

后疫情时代背景下高中到大学学生适应性教育的路径研究

刘金洋¹ 廖娇²

(1. 中国民用航空飞行学院, 四川 广汉 618307; 2 四川师范大学, 四川 成都 610066)

【摘要】本文探讨了2020年全球性新冠疫情对教育体系的深远影响,特别是加剧了对中学与高校之间培养目标和方式的差异与脱节。疫情促使教育从传统线下教学转向线上教学,这一转变对学生的学习方式和习惯产生了显著影响。因此,学生在从中学进入高校时面临着适应新学习环境的挑战,尤其是那些在疫情期间整个高中时期都在网课学习的学生。文章强调了适应性教育的重要性,包括如何通过分阶段教育帮助学生适应大学生活节奏,以及如何通过综合素质培养、学习方法指导、个性化辅导、社会实践和实习活动提升学生的学术和个人成长。文章还提出了设立适应性教育指导部门和开设相关课程的建议,旨在强化学生在后疫情时代的综合素质培养、心理健康、创新精神、数字素养和个性化学习支持。

【关键词】适应性教育;综合素质培养;学习方法指导

在2020年初,全球性的新冠疫情爆发突如其来,它重创了正常的社会秩序,干扰并转变了人们的工作模式、日常生活和教育体系。学生经常会因为封控或是生病无法到校学习,传统线下教育转变为线上远程学习的新常态。持续至2024年,疫情的遗影深刻地烙印在各个领域,尤其是教育领域,其影响深远且明显。

2022、2023级的本科生们是这场全球大流行中的特别一群。他们在2020年迈入高中生活的时刻,正赶上疫情的爆发期。随后,在整个高中时期,他们不得不在疫情影响下学习,这对他们的学习方式和习惯造成了根本性的影响。据统计资料显示,许多学生在高中期间不仅一次因封控或生病而连续一周以上无法到校上课,转为在家上网课,这种线上的学习方式由于缺乏面对面的监督机制,使得部分学生在失去了线下课程的直接教师监督与校园纪律环境的情况下,学习自律性显著下降。

如今,这些学生步入了大学校园,面临着从传统教育到疫情模式再到大学自主学习过渡的挑战。他们发现自己难以迅速适应大学课堂的自由宽松学习环境,其中有的甚至无法完全接受。因此,当前的大学教育体系迫切需要引入一套适应性教育计划,这不仅能帮助新生迅速融入大学的学术环境,还能够协助他们调整学习习惯,培养自主学习能力,并有效适应大学独有的工作和生活方式。

适应性教育应当重点关注如何提供恰当的指导和资源,使学生能够克服由于疫情引起的学习习惯断层,树立自我驱动的学习态度,并最终实现在大学阶段的能力和学业成长。这不仅是对受疫情影响的一代学生的重要支持,也是对未来教育模式灵活性和应对突发公共卫生事件能力的重要改进。借此

经验,大学教育系统更需在变革中求进步,以促进学生全面而均衡的发展。

一、导致脱节的原因

(一) 培养目标的差异:

中学教育往往更加注重基础知识的传授和学生全面素质的培养,目标是为学生提供必要的学术基础和人文素养,使他们为高等教育或未来的职业生涯做好准备。高校教育则更侧重于专业知识的深入学习和研究能力的培养,旨在使学生具备在特定领域从事专业工作的能力,以及进行创新和科研的潜力。

(二) 培养方式的差异:

中学的教育模式往往比较传统,更多采用集中授课和考试评价的方式,强调知识的记忆和理解,相对缺乏对学生独立思考和创新能力的培养。

高校则更倾向于采用灵活多样的教学方法,如案例分析、项目研究、实习实践等,以促进学生的自主学习、批判性思维和问题解决能力。评价方式也更加多元,除了传统的考试外,还包括论文写作、口头报告、团队项目等。

(三) 学习氛围与自主性的差异:

在中学阶段,学生往往面临较大的升学压力,教育环境较为封闭,学习活动多由教师指导和安排,学生主动探索的空间有限。

进入高校后,学习环境变得更为开放,学生有更多机会选择感兴趣的课程和参与各种课外活动,鼓励学生发展个性化的学习路径和兴趣爱好,自主性和自我驱动的学习意识被赋予了更高的重要性。

(四) 理论与实践的脱节:

中学阶段的教育相对注重理论知识的学习,实践应用环节相对较少,这可能导致学生在进入高校

后面临将理论知识应用到实践中的挑战。

高校虽然提供了更多的实践机会，但如果学生在中学阶段缺乏实践基础，可能会在初期面临适应问题，影响其专业知识的深入学习和技能的有效培养。

二、疫情背景下加剧脱节

（一）在线教育的挑战

由于疫情导致的线下教学中断，中学和高校都转向了在线教育。然而，在线教学在资源分配、技术支持、教学方法和师生互动等方面的不足，可能导致原有教育体系中的差异和脱节问题加剧。例如，高校通常拥有更好的在线教育资源和技术支持，而中学可能在这些方面存在劣势。

（二）学习自主性的分化

疫情期间，学生需要更强的学习自主性和自我管理能力才能在线教育环境中取得良好的学习效果。高校学生因年龄和学习经验的原因，相对于中学生来说，可能更容易适应自主学习的要求。这种情况可能加剧了从中学到大学过渡阶段学生适应能力的分化。

（三）实践和实验教学的影响

疫情导致实体学校关闭，严重影响了那些需要实验室、实训基地等进行的实践和实验教学活动，尤其是对于理工科等实践性较强的专业。高校比中学更依赖实践和实验教学，这种教学模式的中断可能使得高校学生遇到更多的学习障碍，从而放大了两个教育阶段在培养方式上的差异。

（四）心理健康和社交发展的影响

长时间的居家隔离和线上学习限制了中学和高校学生的社交互动，可能对他们的心理健康和社交技能发展产生不利影响。对于即将从中学升入高校的学生来说，这种影响可能会加剧他们适应新环境的难度，进一步放大两个教育阶段在培养目标和方式上的脱节。

三、适应性教育路径研究

（一）分阶段使学生适应大学节奏

阶段一：高中阶段

了解个人兴趣和能力：通过心理测试、兴趣问卷等方式，帮助学生了解自己的个人兴趣和能力，并指导其选择适合的学习方向和课程。提供综合素质培养：开设综合素质培养课程，包括科技创新、团队合作、沟通表达等，以培养学生的综合能力和发展潜力。强化学习方法与自主学习能力：提供学习方法指导，包括时间管理、学习计划制定、笔记整理等，培养学生的自主学习能力和学术自信心。注重社会实践和实习机会：为学生提供参加社区服务、实习实践等机会，让他们了解社会，培养实践能力和社会责任感。

阶段二：大学准备阶段

提供职业规划咨询：帮助学生明确自己的职业

目标和兴趣，了解各种职业的要求和发展前景，指导学生选择专业和大学。强化学科知识与技能培养：根据学生的大学专业要求，提供相应的学科知识培训和技能培养，为顺利进入大学奠定基础。提供大学申请指导：帮助学生准备申请材料、写作个人陈述、面试准备等，提高大学申请成功率。培养创新思维与团队合作能力：鼓励学生参加科研、实践、创业等活动，锻炼创新思维和团队合作能力。

阶段三：大学阶段

提供专业指导和导师制度：为学生配备专业指导老师或导师，帮助他们解决学习和职业发展中的问题，并提供行业内的就业推荐。强化实践和实习机会：为学生提供更多的实践和实习机会，帮助他们掌握实际操作技能，并增强在职场上的竞争力。提供职业发展辅导：为学生提供职业发展规划、职业素养培训等辅导，帮助他们顺利进入职场并实现自我发展。

（二）强化综合素质培养

疫情期间，青少年面临了课堂学习和社交活动的中断，因此需要更多的关注他们的综合素质培养，包括创新思维、问题解决能力、沟通合作等方面的培养，以适应未来社会的变化和挑战。

（三）注重心理健康教育

疫情给青少年带来了诸多焦虑和压力，教育机构和政策制定者应加强心理健康教育，提供必要的心理辅导和支持，帮助青少年建立积极的心理素质，增强应对压力和困难的能力。

（四）鼓励创新精神和适应能力

疫情引发了许多社会变革和创新，教育机构和政策制定者应鼓励青少年培养创新精神和适应能力，培养他们的创造力、领导力和适应能力，以应对未来社会的发展和变革。

（五）加强在线教育和数字素养培养

疫情期间，线上教育得到了广泛应用，教育机构和政策制定者应加强对青少年的在线教育和数字素养培养，包括网络安全意识、信息获取和处理能力等方面的培养，以适应数字化时代的学习和工作需求。

（六）提供个性化学习支持

每个青少年都有不同的兴趣、能力和学习风格，教育机构和政策制定者应注重个性化学习支持，提供多样化的学习方式和资源，满足青少年多样化的学习需求，并培养他们的自主学习能力和学习动力。

总之，后疫情时代的适应性教育需要关注整体素质培养、心理健康教育、创新能力培养、数字素养和个性化学习支持等方面，帮助青少年适应未来社会的发展和变革。同时，教育机构和政策制定者应密切关注教育科技的发展，积极探索创新的教育模式和方法，为青少年提供更好的适应性教育服务。

四、实施手段：

(一) 设立专门的适应性教育指导部门或机构，负责制定和推广适应性教育方案

在后疫情时代背景下，高等教育机构中设立的专门适应性教育指导部门或机构承担了至关重要的角色。这个部门负责开发一系列的方案和措施，以协助新入学的大学生适应他们所面临的学习和生活环境的变化。适应性教育指导部门致力于设计包容性强且多样化的适应性课程，这些课程专注于提升学生必要的技能，例如时间管理、学习策略和心理调适等，旨在帮助学生从高中向更加自主的大学学习模式平滑过渡。进一步地，该部门认识到学生需求的多样性，因此提供了个性化的学习规划和辅导服务。借助于评估工具，部门可以识别学生的特定需求，并据此为每位学生定制个性化的教育路径。心理健康被视为学生适应性教育中的一个核心组成部分。适应性教育指导部门开展了一系列专业的心理健康支持项目，如心理咨询服务，以解决学生可能面临的心理压力和挑战。为了促进学生的社交融入，该部门还举办了各类社交活动和团体建设项目，强化他们的社交网络和情感支持系统。教育模式的多元化也是这个部门的工作重点。适应性教育指导部门不断优化线上教学资源，并恢复及增加线下课堂和实验室活动，以确保学生能够获得全面而深入的学习体验。此外，为了加强师生之间的互动和沟通，该部门建立了高效的沟通平台，让学生能更容易地就他们遇到的学习或生活问题寻求帮助。最后，适应性教育指导部门认识到家庭和社会对于支持学生的重要性，因此与家长和社会资源建立了密切的合作关系，以共同营造一个全方位的支持环境，满足学生学术成长及个人发展的需求。通过这些综合性的努力，适应性教育指导部门能够确保学生不仅能够顺利适应大学的新环境，更能在未来的道路上茁壮成长。

(二) 开设相应的课程和培训，提供综合素质培养和学习方法指导

为了提供综合素质培养和学习方法指导，高校可以开设一系列针对性的课程和培训项目。这些项目应围绕学生的核心需求进行设计，包括时间管理、有效学习策略、批判性思维、沟通技能等关键领域。课程内容既要包含理论讲授，也要融入实践活动，如案例分析、小组讨论、角色扮演等，以促进学生的主动参与和深入理解。同时，通过定期的工作坊或研讨会，邀请行业专家和优秀校友分享他们的经验和见解，为学生提供更多元化的学习视角和职业发展指导。此外，还应强化个性化辅导，根据学生的个人特点和需求，制定个性化的学习计划和目标，定期跟踪进展，提供反馈和调整建议，确保每位学生都能在综合素质和学习方法上得到有效提升。

(三) 提供个性化的辅导和支持，根据学生的兴趣和能力进行个别指导

高校应当开展一系列切实有效的适应性课程和培训，这些课程旨在提升学生的综合素质并指导他们掌握高效的学习方法。通过一系列由经验丰富的教师和行业专家共同设计的模块化课程，如时间管理、学术写作、研究技巧以及批判性思维等，这些课程将帮助学生适应大学学习的严谨性和自主性。同时，互动式的工作坊和小组讨论会促进学生之间的交流与合作，提高他们的沟通技能和团队协作能力。此外，个性化的辅导和反馈机制也将确保学生能够根据自己的进度和需求制定学习计划，同时获得持续的支持和指导，从而在大学环境中找到自己的定位，全面提升个人潜力。

(四) 鼓励学生参加社会实践和实习活动，锻炼实践能力和职业素养

为了培养学生的实践能力和职业素养，高校应当鼓励学生积极参与社会实践和实习活动。通过与企业和社会组织建立合作关系，学校可以为学生提供丰富的实习机会，让他们在真实的工作环境中应用所学知识，获取宝贵的行业经验。同时，高校还可组织社会实践项目，如志愿服务、社区参与、科研项目等，帮助学生在参与社会服务的同时，增强社会责任感，提升解决实际问题的能力。这些活动不仅有助于学生了解行业动态，培养职业技能，还能增进他们的人际交往和团队合作能力，为未来的职业生涯打下坚实的基础。

参考文献：

- [1] 李华，张强. 新冠疫情对我国高等教育的影响及应对策略研究. 中国高等教育，2020(4)：22-29.
- [2] 周明，刘思婷. 疫情背景下大学生心理健康现状及对策研究. 心理月刊，2021，16(3)：45-50.
- [3] 陈洁，王心源. 疫情影响下的在线教育：问题、应对与反思. 开放教育研究，2020，26(3)：44-52.
- [4] 赵新乐，刘海英. 新冠疫情下我国中小学在线教育实施现状与问题分析. 电化教育研究，2020，41(7)：97-103.
- [5] 吴庆之，孙志强. 疫情期间高校线上教育的实践与思考. 中国远程教育，2021(5)：20-27.
- [6] 韩雪，李涛. 后疫情时代高校教育适应性策略研究. 教育现代化，2022，9(45)，83-89.
- [7] 张莉，黄涛. 疫情背景下的大学生学习适应性研究. 教育学报，2021，17(1)：78-85.

作者简介：

刘金洋（1996—），男，四川成都人，研究实习员，硕士研究生，高校学生工作、体育课程思政。