

湛江市教育局

关于公布 2025 年湛江市中小学心理健康教育 微课征集评选结果的通知

各县（市、区）教育局，市直属各普通中小学校：

根据《关于开展 2025 年湛江市中小学心理健康教育微课征集评选活动的通知》要求，市教育局开展了中小学心理健康教育活动微课和家庭教育指导微课 2 类优秀作品征集评选活动。

经各县（市、区）教育局、各市直属学校遴选推荐，收到各单位报送的微课共计 115 篇。经专家评审，评选出获奖作品一等奖 11 篇、二等奖 18 篇、三等奖 31 篇，现将获奖结果予以公布（见附件）。

希望各获奖单位珍惜荣誉，再接再厉；各地各学校大力支持和鼓励教师深入钻研教育教学，进一步推进学校心理健康教育发展。

附件：2025 年湛江市中小学心理健康教育微课征集评选活动获奖名单



2026 年 5 月 20 日

（联系人及联系方式：杨贤娣，0759-3130056）

2025年湛江市中小学心理健康教育微课征集评选活动获奖名单

一、心理健康教育活动微课

1. 高中组

序号	授课教师	单位	作品题目	备课团队	奖项
1	黄广龙	湛江市霞山区滨海学校	迷林网事：找回现实自己	黄广龙、郭晓春、陈子君、黄诗惠	一等奖
2	高丽文	湛江市第二中学	优势智能助我行	高丽文	一等奖
3	王妙娥	湛江第一中学	M国探险记——基于MBTI的自我认知探索	王妙娥、卓海珠	二等奖
4	陈燕	湛江市寸金培才学校	我的人际“门户”我做主	陈媛、梁仙永、余汶蔚、吴柯瑶	二等奖
5	李思慧	徐闻县第一中学	破蛐蛐困境攻略	李思慧	二等奖
6	邱倩文	湛江市爱周高级中学	立足自我认识 破解习惯难题	邱倩文	三等奖
7	彭镓	湛江市坡头区爱周中学	寻我之旅：解锁成长密码	杨贤娣、陈天彩、黄妃、杨海林	三等奖
8	招文艳	遂溪县第三中学	当“背后蛐蛐”响起时	招文艳、蒙朝霞、梁增师	三等奖
9	梁艳	吴川市第三中学	如何心平气和地对着丝瓜汤说“No”——非暴力沟通之“不”的艺术	梁艳、林丹萍、龙宇基、曾金萍	三等奖
10	温远远	徐闻县徐闻中学	用成长型思维解锁同伴交往	温远远	三等奖

2. 初中组

序号	授课教师	单位	作品题目	备课团队	奖项
1	陈子君	湛江市第二十九中学	当李白遇上“键盘侠”	陈子君、郭晓春、黄诗惠、黄广龙	一等奖
2	刘倩倩	湛江南海学校	守护我的人际边界	刘倩倩、杨贤娣	一等奖
3	黎彩文	雷州市第八中学	扬帆叙事海：发现更好的自己	黎彩文	二等奖
4	宁金玲	湛江第一中学	遇见合拍的你	宁金玲、陈尚梅	二等奖
5	陈晓怡	湛江市博雅学校	合理归因，赋能成长——探寻我的“归因能量球”	陈晓怡、李媛琦、孟晨曦	二等奖
6	何文豪	湛江市寸金培才学校	启动我的“学习引擎”——向AI智囊借力	陈媛、余汶蔚、吴启燕、吴柯瑶	三等奖
7	麦娇霞	广东省遂溪县第一中学	OH卡照见冲突，“I”式沟通破局	麦娇霞、袁中娟、吴明先	三等奖
8	宁惠玲	吴川市第一中学	共撑信任不倒翁——初中生人际交往心理辅导课	宁惠玲、招晓霞、陈宇红、李华连	三等奖
9	郑琼	廉江市廉江中学	“对不起”之后如何迎来“没关系”？	唐鹏、杨晓霞、钟凤玲	三等奖
10	林思怡	湛江市第二十四中学	发动我的“学习永动机”	林思怡、郭晓春、黄美玲	三等奖
11	邓艳艳	湛江市港城中学	迷宫寻钥：我的短焦指南针	邓艳艳、陈嘉、林敏婷、冯文宇	三等奖

3.小学组

序号	授课教师	单位	作品题目	备课团队	奖项
1	黄诗惠	湛江市第二十五小学	谁动了我的大脑——网络标签大作战	郭晓春、陈子君、黄广龙、黄诗惠	一等奖
2	王睿	湛江市第三十四小学	“表情包”奇遇记	郭晓春、陈子君、唐小璐、王睿	一等奖
3	叶翠玲	湛江市第十六小学	万“事”有我	叶翠玲、陈慧萌、吴桐	二等奖
4	郑婉瑜	湛江市坡头区官渡镇中心小学	星光伙伴·共享友谊的星空	郑婉瑜、陈表香、揭考玲、梁谦平	二等奖
5	王莉	湛江市坡头区第一小学	哈瓦尔的“绿皮毛”魔法——发现我的特别之处	王莉	二等奖
6	欧胤江	湛江经济技术开发区第二小学	点亮学习兴趣星	欧胤江、谢琳琳	三等奖
7	肖晓琪	湛江市第八小学	信自己，不惧质疑	肖晓琪、钟宇莹、范玮、郑海林	三等奖
8	胡彩媚	雷州市附城镇中心小学	自我认识——独一无二的我	胡彩媚	三等奖
9	杨颖雅	湛江经济技术开发区觉民小学	我的智能宝藏岛——发现独一无二的自己	杨颖雅、王伟娜、何靖、冯小健	三等奖
10	陈子君	湛江市第十小学	拯救“疯了”的作业本	郭晓春、黄诗惠、王睿、陈子君	三等奖
11	孙晓婷	湛江市寸金培才学校	合作星球之旅	陈媛、余汶蔚、何文豪、吴启燕	三等奖

二、家庭教育指导微课

序号	授课教师	单位	作品题目	备课团队	奖项
1	董文英	麻章区第二中学	从“催着学”到“主动学”：3步唤醒学习内驱力	吴杰、陈秋梅、林国正、李雅丽	一等奖
2	陈南	湛江市霞山区银帆学校	不完美的小太阳：提升中学生“成长型思维”的策略	陈南、黄美玲、钟丽芬、王晓焕	一等奖
3	柯志慧	雷州市第八中学	解码家庭情绪“晴雨表”——从应对到共建	柯志慧	一等奖
4	谭亮玲	吴川市梅菪街道向阳小学	当孩子说“不想学”：从厌学泥潭到主动学习的三大转向	谭亮玲、陈凌玉、龙冠卫、林铮	一等奖
5	韩诗萍	湛江市坡头区官渡镇中心小学	告别情绪对抗，营造家庭“星光能量场”	韩诗萍、揭考玲、黄桂兰、肖烨	一等奖
6	郑栗祺	湛江市赤坎区金沙湾学校	这样说，孩子才会听——与初中生沟通的“期望表达术”	郑栗祺	二等奖
7	赵端午	雷州市第八中学	孩子，你可以“不听话”——如何通过平等沟通构建良好亲子关系	赵端午	二等奖
8	李天琴	廉江市第二十五小学	从“对抗”到“对话”：搭建亲子沟通的彩虹桥	庞金燕、李太特、方秋	二等奖

序号	授课教师	单位	作品题目	备课团队	奖项
9	郭晓春	湛江市第二十五小学	儿童专注力家庭训练营	郭晓春、杨贤娣、黄美玲、黄诗惠	二等奖
10	温远远	徐闻县徐闻中学	当分数遇上成长——构建支持性的考后沟通	温远远	二等奖
11	彭镔	湛江市坡头区爱周中学	心力量：解锁高中陪考密码	彭镔、邹春风、杨武、房浩云	二等奖
12	杨诗媛	遂溪县港门镇中心小学	不催不吼,让孩子变身“学习小超人”	谭春艳、江日慧	二等奖
13	戴秀清	湛江市坡头区爱周中学	家长赋能：让目标有意义，让孩子有动力	庞锦霞、钟益红、陈巧荣、陈伟强	二等奖
14	刘倩倩	湛江南海学校	从“我不行”到“我试试”——用成长型思维点亮孩子的积极自我	刘倩倩	二等奖
15	招晓霞	吴川市教师发展中心	换一种方式·赋能孩子社交力	招晓霞、宁惠玲、李华连、陈宇红	三等奖
16	蔡楚茵	遂溪县大成中学	接住孩子的情绪——告别无效沟通的亲子对话指南	蔡楚茵、黄志芳、庞美琼	三等奖
17	陈天彩	湛江市坡头区爱周中学	爱你在心口难开	陈天彩、杨贤娣、邹凯源、钟辉	三等奖
18	蔡文念	湛江市港城中学	正向自我认知的建立——以“考试失利后的自我否定”为例	王海波、马云儿、李展翅	三等奖
19	陈莹	吴川市振文镇梁屋小学	从“贴标签”到“建灯塔”——与学校携手，解锁孩子的内在力量	陈莹、黄秋平、肖艳、黎悦薇	三等奖
20	何庆婵	廉江市青平中学	解码青春期情绪风暴——从“灭火”到“共建”情绪港湾	何庆婵、曹青	三等奖
21	梁东华	吴川市第四中学	从“催他学”到“他想学”——激发孩子学习投入感的家庭心法	梁东华、李坚、岳晓斌	三等奖
22	苏碧玉	湛江市第十二小学	点燃心动力，越学越给力——小学家长必学的自主学习培养课	苏碧玉、黄思红、谭海洲、刘春风	三等奖
23	陈尚梅	湛江第一中学	“四维驱动”赋能家长——建立孩子“安全-自主-胜任-联结”的学习动力循环	陈尚梅	三等奖
24	刘付翠玉	湛江市第九中学	规划为舟，应变作帆：培养孩子的秩序感与抗挫力	刘付翠玉、杨贤娣	三等奖
25	黄飞云	湛江市港城中学	从“游戏世界”回归“现实赛道”——帮高中生找到学习的意义感	郭剑锋、何玉霞、林茂兰	三等奖
26	钟小秀	湛江农垦实验中学	从“我不行”到“我能行”——用“英雄视角”助力孩子建构积极自我	钟小秀、潘定国	三等奖
27	袁中娟	广东省遂溪县第一中学	点亮孩子心中的光——如何培养“我能行”的积极自我	袁中娟、麦娇霞、吴明先、杨贤娣	三等奖
28	梁思维	湛江市坡头区坡头镇第二中学	引导规划应变，孩子从容成长——家庭中孩子规划能力与抗挫折力的培养	李小梅、陈振东、戴秀清、陈洁萍	三等奖

公开方式：主动公开

校对人：杨贤娣