

和桥周铁学区“心情调节师”赋能课程模块组推进思路

一、学区大主题

“乡情润心·非遗育情”——和桥周铁学区情绪调节非遗课程群探索

二、课程模块组总体任务

1. **文献学习**：围绕“情绪调节”主题（细分为非遗手作中的情绪培养、传统文化中的情绪智慧等子方向），由组员共同商议创新设计文献学习形式，本学期组织2次特色研读活动，形成学习心得（含照片+摘录）用于公众号推送。

2. **课堂展示**：本学期学区小组至少开发2节展示课（1节综合实践+1节劳动），课后提供简案（含目标、过程、反思）+课堂照片3-5张。

3. **课程开发**：和桥二小、和桥实小、万石小学各开发1个与“情绪调节”相关的微课程（结合非遗、地方文化），形成完整的课程设计方案+配套资源（工具包、微视频等）。

4. **实践辐射**：由裴熠、袁梦娇负责，将本学区开发的课程成果在闸口小学、洋溪小学进行校本化实践，通过讲座或展示课等形式向校内外辐射推广。

5. **公众号宣传**：按板块分工，及时推送文献学习、教学案例、活动现场、培训心得、实践辐射、微课程展示等内容。

三、课程模块组人员安排（聚焦5所成员校）

学校	核心成员	核心职责
和桥二小	徐涛 郑钰雯	微课程开发 （和桥豆腐干）、 公众号课堂展示
和桥实小	陆知言	微课程开发 （桥文化）、 公众号培训心得
万石小学	陈婷婷 陈敏伟	微课程开发 （万石水芹）、 公众号活动现场 、 课堂展示
闸口小学	裴熠	公众号实践辐射 （自由选择闸口小学、洋溪小学校本化实践+讲座/展示，微课程主题自行设计）
洋溪小学	袁梦娇	

四、课程模块组重点工作解读

（一）文献学习

核心任务：突破传统文献学习模式，设计富有创意的文献研读活动，让理论学习“活起来”。

创新设计思路（初定）：

学习形式	设计要点	情绪调节子能力聚焦
“情绪调节文献圆桌派”	选取 1-2 篇核心文献，3-4 人围坐对话，录制 10-15 分钟视频，分享阅读碰撞与启发	抗压力、抗逆力等
跨校文献漂流瓶	每校共读一本书/一组文献，撰写“阅读漂流笔记”，在各校间传递阅读心得	乐观、情绪控制力等

产出要求：

1. 每次文献学习需包含：活动照片+核心观点摘录+组员心得+创新形式说明
2. 两次活动后提交学习材料，用于公众号“文献学习”板块推送

（二）微课程开发（结合地方特色）

学校	主题	情绪调节能力切入点	负责人	特色说明
和桥二小	和桥豆腐干（非遗）	抗压力：制作需经 19 道工序，从选豆、浸泡、磨浆到慢卤，每一步都需要耐心和坚持，面对失败不放弃 延迟满足：一夜慢卤的等待，体会“慢工出细活”的情绪智慧 乐观：成品后的喜悦分享，品味劳动成果的幸福感	郑钰雯 徐涛	和桥豆腐干始创于清同治年间，已有 130 余年历史，2007 年列入无锡市非遗，2011 年入选市级非遗名录。乾隆皇帝品尝后赞为“江南一绝”。从黄豆到成品需 40 多个小时，是培养耐心、坚持的天然载体。
和桥实小	桥文化（古桥与心桥）	情绪沟通：桥连接两岸，隐喻情绪的表达与理解 冲突解决：通过“搭建心桥”学习如何化解人际冲突 共情：了解和桥“因桥得名”的历史，感受连接与沟通的文化内涵	陆知言	和桥镇因桥得名，旧时运河穿城而过，素有“小无锡”之称。桥作为连接与沟通的象征，可与情绪调节中的“情绪表达”“理解他人”等能力深度结合。
万石小学	万石水芹（地方特产）	责任感：种植过程中的持续照料 耐心：观察等待水芹生长的过程 乐观：收获时的喜悦与感恩 抗逆力：面对种植困难的韧性	陈婷婷、陈敏伟	万石水芹种植面积达 2000 余亩，年产量超 18000 吨，已形成“水灵灵”农创 IP，开发了研学路线、文创产品等。种植过程需要持续照料和耐心等待，适合培养“坚持性”“乐观心态”等情绪调节子能力。

（三）实践辐射

核心任务：将本学区开发的“心情调节师”课程成果在闸口小学、洋溪小学进行校本化实践，并通过多种形式向外辐射推广。闸口小学、洋溪小学的微课程主题由裴熠、袁梦姣根据本校资源自主思考设计。

具体可选：

1. **微课程自主设计**：结合闸口小学、洋溪小学本地资源（如校园文化、地方特色、学生需求等），自行思考设计情绪调节主题微课程 1 个。

2. **对内辐射**：将学区开发的课程模板、教学设计、工具包等在闸口小学、洋溪小学落地实践，形成本校化的实施案例。

3. **对外辐射：讲座分享**：在学区或市级教研活动中，以“闸口小学、洋溪小学情绪调节课程的校本化实践”为主题进行经验分享

4. **展示课开放**：结合自主设计的微课程，开发 1 节情绪调节主题的展示课，邀请兄弟学校观摩

5. **成果输出**：将实践成果整理成可复制的经验材料，通过公众号“实践辐射”板块推送

（四）公众号宣传分工

板块	负责学校	具体事务	负责人
文献学习	洋溪小学	组长统筹创新文献学习活动，本学期组织 2 期特色推送	组内轮流
教学案例	和桥二小	收集本学期两次小组课堂展示简案+照片，及时推送	徐 涛
活动现场	万石小学	每次学区研训活动后撰写报道，配现场照片	陈敏伟
培训心得	和桥实小	收集各小组成员参加学习、培训的心得，本学期择优推送 2 期	陆知言
实践辐射	闸口小学	裴熠负责闸口小学校本化实践成果的整理与推送（可以是微课程、讲座、展示课、经验材料等）	裴 熠 袁梦娇
微课程展示	各校自行负责	各校微课程完成后，自行撰写简介+框架图，提交给陈婷婷统一安排推送	各学校负责人

三、课程模块组活动核心策略

1. “一人一专长，五校成体系”

5 所学校，但每校聚焦一个独特切入点（初定）：

和桥二小：非遗制作中的“耐心与坚持”

和桥实小：桥文化中的“沟通与连接”

万石小学：水芹种植中的“抗逆力与责任”

闸口小学：由裴熠自主探索特色路径

洋溪小学：由袁梦娇自主探索特色路径

2. 跨校有联动，资源共能享

建立学区课程资源库，各校开发的工具包、教案、微课视频及时共享，形成“小而精、深而实”的研究共同体。

四、月重点工作时间轴

时间	事项	责任人
3月6日	线上启动会，解读任务，明确分工	徐涛主持，全体参与
3月10日前	和桥二小、和桥实小、万石小学完成课程初步设想	各负责人
3月13日	劳动课展示（万石小学 陈敏伟） 徐涛、陈婷婷代表学区向中心组汇报	陈敏伟 徐涛、陈婷婷
3月15日前	袁梦娇提交文献学习创新方案	袁梦娇
3月20日前	裴熠提交闸口小学校本化实践方案（含微课程设想等）	裴熠
3月20日前	和桥二小、和桥实小、万石小学完成课程框架搭建	各校负责人
3月20日前	第1期创新文献学习活动及成果提交	袁梦娇
3月下旬	综合课展示（和桥二小 徐涛）	徐涛
3月下旬	第1期学习心得公众号推送	陆知言
4月中旬	第2期创新文献学习活动及成果提交	袁梦娇
4月下旬	和桥二小、和桥实小、万石小学准备课程展示汇报	各校负责人
5月中旬	第2期学习心得公众号推送	陆知言

让我们一起努力，打造有温度、有深度、有特色的“心情调节师”课程样板！