

探讨食品营养与卫生微课制作

张洪

兰州现代职业学院

DOI:10.32629/jief.v2i9.1846

[摘要] 改革开放以来,我国人民物质生活水平不断提高,科学技术也在飞跃发展,经济发展的同时对人民物质生活质量提出了高要求。目前,社会及人民普遍重视身体健康的发展水平,因此对食品营养与卫生的要求不断升高。提升食品营养与卫生课程教学水平离不开现代信息技术的运用,微课就是现代信息技术的一种教学模式。本文就食品营养与卫生教学中运用微课方式教学进行分析与探讨。

[关键词] 食品营养与卫生;微课制作;探讨

中图分类号: G434 **文献标识码:** A

在食品营养与卫生教学过程中运用微课模式符合其教学特点。微课有时间较短、资源内容小、教学内容少等优势。将食品营养知识同微课结合可以突出营养内容的重点,使其内容更加具体化、形象化,利用微课可以扩展学习内容、有针对性地进行教学,因此,在高校教学中运用微课制作模式的重要意义不可忽视。

1 食品营养与卫生

食品营养与卫生学是我国目前医学的主要组成部分,它是从医学视角对人体所需营养与食品的科学探究,并与人类健康息息相关,食品营养与卫生学的研究在一定程度上帮助人类提高预防疾病能力、增强免疫力,这对推动人类身体健康水平发展具有重大意义。现阶段,我国社会在不断进步,大众也逐渐意识到通过合理安排膳食与科学摄入营养成分可以有效预防疾病,这样一来,就给食品营养与卫生学带来新的机遇与挑战。

2 运用微课制作的意义

微课简单来说是以视频形式,与某个知识点结合,将简短视频与知识内容整体结合的教学模式,是教师运用微视频这种教学工具对学生授课。利用微视频可以明确教学目标、节约时间、对学生进行针对性的预习与复习,让学生在自主学习时间更自由,在微课中还可以达到学生自主学习的目标。

学生通过微课可以通过线上线下等多种途径获取学习资料,拓宽学生的知识面、让其了解更多课本以外的知识。当今,互联网技术的高度发展,给学生提供了更多学习平台,学生能够通过这种方式增强自身的灵活性与自主性。

3 在食品营养与卫生中运用微课程的建议

在教育平台准备充足的情况下,食品营养与卫生学与微课结合的实践中,可以通过以下几种方式进行教学:

3.1 运用微视频积累素材

在进行微课制作过程中,可以指定两个教师并让其推荐出题内容,然后成立课程项目组,在组内进行内容讨论,最后确定出具有独立性和碎片式的教学内容,其主要内容中可以包含食品营养与健康、食品卫生安全等。在任务分配时,授课教师依据平时教学内容进行合理分配。课程项目组对集体教师搜集的资料进行测试和个人试讲后,将选择的内容进行微课制作。最后,根据具体教学内容,开展微课形式的实践教学。

3.2 运用微课进行课前预习

在课堂上想要教师跟学生可以有好的学习互动,那么教师在课前要准备充分,根据课堂授课内容,网上布置学习内容让学生做好预习,或者通过小组形式让学生查阅相关内容资料、搜集有关食品营养信息,

每个小组准备三个以上的主题内容。例如,在讲解蔬菜营养成分和在人体起到补充作用时,教师布置西兰花的有关的营养成分及对人体健康影响内容,在课前通过网络平台以微视频的形式

将西兰花根茎成分、维生素、微量元素等内容发送给学生,让学生对西兰花首先有所了解,方便课上和教师有效互动。

3.3 以微课的形式进行课堂教学

在食品营养与卫生课堂中,采用提问方式对微视频进行知识点的回忆与总结,并让每个小组汇报预习内容及主题讨论成果,让小组回答同学和教师的提问。在教学过程中,由于之前运用微课进行课前的充分预习,学生在课堂学习过程中能够积极主动发表言论,营造良好的课堂氛围。教师在课堂教学中不再是信息的输出者,而是学生与教师相互进行信息的传递,教师有主导者变为引导者,实现教师与学生信息交流的转变,课堂学习质量也能够得到提高

3.4 课后提升

在课堂结束后,教师让学生及时做好课后总结,让其在校内教育平台上发表课堂有关建议和课堂知识的有关总结,和同学交流学习经验。在学习过程中,学生可以利用在线学习平台同教师交流知识内容,和同学们一起解答学习过程中的疑难问题,在网络中及时与教师沟通,方便学生建立食品营养与卫生课程的知识体系。

4 结束语

综上所述,在食品营养与卫生中运用微课进行教学,不仅可以实现学生主体地位的发挥,还能帮助学生利用闲暇时间做好预习与复习。利用微课形式向学生传播营养与健康的相关知识,既能让其提高自身健康水平,还能让其通过微课模式向大众普及食品营养的科学内容。所以,在高校教学中运用微课制作模式,对提高教学质量和水平具有重大的意义。

[参考文献]

- [1]李昊昕,李博岩.微课在《营养与食品卫生专业英语》课程教学中的应用初探[J].科教导刊-电子版(上旬),2018(9).
- [2]聂小华,孟祥河,张安强,et al.大健康时代食品营养与卫生核心课程建设研究[J].发酵科技通讯,2019(2):112-114.
- [3]鞠美玲.高职烹饪专业食品营养与卫生课程教学改革研究[J].中国食品,2018(21).
- [4]李兴霞.提升高职学生就业创业质量的实践教学体系研究——以食品营养与检测专业为例[C]//2018.