

常州市教育局文件

常教德〔2022〕3号

关于开展 2022 年常州市学校 生命教育月活动的通知

各辖市（区）教育局、经开区社会事业局，局属各学校及有关民办学校：

为深入贯彻教育部《中小学生德育工作指南》精神，认真落实《关于在全市中小学开展灾难教育的实施意见》（常教德〔2021〕30号）要求，推动全市各级各类学校深入实施应对灾难的生命教育，引导学生科学认识灾难，增强防灾减灾和转危为安的能力，经研究，决定开展 2022 年常州市学校生命教育月活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

临灾不惧，化危为安。

二、活动时间

2022 年 3—4 月。

三、参与学校

全市各级各类中小学（含中职）。

四、活动内容

各地各校要拓宽生命教育的视野，以课程建设为抓手，以活动体验为手段，充分考虑学生年龄特点与身心发展水平，把灾难教育有机融入学科教学、社会实践、家校共育等各项教育教学活动。

建议生命教育月期间开展“五个一”系列活动：一场普及灾难知识的专题讲座、一项围绕灾难主题的科创征文评比、一次应对灾难的校园安全演练、一节提升防灾减灾能力的主题班会、一趟参观灾难教育场馆的校外研学实践活动。

可从以下方面选择活动实施的内容、形式：

1. 把灾难当教材，开展单元主题教学活动；
2. 直面各类灾害，设计项目化学习；
3. 致敬防灾英雄，体悟集体主义与奉献精神；
4. 选树抗疫典型，讲好抗疫故事；
5. 防灾实战演练，提升防灾技能；
6. 开设心理课程，进行防灾心理教育；
7. 观看灾难题材的影视剧，敬畏生命；

8. 开展灾难观教育主题班会，进行灾难道德教育；
9. 组织关于灾难及防灾教育的板报评比；
10. 参观地震纪念馆等基地，组织校外研学。

五、活动项目

（一）评比表彰类

1. 灾难教育主题班会方案评选

【内容要求】（1）主题鲜明。体现“临灾不惧，化危为安”生命教育主题，致力于重塑学生生命价值观，提升学生对生命的尊重与感悟力。（2）聚焦能力。宣传和普及灾难知识，增强学生防灾意识，提高学生逃生、救援以及心理危机应激能力。（3）资源整合。立足校情，将灾难教育、学科教学、实践活动等内容或资源相整合，主题班会活动应纳入学校的日常生命教育。（4）形式多样。灵活采用情景体验、实践演练、宣讲表演等形式，方法和形式生动、多样，具有时代特点，富有创意。（5）格式规范。主题班会应包括：题目、背景、目标、准备、环节、延伸、反思。字数 3000 字以内（班会方案模版见附件 1）。（6）效果显著。主题班会方案应是在实施基础上，优化、提炼而形成，在掌握预防、应对各类灾害的知识技能，具备成熟的抗灾应对心理，培育学生健康生命精神等方面具有示范、推广价值。

【报送要求】各辖市区积极组织报送（溧阳市 15 个，金坛区 15 个，武进区 18 个，新北区 15 个，天宁区 10 个，钟楼区 10 个，经开区 7 个），局属学校每校报送 1 个。各地、各校于 4 月 30 日

前,将参评材料电子稿(电子稿文件名:学校全称+班会方案名称)、汇总表电子稿(附件1)发送至邮箱:514989216@qq.com,请同步在德育工作群在线填写汇总表,并将参评材料的纸质稿(一式三份)寄送至市教育局德育处。联系人:葛老师;联系电话:85681383。

2. 灾难教育情景剧评选

【内容要求】围绕“灾难常识教育、防灾技能教育、防灾心理教育、灾难道德教育”等方面主题,选取一个小切口,以情景剧的方式演绎。情景剧的内容要素:情境呈现、应对困境过程、提炼应对策略。将情景剧拍摄成微视频,摄录后剪辑上报。视频文件格式为MP4,文件大小要在200兆(MB)以内,时长不超过5分钟。

【报送要求】各辖市区积极组织报送(溧阳市15个,金坛区15个,武进区18个,新北区15个,天宁区10个,钟楼区10个,经开区7个),局属学校每校报送1个。各地各校于4月30日前将微视频(文件名:学校全称+微视频名称)统一拷贝在U盘里,将U盘和汇总表纸质稿(附件2)寄送至市教育局德育处,同时在德育工作群在线填写汇总表。联系人:葛老师;联系电话:85681383。

3. 灾难主题征文评选

【内容要求】科普科幻作品的阅读与创作是启迪学生生命意识,提高灾难防应意识,培养学生的创新思维的重要手段。为深

入推进灾难教育，特面向全市中小学征集灾难主题科普、科幻征文。（1）征文选材。对自然或人为灾害知识的科普介绍；对灾难防应活动的科幻创写；对灾害事件的科幻性重构等。（2）征文要求。报送的科普征文应体现科学性和思想性，科幻征文应兼具想象力与创造力。小学 1000 字左右，初中 1500 字左右，高中 2000 字左右。（3）征文评选。常州市教育局将组织专家进行评审，获奖征文将由常州市青少年科普创作俱乐部汇编、择优刊登在《翠苑》杂志。

【报送要求】各辖市区积极组织报送，科普、科幻类征文（溧阳市 20 篇，金坛区 20 篇，武进区 25 篇，新北区 20 篇，天宁区 15 篇，钟楼区 15 篇，经开区 10 篇），局属学校每校报送 2—3 篇。各地、各校于 4 月 30 日前，将征文（电子稿文件名：学校+作者+名称）、汇总表电子稿（附件 3）发送至邮箱：1219724025@qq.com。联系人：张老师；联系电话：13809076561。

4. 心理健康教育精品案例征集评选

【内容要求】为深入推进学校心理健康教育，提升我市中小学心理健康专兼职教师水平，协同构建资助帮扶新机制，特面向全市中小学征集心理健康教育精品案例。案例可介绍学校心理健康教育工作或学生心理个辅的成功经验，也可介绍学校针对家庭经济困难学生心理帮扶或心理个辅的特色做法。报送的案例需具有典型性和代表性（具体要求见附件 4），曾获国家、省、市级表彰或获奖的心理健康教育特色、典型案例不得重复报送。市教育

局将组织专家对案例进行评选，评出特等奖、一等奖、二等奖及优秀组织奖若干。评选的优秀案例将通过“空中少年官”等微信公众号进行发布宣传。

【报送要求】各辖市区积极组织报送（溧阳市 15 个，金坛区 15 个，武进区 18 个，新北区 15 个，天宁区 10 个，钟楼区 10 个，经开区 7 个），局属学校每校报送 1 个。各地、各校于 4 月 30 日前，将精选后案例（电子稿文件名：学校+作者+名称）、汇总表电子稿（附件 4）发送至邮箱：xlzx961111@163.com。联系人：刘静文老师；联系电话：86617789。

5. 心理健康教育优质课程征集评选

【内容要求】为进一步提升我市未成年人心理健康教育水平，促进学生身心健康发展，特面向全市幼儿园及中小学专兼职心理教师征集学生心理健康教育优质系列课程。（1）课程服务对象：幼儿园—高中（含中职、高职）学生。（2）课程内容及要求：符合立德树人的育人导向，围绕心理健康主题开展，以积极心理学为导向。每课时 45 分钟，一个系列不少于 3 课时。课程所涉及的学习材料、音视频资料等应符合国家相关标准，课程应为原创或知识产权无争议。报送课程具体要求（见附件 5），市教育局将组织专家进行评审，优秀课程将纳入我市心理健康教育优质课程信息库并进行推广。

【报送要求】各辖市区积极组织报送（溧阳市 15 个，金坛区 15 个，武进区 18 个，新北区 15 个，天宁区 10 个，钟楼区 10 个，

经开区 7 个),局属学校每校报送 1 个。各地、各校于 4 月 8 日前,将精选后课程(电子稿文件名:学校+作者+名称)填写申报表(附件 5)发送至邮箱:xlzx96111@163.com,并通过链接填写汇总表:<http://pip9u21vka2eq1xq.mikecrm.com/UqvJsxj>。联系人:史老师;联系电话:86636080。

(二) 实践体验类

灾难教育是学校、家庭和社会的共同责任。为加强灾难教育的针对性和实效性,市教育局统筹公安局、消防支队、自然资源和规划局、水利局、地震部门、应急管理局、气象局、卫健委、医疗急救中心、中心血站等单位资源,为全市中小學生提供适合不同学段、不同主题、不同领域教育需求的实践体验类公益活动。各中小学应充分利用各类灾难教育实训基地组织学生开展灾难教育实践体验活动,开展全方位、多角度的灾难教育,使学生在喜闻乐见的活动中潜移默化地掌握防灾避险知识和技能(实践体验类公益活动的具体内容与预约方式见附件 6)。

(三) 课程讲座类

1. 红十字应急救护公益培训课程

做好红十字青少年工作是实施素质教育、促进学生全面发展的有效途径,为充分发挥红十字工作育人作用,大力倡导“人人学急救”的良好风尚,保护青少年生命健康安全,引导学生树立正确的健康理念,形成健康的行为和生活方式,面向全市中小学提供红十字应急救护公益培训课程。

①对象：全市小学、初中校的教师、学生。

②地点：在预约学校开课。

③内容：面向教师的初级救护员培训系列课程和面向学生的应急救护知识普及课程。初级救护员培训系列课程共 8 学时，培训教师完成相应课程，将获得由红十字颁发的资格证。初级救护员培训课程包括：红十字运动与救护概论（0.5 学时）、创伤救护理论、操作练习及考核（2.5 学时）、心肺复苏理论、气道异物梗阻（0.5 学时）理论考核（0.5 学时）、心肺复苏操作练习及考核（3 学时）；应急救护知识普及课程包括：救护概念、心肺复苏+AED、触电、防溺水、火灾地震逃生知识、创伤救护四项技术示范、气道异物梗阻的处理等。

④报名方式：以学校为单位预约课程。请各校根据需求选择课程，提前 14 天填写预约表（附件 7），发送到邮箱：32805645@QQ.com，联系人：吴老师；联系电话：86800109。

2. 市医疗急救中心“急救知识培训”公益课程

①对象：全市初中、高中校。

②地点：线上、线下相结合，可以在预约学校开课。

③内容：日常急救科普

④报名方式：在市医疗急救中心公众号上，以学校为单

位进行线上预约（预约请提前 14 天）。预约步骤为：进入“常州市医疗急救中心”微信公众号，点击菜单栏“微急救”→“培训预约”→“机构培训课程”→“急救知识技能普及的培训—在

校师生” → “预约培训”填写相关信息进行报名。网络预约成功后，由急救中心根据培训需求统筹安排培训时间。

3. “真爱护航”家庭教育公益系列课程

家校沟通是家庭与学校之间信息传递与交流的过程，是家庭与学校建立各种关系的基础。全面、有效的沟通为家庭与学校合作共育奠定基础。为促进中小學生、幼兒家庭教育水平的提高，推进家校共育建设，面向全市中小學校提供家庭教育系列公益培训课程（具体课程菜单见附件8）。

①对象：全市學校的家长、學生。

②地点：在预约學校开课。

③内容：推出涵盖幼兒園至高中各學段的家庭教育系列公益课程，送课到校。

④报名方式：以學校为单位预约课程。請各校根据需求选择“真爱护航—课程菜单”的主题，提前14天填写预约表（附件7），发送到邮箱：1367355391@qq.com 联系人：杜老师；联系电话：86623038。课程结束后，填写反馈表等相关材料。

4. 青果“父母学堂”公益体验课程

家庭教育是影响孩子一生的教育。随着当前社会经济的快速发展和生活环境的多变，家庭教育也呈现出了新的特点。如何更全面深入地开展家庭教育，如何从防治性心理健康教育转向以积极心理学理念为指导的、面向青少年和家长的成长性家庭健康教育？作为家长，该如何权衡利弊，理性思考，和新教育一起成长？

青果“父母学堂”打破传统教育方式，从 DBT 技能培训到青少年脑发育及心理行为发展入手，理论与实践相结合，形成了经典课程与专题课程。

①对象：全市学校的学生、家长。

②地点：预约学校、市未成年人成长指导中心。

③内容：涉及情绪管理、习惯培养、注意力和认知能力发展、亲子沟通、人际交往、教育策略和技术、困境帮扶、家庭环境优化等内容，涵盖了孩子健康成长所需的多种要素，能帮助父母预防或解决各种可能或已经存在的教育问题。

④活动方式：团体辅导、游戏互动、角色扮演、案例分享、现场实操、家庭作业等。

⑤报名方式：以学校和家庭为单位进行预约。

⑥具体通知另发。

（四）心理咨询类

为更好地帮助中小學生理性面对困境，缓解心理压力，纾解困惑，提供心理支持服务。常州市未成年人成长指导中心提供公益心理援助热线，并开展心理健康公益一对一面询。可以在每晚 6:00—10:00 拨打 0519-96111 进行线上咨询；也可提前预约工作日晚上及周末的一对一面询。预约时间为每周三至周六（8:30—11:30，14:00—17:00），电话：0519-96111，86617789。地址：常州市钟楼区东横街 18 号青少年活动中心 1 号楼 1 楼。还将定期开展以“应对灾难，我们是强者”为主题的融媒体栏目，具体安

排可关注“空中少年官”微信公众号进行查看。请各地各校接通知后，确保传达到每一位家长和学生。

各地各校要切实提高站位，以本次生命月活动为契机，系统思考、广泛发动、认真落实、多方宣传，充分体现学校在生命教育中的主体地位，注重实施的多样性、趣味性和实效性，整合校内外资源，家校社联动实施灾难教育。各地各校参与评选表彰类活动，需组织班级、年级、校级、区级多个层面的评选，在全员广泛参与的基础上择优推荐具有引领示范作用的作品，充分挖掘各个层面评选出的优秀作品的育人价值。

附件：

1. 市生命教育月主题班会方案参考模版及评比汇总表
2. 市生命教育月灾难教育情景剧大赛汇总表
3. 市生命教育月灾难主题征文评选汇总表
4. 市学校心理健康教育精品案例征稿要求及征集汇总表
5. 市学校心理健康教育优质课程征集要求及申报表
6. 市生命教育月实践体验类公益活动汇总表
7. 市生命教育月公益课程预约表
8. 市生命教育月“真爱护航”家庭教育公益课程菜单

(此页无正文)



(此件公开发布)

常州市教育局办公室

2022年3月1日印发

附件 1

常州市生命教育月主题班会方案参考模版

主题班会题目、背景、目标、准备	
班会题目	
背景分析（从学情分析、主题解析两方面展开；主题解析侧重分析班会选题和主题间的关系）	
班会目标（从认知目标、情感目标、行为目标三方面分析，目标要具体）	
班会准备（从学生准备、教师准备等方面分析）	
班会过程	
（每个环节的过程要具体展开，有生成材料）	
环节一： 活动 1： 活动 2： 活动 3： 设计意图：	
环节二： 设计意图：	
环节三： 设计意图：	
.....	
班会后延伸活动	
班会反思	

附件 2

常州市生命教育月灾难教育情景剧大赛汇总表

[illegible]

附件 3

常州市生命教育月灾难主题征文评选汇总表

[illegible]

附件 4

常州市学校心理健康教育精品案例征稿要求

为积极推动心理健康学校建设,促进我市中小学心理健康专任教师水平提升,协同构建资助育人新机制,面向全市中小学征集心理健康教育精品案例。具体要求如下:

一、案例遴选要求

1. 全市中小学、幼儿园的心理健康教育特色、典型案例。
2. 案例可侧重学校的整体工作,也可以是学生辅导个案,包含家庭经济困难学生心理帮扶。
3. 实事求是,客观、鲜活,具有典型性、代表性,能供全市中小学校、幼儿园学习借鉴和参考。

二、行文格式要求

1. 个案报告应包含以下内容:标题、摘要、关键词、案例概述、案例分析(问题诊断与分析、对策与建议、结论)。
2. 学校整体工作经验内容包含案例概述(相关背景情况)、案例剖析(主要做法、经验或成效等)、案例启示。

总字数在 1000—2000 字左右。

常州市学校心理健康教育精品案例征集汇总表

[illegible]

附件 5

常州市学校心理健康教育优质课程征集要求

一、征集申报对象

1. 常州市大、中小学及幼儿园心理专兼职教师；
2. 常州市各辖市区未成年人成长指导中心专职工作人员；
3. 常州市各未成年人成长指导站成员；

要求具有以下至少一种资质或证明：

- (1) 心理相关学科的教师资格证书；
- (2) 心理相关领域的专业证书（如心理咨询师证书等）；
- (3) 学校心理工作三年以上从业或教学经验；
- (4) 心理学相关专业本科及本科以上学历证书。

二、课程服务对象

幼儿园—高中校（含中职、高职）学生

三、申报要求

1. 符合立德树人的育人导向，凸显社会主义核心价值观，课程围绕心理健康相关内容开展，形成系列课程，课程内容应符合受众学生学段心理健康水平。

2. 每个系列课程不少于 3 课时，每课时 45 分钟。每位老师最多可报 2 个系列课程。课程所涉及的学习材料、音视频资料等应符合国家相关标准。

3. 课程内容和形式需具有创新性，以互动体验性活动为主。课程应为原创或知识产权无争议。

常州市学校心理健康教育优质课程申报表

作者		性别		单位	
年龄		学历		专业	
联系方式		邮箱		从事心理课程教学年限	
资质证明					
课程名称			课程类别		
适用学段		总课时 (45 分钟/课时)		拟受众人数	授课方式
课程简介 (300 字内)	教学内容简介, 课程的价值意义, 学生需要哪些学习基础。				
课程目标	学生通过一学期的课程学习以后, 在知识、技能、方法、情感、态度等方面获得的提升。				
课程编排	根据课程目标, 确定教学内容, 按从易到难或按知识系统呈现分课时教学内容, 可以形成表格。				
课程实施	课程实施需要的环境、场地、资源等, 教学组织形式, 安全保障措施等。				
课程评价	如何实施学生的过程性评价, 学生学习成果展示形式。对授课教师的评价方式, 根据评价来进一步调整完善课程。				
备注					

分课时教学设计

第一课时

- 一、教学内容
- 二、教学目标
- 三、教学准备
- 四、教学过程

第二课时

- 一、教学内容
- 二、教学目标
- 三、教学准备
- 四、教学过程

.....

附件6

常州市生命教育月实践体验类公益活动汇总表

序号	区域	基地名称	详细地址	收费情况 (免费/收取耗材费)	接待人数/次	实践活动内容	适合学段(小学低年级/小学中年级/小学高年级/初中/高中/中职)	开放时间	联系人	预约电话
1	溧阳	地震科普馆	常州市溧阳市明珠大道北88号	免费	150人	以地震常识、监测仪器、震灾防御、地震应急和溧阳地震五大板块为基础,通过游览科普展馆,体受地震小屋,听取科普讲座和参观地震监测手段等形式,开展地震科普知识宣传,提高师生防震减灾意识,增强师生掌握应对地震灾害的能力。	全学段	周一至周五 09:00-17:00	狄永军	13814758198
2	金坛	花山国防园	常州市金坛区薛埠镇(近茶叶市场)	耗材收费10元/人	600人	参观红十字生命体验馆,参与实景模拟灾害逃生,学习心肺复苏、急救包扎等急救技能以及日常生活劳动等。	小学中高年级和初中、高中	周一至周日 09:00-17:00	戴老师	13915803826
3	天宁	天宁吾悦消防安全培训基地	天宁区东方西路与名山路交汇处,天宁吾悦广场一楼	免费	50人	以消防科技、知识问答、现场模拟三大主要内容为基础,通过浏览教育基地,开展消防安全知识科普性宣传,提高师生消防安全意识,掌握应急逃生避险技能。	全学段	周一至周五 10:00-17:00	朱一峰	13775621388
4	钟楼	常州公安社会动员体验中心	钟楼区邹区镇殷村职教园人民警察培训基地	免费	60人	以治安防范、打击犯罪、反恐反邪、交通安全、消防安全、廉政教育等为主题,突出知识性、趣味性、体验性和互动性,通过通俗易懂的图文、寓意深刻的标识、日常所见的标志、发人深省的视频,以及声、光、电和模拟仿真的实景感官体验等,采取“硬体验、软教育”的方式,让体验者增强自我安全防范意识。	全学段	周一至周五(如有特殊需要,周末和预约安排团体) 09:00-17:00	张文娟	13775284958

5	天宁	天宁区凤凰新城安全城市消防主题公园	天宁区中吴大道和优胜路交汇处	免费	80人	以城市消防科普系统、消防应急标识科普系统、地震知识科普区、交通知识科普区、安全生产知识科普区、消防雕塑、微型消防站等为主要展示区，室内馆还包含VR、AR等火灾逃生体验系统，普及科普知识，提升消防安全意识。	全学段	周一至周五 09:00-17:00	卢勇	19952800613
6	钟楼	常州市安全文化教育体验馆	常州市钟楼区运河路188-1号	免费	50人	面积约1000平方米，主要由七大展区组成，涵盖消防、交通、居家等主题和心肺复苏训练、火灾逃生等体验项目，利用AR和VR现代科技技术，将模拟体验、人机互动和现场讲解有机结合，形成了一个集宣传、教育、观摩、体验等功能于一体的综合性教育基地。	全学段（建议小学高年级及以上）	周一至周五 (09:00-17:00) 需提前一周预约	邹磊	15961198123
7	金坛	金坛民防教育体验馆	金坛区清风路6号	免费	150人	场馆面积3980平方米，共设有一厅四区：序厅、人民防空区、公共安全区、防灾减灾区和科普互动区，紧扣防空防灾鲜明主题，体現金坛地方特色，采用声、光、电、影视互动为现代高科技展示手段，宣传防空防灾知识和防护技能。	全学段	周二至周日（团队参观请提前2日预约）	导服台	82368918
8	新北	常州气象科普馆	常州市新北区太湖西路120号	免费	30人	常州气象科普馆充分利用场地空间，打造“气象魔方屋”为主题的科技互动型科普馆。主要涵盖了气象科学知识、气象灾害、新能源与气象、气象服务以及国内同类场馆鲜见的气象实训内容，致力于建设面向全市青少年的气象科学普及教育基地，培养青少年爱科学、爱探索的精神，着力提高全民气象科学素质和气象灾害防御能力。	全学段	周六 (09:00-11:30) 45分钟一批，需提前一周预约	夏晓征	89806558

9	天宁	青龙潭水情教育基地	常州市天宁区北塘河路2号	免费	50人	通过参观城市防洪重要节点工程、城市防洪工程馆、常州治水名人馆、屠寄塑像等，听取讲解等形式，增进对水利工程防灾减灾效益、水资源节约保护、水文化精神等常州水情的认知，提高公众护水爱水意识和水科学素养。	全学段	周一至周五 09:00-17:00	包璐华	15061120809
10	钟楼	常州市血液科普教育基地	常州市钟楼区运河路118号	免费	20人	通过参观血管漫游、血液的奥秘、百年输血史、等7个展厅，了解血液生理知识、科学献血常识、无偿献血全过程等。提供沉浸式漫游影厅及交互式血液知识学习擂台、交互式模拟血型检测、AR模拟献血等多媒体互动项目体验，播下“敬畏生命、公益善行”的种子。	全学段	周一至周五 09:00-17:00， 需提前一周预约	徐小萌	88879922

附件7

常州市生命教育月公益课程预约表

学校名称	预约课程主题	预约课程名称	参与对象 (注明年级)	参与 人数	课程开展 时间	课程开展 地点	预约人	联系方式	备注 (含期望预约的专家)

请各校根据需求选择预约的课程主题，提前14天填写预约表。“红十字应急救护公益培训课程”预约表请发送到邮箱：32805645@qq.com；“真爱护航”家庭教育公益系列课程预约表请发送到邮箱：1367355391@qq.com。

附件 8

常州市生命教育月“真爱护航”家庭教育公益课程菜单

(幼儿家长公益课程)

类别	学段	序号	主题	实施时间 建议	课时 45 分钟/ 课时	题目	受众 (学生、家长)	开展形式 (论坛+直播、活动)
个性 课程	小 班	1	入园准备	入园前	3	孩子入园，您准备好了吗？	小班家长	讲座、直播
						建立规则意识的关键期 如何说“不”	小班家长	讲座
						读懂孩子 陪伴成长	小班家长	均可
		2	入园适应：入园焦虑、 父母心理调试	开学初	3	绘本中的入园适应解读	小班家长	直播
						迈出情绪管理的第一步	小班家长	活动
						新生入园焦虑，父母先过心理关	小班家长	直播、讲座、团辅
		3	入园适应：生活习惯培育	10 月	3	育生活习惯，做自主宝宝	小班家长	均可
		4	家庭教养：优化家庭教育 环境	不限	3	陪孩子走过关键的启航期	小班家长	均可
						怎样说话孩子才爱听	小班家长	讲座
						小细节 大智慧——家庭教育是孩子真正的起跑线	小班家长	讲座
		5	父母成长：父母角色与教育能力	开学初	3	爸爸决定孩子成长的高度	小班家长	讲座
						记录孩子成长“档案袋”，提升教育力	小班家长	讲座

	中班	1	儿童的人际交往能力培育	不限	3	少儿玩伴，创生人际交往体验场	中班家长	讲座
						好习惯好人生	中班家长	直播、讲座、团辅
		2	男孩与女孩的性别教育	不限	3	认识自己从我们的“小秘密”开始	中大班家长	讲座
		3	幼儿兴趣的发现与培养	不限	3	发现兴趣，助力孩子的自信人生	中大班家长	讲座
		4	其他	不限	3	劳动运动和艺术，培养孩子核心素养	中班家长	讲座
						在活动与游戏中培养孩子学习的兴趣	中、大班家长	讲座
						健康儿童不可或缺的“心理营养”	中、大班家长	直播课
	大班	1	带孩子熟悉小学生活	不限	3	幼小衔接，让孩子更好地适应小学生活	大班家长	讲座
						孩子要幼小升小，家长该怎么准备？	大班家长	讲座
		2	培养孩子的自信心	不限	3	自信是成长的重要品质	幼儿阶段与小学低年级学段家长	讲座
		3	幼小衔接	不限	3	家长怎样帮助孩子做好幼小衔接准备	大班家长	直播、讲座
		4	其他	不限	3	科学解码，幼小衔接	直播、讲座、团辅	讲座
共性课程	全学段	1	如何让孩子更聪明	不限	3	玩出智慧	中大班幼儿及家长、教师	讲座
		2	幼儿良好情绪、情感培养	不限	3	小怪兽的情感世界	中大班幼儿及家长、教师	直播
						积极情绪	家长	活动

						家庭情商教育的智慧	家长	讲座
		3	幼儿良好性格养成	不限	3	培养独立自主的孩子	家长	讲座
						如何培养孩子好性格?	家长	讲座
						谈谈孩子的发展框架	家长	均可
		4	幼儿家庭玩具的选择与使用	不限	3	玩具总动员	家长、教师	直播
		5	家庭亲子活动的作用、内容和形式	不限	3	高质量的亲子活动, 高质量的陪伴	家长	讲座
		6	隔代教育的问题与解决	不限	3	隔代教养“小神兽” 祖辈该咋办	家长	直播、讲座、团辅
						隔代教育与亲子教育	家长	讲座
		7	其他	不限	3	赞赏是个技术活	家长	讲座
						二孩家庭的百味生活	家长	讲座
						巧用积极语言暗示, 修正孩子的坏习惯	家长	直播
特训课程	全学段	1	母亲的角色训练 (团体辅导课程)	不限	12	如何扮演好妈妈的角色	家长(妈妈)	团体辅导
		2	其他	不限	3	做会爱的父母(团辅课)	家长	活动
						告诉你父母该懂的一些心理知识	家长	讲座

(小学家长公益课程)

类别	学段	序号	主 题	实施时间 建议	课时 45 分钟/ 课时	题 目	受众 (学生、 家长)	开展形式 (论坛+直播、活动)
个性 课程	一 年 级	1	帮助孩子尽快适应小学 生活	开学前后	3	用“心”做父母—— 如何帮助一年级学生更好适应学校	家长	论坛+直播
						一年级的小欢喜	家长	论坛+直播
						一年级孩子家长，你准备好了吗？	家长	讲座
		2	新生父母训练营	开学前后	3	大手牵小手	家长	讲座
						低年级孩子学习习惯的培养	家长	讲座
						用心呵护 静待花开	家长	讲座
		3	如何成为一个好家长	不限	3	换位思考，做个与孩子一样“高度” 的家长	家长	讲座
						和孩子一起成长（低年级）	家长	讲座
						幼小衔接，你能做得更棒	家长	讲座
		4	怎样让孩子爱读书	不限	3	读了书就不会输	学生	讲座
						阅读从现在做起	家长	讲座
						父亲参与家庭阅读的思考与实践	家长（最好是 孩子的父亲）	讲座
		5	如何培养孩子的学习习 惯	不限	3	如何陪伴孩子学习	家长	讲座
						好习惯助我们更轻松	家长	讲座
						今天我们怎样做家长	家长	讲座

		6	其他	不限	3	家校教育双向融合的尝试	家长、教师	讲座、直播
						幸福老爸成就幸福儿童	家长	讲座
						少儿玩伴，创生学科综合融通体验场	家长、教师	均可
	二年级	1	让孩子拥有强健的体魄	不限	3	身心共育，培养强健体魄	家长	讲座
		2	如何让孩子学好数学（语文、英语）	不限	3	英语学习能力的进阶式养成	家长	讲座
						想说爱你也容易	学生、家长	讲座
		3	改变拖拉的孩子	开学初	3	学习那些事儿	家长、教师	讲座
						不当“懒羊羊”和“慢羊羊”	家长、教师	讲座
						向拖拉说再见	家长	讲座
		4	其他	不限	3	让孩子爱上学习	家长	讲座
						让孩子爱上阅读	家长	讲座
	三年级	1	小学生学习兴趣培养	开学初	3	顺利渡过转折期	家长	讲座
						“三陪”父母在行动	家长	讲座
		2	让孩子承担责任	不限	3	培养孩子成为有担当的人	家长	讲座
						和孩子一起成长（中年级）	家长	讲座
		3	如何让孩子学好数学（语文、英语）	不限	3	起始年级英语学习攻略	低学段家长	讲座
						学好 Phonics（自然拼读），读英语 so easy!	低学段家长	讲座
						三年级习作能力的培养	家长	讲座
		4	其他	不限	3	学会交往	家长	讲座

						三年级是道坎	家长	讲座
						让孩子学会选择	家长	讲座
	四年级	1	培养意志健全的人	期中	3	“双减”背景下，孩子们的能力提升空间在哪里？	家长	讲座
		2	培养孩子的生活能力	不限	3	在劳动中快乐成长	家长	讲座
						培养生活力，提升儿童未来生活幸福指数	家长	讲座
						劳动中学会成长	家长	讲座
		3	其他	不限	3	有效沟通，构建成长为中心的家庭文化	家长	讲座
	五年级	1	带孩子走进青春期	开学初	3	与青春期的孩子一起成长	家长	讲座、直播
						成长不烦恼	家长	讲座
						做青春期孩子的知心朋友	家长	讲座
		2	学习能力训练	期中	3	提升素养，和孩子一起成长	家长	讲座
		3	5、6 年级学生身心特点与教育要点	不限	3	读懂“神兽”叛逆，做智慧父母	五、六年级学段及初中家长	讲座
						让孩子成为她自己	家长	讲座
						智慧陪伴，携手共成长	家长	讲座
		4	其他	不限	3	做一名优秀的家长	家长	讲座
						时间管理秘籍	中高年级家长	讲座
						中小学生的学习力培养	家长	讲座

	六年级	1	高年级学生的异性交往	期中	3	男孩女孩，你们好！	中高学段学生	讲座
		2	让孩子爱学习的父母策略	开学初	3	让孩子爱上学习	家长	讲座
						和孩子一起成长（高）	家长	讲座
						为孩子的成长赋能	家长	进座
		3	电子产品成瘾的预防	下学期	3	如何对待非正式小学生网络群体？	中高学段家长	讲座
						合理管控孩子使用电子产品	家长	讲座
						家长如何应对孩子沉迷电子产品	家长	直播
		4	其他	不限	3	冲刺毕业考试——毕业班英语语法梳理复习	学生	直播
						我的孩子有点儿小叛逆	学生	讲座（直播）
						如何培养自信的孩子	家长	讲座
	共性课程	1	家庭心理环境的优化	不限	3	高质量陪伴 为孩子成长赋能	家长	讲座
						我看我家，我爱我家——家庭系统的优化建设	家长	讲座
						读懂神兽叛逆 做智慧父母	家长	讲座
						“双减”背景下，家庭教育的“减法”与“加法”	家长	讲座、直播
						优化亲子关系，营造温馨氛围	家长	讲座
		2	责任心培养	不限	3	培养孩子的责任心	家长	讲座
		3	小学生年龄特点与家庭教育要点	不限	3	每个孩子都是一个秘密	家长	讲座
						智慧陪伴，与孩子一起成长	家长	直播、讲座、团辅

4	陪着孩子去运动	不限	3	科学运动，促进亲子关系	家长	讲座
				陪着孩子去运动，去成长	家长	讲座
5	做一个心理健康的父亲 (母亲)	不限	3	你，能成为一个与学校教育成功合作的好家长！	家长	讲座
				你的高度决定孩子人生的宽度	家长	直播、讲座
				怎样做个智慧好家长？	家长	讲座
6	小学生心理问题与教育 对策	不限	3	学做智慧家长，护航孩子成长	家长	直播、讲座、团辅
				智慧陪伴，让孩子爱上学习	家长	讲座
				儿童青少年心理发展与辅导	家长	讲座
7	上初中前的心理准备	不限	3	前进吧，少年！	学生	讲座
				家庭心理环境的优化	家长	讲座
8	家庭教育中的心理技术	不限	3	读懂孩子 做智慧家长	家长	均可
				让孩子做自己人生的主角	家长	讲座
				家庭教育中的博弈	家长	直播、讲座
9	小学生的性教育	不限	3	花蕾护航 女童保护	家长	均可
				如何跟孩子谈“性”	家长	讲座
				沟通之道	家长	团辅
10	小学生的生命教育	不限	3	珍爱生命，快乐成长	学生	讲座
				让孩子爱惜生命	家长	讲座
11	家庭劳动育人	不限	3	劳动教育，从家庭开始	学生、家长	均可

12	指导孩子度过寒暑假	寒暑假前	3	少儿玩伴团，假期更精彩	学生、家长、教师	均可
13	小学生好习惯培养	不限	3	如何培养孩子的好习惯	家长	均可
				好习惯成就好未来	家长	直播、讲座、团辅
				不吼不叫，养成作业好习惯	家长	讲座
				如何培养孩子优秀习惯？	家长	讲座
				学习金字塔在家长培养学生好习惯中的运用	家长	讲座
				学会时间管理 心平气和陪作业	家长	讲座
			3	双减背景下的家庭养育（一至三年级）	家长	讲座
14	其他	不限	3	好爸爸是怎样炼成的	家长	均可
				双减：父母的责任回归（四至六年级）	家长	讲座
				谁动了我的情绪	学生	讲座
				亲子阅读：让孩子阅读最好的方式	家长	讲座
				培养专注力：性价比最高的价值投入	家长	讲座
				青春期孩子教育的特征与策略	家长	讲座
				如何与孩子有效沟通？	家长	讲座
				陪伴阅读 为美好未来奠基	家长	均可
15	双减背景下的好习惯培养系列之一	不限	3	家长怎样帮助孩子养成天天有效课外阅读的习惯	家长	讲座、直播

		16	双减背景下的好习惯培养系列之二	不限	3	家长怎样帮助孩子养成勤于反思学习的好习惯	家长	讲座、直播
		17	双减背景下的好习惯培养系列之三	不限	3	家长怎样帮助孩子养成乐于专题研究的好习惯	家长	讲座、直播
特训课程	全学段	1	学习困难与行为问题孩子的家庭教育	不限	3	习惯是这样养成的	家长	讲座
						家长帮助孩子克服学习困难与行为问题“八法”谈	家长	讲座
						“三方会谈”：让特殊学生不特殊	家长	讲座
		2	关系冲突家庭的父母训练（小班）	不限	4	巧用“黄金三步”，化解叛逆行为	家长	讲座或活动
						学会放手，做60分家长	家长	活动
						单亲妈妈/爸爸如何弥补孩子内心创伤	家长	团辅
		3	沟通技术训练（小班）	不限	4	亲子巧沟通	家长或教师	讲座
						非暴力沟通在家庭中的运用	家长	讲座、团辅
						让亲子沟通高效而简单	家长	团辅
						恰当鼓励，促进高效亲子沟通	家长	直播、讲座、团辅
		4	其他	不限	4	家庭教育中的正面管教（团辅系列）	家长	团辅
						关注孩子心灵的成长，给生命更多阳光	家长	讲座
						今天我们如何做家长	家长	讲座

(初中家长公益课程)

类别	学段	序号	主 题	实施意见 建议	课时 45 分钟/ 课时	题 目	受众(学生、 家长)	开展形式 (论坛+直播、活动)
个性 课程	七 年 级	1	帮助孩子适应初中学习 生活	开学前后	3	正向陪伴促适应 善用沟通共成长	学生和家长	讲座
						适应初中新生活	学生	讲座
						初中学习早知道	学生	讲座
						家校协同育人, 开启初中生活	家长	讲座
						走好初中第一步	学生或家长	讲座/直播
		2	好习惯的价值与培养	开学初	3	初中生良好学习习惯的培养	学生或家长	讲座
						培养良好习惯 迈好青春步伐	学生或家长	直播
						专注伴我成长	学生	活动
		3	和谐亲子关系的建设	期中	3	自我成长 做个暖亲	家长	讲座
						父母之命	学生	直播/活动
						在阅读中唤醒家长角色的自我成长 意识	家长	讲座/直播
						学生问题行为的产生、应对及干预	家长	讲座
						有效沟通 创设和谐亲子关系	家长	直播/活动
		4	初中生学习能力提升	期中后	3	“学霸”是怎样炼成的	学生	讲座
						嘀嗒嘀嗒, 时间都去哪儿啦	学生	直播/论坛

						优化学习心理状态	学生	讲座
						智慧陪读，提升高效学习力	家长或学生	均可
		5	亲子沟通步骤	不限	3	架起沟通心桥	学生	活动
						亲子沟通 注意方法	家长	直播
						唤醒好孩子——《小孩不笨 2》电影赏析	家长	讲座/直播
						如何鼓励、批评孩子	家长	讲座
						如何让孩子愿意和父母交流	家长或学生	均可
		6	逆商提升的家庭教育	不限	3	化危为机——从挫折中奋起	学生	讲座
						在行动中理顺情绪	学生或家长	讲座
		7	绿色上网指导	期中	3	如何进行习惯管理，从手机之困谈起	家长或学生	均可
						虚拟世界的真实问题	学生或家长	均可
						推开网络依赖这扇门	家长	讲座
		8	青春期的性教育	不限	3	防狼计划	学生	直播/活动
						时值豆蔻，自绽芳华	学生	直播
						青春小鹿进他心	家长	讲座
		9	其他	不限	3	展开隐形的翅膀	学生	活动
						智慧陪伴爱成长	家长	讲座/直播
						夫妻间的相处方式，藏着孩子的未来	家长	讲座

	八 年 级	1	青春期 “逆反” 问题	开学初	3	家有 “青春期” 儿女	家长	均可
						有效沟通, 走近青春期孩子	家长	讲座
						成长路上有你陪伴——《摔跤吧爸爸》电影赏析	家长	讲座直播
						让孩子 “被需要” 助力青春期	家长	家长
		2	帮助孩子做好人生规划	开学初	3	做好职业规划 享受幸福人生	学生	直播
						彩绘生命的蓝图	学生	均可
						指向未来的学习	学生	均可
		3	初中生的性教育	期中	3	做自己的护花使者	学生	直播
						陪你走进花季	女生	讲座
						成长之道	学生	团辅
		4	男生女生的性别角色与心理成长	不限	3	捍卫男孩的成长 (男生青春期教育)	男生	讲座
						女生性别角色与心理成长	女生	讲座
						拥抱青春 笑迎花季 (女生青春期讲座)	女生	讲座
		5	其他	不限	3	儿童青少年心理发展与辅导	家长	讲座
	九 年 级	1	毕业班学生的身心保健与家庭支持	开学初	3	毕业班学生生活与学习建议	家长	讲座
		2	初三学生心理调适	期中	3	拥抱自我, 活在当下	学生	直播
						孩子的困惑, 你知道吗?	家长	讲座
						阳光心态, 快乐成长	学生	讲座

						考试, 想说爱你不容易	学生	活动
		3	“应试准备”中提升学生素质	期中后	3	“预见”方能遇见 应试必杀技	学生、家长	讲座
		4	普高还是职高——选择与生涯发展	第二学期	3	我是创造奇迹的“笨”小孩	学生	讲座
						敢问路在何方	学生	讲座、直播
		5	其他	不限	3	手机, 我们的“爱恨情仇	家长	讲座
						中考前, 我们应该这样做!	学生或家长	讲座/直播
个性课程	全学段	1	家庭心理环境的优化	不限	3	家长情绪对孩子的影响及其情绪化解	家长	讲座/直播
		2	帮助孩子学会时间管理	不限	3	做时间的主人	学生或家长	讲座/活动
						莫让光阴付流水	学生	活动
						学会时间管理, 促进高效学习	学生	讲座/活动
		3	早恋问题应对	不限	3	青春期孩子的异性交往	家长	讲座/活动
						爱是一种能力	学生	讲座
		4	孩子学业不良问题应对	不限	3	作业就要按时交	学生	活动
						学习真的那么令人头疼吗	学生	直播
						让假期变“佳”期	家长	直播
		5	初中生父母的角色认知与转化	初一	3	智慧父母托起孩子的青春期	家长或学生	均可
						为孩子播撒幸福的种子	家长	直播
						父爱如山	家长	讲座/直播
		6	陪孩子走过青春期	初一	3	家长如何维护青春期孩子的心理健康	家长	讲座

						孩子，如果成功太难，我们就平凡地生活	学生	讲座
						如何教育引导青春期孩子？	家长	讲座
						家有青春期子女	家长	讲座
		7	初中生的生命教育	不限	3	生命教育	学生	讲座
						珍爱生命 自信成长	学生	均可
		8	家庭教育中的心理技术	不限	3	做一个能“说”会“听”的家长	家长	直播
						家庭教育中的心理抚养	家长	讲座
						家庭心理教育策略漫谈	家长	讲座
		9	初中生学习力训练	不限	3	关于学习那些事	学生	均可
						如何帮助孩子缓解学习压力？	家长	讲座
		10	其他	不限	3	为你点赞	学生	活动
						情绪管理技巧	家长	活动
						培养责任感，树立价值观	家长	讲座
						培养抗挫能力，塑造坚毅个性	家长	讲座
						增强自控力，合理使用电子产品	学生或家长	讲座
特训课程	全学段	1	关系冲突家庭的父母训练（小班）	不限	4	正面管教训练	家长和学生	均可
		2	亲子沟通训练（团体活动课程）	不限	4	有效沟通技巧训练	家长	活动
						怎么样说话，孩子才能听进去？	家长	均可

		3	其他	不限	4	心手相牵，亲子和谐	学生和家長	活动
						做情绪的主人——情绪疗愈	家長	均可
						你的孩子被“PUA”了吗？	家長	讲座/直播

类别	学段	序号	主 题	实施时间 安排	课时 45 分钟/ 课时	题 目	受众（学生、 家长）	开展形式 (论坛+直播、活动)
个性 课程	高一	1	帮助孩子适应高中生活	开学前后	3	遇见我的高中生活	学生	讲座
						在高中，遇见更好的自己	学生	讲座
						新学校 新起点 新精彩	学生	讲座
		2	高中生常见心理问题及 解决	开学初	3	我与心理健康的距离	学生	团辅
						我们与心理健康的距离	家长	讲座
						高中如何通关	学生	讲座、直播
		3	高中生的学业发展与成 长	期中	3	学习，这是一门科学	学生或家长	论坛+直播
						理想的学习	学生或家长	讲座
						如何引导高中孩子学业规划？	高一家长	讲座
						天天向上，我要怎么做？	学生	直播、讲座
		4	父母在高中生成长中的 角色	不限	3	成长自己，成就孩子——播种学习好习惯	家长	讲座
						叩响心扉	家长	讲座
						新生父母训练营	家长	讲座
		5	高中生学习力训练	期中	3	决定学生未来的学习力特训营	学生	团辅
						说说学习中记忆这件“小事”	学生	讲座
		6	高中生的生涯规划	不限	3	高一新生生涯唤醒	高一学生	讲座

						新高考，更要生涯规划	学生或家长	论坛+直播
						预见，方能遇见	高一学生	讨论
		7	新高考背景下的选科指导	不限	3	选科 选择	高一学生	讲座
		8	其他	不限	3	高中生学习心理问题与家庭教育策略	家长	讲座
						陪孩子走过高中三年	家长	讲座/直播
						和谐相处你我他（高中生人际交往）	高中学生	讲座
	高二	1	家长与孩子的关系建设	不限	3	发现自己的品格优势与美德	学生和家	活动
						我们一起好好说话	家长	讲座
		2	高二学生的心理、学业问题与解决	不限	3	心理聚光灯：提升课堂注意力	学生	活动
		3	优秀学生的学习和生活	不限	3	优秀是一种习惯	学生	讲座
	高三	4	其他	不限	3	知己，是否难求？	高二学生	讲座
		1	父母帮助孩子减压增力	期中	3	芳香疗愈，赋能成长	学生或家	讲座
						科学减压，为孩子高考保驾护航	家长	讲座
		2	高考生考试心理训练	期中后	3	家有高考生	高三考生家	讲座、直播、论坛
						心态调整的加减法	学生	讲座
						“表达性治疗”应用于考前减压	学生	讲座
		3	其他	不限	3	高三，你准备好了吗？	学生	互动讲座
						有效陪伴，用“心”支持	家长	讲座

共性课程	全学段	1	家庭心理环境的优化	不限	3	让家成为孩子成长的真正港湾——良好家庭心理环境的创设	家长	讲座
		2	高中生家庭亲子关系的改善	不限	3	良好的亲子关系	家长	讲座
						读懂青春期孩子 做孩子的支持者	家长	讲座
		3	孩子早恋问题应对	不限	3	如何面对“早恋”	学生或家长	直播
						玫瑰花背后的秘密——高中生爱情心理辅导	学生	讲座
		4	中学生生涯规划	高一高二	3	生涯规划之探索“独一无二”的自我	学生	讲座
						如何引导高中孩子学业规划?	家长	讲座
						家庭中的生涯教育	家长	讲座
		5	性与爱的教育	高一高二	3	谈谈情 说说爱	学生	讲座
		6	“网瘾”问题的应对	高一高二	3	怎样从虚拟世界“捞”孩子	家长	讲座
						科学上网	家长	讲座
		7	家庭教育中的情绪管理	不限	3	做高 EQ 的家长	家长	讲座
						家庭教育过程中的情绪管理	家长	直播
						谁负责给我们好心情?	家长	团辅
特训课程	全学段	1	关系冲突家庭的父母训练(小班)	不限	4	理解与沟通——现代家长教养之道	家长	讲座
		2	沟通技术训练(小班)	不限	4	跟孩子好好说话	家长	团辅
系列课程	全学段	1	成长之道	不限	3	我是谁?	学生	团辅(不超过 30 人)
					3	爱的大讨论	学生	团辅(不超过 30 人)
					3	面对生活压力	学生	团辅(不超过 30 人)
					3	预防艾滋病	学生	团辅(不超过 30 人)