

川北医学院本科学子线上学习体会

——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中来。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。

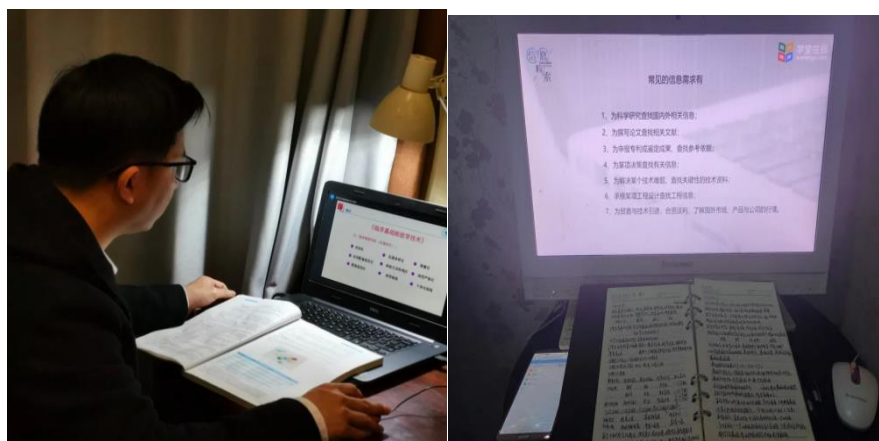
不仅是学生认真积极地参与到网课学习中，老师们也付诸了巨大心血，积极投入到网络直播新技术的学习和实践中，不断探索合适的网络教学方式。

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

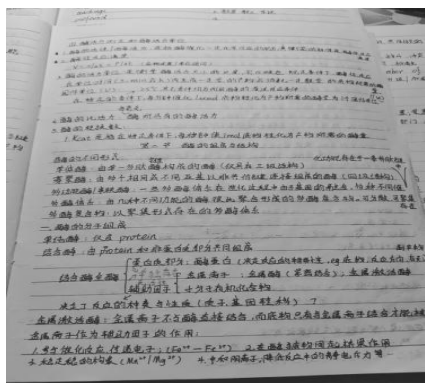
“力学如力耕,勤惰尔自知。但使书种多,会有岁稔时。”

—刘过《书院》

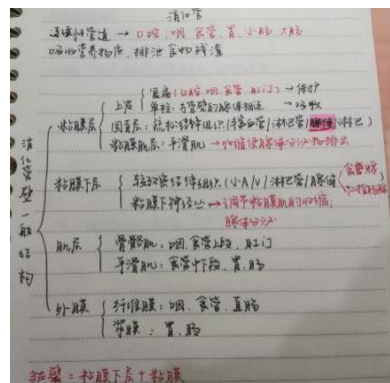
楮国公、麦光、玉楮、玉鸾纹……古人以尺素陈情。纵使时代变迁，纵使沧海桑田，文字的力量依旧历久弥新。

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。

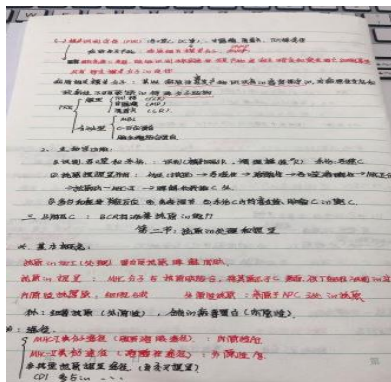
上知天文，下通地理，薄薄的一本笔记，承载的是知识的厚重。



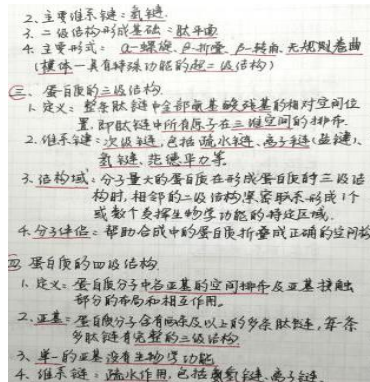
2019级医学检验1班. 黄婷婷



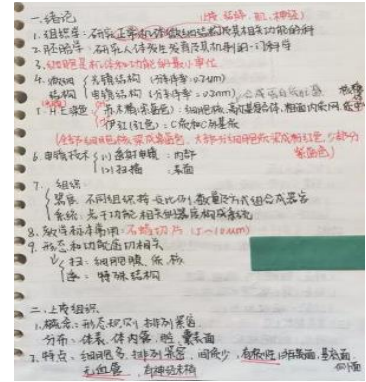
2019级医学检验2班. 钱欣



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。

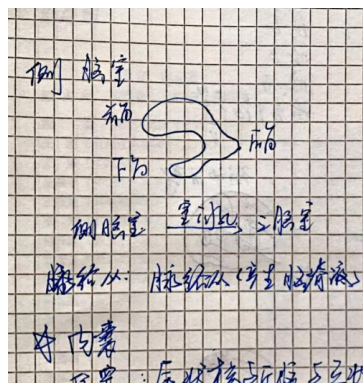
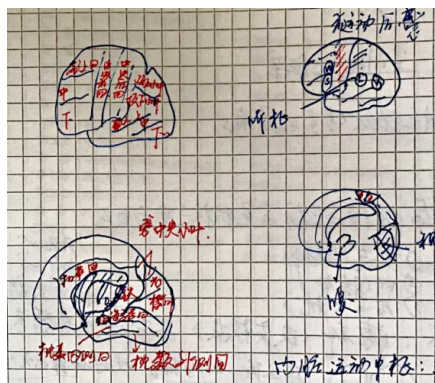


(这张图只截取了一部分，我根据同学的总结做成了备忘录并把它和课程表都放在了手机桌面上，以便定闹钟)

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一定的了解，上课不迷茫，感觉很划算~



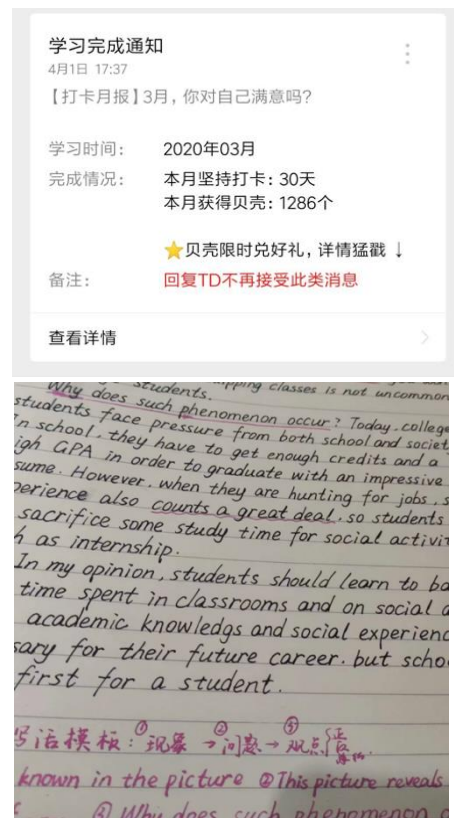
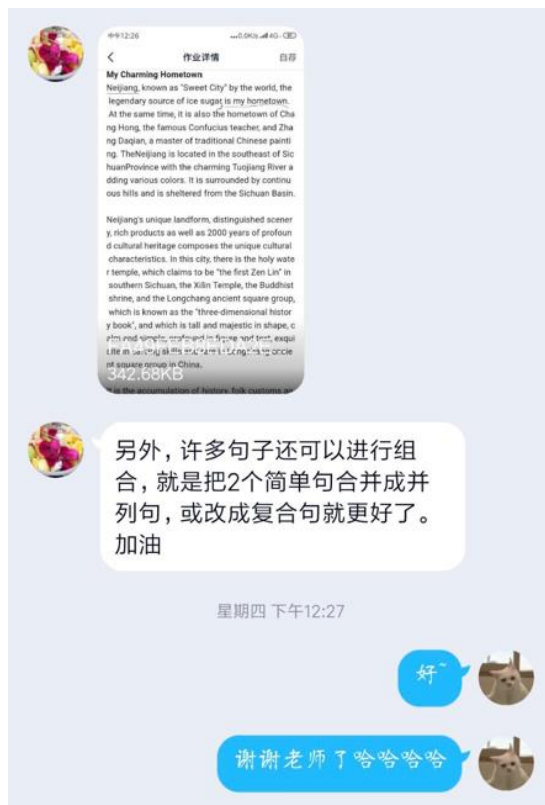
生化和组胚，在我看来都是属于知识点比较散的学科。在没有发书本的情况下，首先找到了电子书以及老师上课的课件，先提前浏览一遍，老师讲课的时候标记重点，制作思维导图并补充笔记。

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！



生化	
第一篇 生物大分子结构与功能	
第一章 蛋白质的分子组成	
1. 元素	C, H, O, N, S 特点: 含氮量相近 16%
100g 样品中含氮量 (g%) = 每克样品含氮克数 × 6.25 × 100	
2. 基本组成单位: 20 种 L-α-氨基酸 (甘氨酸除外)	
3. 分类:	
非极性疏水性氨基酸: 丙氨酸, 缬氨酸, 亮氨酸, 异亮氨酸, 苯丙氨酸, 酪氨酸	
极性中性: 丝氨酸, 半胱氨酸, 天冬氨酸, 谷氨酰胺, 谷氨酸, 天冬酰胺, 谷氨酸, 苏氨酸	
酸性: 谷氨酸, 天冬氨酸	(酸-谷-天)
碱性: 赖氨酸, 精氨酸, 组氨酸	(碱-赖-精-组)
含硫氨基酸: 半胱氨酸, 甲硫氨酸	
芳香族氨基酸: 苯丙氨酸, 酪氨酸, 色氨酸	(芳香-亮-苯-酪-色)

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。

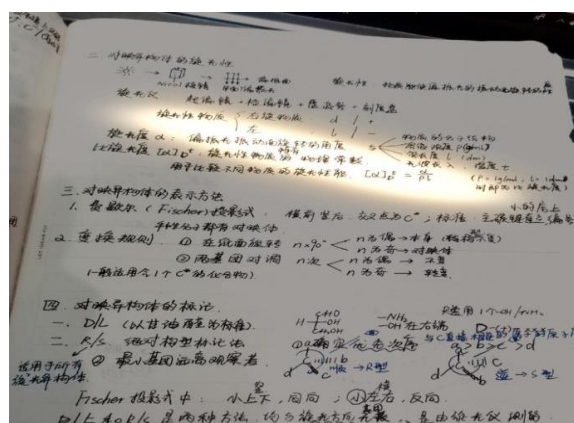
2.提高听课效率：给自己制造一个安静整洁的学习环境，上课时关上房间的门；提前进入直播间，尽早进入学习状态；上课时不退出学习界面可以将自己专注在课堂中。

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：

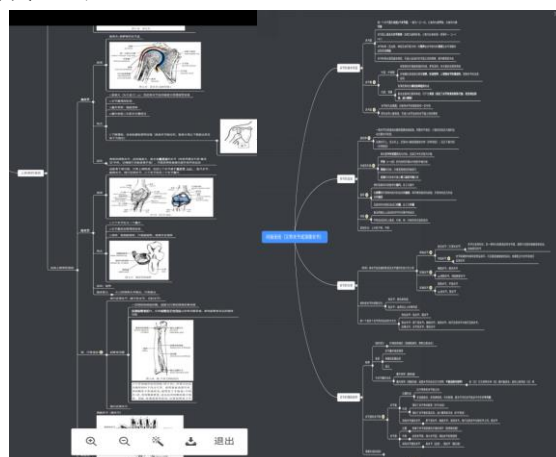
就着重介绍我做笔记的两种方式了

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。

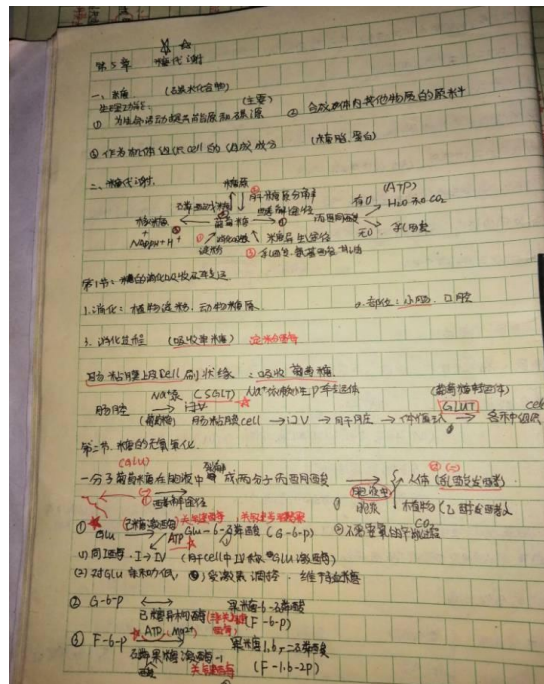
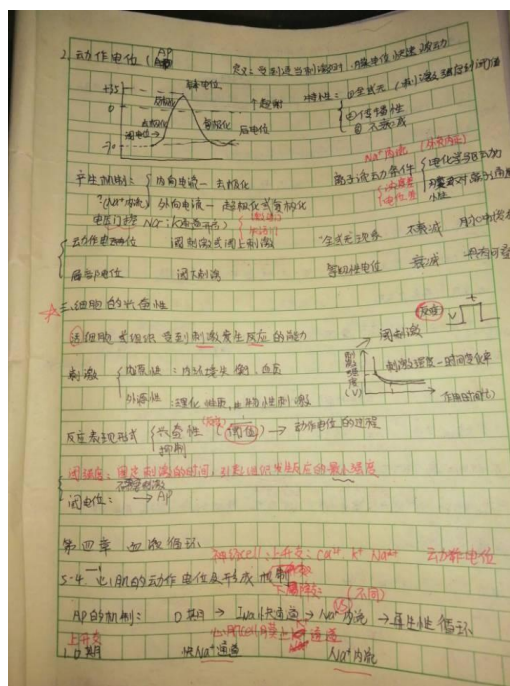
特色：自主学习+老师直播，老师直播过程中有重点知识利于学生更好的掌握，投票题和课后作业巩固了学习的知识。PPT 中内容详细，重难点有标明，有利于重点知识掌握。



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。

2. 老师用腾讯会议等进行线上直播时，对重要的 ppt 进行截图，紧跟老师思路上课，课后根据自己的 ppt 截图进行笔记整理与完善。

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。

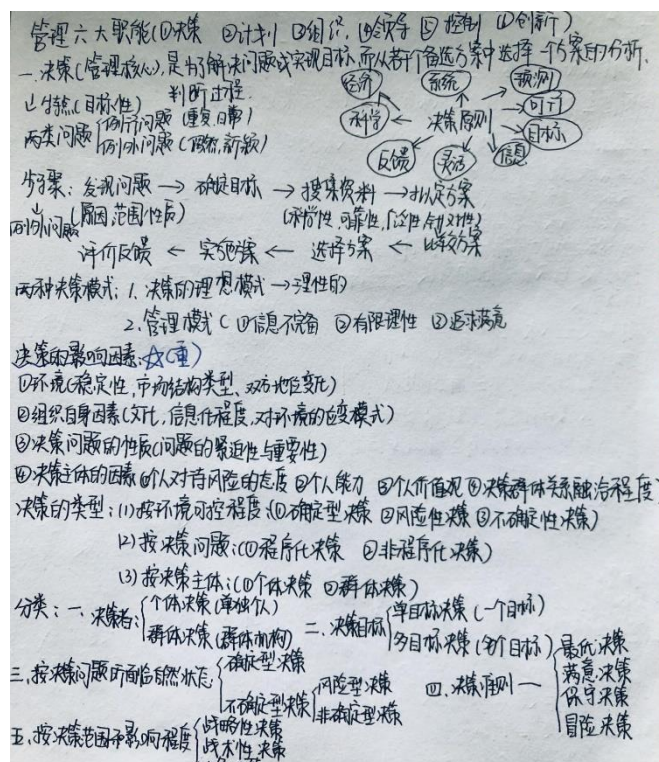
三、笔记

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。

四、作业

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。

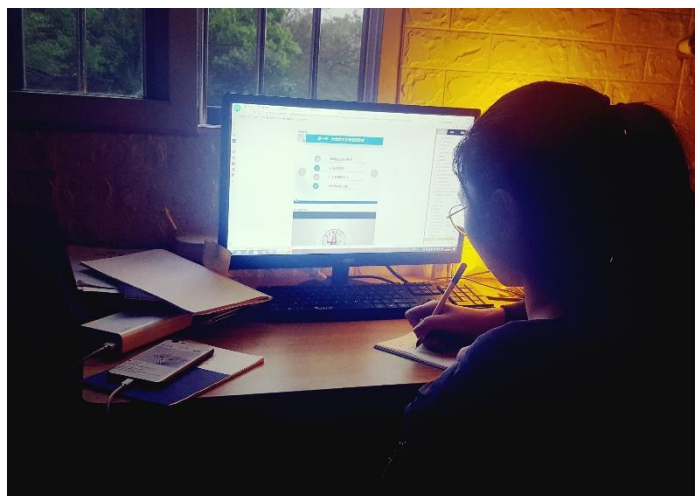
■听不懂就要反复看课件、视频，所以耗时长，效率低。

■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!!!



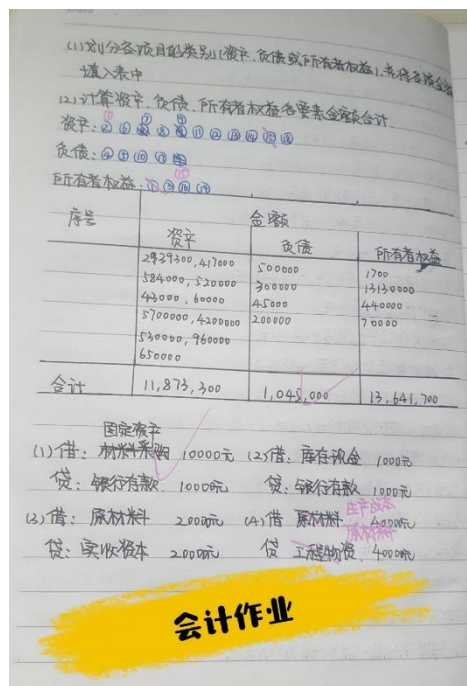
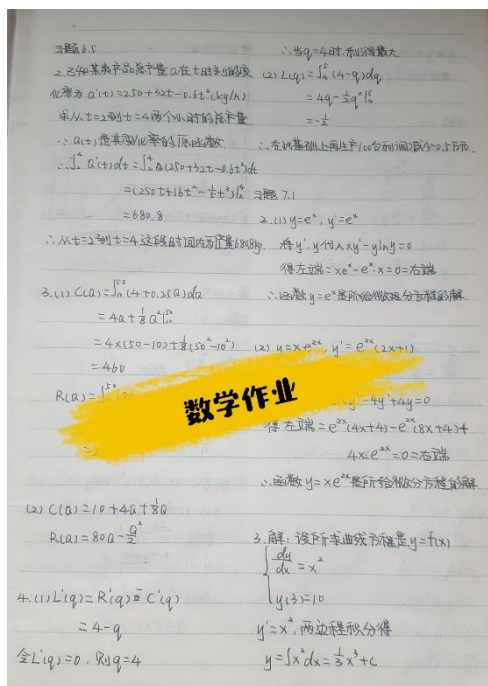
★课中重点必须记下

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!!!

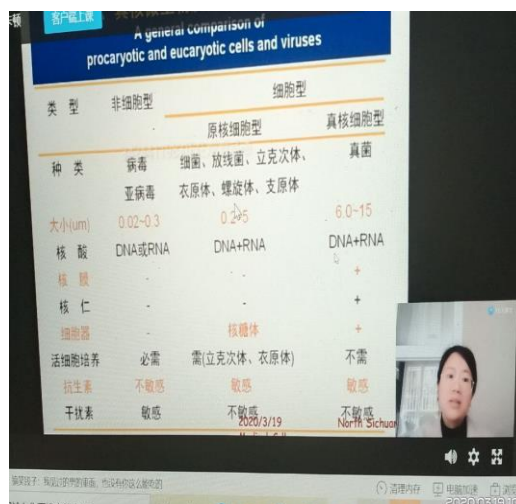
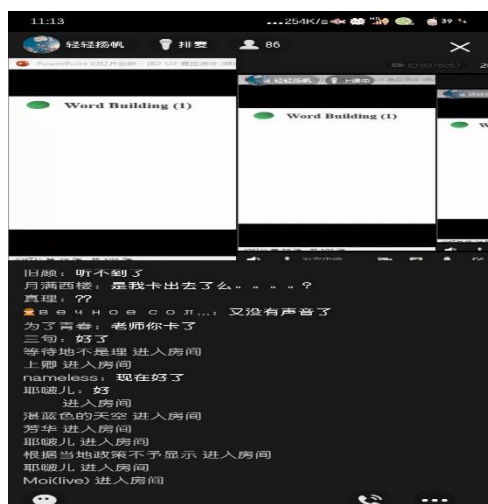
● 2019 级信息管理与信息系统 卢琼

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。

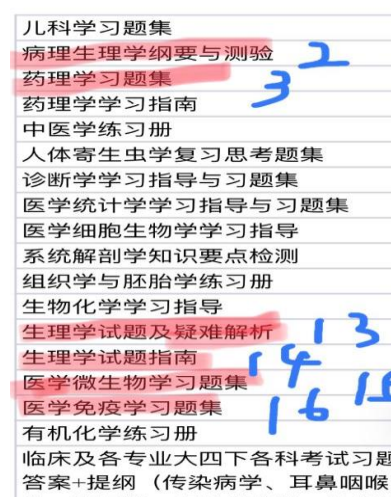
课前老师会发布签到码,学生需进行签到,有效检查学生是否及时进行学习以及双方网络是否通畅。

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。

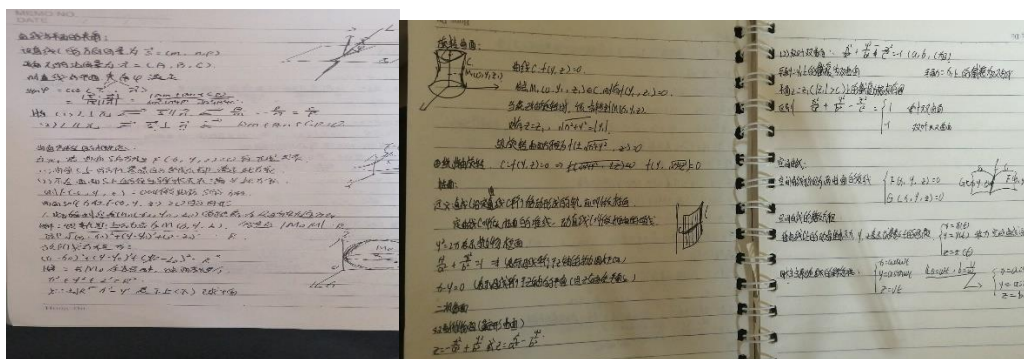


同时，在录播时也会出现一些问题，不回答则无法继续观看录播，在录播结束后会有关于当天课程的一些测试题，有效巩固了当天的知识，而老师们也将自己制作的 ppt 附在视频的后面以便于我们查漏补缺，同时直播后也会出一些讨论题来请同学们思考，增加了课堂的趣味性，老师也会在线解答学生疑问

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。

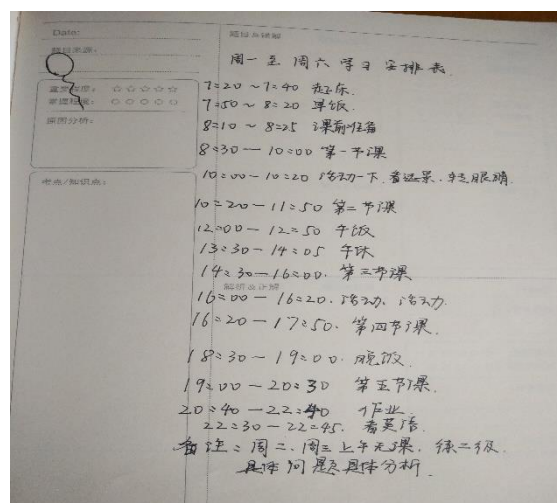
通过这次网课我学到了很多，但是仍然有好多不足，希望疫情快点结束，早日归校。

● 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 29 日