

填写说明

一、填写前要仔细阅读《山西省教育厅 山西省人力资源和社会保障厅 山西省财政厅关于实施职业教育铸魂育人计划的通知》(晋教职成〔2021〕13号)。

二、填写要严肃认真、实事求是、内容翔实、文字精炼、数据真实。

三、如无特殊说明，本表各栏不够填写时，可自行加页。

四、申报书页面用 A4 纸。

一、课程基本情况

| | |
|----------|----------|
| 课程名称 | 《做情绪的主人》 |
| 主讲人 | 畅慧婷 |
| 所在单位（部门） | 教心教研室 |
| 联合负责人 | 张军翎 |
| 所在单位（部门） | 学生处 |

二、微课制作团队情况

| 课程团队主要成员（含主讲人，限 5 人之内，可个人独立申报） | | | | | | | |
|--------------------------------|-----|-------|----|-------------|------------------|------|------|
| 序号 | 姓名 | 单位 | 职称 | 手机号码 | 电子邮箱 | 承担任务 | 专业方向 |
| 1 | 畅慧婷 | 教心教研室 | 讲师 | 13203566178 | 773577635@qq.com | 主讲 | 教育学 |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | |

微课主讲人基本情况（不超过 500 字）

（微课主讲人简介、近 5 年来在承担学校教学任务、开展教学研究、获得教学奖励方面的情况）

畅慧婷，教心教研室教师，职称讲师，研究生学历，专业方向为教育学。自 2016 年进入教研室至今，主要承担公共课《大学生心理健康教育》的教学任务，2021——2022 学年春季学期开始又承担起教育系专业课《学前儿童心理学》的课程教学，另申报并主讲选修课《了解你自己》。

近五年主持院级课题 2 项，分别为《信息技术进入高职课堂的伦理审视》与《积极心理学视角下高职院校思想政治教育新思路研究——以 J 高校为例》，其中《信息技术进入高职课堂的伦理审视》获院级三等奖，参与院级课题 5 项，其中《疫情后高职学生心理重建的叙事研究》或院级三等奖。省级刊物发表论文 2 篇，《基于知识社会学的教科书“真是内容”解读》[J]. 晋城职业技术学院学报，2019（2）与《信息技术应用于高职课堂的伦理属性剖析》[J]. 晋城职业技术学院学报，2020（4）。

多次参与院级教学能力大赛，其中 2019 年参与《包装设计的视觉表现形式》获 2019-2020 学年度教学能力大赛优秀奖。

三、微课简介及特色（不超过 600 字）

微课《做情绪的主人》来自《高职高专学生心理健康教育》的第二讲，主要面对刚升入高职的一年级学生讲授。通过本节课的教学，旨在让学生进一步体会情绪对于人的社会交往、身体健康的重要作用，提供一些生活中如何调整情绪的例子，更能引起学生的共鸣。

教学环节中，我比较重视开头的课程导入，用《头脑特工队》这部电影吸引学生的兴趣。注意引导学生思考并发言，注意从 PPT 中提供的图片出发，展现知识的推导过程，使学生利用已有的心理学知识和情绪常识，了解情绪的功能，提高他们对情绪的内心感受。

教学设计主要是以“学生为主体，教师为主导”的教学理念。整个教学过程都是通过讲授引导学生在思考。老师通过讲授进行适当的指导，学生在了解情绪的功能与基本调整方式之后，会进行讨论分享，再发现一些更好的调整方式。通过交流拓展知识面。

通过讨论，培养学生的团队合作和语言表达能力，促使他们结合自身的情况进行适当的思考。通过总结发言，发扬学生合作学习的优点，进一步培养他们团结协作、严谨求实的学习精神。从而激发学生探究教学的兴趣，更能发挥学生解决问题的主动性，使每个学生都在思考中进步。

通过学生发言，教师补充，贯穿一个教学原则——以学生为主体，培养一种意识——合作交流的意识，锻炼一种能力——语言表达能力，灌输一种思想——积极乐观的心态有益身心。

四、微课中融入思想政治教育和德育元素情况（不超过 1000 字）

《大学生心理健康教育》这门公共课不同于其他的课程，课程本身就针对高职高专学生心理发展的特点及其常见的心理困扰，通过心灵引言、心灵探索、心灵实践、心灵拓展渗透心理健康教育。主要任务是提高高职高专学生的心理素质，帮助他们正确认识和处理成长、学习、情绪和职业生活中遇到的心理行为问题，促进学生身心全面和谐发展。所以从知识点来看，是与思政元素紧密相联的。

从教学设计来看，教学设计要源于课程内容，同时又要延伸到现实社会热点问题，要不断的推敲演示。设计过程不光注重引导学生思想方面的成长，也注重学生团队合作以及自身总和素质的提高，尽量做到知识传授和思政教育两手抓。

从形式来看，本次微课制作试图发挥微课作为新媒体的一种信息储存库的作用，来缓解教学内容相对狭窄的情况并助推当前强调学生综合素质的人才培养目标，在互动学习中培养学生的道德主体性，增强其人文素养和总和素质。

从课程实施来看，紧扣大德育观、大思政教学环境，围绕教学目标这个中心任务，紧贴思政课的灵魂，具体实施时提出学习主题，仔细设计每一个教学环节，使得学生学习可以始终保持手动、脑动、心动的活跃状态。

另外本次课程设计过程中，设计者认真考虑微课的本质是什么。微课虽形式新颖，但是从本质来说只是某个知识点或者教学活动的片段，是学生搜集和了解信息的渠道、答疑解惑和活跃教学过程的手段。学生关注的更多是微课声形并茂的视听效果和轻松快乐的学习氛围。所以本次微课设计充分发挥辅助教学的“新花样”，尽量做到“内容不要太多、理论不要太深、要求不要太高”的层面。

五、课程主讲人诚信承诺

本人已认真填写并检查以上材料，保证内容真实有效。

课程负责人 (签字):

年 月 日

六、系（室）意见

（所在系、室党支部应对微课课程制作个人、团队成员情况进行审查，以及对课程政治导向把关审查，确保课程正确的政治方向、价值取向；对填报内容进行审查核实，确保真实有效；是否经评审后择优申报。）

(公章)

年 月 日

