

本期导读

- 交流平台**
- 教学能力充电计划(第四期)：聚焦需求，联学联研，“组合拳”助力“云充电”
 - 【督导有话说】专职督导心系教学，深入一线助力教师
 - 【专家在线】心理学教授雷秀雅帮你缓解在线教学中的不适感

交流平台

教学能力充电计划(第四期)

聚焦需求，联学联研，“组合拳”助力“云充电”

疫情防控期间，全校师生克服各种困难，正平稳有序地开展线上教学，为更好地服务各位教师，教发中心在开课一周后，启动“教师在线教学需求调查”，进一步了解教师在线教学体验和实际需求。数据显示，大多数教师在“如何实现有效的师生在线互动”“如何调动学生自主学习积极性”“在线教学中如何增加课堂吸引力”“如何进行学生学情分析”等方面研修研讨的需求较为迫切。教发中心将针对以上需求，通过邀请专家直播讲座、发布教育部网络培训课程、精选推送优质校外资源、开展经验分享等方式，持续开展在线教学研修活动，支持教师在顺利开课的基础上把课开好，开出好课。

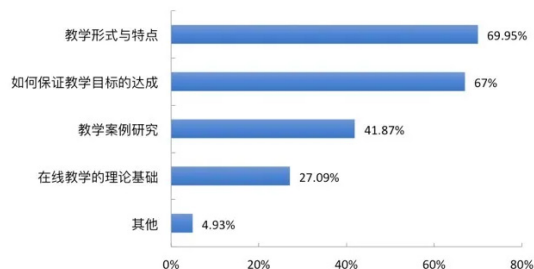
现推出“教学教学能力在线充电计划(第四期)”，发布近期研修活动，供教师们自愿选择：

- 教师在线教学需求调查情况
- 与马院联合开出2场直播讲座
- 精选推送2场校外专题讲座
- 发挥教学督导作用，建立联学联研机制
- “北林教发中心”公众号持续开展“专题推送”
- “教师在线学习中心”全线开通，提供更多选择

1

教师在线教学需求调查情况

203位开课教师填写了调查问卷。相关教学研修方面的需求反馈数据如下：



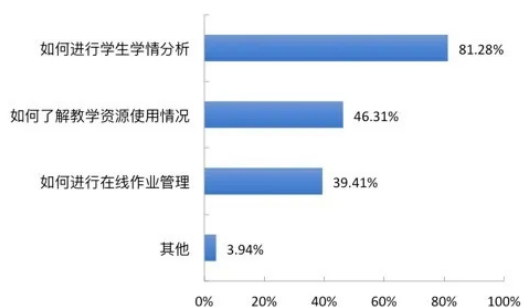
我校教师在“在线教学理念与方法”方面的需求情况



交流平台



我校教师在“在线教学技能与手段”方面的需求情况



我校教师在“在线教学的学习效果监测”方面的需求情况

2

与马院联合开出2场直播讲座

教发中心与马克思主义学院联合推出2期直播讲座，“如何实现课堂（在线）教学中与学生的有效沟通”“在线教学中课程思政的切入点”，相关内容如下：

如何实现课堂（在线）教学中与学生的有效沟通

讲座时间：

3月2日（周一）17:00

授课平台：

腾讯课堂

主要内容：

在线教学中，由于无法与学生面对面直接交流，线上沟通的有效性变得

尤为重要。授课中面对学生提出的五花八门的问题，如何做到明确、精准解答？本次培训针对有效沟通进行交流，探讨在线教学中回答学生问题的一般原则与技巧。

主讲嘉宾：

景庆虹，北京林业大学马克思主义学院教授，硕士生导师。兼任中国国际公共关系协会理事，中国公共关系协会理事，中国公共关系协会学术委员会委员及培训中心客座教授。

在线教学中课程思政的切入点

讲座时间：

待定

授课平台：

腾讯课堂

主要内容：

课堂是学校立德树人的主阵地，素质教育的主渠道，人才培养的主战场，疫情防控期间更应发挥好主渠道作用，找准切入点，将思政教育润物无声地融入到在线教学中。

主讲嘉宾：

戴秀丽，北京林业大学马克思主义学院教授，硕士生导师。现为北京林业大学思想政治教育学科负责人，北京高教学会思想道德修养与法律基础课研究会常务理事，北京市法学会旅游法研究会常务理事，北京市第十四届教学名师奖获得者。

★温馨提示



交流平台

开课前将在“北林教发中心”公众号“培训速递”专栏发布直播信息，感兴趣的教师敬请关注！

3

精选推送2场校外专题讲座

本期我们针对教师需求，试看后精选了2个专题讲座进行推送。

直播教学中的六个风险和对策
主讲人：

焦建利，华南师范大学教育技术学教授、教育信息技术学院博士研究生导师、未来教育研究中心主任。

请扫码观看讲座回放



课程、教书、育人—课程思政之建设
与实践

主讲人：

叶志明，上海大学二级教授，博导，中国高等教育学会大学教学研究分会副理事长，《力学与实践》副主编。

请扫码观看讲座回放



4

发挥教学督导作用，建立联学联研机制

学校鼓励各学院结合本院特点，借助本科教学督导力量，发挥督导教师教学经验丰富的优势，形成老中青教

师联学联研机制。疫情防控期间督导工作坚持“三个一”工作法：一个原则，即坚持以“鼓励助力，发掘经验”为目标，推广优秀经验和典型案例，为教师完善在线教学提供参考；一个机制，即发挥教学督导引导和智囊作用，尤其是充分利用兼职督导仍在承担本科课程的优势，建立老中青教师联学联研机制，与教师们共同探讨、相互鼓励；一个策略，即实行“一院一策”，与学院一同研讨订制各自特色的督导工作方案，支持教师在顺利开课的基础上把课开好，开出好课，保障教育教学质量。

5

“北林教发中心”公众号持续开展
“专题推送”

疫情期间，“北林教发中心”公众号围绕在线教学热点难点问题持续推送专题，全力为教师科学高效开展线上教育教学提供支撑，目前点击量已近万。下一步将继续利用好“我的教学笔记”“督导有话说”“教学实用技术小贴士”“培训速递”“它山之石”等栏目，持续做好在线教学培训，为教师搭建传播先进教学理念、交流教学经验、分享教学技巧的在线平台。

我的教学笔记

汇集我校教师在教学设计、方法手段、师生互动等方面好的做法及心得



交流平台

体会，让更多教师受益。

督导有话说

汇集、分享本科教学督导们对教育教学理念、教学方法、教学手段、师生互动等方面的感悟或建议、听课过程中发现的优秀教学经验和典型案例，助力教师完善教学。

教学实用技术小贴士

收集整理教学过程中教学工具使用、微课录制、多媒体课件设计等方面的简单、实用的方法和技巧，供教师参考。

培训速递

结合我校教师实际需求，精选全国高校教师网络培训中心、国家级教师教学发展中心等单位组织的网络培训课程、直播讲座等资源，试看后推送给教师，供教师自主选择。

它山之石

通过精选、摘登国内外部分专家学者的教育教学理论、理念、方法、技能等方面的见解、思路、成功经验和先进做法，供教师阅读参考，希望教师们在学习中有所启迪，有所收获。

6

“教师在线学习中心”全线开通，
提供更多选择

“全国高校教师网络培训中心”是教育部发布的疫情防控期间支持高校在线教学的课程资源平台，与我校长期合作并共建“北京林业大学教师在线学习中心”平台。疫情防控期间，为方便广大教师在校外登录进行培训

学习，经与“全国高校教师网络培训中心”沟通协商，取消了注册须使用校内IP的限制。

我校教师可根据自身教学需求，通过“北京林业大学教师在线学习中心”平台（网址：<http://onlinenew.enetedu.com/bjfu/Index/Login>），在线学习“全国高校教师网络培训中心”疫情防控期间免费开放的《战“疫”公开课》、公益直播讲座等在线培训资源。

请扫描以下二维码查阅注册、在线学习等详细操作说明。



相关研修课程推荐如下：

1. 战“疫”公开课（共52门）

由高校教学名师奖获得者、国家精品开放课程主持人等名家主讲的在线学习课程，涉及心理、教育、社会学、哲学、法学、历史等学科，涵盖专业课教学培训、教材培训、教师发展与综合素质、课堂教学方法与教学能力提升等方面内容，教师可根据需求实时在线学习，不受课程时间限制。



交流平台

2. 直播讲座

以一流本科、一流专业、一流课程（金课）建设、信息技术与教育教学深度融合等为主题，围绕教师发展与综合素质、课堂教学方法与教学能力、教师信息技术能力等内容展开。教师需按照讲座直播时间，参与在线学习。



3月直播讲座信息如下：

序号	培训课程	培训时间	主讲人
1	大学教师形象塑造与沟通礼仪	3月2日 14:00	庞海芍 (北京理工大学)
2	规范伦理学的四种形态	3月10日 14:00	龚群 (中国人民大学)
3	一流本科课程建设思考和探索	3月11日 14:00	张莉 (北京航空航天大学)
4	基于微软 PowerPoint 规范高效编制多媒体课件(上)	3月17日 14:00	裴纯礼 (北京师范大学)
5	基于微软 PowerPoint 规范高效编制多媒体课件(下)	3月18日 14:00	裴纯礼 (北京师范大学)
6	新材料研究中的科学问题	3月23日 14:00	张人佶 (清华大学)
7	科学思想与人文精神	3月24日 14:00	董川 (山西大学)
8	习总书记在全国教育大会上的讲话精神解读	3月25日 14:00	鲍善冰 (山西大学)
9	高校学生工作的新思考、新认识	3月26日 14:00	鲍善冰 (山西大学)
10	基础核心课程的研究型教学	3月30日 14:00	熊庆旭 (北京航空航天大学)
11	确立教学学术理念,优化课程教学设计	3月31日 14:00	徐宝芳 (内蒙古师范大学)

未填写问卷的教师可扫码二维码继续填写。感谢您的支持！



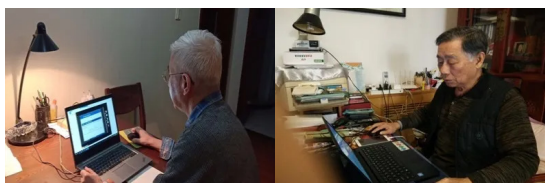
(教发中心)

交流平台

【督导有话说】专职督导心系教学，深入一线助力教师

疫情防控期间，本科教学督导老师们心系教学，疫情之下“工作不停歇”。尤其是9位专职督导先生，他们克服种种困难，熟悉各种在线教学工具，深入在线教学课堂，与学院教师联学联研，共同探讨在线教学质量提升之道。

以下是部分督导先生的工作掠影



以下是9位督导先生对在线教学的感悟、建议和发掘的典型案列，分享给大家。



在线教学感悟 -- 督导这样谈



高孟宁教授

通过网络学习知识，越来越成为现代人们的一种生活方式。今年初突如其来的疫情，使我们加快了进入这一领域的步伐。当前我们需要了解和关注网络授课的各个方面，例如授课情况、课件（板书）演示情况、师生互动情况等，听取教师们的授课感受，相信会有很多新的东西出现。



王乃康教授

近两周“线上教学”的实践过程，老师们认真负责、尽心尽力、克服困难，使得教学顺利有序进行。目前，收集、汇总、研究、促进是我们开展的主要工作，我们正在为学校线上教学更上一层楼而努力！



张文杰教授

师生不惧病毒缠，响应号召齐克顽。
电脑手机不停课，校园上下棋一盘。
精彩授课纷纷现，情感交流网络牵。
更有教改创新热，科学战疫待欢颜。

典型教学案例 --- 督导这样评



殷宁教授

在线观摩了材料科学与技术学院张求慧老师讲授的《人造板工艺学》课程，课前将PPT课件推送给学生，授课中气氛很热烈，老师讲课快慢适中，有张有弛，通过教学工具的讨论区，及时、耐心解答学生的疑惑，并将两份补充资料发到课程微信群，为学生开展扩展学习提供支撑。



卢欣石教授

在线教学使师生互动问答更加方便，交流点赞促进了师生情感。通过建立课程微信群，方便了老师与学生的课后交流，例如草业与草原学院王铁梅老师讲授的《杂草学》课程，课后在微信群建立了“每日一草”专栏，充实了课后学习范围和内容。

“督导有话说”栏目是本科教学督导和教师们交流的平台，将陆续推送教学督导在教育理念、教学方法、教学技能、师生互动等方面的感悟或建议，以及听课中发现的优秀教学经验和典型案例，助力教师完善教学。

（教发中心）



【专家在线】心理学教授雷秀雅帮你缓解在线教学中的不适感

因为疫情，老师们把线下课堂搬到了线上，在线教学已经开展了近一个月，很多老师反映，线上授课会比线下授课有更多的紧张，或者出现不同程度的不适感。作为心理学学科的教师，我个人也有相同的感受，由于现在心理学社会需求量较大，我们平时都在使用各种各样的在线教学平台上课，对这种不适感早有了解，今天我想就这方面的问题，从心理学角度跟大家探讨一下，如何来解读这种现象，同时提出一些缓解这种状态的建议，希望能对老师们有所帮助。

别紧张，产生不适感很正常。

首先，老师们感觉到线上授课比线下授课紧张，或者出现不同程度的不适感，这是非常正常的现象，而且是一个共性现象，很普遍，老师们大可不必为此紧张，随着对线上课程的熟悉，这种心理慢慢会被我们克服，不适感也会随之消逝。

咱们来看看产生不适感的原因。

那为什么会出现这种现象？分析其原因，我觉得有以下几点：

1. “回看”功能让我们更加苛刻地审视自己、反思教学

在线教学需要信息技术支持，有些平台能把老师们上课的全过程记录下来，这就为老师回看授课过程提供了可能，同时，也前所未有地让我们

对自己的教学进行深度反思。从心理学角度来看，往往这个时候老师们对于自己的表现要求都非常苛刻。

举个简单的例子，比如说著名的广播员，无论在别人看来她表现多么优秀，她也没有勇气去看主播回放，原因就是，害怕对自己的表现有那样或那样的不满，这是一个共性的表现。线上教学也会出现这样的问题。老师在回放过程中，会发现授课中一些有待完善的地方，比如某个知识点如果换一种方式讲可能会更好，某张照片如果加上注释会更完美……诸如此类，当然这也有积极作用，能促使老师进一步去改进教学，但同时会让老师从心理上产生一些不适和压力。教学情景的回放，让可能本不太熟悉自己声音的老师在听到自己讲课后感觉到莫名的奇怪，基于对自身的严格要求，老师会去重新审视自己的整个教学过程，进而出现一种不适的感觉。尤其是自我要求高的老师表现会更明显，这就导致心理紧张现象更容易出现。带着这样一种“缺憾感”去继续后面课程的话，也会加大后续上课的紧张程度。这也许就是老师们对在线教学有所畏惧的一个重要原因。

2. “口罩效应”对老师授课心理产生影响

第二点，我给它命名“口罩效应”。



交流平台

举个例子，最近因为疫情的原因，“戴口罩”成为大家谈论的热点话题。

同一个人，不戴口罩的时候，我们一目了然，不会有太多的联想，但是当他戴上口罩半遮半露的时候，你看到眼睛可能会好奇他的鼻子、他的嘴巴长什么样……戴口罩，让他产生了一种神秘感，这就对我们造成联想的激活，给了我们非常大的想象空间。

推此及彼，线上授课会让老师们的大脑有两个平行工作，一是集中精力按照知识体系授课，二是因看不见学生反应就必然会产生一些关于学生听课状态的联想，比如，学生是不是都在认真听课？这个问题他们的反应如何……这种想法其实是无意识的，不可控的，如果答案是积极的也罢，一旦是消极的，由此产生的注意力分散和心理不适等，在一定程度上就会影响整个课程的授课，最终对老师的授课心理产生一定的影响。

3. 线上线下教学沟通方式的差异带来不适

第三，在线教学中，师生沟通方式与平时有很大不同。线下授课，师生之间会通过有形和无形的方式沟通，比如老师的眼神、肢体语言等和学生的注意力之间，这种沟通方式是有回应的。线上教学则不然，往往我们对着电脑或手机讲课的时候，它是没有回应的，有时候讲的比较投入时候，老师会突然觉得自己的举动有点好笑，这也是线上教学使老师注意力分散的一个原因。

以上是我为大家概括的在线教学中老师产生不适感的几个心理影响因素。面对现在现象，我们该如何去应对呢？我认为可从以下几方面去着手。

1. 要明确，这是一个共性问题，不是老师个人的问题

针对线上教学，老师们应该从理念上给自己一个积极的心理暗示，比如，由于有相对丰富的线上教学经验，老师个人对自己要求很高，对线上授课表现不太满意，但其实在学生看来老师讲的很好。

2. 将思考轨迹向积极的方面去引导

在讲课过程中，老师们要努力把另外一个思考轨迹向积极的方面去引导，也是一个积极的暗示。比如，课上看不到学生听课情况，老师们可这样暗示自己，学生都很喜欢听，都在很认真的听，这样积极的想象对于授课教师的注意力集中和高质量完成授课都有帮助。

4. 让线上教学变得有仪式感

这也是一个不错的办法。不管学生能不能看到老师，在整个教学过程中，注意着装、妆容、坐姿等方面的表现，将线下教学的良好状态展现出来，对授课老师的积极的心理影响非常大，能够有效提升老师积极的授课情绪。相比于懒散的状态，更容易让老师集中注意力。

（教发中心）

