会工作专业的培养目标、师资力量、教学资源、学生发展等方面进行了审议。专家组成员分别反馈了意见，对专业建设成效、师资队伍建设、学生发展等方面取得的成绩给予了充分肯定，同时也指出专业建设中人才培养定位、课程设置、实践教学、学生能力等方面需要进一步完善和改进。

会议要求，社会工作专业要以专业评估为手段，通过评估，诊断

与发现专业发展中的问题和不足，抓住关键环节、重点领域，采取得力举措，拟定三年规划，找准着力点和发力点，一步一步、扎扎实实地不断加强专业内涵建设，提升专业整体水平和人才培养质量。