

台州科技职业学院

公共基础〔2024〕5号

关于举办台州科技职业学院心理健康教育 微课大赛的通知

各二级学院：

为进一步提高我校心理健康教育教师教学能力，发挥课程育心的主阵地作用，打造更多针对性强、传播力高的心理健康教育课程，选拔优秀微课作品参加浙江省高教学会思政分会举办的首届浙江省高校心理健康教育微课大赛，根据大赛文件精神，经研究，决定举办台州科技职业学院心理健康教育微课大赛。现将有关事项通知如下：

一、组织单位

公共基础学院、学工部（学生处）

二、参赛对象

我校心理健康教育专任教师、专职心理健康教育教师、专职辅导员。

三、赛事要求

“微课”是指以视频为主要载体记录讲授者围绕某个知

识点或教学环节开展的简短、完整的教学活动。参加本次比赛的微课作品须包含完整微课视频及其文字简介。具体要求如下：

（一）选题要求

选题方向应从《首届浙江省高校心理健康教育微课大赛选题类别》（附件1）中确定，可在相应类别下细化具体内容，精心进行教学设计、课程讲授、视频制作，形成与大学生学习生活密切相关的心理健康教育微课。

（二）微课视频及配套资源要求

1. 微课视频

时长要求：5 分钟。

质量要求：（1）围绕一个知识点或技能点，问题导向鲜明。（2）知识讲解语言生动、表达清楚、重点突出，示范逻辑清晰、动作熟练、步骤明确。（3）视频图像清晰稳定、构图合理、剪辑得当、配备字幕。

视频内容：由片头视频和教学视频两部分构成。（1）片头视频须标注“首届浙江省高校心理健康教育微课大赛”字样，并注明微课名称、授课教师、学校名称等信息。（2）教学视频可通过拍摄、录屏、动画或三者结合的方式制作，不得采用课堂教学过程再现的实录方式或剪辑课堂实录方式制作。

技术要求：（1）采用 mp4 格式；（2）分辨率不低于

1028*720; (3) 视频长宽比为 16:9; (4) 单个视频不得超过 600M。

2. 微课教案（教学设计）

简要说明微课教学活动设计，应包括微课教学思路和主要内容，并在开头注明课程内容来源、适用对象等。可参照《台州科技职业学院心理健康教育微课大赛教学设计表》（附件 2）填写，并作为微课配套资源提交，文件类型为 WORD 文档。

四、比赛流程

（一）作品提交

1. 作品可由个人单独完成，也可组建团队共同完成。

2. 微课视频、配套资料包含《台州科技职业学院心理健康教育微课大赛教学设计表》（附件 2，WORD 版本）、《台州科技职业学院心理健康教育微课大赛报名表》（附件 3，PDF 学院盖章版本）。

3. 请参赛老师或团队于 2024 年 4 月 20 日前将教学设计表和参赛报名表通过浙政钉发至金玲玲老师处，文件命名为“参赛选手+作品名称”。

4. 公共基础学院和学工部（学生处）将于 4 月 22 日举行心理健康教育微课大赛，通过现场教学展示评选出一、二、三等奖，一等奖 1-2 名，二等奖 2-4 名，三等奖 4-6 名。同时，从获奖作品中择优推荐一份作品参加省级心理健康教育

五、工作要求

1. 参赛对象要高度重视，按照参赛要求，注重提升作品整体质量，提交的作品要做到齐全、统一、规范。
2. 所有作品及材料须为原创，不得抄袭或侵害他人版权，若发现作品侵犯他人著作权，或有任何不良信息内容，将取消参赛资格，并由个人承担相应后果。
3. 微课作者享有作品著作权，提交参赛作品视为已授权组织单位在有关平台进行公益展播。组织单位拥有参赛视频的使用权，保留对视频的后期技术处理权，使用方式包括用于公益展播或提供给其他相关媒体播放等。凡参赛者，即视为已同意本活动所有规定。

附件：

1. 首届浙江省高校心理健康教育微课大赛选题类别
2. 台州科技职业学院心理健康教育微课大赛教学设计表
3. 台州科技职业学院心理健康教育微课大赛报名表
4. 评分标准

公共基础学院 学工部（学生处）

2024年4月10日 学工部

附件 1:

首届浙江省高校心理健康教育微课大赛 选题类别

1. 大学生心理健康基础知识
2. 自我认识与自尊自信
3. 情绪与压力管理
4. 人际交往与沟通
5. 学习与学业发展
6. 生涯发展与职业规划
7. 精神障碍与危机管理
8. 大学生恋爱与亲密关系
9. 与大学生心理健康相关的其他内容

附件 2:

台州科技职业学院心理健康教育微课大赛 教学设计表

授课教师/学生姓名		微课名称	
选题类别			
录制工具和方法			
设计思路			

附件 3

台州科技职业学院心理健康教育微课大赛 报名表

学校名称（盖章）：			
授课教师姓名		微课名称	
选题对应类别序号			
联系电话		电子邮箱	
作品简介 (不少于 300 字)	使用的技术手段、制作软件、选题创意、教学设计方案 和课件介绍等。		

本人承诺	一、本人同意将作品授权给台州科技职业学院、浙江省高等教育学会思想政治教育分会和浙江省高校心理咨询工作联盟，在全校、全省推广应用，并同意资源入选后以数字形式进行出版。 二、作品及主要素材为本人原创，保证不存储、发布、传播以下信息： 1.反对宪法所确定的基本原则的； 2.危害国家安全，泄露国家秘密，颠覆国家政权，破坏国家统一的； 3.煽动民族仇恨、民族歧视，破坏民族团结的； 4.破坏国家宗教政策，宣扬邪教和封建迷信的； 5.散布谣言，扰乱社会秩序，破坏社会稳定的； 6.散布淫秽、色情、赌博、暴力、凶杀、恐怖或者教唆犯罪的； 7.含有法律、行政法规禁止的其他内容的； 8.有问题地图的内容。 三、本人承诺本作品上传后将对内容进行再次确认。 我在此郑重声明：所提交的作品是本人所取得的真实成果，除文中已注明引用的内容外，作品中不含任何其他个人或集体已经发表或撰写的作品成果，对本人作品的创作做出重要贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。作品遵守我国《著作权法》和《专利法》等相关法律法规，作品不以任何方式抄袭、剽窃他人学术成果，承诺申报作品真实可信，没有知识产权争议。本人完全意识到本声明的法律结果由本人承担。 作者签字： _____年_____月_____日
-------------	---

版权要求	本人承诺：参加微课征集展示，同意将作品在全校、全省推广应用。 作者签字： _____年_____月_____日
学院 推荐意见	学院名称（盖章）： _____年_____月_____日

附件 4:

评价维度	评价要点	分值
教学理念	教学理念体现“学生中心”理念，体现立德树人思想，增强自我心理保健意识和心理危机预防意识，切实提高心理素质，促进学生全面发展。	15
教学内容	选题要具体，含义明确，且具有较强的操作性； 体现时代特点和社会发展需要，具有超前性； 受众面、受益面广。	25
	内容符合学生的年龄实际和认识规律，遵循心理健康教育的原则；内容以学生成长过程中可能遇到的共同心理问题为重点，以发展性内容为主；内容符合当下的实际情况和学生的实际需要，选材贴近学生的学习和生活，针对性强，有助于学生心理健康发展；充分体现 OBE 教学理念。	
课程思政	落实立德树人根本任务，将价值塑造、知识传授和能力培养融为一体，显性教育与隐性教育相统一，使学生树立心理健康发展的自主意识，促进学生全面发展。	20
	结合心理健康教育课程特点、思维方法和价值理念，深挖课程思政元素，有机融入课程教学。	
教学过程	注重以学生为中心创新教学，体现教师主导、学生主体。	25
	教学目标科学、准确，符合大纲要求、心理健康课程特点与学生实际，体现对知识、能力、认知与思维等方面的要求。	
	利用多种手段创设形象直观的情景，使学生有身临其境之感，能极大地调动学生学习的积极性和学习热情。	
	教学过程安排合理，创新教学方法与策略，启发学生思考、注重学生体验及问题解决能力的培养。	
教学效果	微课讲授富有吸引力，学生知识、能力、认知与思维得到发展，实现教学目标的达成。	15
	形成适合心理健康教育特色、学生特点的教学模式，具有较大借鉴和推广价值。	

抄送：学工部

台州科技职业学院公共基础学院

2024 年 4 月 10 日印发