

2023 年全国职业院校技能大赛教学能力比赛

大学生心理健康教育

—— 教学实施报告 ——

(12 学时)

专业大类：教育类

专业名称：心理健康教育

专业代码：570116K

课程名称：大学生心理健康教育

课程性质：公共基础课程

晋城职业技术学院

目 录

一、教学整体设计	2
(一) 结合专业特点, 重构教学内容	2
(二) 依据多元数据, 掌握多维学情	3
(三) 立足岗位学情, 确定目标、重难点	4
(四) 利用对分课堂, 构建“双主三环五步”教学策略	5
(五) 关注学生共智力, 实施多元评价	6
二、教学实施过程	6
(一) 按照“双主三环五步”有序展开教学	7
(二) 依托“岗课赛证”, 推进任务实施	9
(三) 争当“最美幼师”, 落实课程思政	10
(四) 碰撞“两个课堂”, 精准突破重难点	11
三、学生学习效果	11
(一) 乐学、善学、能学, 达成三维目标	11
(二) 乐思、善用、能行, 提升心理素质	12
四、反思改进措施	13
(一) 结合学科特点、创新专业特色	13
(二) 改进评价体系、推广教学实施	13

《大学生心理健康教育》是学前教育专业大一上学期、大二下学期的公共基础课程，共 36 学时。本课程是学院为贯彻落实《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020 年）》与《高等学校学生心理健康教育指导纲要》（教党〔2018〕41 号）而开设的集理论知识教学、学生个体咨询、团体心理辅导与健康心理宣讲为一体的必修课程。课程旨在引导学生关注心理健康、了解性格特征、积极悦纳自我、敢于接受挑战、增强职业意识、追求人生价值，结合全国高职高专教育规划、高等职业教育新形态一体化教材《高职高专学生心理健康教育（第二版）》，聚焦专业岗位需求，构建“双主三环五步”的课程教学模式。

一. 教学整体设计

通过本课程的学习，使学生在掌握心理学理论的基础上树立心理健康意识；增进心理健康途径的基础上养成良好的学习习惯；积累心理调适方法的基础上提高社会生活适应能力。结合学前教育专业课程设置情况，本课程结合《儿童心理学》，构建“岗课赛证”融通的课程体系。

（一）结合专业特点，重构教学内容

基于“夯实基础、服务专业”的定位，本课程通过设计主题单元活动统筹教材，将内容设计为基础知识、校园生活与预防危机三大模块，共十二个子模块，分别对应相关的专业应用任务，本参赛内容选自模块二。课程以“综合+螺旋”的方式组织教学内容，贴近大学生认知、情绪情感和适应的发展，重构六个子任务，共 12 学时。

围绕子任务设计具体单元活动，保证教学活动包含的社会领域在综合中不断交叉，知识实现螺旋上升。见图 1。



图1 课程整体设计

（二）依据多元数据，掌握多维学情

授课对象为学前教育专业一年级学生。基于智慧职教云平台采集数据，综合分析学情，做到人在心中。见图 2。

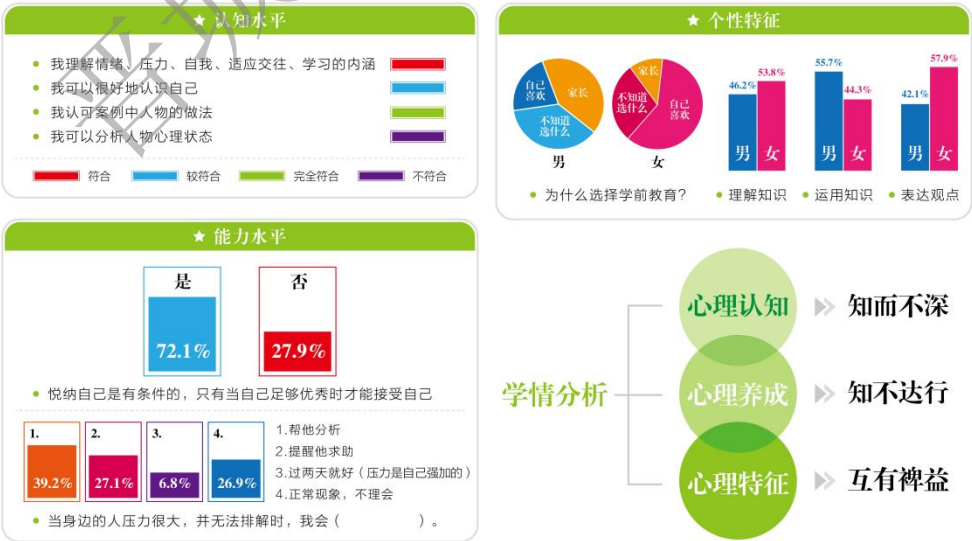


图2 学情分析

1. 认知水平：通过职教平台的课前心理测评，学生已获得有关

情绪、适应、人际交往等概念的简单认知，并可以联系已有知识经验对案例进行浅层分析，但心理学专业知识理解不够深刻，因而缺乏深度分析能力。心理认知知而不深。

2. 能力水平：学生对压力、自我意识理论有共情，也有意识寻求方法培养抗压能力、健全人格，但具体项目任务中表现出自我意识强且自我调节力弱，情感需求大于实践能力。心理养成知不达标。

3. 个性特征：学前专业存在较大的男女比例失衡问题，性别特征直接影响学习特点。先导任务分析显示，男性面对问题思维活跃、分析理性；女性形象思维、语言表达能力强。心理特征互有裨益，需精准化教学。

（三）立足岗位学情，确定目标、重难点

依据国家专业课程标准、学前教育专业人才培养方案，结合幼儿教师核心技能和素养要求，确定本课程知理论、能应用、强素养的三维教学目标，并预判教学重点为“透彻学习理论、清晰掌握方法、熟练加以应用”，结合学情，推测难点为“结合专业性别差异，引导学生有意识地运用心理学理论直面社会竞争、职业压力的挑战，用积极的人格特质辐射社会关系。并树立终身学习理念，培养工匠精神”。见图 3。



图3 教学目标及重难点

（四）利用对分课堂，构建“双主三环五步”教学策略

基于学生中心，依托双师型团队成员，以学前专业幼儿园实训活动为载体，打造理信融通、技术融合的课程资源。利用对分课堂理论，充分发挥教师主导、学生主体地位，基于第一、第二课堂的教学过程，形成课前自主探讨→课中探究内化→课后任务探研的三环教学流程，并利用“教材思路、教学思路、学习思路”三路统一的思路实施设疑激趣导入→三精两适解析→合作探究内化→模拟场景演练→反思整理评价五步教学环节。

依托学院建设的心理健康教育课程资源平台，参考实训项目与活页式文本资源，构建“理论+虚拟+实践”三位一体的教学环境，形成理论讲授奠基→虚拟场景强能→实战演练践行的三步走。在双型团队成员的参与下，为培养优质幼儿教师提供有力保障。见图 4.

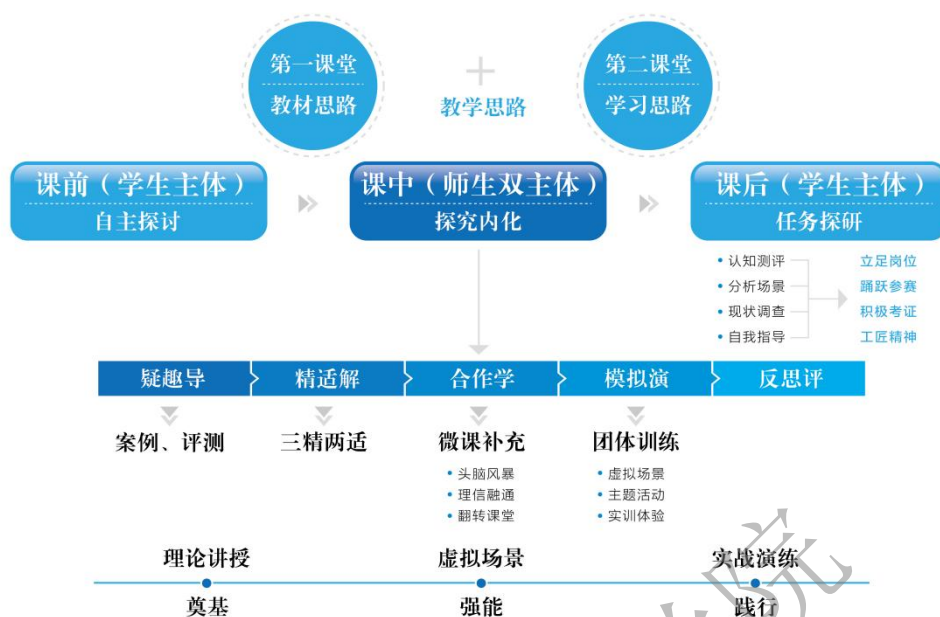


图4 教学策略

(五) 关注学生共智力，实施多元评价

课程整体运用全过程评价和结果评价，同时注意增值评价。自评认知提升，互评实践操作，师评素养理念流，通过平台数据与课堂实际表现，综合评价学生课前、课中、课后的全面发展。整体评价的同时精准进行个性化评价，保证心理认知、心理养成、心理特征有效提升，思政素养、学科核心素养融入教学情境，结合岗课赛证要求，促进学生学以致用，获得职业体验。见图 5。

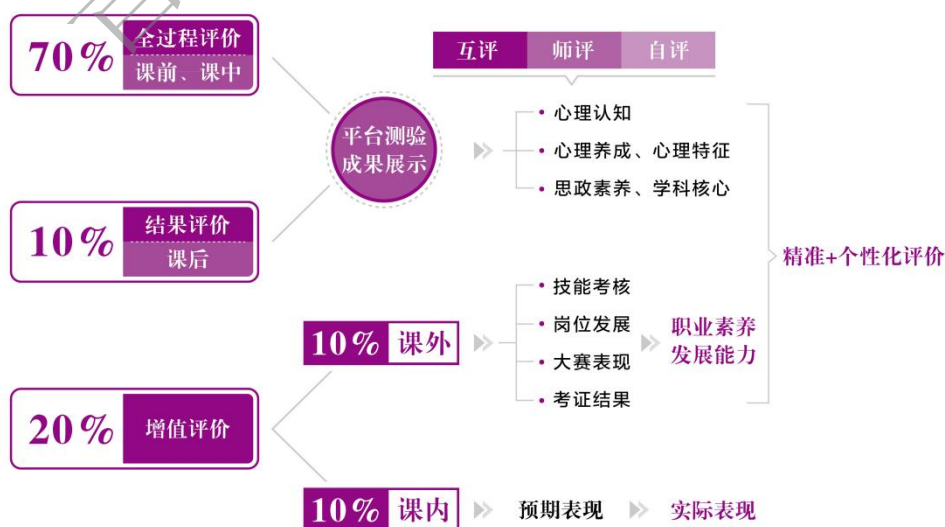


图5 多元评价

二、教学实施过程

（一）按照“双主三环五步”有序展开教学

立足学前专业发展需求，以实训为载体，结合心理学逻辑体系，以“知情绪→懂压力→明自我→能适应→会交往→善学习”为学习主线，加入基础性、职业性、时代性职业内容，体现学科知识与行业应用场景深度融合，学会理论知识、培养思政情意，三线合一铺陈教学。见图 6。



图6 教学实施过程

1. 知情绪（2学时）

课前学生在职教平台完成抑郁、焦虑自评，制作个性化“情绪温度计”，小组制作思维导图，对应专业备课钻研教材、了解学生的应用任务。第一课堂师评测评、学生互评导图，以典型案例导入，三精两适讲授情绪的功能与分类，内容精要、方法精巧、语言精练，难度适中、案例适量；第二课堂任务驱动，结合微课精准教学，学生小组探究常见情绪困扰及情绪的自我管理，并通过团体训练“情绪气球”，引导学生认识不良情绪及如何宣泄与转化、探讨性别差异对情绪的影响，体会同辈群体的辐射力，培养责任与担当。课后

结合实训完成“非理性观念”任务。

2. 懂压力（2 学时）

课前学生在平台完成压力自学并研判案例，对应专业案例分析的应用任务。课中教师设疑，突出重难点，引发学生班内辨析，以头脑风暴引导学生思考压力的来源及应对方法，内化知识体系。学生根据实训经历编排情景剧，体验挫折与压力，并思考如何在社会竞争、职业压力中保持自我、用真实自我感染他人，突破重难点。引导学生探讨性别差异在压力疏导方面的表现，鼓励互助式发展。培养学生的创新思维、实践能力。课后完成压力测评。

3. 明自我（2 学时）

课前学生在职教平台完成“气质量表”，了解气质类型。课中教师精适讲解自我的心理理论，突出重点；同时结合学前专业教育教学技能大赛规程，通过引导学生在大赛中完满表现自我并分析优秀案例突破教学难点，对应专业以赛促教的应用任务，提升学生的竞技精神；培养学生认识、发展自我的同时提升幼师真诚热情、情绪稳定的职业素养，将工匠精神贯穿教学过程；第二课堂学生小组完成“20 个我”，分析、了解并接纳自我，利用微课引发学生对 ChatGPT 与真实自我的思考。通过自评与互评，深化学生对自我意识及健康人格的理解，课后完成“三个我”虚拟场景分析。

4. 能适应（2 学时）

课前学生观看《肖申克的救赎》，赏析人物。课中由分析人物适应性导入，引发关于适应不良与应对策略的探讨，突出教学重点。

教师总结并用微课补充提升适应性的途径。第二课堂学生小组完成团体辅导“传递水杯”，对应专业课堂活动设计的应用任务，探讨如何尽快适应环境，并通过活动后的互评，分析如何进行人际适应互助，精准教学的同时突破难点。课后完成“大学生生活适应调查”。

5. 会交往（2 学时）

课前学生在职教平台完成人际交往状况表，了解自我交往类型。课中教师评价交往状况表，讲授人际交往的心理学理论，突出教学重点。第二课堂学生小组分析常见心理问题及调适对策，展示讨论成果，对应专业上课的应用任务。教师任务驱动，引导学生用理论知识分析虚拟场景，通过讨论如何结合性别差异建立和谐人际攻破难点，实现精准教学。课后学生完成“自我指导训练”，学会理性面对交往障碍。

6. 善学习（2 学时）

课前学生在职教平台自学多元智能理论，形成初步概念，通过测评反馈自学结果。课中教师引入国家教师资格考试（幼教）的具体要求引导探究常见的备考问题及如何调适。学生利用理信融通的课程资源内化理论，并小组展示研究报告，突出教学重点。组间互评，对应专业评价的应用任务。教师总结并综合评价展示成果，引导学生如何结合性别差异优化实施学习策略，突破难点。课后完成“我们为一体”。

（二）依托“岗课赛证”，推进任务实施

课前学生通过职教平台自学任务，课中教师利用微课、信息平台等资源，结合岗课赛证要求实施五步教学环节，突出重点，攻破难点，提升学生的课堂学习效果。利用翻转课堂、对分课堂，对应专业备课、上课、评价等应用任务，坚持以赛促教思路，强调课堂的双主性。课后学生自测，完成虚拟场景等拓展任务，实现巩固提升。见图7。

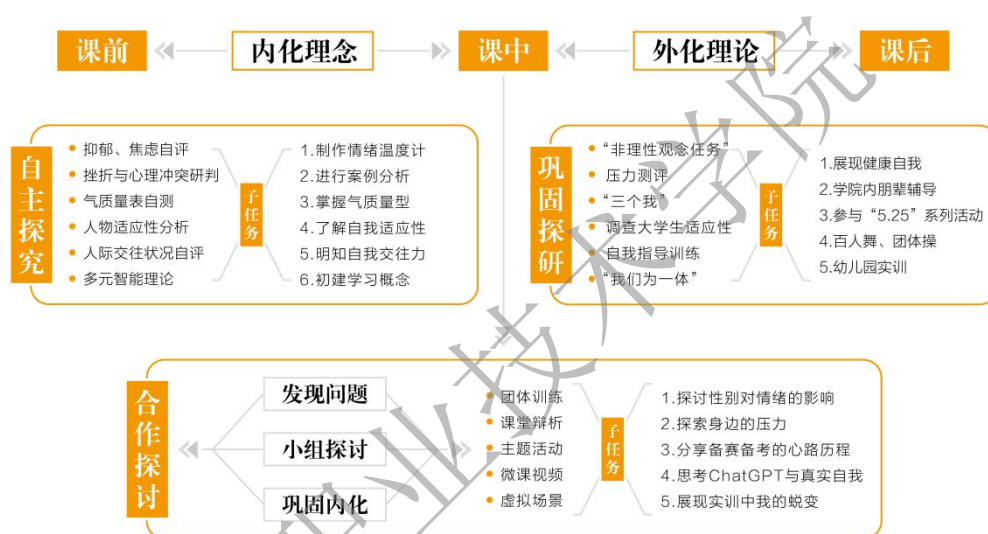


图7 任务实施

(三) 争当“最美幼师”，落实课程思政

根据专业特点及学生发展需求，将“德高为师、身正为范”的幼教职业价值观融入教学任务，将工匠精神、竞技精神、劳动精神、榜样情怀等素养的培育融入教学全环节。学生依托学习任务实现对健康自我的正确理解，用稳定情绪、真实自我、和谐交往和求真至善的心理状态面对专业需求，以“和谐的我”影响“美好的他”，实现“独具匠心、铸魂育人”的职业目标，争当“最美幼师”。见图8。



图8 课程思政

(四) 碰撞“两个课堂”，精准突破重难点

基于学情分析，整合小组探究，合理预判重点；借助理信融通、实训任务，精准定位难点。通过第一课堂三精两适的理论剖析、第二课堂学生积极参与的主题活动，引导学生深知理论、熟练应用、持久素养；利用专业性别差异特点引发两个课堂的碰撞，触发学生自主思考，从将心理理论运用到虚拟场景推演为以健康我直面挫折与竞争、对迎发展与挑战。精准攻破重难点。见图9。



图9 “两个课堂”

三、学生学习效果

（一）乐学、善学、能学，达成三维目标

评价显示，学生知识、能力、素养目标均已达成。见图 10。

乐学而知多。学生知识测评达标率 100%，心理学专业知识理解提升 46%，场景、案例深度分析能力提升 56%，由知而不深到知之甚稔。

善学而用广。学生课后测评与虚拟场景分析精准度较前期常规学习提升 51%，课后拓展中自主利用心理理论率达 98%。实训中情绪管理、压力调解、适时应务、抱诚守真的稳定状态得到幼教专家的心折首肯。由知不达行到行之有度。

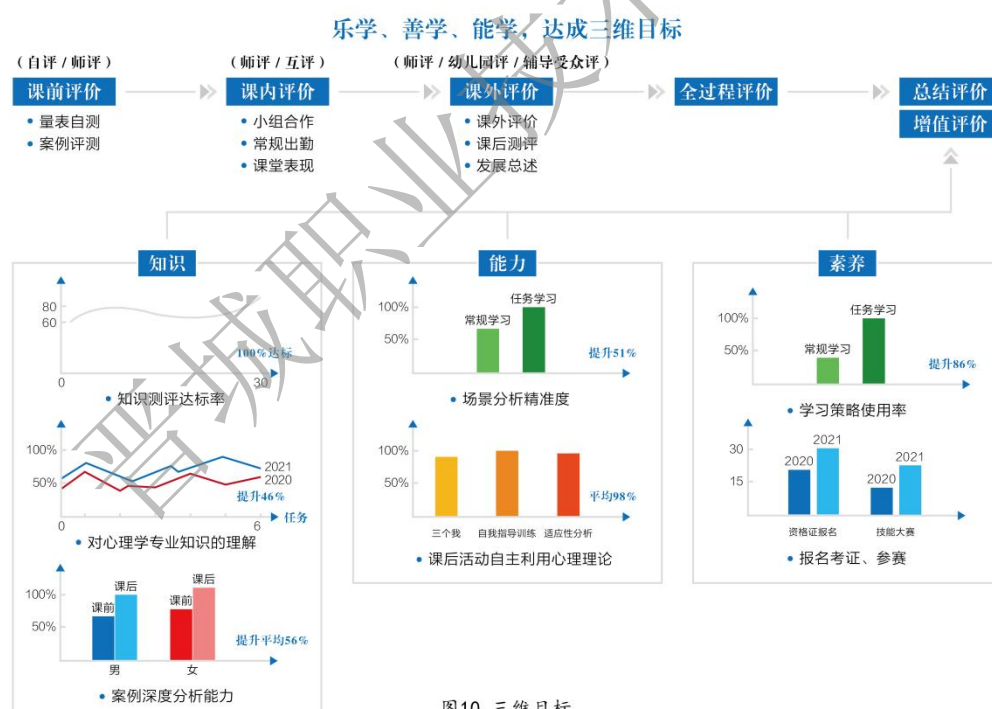


图10 三维目标

能学而行端。以“善学习”为例，经过课堂训练，学生对国家教师资格考试（幼教）中综合素质部分考点精准定位率提升 49%、做题正确率提升 62%，主动运用学习策略率达 86%，组间注意吸纳性别优势、灵活调整策略。学生积极报名参加资格证考试、技能大赛，

职业素养、竞技意识突飞猛进，以更严谨态度面对职业要求，由学到能学且能学好。

（二）乐思、善用、能行，提升心理素质

评价显示，学生心理状态得到良好改善，能主动发展更好的“我”并帮助建设更好的“他”。

师生多次参与学院范围内的朋辈辅导活动，在“5·25”心理活动月系列专题活动中有超凡表现。乐思应对自我发展、善用心理理论互助同伴、知行合一投入心理拓展，以积极人格辐射同伴、用阳光的我感染所有人。踊跃参加“百人舞”等团体活动并屡创佳绩，心理素质稳定提升。见图 11。



图11 团体活动记录

四、反思改进措施

（一）结合学科特点、创新专业特色

赋能专业知识，创新设计心理学知识结合专业情境的教学内容，践行“岗课赛证”融通路径，“双主三环五步”教学策略。从提升心理素质角度创新学前专业特色，三线合一，引导学生发展自我并拓展竞技精神及榜样情怀，利用“赛证”标准提升专业技能，培养工匠精神。

（二）改进评价体系、推广教学实施

课程基于课内学习效果，鼓励学生以赛促学、以证促学，结合诊断性、形成性与总结性评价，并建立增值评价指标。对评价的效度、指标应进行更科学的论证。同时，精准教学应更具体，对学生心理发展及状态的关注应保持全动态、差异性的原则，详实关注个体差异、促进学生学思践行全面发展。

根据职业特殊需求，基于高职学生学习能力与心理发展的规律性，应注重推广教学案例。将更适合专业发展的教学模式广泛应用于全专业教学中，并联系教学实际查缺补漏。结合学前专业教育的活动性与活动的多样性原则，将心理指导广泛应用于专业活动中，践行“师德为先、育人为本、能力为重、终身学习”的职业发展理念。

中文字符共计 4999。