

《E 时代大学生学习指导》教学设计 示例及实施流程

第五次线下见面课

主题：E 时代学习能力的提升

【教学方式】线上线下混合式教学

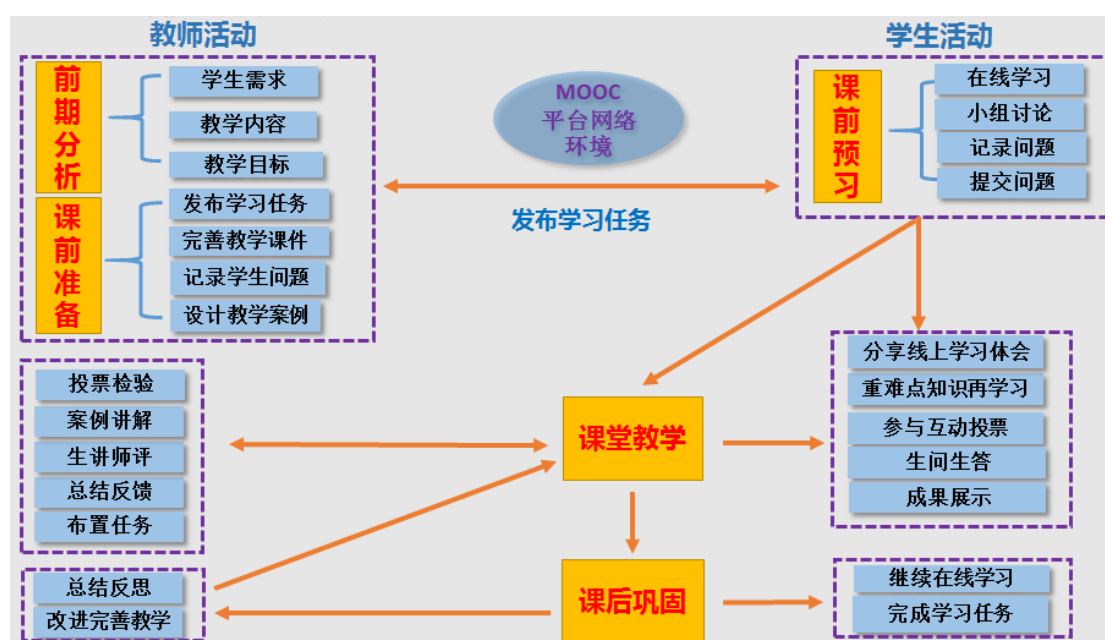
1、学生线上学习教学视频，提升学生自主学习的能力；

2、教师线下翻转课堂，针对学习重点、难点，运用案例，边讲边练、研讨探究、引导生问生答、生讲生评，提升学生发现问题、思考问题、解决问题的能力。

【课程时长】线上学习 33 分 40 秒、线下翻转课堂 45 分钟

【课程教材】《大学来了——E 时代大学生学习指导》，自主编写，高等教育出版社（2018 年）

【教学过程】分为前期分析、课前准备、课前预习、课堂教学、课后巩固五个模块。流程图如图示：



【实施步骤】

一、前期分析

（一）学习者特征

通过自学本堂课的教材内容和视频内容以及自学练习，学生应该可以识记三种能力等概念，了解如何培养这三种能力。然而，对于在遇到学习实际问题或具体案例时，如何熟练运用三种能力发现问题、思考问题、解决问题，深刻领会培养 E 时代的学习能力的重要性，提高学习效率和效果，需要教师线下翻转课堂进一步引导、示范和拓展。

（二）教学内容

第五章“学霸”是这样炼成的包括三节内容，分别介绍了三种学习能力：认知与选择能力、质疑与评估能力、生产与创造能力。其中，生产与创造能力以前两种能力为基础，是前两种能力的融会贯通和综合提升。然而，通过观察之前线下课堂辅导和线上讨论区问题，发现部分学生不会活学活用，存在非此即彼、浅尝辄止等思维误区，因此，继续通过线下课堂研讨讲解重点难点，帮助学生知识入脑入心，真正掌握三种学习能力，十分有必要。

（三）教学目标

- 1、知识：识记三种能力等概念；
- 2、能力：三种能力的融会贯通、学以致用；
- 3、素质：培养乐于思考、实践、分享、协作的学习习惯；
- 4、情感：引导学生对课程、学校和社会的认同，增强自信心、归属感和使命感。

二、教学准备

- 1、教材、视频（智慧树 MOOC）、课件、案例等；
- 2、教师记录学生问题，并设计与问题解答相关的几个讨论话题，发布在线上交流群中，征询贴近学生实际和他们感兴趣的话题，准备线下课堂教学。

三、课前预习

- 1、教师发布学习任务，学生课前学习智慧树上教学视频及教材相关内容；

2、学生思考智慧树网上提出的问题，小组讨论，并记录提交自己的困惑与疑问。

四、课堂教学

教师在“知到”教师端创建翻转课堂，学生扫码进课堂，参与研讨学习。



环节一：发起投票——检验学习，激发兴趣

根据课前话题征询结果，课堂开始发起三轮投票，一是检验学生是否完成智慧树线上相关内容视频自主学习及效果，二是引起学生注意，激发学习兴趣。学生通过智慧树“知到”端投票，内容设计如下：

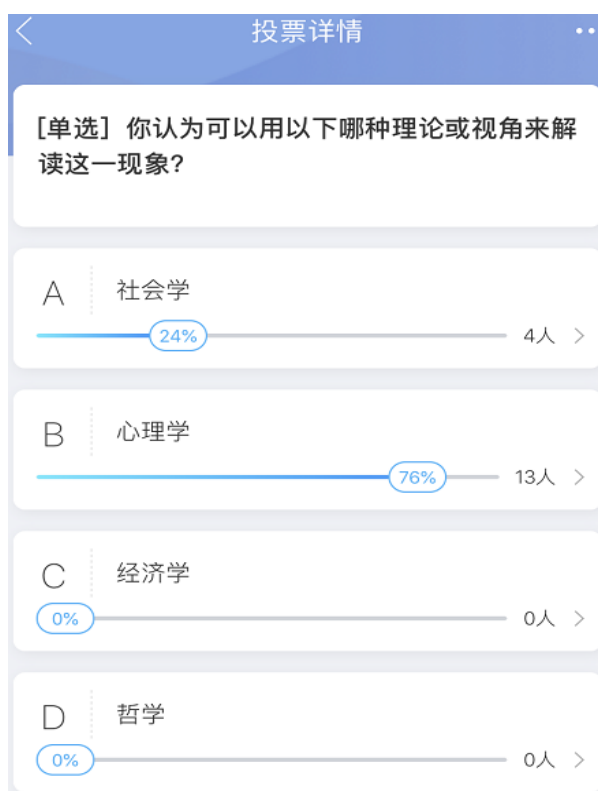
1、是否听说过“恋爱中的人容易变傻？”



2、是否认同这一说法（恋爱进行时，感同身受或者身边有朋友正在经历）？



3、你认为可以用以下哪种理论或视角解读？



环节二：案例讲解——建立关联，深化理解

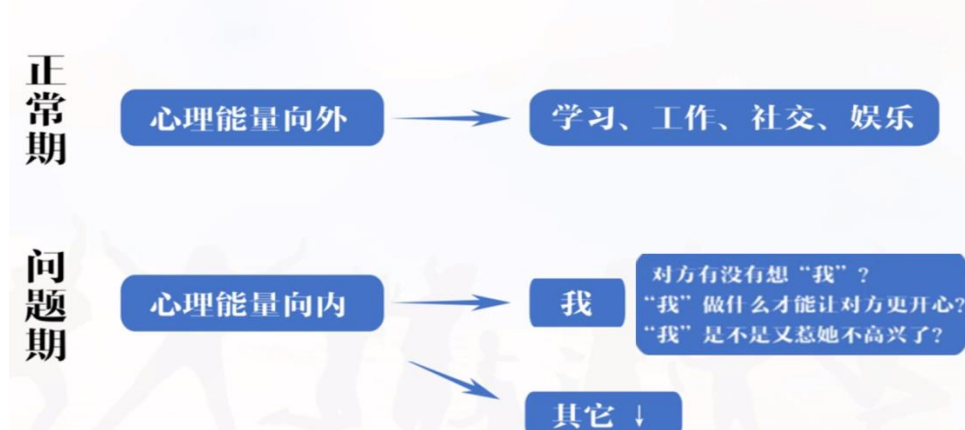
根据环节一学生投票结果显示，大部分同学听说过，并且感同身受，认为可以从心理学角度分析。课堂邀请一位同学分享讲述为什么认为可以从心理学角度分析，具体又该如何分析。学生分享完毕后，教师系统点评。



教师点评：众所周知，在物理学上，有个能量守恒定律，主要内容是无论能量的形态怎么转变，能量的总和永恒不变。心理学认为，人的心理能量也是个恒定的量。在正常的情况下，人的心理能量是向外的，也就是说，人把心理能量用在学习、工作、社交和娱乐等多方面。但是，当人有了心理问题以后，心理能量是向内的，核心围绕一个“我”字。正如热恋中的人眼里只有对方，脑子里总在思考的问题：对方有没有在想“我”？“我”做什么才能让对方更加开心？……

根据能量守恒原理，如果过多地关注“我”，用在学习、工作、社交等方面的心理能量势必就会减少了，也就无法避免地造成效果的降低，效率的下降了。这样就不难理解热恋中的人为什么容易变“傻”了。

人的心理能量也是个恒定的量。（心理学）



到这里，学习与分析是不是就结束了呢？当然不是。我们还要提出建议和解决方案：合理的使用心理能量。首先是心理能量还原。就是把心理能量撤出过度关注自己，投入到有意义的活动当中；其次是减少心理能量的无谓消耗。如结伴去看电影换成相约去图书馆，模式化的嘘寒问暖换成对社会热点问题的探讨交流，将节省的心理能量用在有意义的事情上，这样的恋爱关系积极向上也历久弥新。



案例讲解和分析的过程，体现了三种学习能力的综合运用和个性化创新解读。案例讲解完毕后，再引领学生重温 E 时代三种学习能力的概念。

通过环节二的教学设计，理论与实践结合，把抽象概念具体化，学生易于理解和掌握。

环节三：边讲边评——学以致用，培养能力

用于检验学生对第二环节教学内容的掌握程度，考查学生对三种学习能力的具体运用。再次设计选择题（非单选，事先不提醒），合理答案为 C 和 D，A 和 B 侧重反映了学习的认知与选择能力。学生通过智慧树“知到”端翻转课堂的投票卡片示意选项。内容设计如下：

下面哪些实践侧重反映了学习的生产与创造？

- | | |
|---------------|------------|
| A 上知网查找专业期刊资料 | B 买书上当当网 |
| C 毕业论文或毕业设计 | D 参加创新创业竞赛 |



根据学生回答结果显示，对于 C 基本达成共识。其实 D 也是学习的生产与创造，为什么选择人少，并且都没选全，一定程度上反映了学生思维方式的局限性，因此需要加以指导、调整。

那么，如何综合用好三种学习能力？可以从以下两方面努力：

一是进行有效学习，坚持在实践中学习，避免学习式娱乐。

举例讲解两个概念（学生线上视频学习已有基本了解）。

概念一：有效学习指的是通过实践等手段内化所学知识，使其为我所用。

案例说明与知识拓展：孙斌勇，以“典型群表示论”项目获评 2018 年国家自然科学二等奖，42 岁就当选中国科学院院士。“典型群表示论”是当代数学最核心的内容之一，被广泛应用于数学和理论物理的各个分支中。上次该领域的获奖者是我国著名数学家华罗庚，于 1956 年获得首届国家自然科学一等奖。



孙斌勇得奖后，记者采访他数学学习心得，其中一段问答如下：

记者：那你就没发现自己和别人有什么不同？

孙斌勇：我小时候看书特别仔细，我想这是唯一的。

记者：细到什么程度？

孙斌勇：每一句话都能理解它什么意思。数学里，每一个定理，比如不等式，我都能自己证明。

记者：也就是说书里的一些公式、定义，你不是机械地接受，还要搞清楚它是怎么来的，自己证明？

孙斌勇：对，我从小就这样了。比如说圆的周长，我得搞清楚圆的周长公式怎么来的，其实这就是 π 的定义。如果算圆的面积，那不是定义了，是需要证明的。我都要自己搞清楚了，哪个是定义，哪个是定理。

记者：我们大多数人都是老师教什么接受什么，谁会想着书上的公式再去求证一遍？

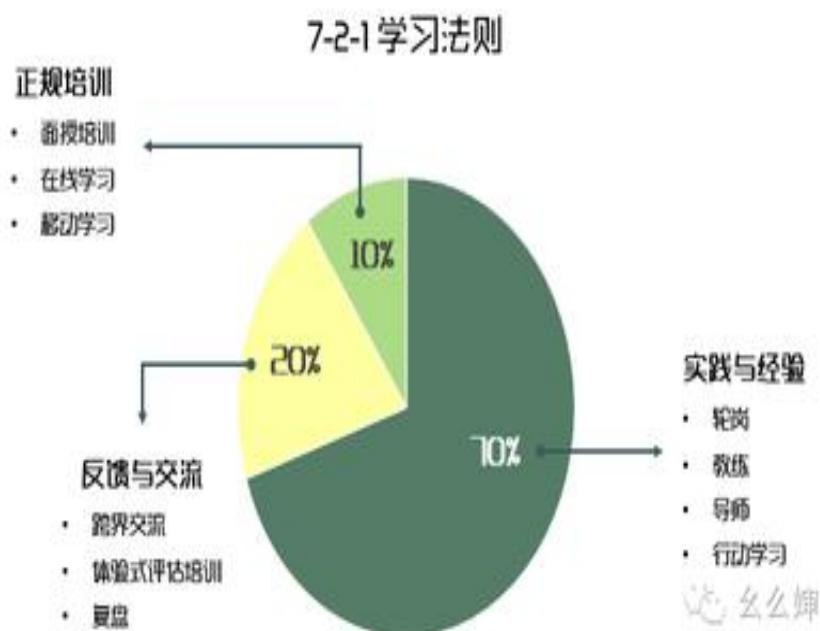
孙斌勇：我就是想搞明白，想学得清楚，不稀里糊涂地学习。很多人越学越糊涂，尤其是数学。

拓展链接：https://mp.weixin.qq.com/s/Y_BQNrD6PwspvASTkBULKg 42岁当院士：学好数学，这点很重要 (线上讨论区，很多大一学生提出高数太难，如何学？这个案例选择不仅能诠释“什么是有效学习”，还能对学习高数提供思路 and 启发)

概念二：学习式娱乐指的是享受汲取知识，并将其保存至大脑短期记忆的快乐。

“GET 学习新技能”见面课中，有同学在提问区提出困惑“课堂上，感觉授课知识点都记住了，脑海里能清楚罗列，但是一到课后练习或者实际操练就想不起来，束手无策”。与“孙斌勇学习数学”举例相比，这就是学习式娱乐，而不是有效学习。

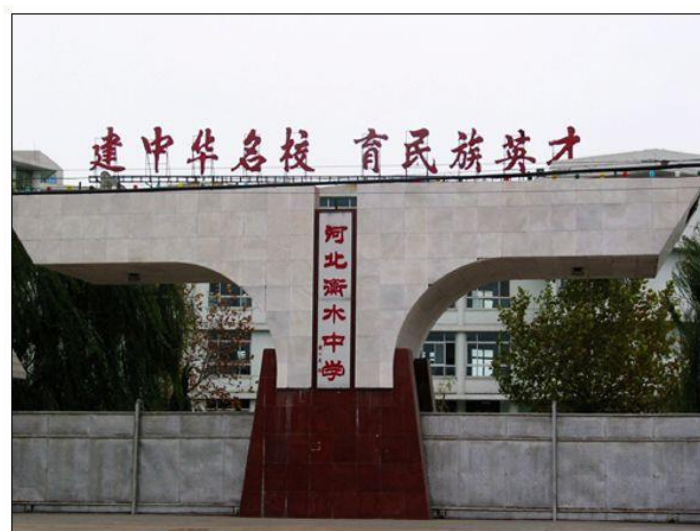
进行有效学习，可以参照行动学习理论中的“721”法则。它认为，人要掌握一门技能，需要 10%的时间学习知识，20%的时间与人探讨交流，70%的时间练习和实践。



二是广泛涉猎，既“专”又“博”，避免“书到用时方恨少”

案例说明与知识拓展：“网红”中学——河北衡水中学。

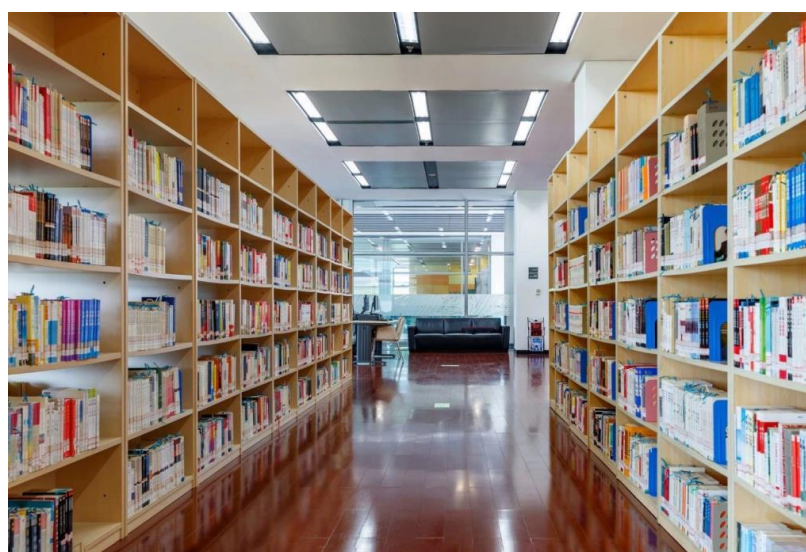
《人民日报》、《人民教育》等 20 余家知名媒体先后多次向全国详细介绍河北衡水中学办学经验，学生的学习方法，引起了基础教育界的广泛关注，英、美、韩等 10 余个国家和全国 30 余个省、市、自治区的 18 万余名教育工作者先后到校考察。各地客人对衡水中学鲜明的育人特色给予了高度评价，赞誉衡水中学创造了一个“教育的神话”，是“全国基础教育的一面旗帜”。



网上广为认可和传播的“衡中学习法”中，提到了：广泛涉猎，不给自己设限。

衡水中学的学生阅读面非常地广泛，不止局限于老师的阅读清单，还有可能来自于书中的某一个知识点，甚至是老师在课上讲的一句话。

确实，很多时候我们不应该把自己的目光局限于课本的知识上，很多的知识都是融会贯通的；有可能你在某本书上看到的東西刚好解决了一个困惑你已久的问题。



拓展链接：<https://mp.weixin.qq.com/s/XlrMyNC1hszAG88Kkis6vQ> 衡水中学用 270 秒告诉你：究竟要多努力，才配得上自己的梦想！（课程主要面向大一新生，案例选择贴近刚刚结束的高中学习生活实际，学生感同身受，易于接受）

此外，广泛涉猎不仅指书本阅读，还应包括参加各类有意义的社会实践和学生竞赛。（为环节四的开展做铺垫，选择上次见面课“提问区”中学生有代表性的困惑切入）

环节四：生问生答——收获满意，总结提升

问题引入：



结合前几个环节学习探讨体验，生问生答。



学生回答分享大纲如下：

一是指出了提问同学的思维误区。事物之间是普遍联系的观点，不是非此即彼的绝对对立。大学期间，专业学习和参加创新创业类竞赛活动，不是冲突对立的，而是相互促进的。

二是认为大学期间，参与社会实践、志愿服务、创新创业等活动很有意义和必要，是检验课堂学习成果的有效方式，是本章三种学习能力的生动实践和综合运用。可以通过制定详细的时间计划表来合理安排学习和活动。

三是分享了自己参加湖南省“互联网+”大学生创新创业大赛的学习成长经历和体会。

通过生问生答，朋辈教育，引发共勉，收获满意。

最后教师点评，案例总结提升。

案例说明和知识拓展：“学霸”安维鑫，西安电子科技大学理学院信息与计算机专业 2016 级学生，9 门专业课成绩 100 分，29 门课程满绩点（95 分及以上），满绩点率高达 50%；累计 9 次获得国家奖学金、国家励志奖学金、三好学生标兵，获得西安电子科技大学直接攻读博士学位资格。



安维鑫在学好专业课的同时积极参加各类比赛。他先后参加了数学建模、外研社杯英语竞赛、大学生创新创业大赛等，获得了 2018 年美国大学生数学建模竞赛 II 奖、团体程序设计天梯赛三等奖等多项奖励，并主持了陕西省大学生创新项目《基于飞鼠算法的图像去噪研究与应用》等。他说，很多比赛只能利用周末或寒暑假备赛，别人休息时，他在学习；别人睡懒觉时，他在图书馆查阅文献资料，这一切他都坚持下来了。



“学霸”安维鑫的学习成长经历又一次鲜活励志地回答了同学们的困惑。最后，以“学霸”安维鑫的离校寄语结束本次翻转课堂，鼓励同学们珍惜韶华，立足当下，脚踏实地，发奋学习。



鼓励学弟学妹“要给自己定目标”

2020年6月，安维鑫就要毕业离校，回想这近4年的大学时光，他感慨地说：“亲爱的学弟学妹们，上大学为了什么？我想用三点概括：**清晰的自我认知、良好的社会实践以及独立思考的能力**。要在清晰的自我认知下选择适合自己的路，不能将自己局限在书本知识上。大学生活里应多接触，多探索，在清晰自我认知的条件下，给自己定目标，不负时光，过属于自己的大学生活。”

网友评论：

网友纷纷感慨“真学霸”



拓展链接：<https://mp.weixin.qq.com/s/rRCu7zv4859U5M-3TUn94A> 牛！男生48门课程超90分，大三就被保送直博（案例选择基于朋辈榜样的力量，展现优秀品质，正面引导学生好好学习，天天向上）

回顾课程的内容，小结本节课的重点，发布课后巩固学习任务。

五、课后巩固

（一）综合能力检测练习：

巩固练习阅读材料和习题均由课程老师自主开发设计，以立德树人为根本任务，将课程思政与教学内容有机融合。

阅读理解题：

2014年5月4日习近平在北京大学师生座谈会上发表讲话，勉励广大青年树立和培育社会主义核心价值观，要在以下几点上下功夫。

一是要勤学，下得苦功夫，求得真学问。知识是树立核心价值观的重要基础。古希腊哲学家说，知识即美德。我国古人说：“非学无以广才，非志无以成学”大学的青春时光，人生只有一次，应该好好珍惜。为学之要贵在勤奋、贵在钻研、贵在有恒。鲁迅先生说过：“哪里有天才，我是把别人喝咖啡的工夫都用在工作上的。”大学阶段，“恰同学少年，风华正茂”，有老师指点，有同学切磋，有浩瀚的书籍引路，可以心无旁骛求知问学。此时不努力，更待何时？要勤于学习、敏于求知，注重把所学知识内化于心，形成自己的见解，既要专攻博览，又要关心国家、关心人民、关心世界，学会担当社会责任。

二是要修德，加强道德修养，注重道德实践。“德者，本也。”蔡元培先生说过：“若无德，则虽体魄智力发达，适足助其为恶。”道德之于个人、之于社会，都具有基础性意义，做人做事第一位的是崇德修身。这就是我们的用人标准为什么是德才兼备、以德为先，因为德是首要、是方向，一个人只有明大德、守公德、严私德，其才方能用得其所。修德，既要立意高远，又要立足平实。要立志报效祖国、服务人民，这是大德，养大德者方可成大业。同时，还得从做好小事、管好小节开始起步，“见善则迁，有过则改”，踏踏实实修好公德、私德，学会劳动、学会勤俭，学会感恩、学会助人，学会谦让、学会宽容，学会自省、学会自律。

三是要明辨，善于明辨是非，善于决断选择。“学而不思则罔，思而不学则殆。”是非明，方向清，路子正，人们付出的辛劳才能结出果实。面对世界的深刻复杂变化，面对信息时代各种思潮的相互激荡，面对纷繁多变、鱼龙混杂、泥沙俱下的社会现象，面对学业、情感、职业选择等多方面的考量，一时有些疑惑、彷徨、失落，是正常的人生经历。关键是要学会思考、善于分析、正确抉择，做到稳重自持、从容自信、坚定自励。要树立正确的世界观、人生观、价值观，掌握了这把总钥匙，再来看看社会万象、人生历程，一切是非、

正误、主次，一切真假、善恶、美丑，自然就洞若观火、清澈明了，自然就能作出正确判断、作出正确选择。正所谓“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”。

四是要笃实，扎扎实实干事，踏踏实实做人。道不可坐论，德不能空谈。于实处用力，从知行合一上下功夫，核心价值观才能内化为人们的精神追求，外化为人们的自觉行动。《礼记》中说：“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。”有人说：“圣人是肯做工夫的庸人，庸人是不肯做工夫的圣人。”青年有着大好机遇，关键是要迈稳步子、夯实根基、久久为功。心浮气躁，朝三暮四，学一门丢一门，干一行弃一行，无论为学还是创业，都是最忌讳的。“天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。”成功的背后，永远是艰辛努力。青年要把艰苦环境作为磨炼自己的机遇，把小事当作大事干，一步一个脚印往前走。滴水可以穿石。只要坚韧不拔、百折不挠，成功就一定在前方等你。

1、习近平说，青年的价值取向决定了未来整个社会的价值取向，而青年又处在价值观形成和确立的时期，抓好这一时期的价值观养成十分重要。这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。这一形象的比喻主要体现了以下哪种学习能力？C

A. 认知与选择 B. 质疑与评估 C. 生产与创造 D. 自主学习

2、要勤于学习、敏于求知，注重把所学知识内化于心，形成自己的见解，既要专攻博览，又要关心国家、关心人民、关心世界，学会担当社会责任。体现了以下哪些观点？ACD

A. 知行合一 B. 天人合一 C. 忧国忧民 D. 纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行

3、“学而不思则罔，思而不学则殆。”主要考察哪种学习能力？B

A. 认知与选择 B. 质疑与评估 C. 生产与创造 D. 自主学习

4、“青年有着大好机遇，关键是要迈稳步子、夯实根基、久久为功。心浮气躁，朝三暮四，学一门丢一门，干一行弃一行，无论为学还是创业，都是最忌讳的。”这段话的主旨与以下哪些诗句意思一致？ABD

A. 千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金

B. 不积跬步无以至千里，不积小流无以成江河

- C. 不识庐山真面目，只缘身在此山中
D. 只要功夫深，铁杵磨成针

5、社会主义核心价值观从哪些层面提出了哪些价值要求？ABC

- A. 富强、民主、文明、和谐是国家层面的价值要求
B. 自由、平等、公正、法治是社会层面的价值要求
C. 爱国、敬业、诚信、友善是公民层面的价值要求
D. 爱国、敬业、诚信、友善是道德层面的价值要求

小组讨论题：结合平时学习积累和社会体验，如何理解和评价足球这项运动？

（二）学生“知到”课程学习讨论群提交讨论成果，线上生生互评，教师查看点评成果，发现记录问题，准备和组织下次线下翻转课堂研讨。

（三）教学总结与反思

“第三章‘学霸’是这样炼成的”介绍了三种学习能力：认知与选择、质疑与评估、生产与创造。其中，生产与创造能力以前两种能力为基础，是前两种能力的融会贯通和综合运用。然而通过观察线上讨论问题和课前线下课堂辅导，发现部分学生会沿袭沿用，存在非此即彼、浅尝辄止等思维误区，因此，设计了本次教学内容，帮助学生入脑入心，真正掌握三种学习能力。有三点教学心得：

1. 案例选择贴近学生生活实际。课程开始前，结合教学内容，我在讨论群征集了学生感兴趣的议题，根据议题又选择了贴切的解释案例和素质拓展链接，理论与实际相结合，因此，平时需要更加用心去发现、收集和整理各种案例以供教学使用。
2. 教学形式要为学生喜闻乐见。本次教学借助于手机端智慧树“知到”与生生互动。手机不仅进入了课堂，还是学生参与学习、交流互动的重要工具；教室布置成圆形讨论形式，学生更有参与感和仪式感；生问生答、生讲生评环节还可以多留一些时间，让更多同学参与分享和展示，期望教育效果不错。
3. 实现教学目标，学生收获满意。本次教学较好地完成了教学目标，学生认识了基本概念，理解了三种能力的融会贯通，学以致用。课堂上，同学们积极活跃、踊跃发言和积极鼓励，较好地展现了乐于思考、实践、分享、协作的个人素质。课后，很多同学主动约友，期待进一步合作学习。从同学们的笑脸和掌声中，我感受到了教学的魅力和大家的满意。

刘叶
2019.12.11