



众说纷纭谈网课

做好网课攻略,静待疫散花开

疫情未散,学习不止。随着疫情的反复,各大高校纷纷进入“疫情防控常态化”教学——线上授课,大学生们也开启了线下防疫与线上学习相结合的校园生活。网课期间,在无人监管的学习环境中,若一味沉迷于电子设备和休闲娱乐,将极大降低网课效率。接下来,我们将从网课前、网课中、网课后三个方面阐述如何适应线上学习以及如何提高网课学习效率。

网课前,做好准备工作必不可少。首先,创造良好的学习环境。对于网络教学而言,其学习氛围远不及线下教学,脱离了课堂环境,网课无疑成为一个巨大的学习挑战,一层屏幕阻隔了线下课堂独有的仪式感,因此在宿舍营造良好的学习氛围显得尤为重要。比如可以在课前准备好学习用品,调试好设备;或者保持书桌的整洁,宿舍的安静;切断干扰源,将周围有可能使注意力分散的物品放置到视线之外;与舍友互相监督等等。其次,做好课前计划是提高网课效率的有效措施。何时起床洗漱,何时上课应有明确的时间观念和规划。上课之前,根据自己的课表制定学习方案,提前了解网课内容和授课方式,做好相关课程的预习工作,以便于课堂内容的高效吸收。

网课期间,提高听课效率和质量至关重要。一、调整学习状态,保持自律和专注。良好的精神状态是高效学习的基石,我们要以端正的姿态和充沛的精力投入到网课学习中,尤其是在早课期间,若精神状态不佳,容易导致上课时出现困倦、懈怠的现象;同时,网课期间我们要保持头脑清醒,“有所为有所不为”,专注于网课的学习目标,上课时要主动,以高度自主、自学的学习态度,对所学知识的逻辑和结构进行更加深入的思考。二、积极与老师沟通互动。与线上课堂不同,线下课堂在老师的组织和指导下,学生可以及时了解

自己的问题;而线上课堂,学生不能随时发现自身学习中存在的问题,所以在网课期间,我们应积极与老师沟通交流,主动提出问题,认真解决疑问,凭借积极的互动令自己保持高度集中的注意力。三、做好课堂笔记。与线下课堂不同,网课的课堂节奏更快,很多知识点转瞬即逝,学生必须紧跟老师上课的进度,做好笔记或者通过手机截屏、拍照等方式筛选、提炼重要知识点,形成系统性的记忆,提高听课效率。

网课学习后,做好复习工作不可或缺。首先,针对课上已知半解的知识点,充分利用回放或者其他网课资源,结合教材进行查漏补缺。其次,整理课堂笔记,充实内容,依照笔记思路,复习课堂所学知识。最后,完成习题,在理解教材的基础上独立完成,有针对性地进行重难点练习,留心总结解题方法,达到举一反三、触类旁通的复习效果,以巩固所学知识。

在网课学习的过程中,长时间观看电脑或手机等电子屏幕容易导致用眼过度,使自己产生疲倦感,因此注重劳逸结合是我们走出网课“倦怠期”的重要方式。我们可以通过勤做眼保健操、眺望远方、毛巾热敷眼睛、使用护眼仪等方式缓解眼部疲劳;除此之外,我们还可以进行适度的有氧运动,这不仅可以缓解网课中带来的疲惫和消极情绪,也可以提高大脑活跃度,增强自身的记忆力以及信息的处理能力。

线上与线下的教学模式与学习方式虽迥然不同,但不变的是知识的传递与接收。脱离了线下的课堂环境,是防疫所需,更是个人挑战。“学海无涯苦作舟”,网课期间我们仍需严于律己,在学习的道路上不能浅尝辄止、半途而废。让我们携手共进、共克时艰,静待疫散花开!
(金融学院21级金融科技班 郑智坚 郑世杰)

克制懈怠,努力调整学习心态

为配合疫情防控,在各大高校启动“线上教学”模式,“线上教学”可以大大减少人员接触,从而切断病毒传播途径,阻止新冠病毒蔓延。但在上网课期间,部分学生出现了赖床、“躺式”学习、一心二用、作业敷衍了事等懈怠行为,这使得学生的学习效果大打折扣。

为什么当线下教学转变为线上教学时同学们会出现这些懈怠行为呢?究其原因,主要有三点:第一,没有良好的学习环境。在教室里,学生之间相互激励,产生群体效应,使得同学之间的竞争意识较强,有效提高了学习的积极性,而宿舍里的环境则相对自由,不如线下课堂的学习氛围好,其积极性也会相应降低;第二,缺乏有效的监督。尽管线上教学中老师会通过签到、点名提问的方式来检验学生的到课率和学习效果,但这种隔着屏幕的教学方式,往往有其巨大的局限性,老师无法实时监督,签到和提问都只能检验学生某几分钟的学习情况,而其他时间里学生的学习状态老师无从得知,加之老师一人的精力有限,无法关注到每一个同学的状态,使得监督无法有效发挥其作用;第三点也是最重要的一点,学生无法克服自身的懒惰心理。贪睡赖床、“躺平”、“摆烂”等都是学生懒惰心理的表现,除此之外,还有一些其他因素也会影响学生的线上学习效果,例如网络质量的好坏等等。

在主客观因素的双重影响下,学生们的网课学习效率低下,但在疫情大背景下,实施“线上教学”是必然的。那么,我们不禁要问,怎样才能有效克服线上学习的懒惰心理,又有哪些方式可以有效调整心态呢?

首先,转换学习环境。我们可以选择去图书馆、自习室等学习氛围较好的地方学习。当我们在学习氛围较为浓厚的环境中学习时,会受到周围人的影响,这能够提高自己的专注度,从而使自己更好地融入到线上课堂中,同时,也可以有效地减少由于各种不良外界因素的干扰而引起的上课注意力不集中、一心二用等问题;其次,寻找朋友一起学习。由于网课期间老师的监督作用较弱,导致学生易产生懈怠心理,为提高学习动力,我们可以与同学“组团学习”,相互督促;再者,我们要养成早睡早起

的良好习惯。早睡,可以保证学生有充足的睡眠时间和良好的睡眠质量,从而在第二天上网课时,能够精神饱满地做好课前准备;最后,同学们要端正学习态度。下定决心克服懈怠的决心,做到课前及时预习、课时做好笔记、课后认真复习。九层之台,起于累土。让我们从每一件小事做起,养成良好的学习习惯。

线上学习是对学生自觉性以及心态的考验,在教学条件、交流空间的变化下,自制力较差的同学容易消极对待“网课”。浮光掠影、囫圇吞枣的学习导致学生对许多教过的知识似懂非懂,由于课本中的知识点往往都是相关联的,“网课”期间没有认真学习的同学,在恢复线下课后,则会付出相应的代价。与其等到那时再追悔莫及,不如就从现在开始认真对待每一次网课,拒绝“躺平”、放弃“摆烂”,认真完成老师布置的学习任务。

学习习惯是生活规律的映射,我们在学习上的懈怠一定程度上反映了我们对生活的懈怠。梧桐不甘衰落,树叶迎风尚有声,正值青春的我们应从认真学习“网课”开始,用心对待生活中的每一件事。愿我们在重聚美丽校园之时,能为自己没有蹉跎“网课”时光而骄傲!网课学习勿懈怠,严于律己方致远!

(海峡财经学院21级 陈晨 金融学院21级 林欣瑶)

疫情也阻止不了我学习



自律是对未来最好的馈赠

我于闲暇时从母亲那里找寻到了幼时写下的文章,是篇很平常的小学作文,现在读来却感慨良多。十年前的我竭力思考,笨拙的字迹里承载了我当时对“十年后的课堂”的幻想;十年后的今天,我拂去记忆中的尘土,却发现当时的幻想已成为了我的生活——网课。

网课带给了我不一样的感受——没有老师的监督,也没有线下班级那样浓郁的学习氛围,拥有更多自我把控的时间,这无疑是一场自律的战争。我将我的网课生活分为了三大部分,分别为学习、作息和休息。由于不够自律,我在最开始也有过许多错误的行为,但好在最终都及时改正。

网课日常之学习

网课的学习大致可以分为两部分,其中比较基础,也比较重要的就是老师的日常授课部分。对于此,我在后期使用了“课前预习,课后复习”这种最简单、也最可靠的学习方法。每天早上八点我都会准时坐在书桌前,用短暂的时间快速做好课前的预习准备工作,上课时,紧跟老师的步伐,将重点、难点等记录于书中,在课后仔细思考并理清脉络原理。

网课学习的另一部分即为自习,如果能够合理利用这部分时间,将会有很多的收获。拿我自身举例:我曾单纯认为线上学习会比线下学习轻松容易得多,以为仅研究老师讲的内容就可以达到和线下课一样的效果,却不想对答案的作业永远都是一片鲜红。因此,除了日常的课堂教学课程,我常会在自习之时找寻其他的课程学习来巩固自己的功课。以慕课为例,身为大规模的网络在线开放课程,有着很多教学视频。故我常使用慕课领略不同老师的教学风格,枯燥的内容或许会在讲师幽默的讲解下变得更为生动;也常用其开拓视野,了解自己未曾涉猎的知识,打破思维局限。

但即使在学习资源如此丰富且都十分容易接触的情况下,资源利用率不高的现象仍会时常发生在我的身上,这归根结底就是

自律问题了。倘若自律度不达标,那么无论有多多的时间和资源,最终的学习效果都是不理想的。说起来,自律才是学习的王道。

网课日常之作息

网课为数不多的好处之一便是可以晚起,于是侥幸心理随之产生,“晚睡”似乎也成了日常。刚开始上网课的我便是如此,即使知道熬夜的坏处,却仍然“知不可为而为之”。以至于在某一天的直播课中,因为困倦走神而没有听到老师口头通知的作业提交时间,最后只能单独找老师补交作业。也因此,我决心回归正常作息。须知,网课只是疫情影响下的一种特殊学习方式,它不应该成为我们作息紊乱的借口,网课学习期间,我们仍要保持正常的作息,以良好的精神面貌和健康的体魄去学习和生活。

网课日常之休憩

钉钉、慕课、腾讯会议,每天投入大量的时间和精力使用不同的学习软件参与线上课,难免使人感到枯燥。并且,由于长时间宅在宿舍,我产生了极大的惰性,睡觉竟成了课后放松的唯一方式。我深知这样下去的后果是堕落,于是决心做出改变。

在室内闲暇时,我选择捧一本书,品一杯香茗,侧倚于午后的阳光下,这可谓是最为超脱世俗的享受了,我也常常能从一些室外活动中寻到些许宁静。或是晚饭后在操场上与好友漫步,两三人嬉笑打闹,敞开心扉交谈,感受迎面吹来的春风;又或是在大脑劳累之余,走出宿舍,拿起羽毛球拍,与舍友来场友谊赛,在阳光下尽情挥洒汗水;亦或是在心情烦躁之时,寻一草坪,闭上双眼,感受身边的鸟语花香。合理的休息方式会使我们充满活力,在一定程度上也可以提高我们的身体素质和学习效率。

网课于教学活动而言是一场可预见的革新,于我们自身而言也是一种新生活、新挑战。有一个法则叫做“天道酬勤”,有一种习惯叫做“严于律己”,如何在无人督促的日子里自律上进,才是我们在网课生活中面临的重大难题。自律即自由,学会严格要求自己,合理安排规划时间,把握好每一个可以提升自我的机会,才是对未来最好的馈赠。

(经济贸易学院21级经济学2班 王晨羽)

严于律己,才能遇见更好的自己

2022年的春天,疫情再次反扑,打乱了原本的校园生活节奏。面对疫情形势的变化,学校综合考虑后,决定开启线上教学模式。教师们组织做好线上教学各项工作,以保证线上教学顺利进行。而学生们没有了现实课堂纪律的约束与教室氛围的熏陶,又会对线上上课这个颇具挑战的挑战作出何种反应呢?

相较于传统的线下学习,线上学习自然有其优势所在。首先,线上教学突破了地域限制。老师和学生只要通过一台电脑、一部手机就可以开展教学活动,解决了因疫情防控而不能出行、聚集的问题;其次,线上学习丰富了学生的学习方式。在疫情的特殊背景下,网课的分量越来越重,可供选择的网络学习平台也越来越多,许多平台都采用直播加录课的方式,具有课程回放功能,如果在直播时间无法参与学习,学生也可以通过回放上课视频自主学习;最后,线上学习使知识的获取更加便捷,丰富的资源能够让我们发现更多不同类型的课程,学到未曾涉猎的知识,从而根据自己的兴趣爱好拓宽知识面。工程学院21级工程造价1班的林雅莹同学表示,课堂打卡的形式约束力不强。如果学生做不到严格要求自己,网课就容易陷入形式主义。对此,她把除上课之外的APP上应用锁,从源头上杜绝时间的浪费。除此之外,对不同学习软件的适应也是学生们必须去面对的问题。工程学院21级工程造价1班的鲁伟悦同学表示:一些软件设计的签到页面在初次使用时难以发现,从而容易发生未签到而导致缺勤的情况。因此提前去熟悉、适应网课平台也是线上上课必要的课前准备之一。

自封校以来,线上学习已进行了近一个月。对于本次线上课程的学习效果,外国语学院21级法语2班的刘奕宁同学表示:个人在独自进行的线上学习中往往很难获得动力。由于无法面对面地与小伙伴、老师一起学习,学习的趣味减少了。尤其是在口语课上,无法现场进行口语训练使得课堂效率大大降低。与刘奕宁同学相反,设计与创意学院20级动画1班的吕佳豪同学则认为:对于动画专业的学生而言,网上授课的形式会更加自由,宽松的活动空间给他们记录灵感带来了便利,老师授课的形式也更加多样,教学质量高的同时也带动了学习效率的提高。可以看出,线上学习的效率因人而异,但都存在课堂缺少及时性与互动性的共同问题。

既然线上上课是一种新型的教学方式,就意味着不能将线下的评判标准一味地搬到线上——我们要适应好课堂模式从“以教为主”到“以学为主”的转变。线上课堂有了更多可支配时间,可利用的时间也更加丰富,我们应意识到在这样更加灵活的教学中,自律是最重要的优秀品质,它既能提高我们的自主学习能力,也拔高我们的学习层次。在采访中我们发现,更愿意线上上课与更愿意线下上课的人数比例不相上下,但无论主观意愿如何,去适应现实的客观条件,将网课模式作为新的机遇,将自律融入网课的学习生活,无疑是我们面对网课挑战的积极学习方式。

在疫情防控常态化的当下,我们更应该积极响应国家防控号召,利用好这段时间,惜时勤学,学好线上课,不让自己的学业掉线。在这段意外时光中,我们更要静下心来,沉得住气,努力提升自己的知识水平,提高自身的自主学习能力与自我管理能力,不论以何种形式参与学习,保证个人能力在线,才是取得好成绩的关键。

寒风料峭的春天终将过去,在线上上课期间严于律己,我们才能灿烂的阳光中,遇见更好的自己。

(工程学院21级何为 法学院21级 黄楚越 外国语学院21级 陈沂蒙)

与时舒卷,做好线上线下线上的平衡

学习模式,从而提升学习效率。

纵然,线上学习有着众多优点,但也有其固有的弊端:线上课上,学生可以更直接地与授课老师进行沟通以加深自己对抽象知识点的理解,但线上学习在沟通方面却十分困难,这是因为初学者很难在网络沟通中将抽象知识点表达清楚;不仅如此,线上学习还容易滋生学生的惰性,致使他们荒废学业,而线下上课则不必担心这些,因为在线下教学中,老师对学生的监督较强且管控力度也比较大——这些都是线上学习无法做到的。

所以,做好二者的切换工作是远远不够的,若想真正意义上做好学习工作,还必须平衡好二者间的关系:取二者之精华以用,弃二者之糟粕以过。

不过,在做好上述二者前,我们应先思考这样一个问题:在适应了线上学习的生活之后,学生们已经习惯由支配学习时间,他们是

否还能够良好地适应线下课程呢?毕竟在无人监督的线上学习生活中,学生们很难保证规律的作息,大部分自制力较差的同学也很难遵循理想的学习计划,学习进度不一。因此,为了更好地进行线上学习与线下上课的切换,以最佳的状态迎接线下课程的到来,同学们应该提前调整自身作息并制定相关计划,跟上教学课程进度,以更好地适应线下课程。

由于疫情肆虐,线上学习已经成为当代学生学习的常态。甚至在有些疫情严重地区,学生们会一连好几个月进行线上学习。有人坦言,自己已经完全适应了线上学习模式,反而无法适应原有的线下课程。对此我们要正确认识线上学习与线下上课的关系:两者并不是对立的,而是相对统一的。我们甚至可以利用好两种学习方式的优点,取长补短,进而提高自身学习效率。

网课期间,我们首先要保证的是像线下课那样的规律作息。良好作息时间将有利于我们以更加饱满的精神状态去面对繁重的学习任务,从而有利于高效思考,缓解学习压力。其次,网课并不意味着

着与外界断联。相反,网络为我们提供了一个良好的与外界沟通的媒介。我们应充分利用网络便利,在各个社交、学习软件上与授课老师进行沟通,答疑解惑,提高学习效率。在线下上课期间,我们也不要忘记培养自主学习能力和时间规划能力。我们可以在课外自由时间继续沿用网课学习的方法,进行自主学习,持续且有目的地对自身学习时间进行合理规划,提高自身专注力,以便我们更好地完成学习任务。在探索到线上学习与线下上课的平衡所在之后,我们就能够更好地适应目前疫情反复的现状,在两种学习状态之中随时切换,游刃有余。

疫情终会散去,凛冬过后必有花开。网课虽因疫情而起,但绝不会因疫情的结束而衰败。我们身为新时代的青年,更应深刻认识到线上学习与线下上课的优劣所在,寻找线上学习与线下上课之间的平衡点以平衡二者间关系,结合两者优势进行高效学习,进而提高自身素质,在祖国建设中谱写更为动人的新时代青春之歌!

(法学院21级1班 刘梦冉 海峡财经学院21级 吕苗)



由于疫情,作为大学生的我们,无论是生活还是学习,都受到了极大的影响,疫情的反复导致上课方式反复切换:从线下上课转为线上学习,从线上学习转入线下上课。若想积极向上,做好二者间的切换乃是一件必要之事。

网络课程作为疫情时代下的热点需求,在科技进步的支撑下得到快速发展。线上学习有其特有的优势:与传统线下上课相比,线上学习不必将自己的时间浪费在往返教室的路上,学生只需在宿舍打开电脑即可开始学习,既方便又节约了时间;同时,在宿舍进行线上学习使得学生摆脱了线下上课的许多条条框框,可以自由布置自己的学习环境,使用各种有助于学习的设备,打造一个真正属于自己的