

温州市教育教学研究院文件

温教研高〔2022〕77号

温州市教育教学研究院 关于公布温州市 2022 年普高生涯规划教育 优秀案例评审活动结果的通知

各县（市）教育局教研部门，市局直属各高中：

温州市 2022 年普高生涯规划教育优秀案例评审活动业已结束。本次评审活动共收到案例 127 篇，经评审，共评出一等奖 12 篇、二等奖 25 篇、三等奖 38 篇。现将评审结果予以公布。

附件：温州市 2022 年普高生涯规划教育优秀案例评审获奖名单

温州市教育教学研究院

2022 年 6 月 29 日

抄送：市教育局。

温州市教育教学研究院办公室

2022 年 6 月 29 日印发

附件

温州市 2022 年普高生涯规划教育优秀案例评审获奖名单

(按行政区划排序)

一等奖 (12 篇)

序号	课题	学校	教师
1	“JIA+”概念下新疆民族学生的班集体生涯规划	温州中学	夏一建
2	反内卷：“伪学渣”的逆袭之路——普通高中生涯规划之学业规划教学案例分析	温州中学	李铮铮
3	拨开迷雾，见未来——生涯规划系列课程指导课例	温州人文高级中学	李晓林
4	“钉平台·云规划”：普高起始年级生涯规划教育实践案例	温州外国语学校	王 箭
5	免“疫”之战 “疫”战到底——《免疫调节》生涯渗透案例	温州市第十四高级中学	程丽丽
6	妙用“平衡轮”，班·生共成长	温州市第二十一中学	林里白
7	辩中求变 汇聚光芒——来自毕业生的生涯规划启示	瓯海区第一高级中学	徐静懿
8	看见成长：GPS 定位法赋能精准选科	龙湾中学	夏梦春
9	两难抉择 自我蜕变——新高考背景下生涯决策辅导案例	龙湾中学	季天怡
10	规划-设限-妥协，一评三法助成长	瑞安中学	陈振锋
11	三位一体 四课推进——普高生涯教育课程体系的建构与实施	瑞安市第五中学	钱飞云
12	令人心动的 offer——例析高中生涯教育之选科指导	瑞安市第十中学	金 典

二等奖 (25 篇)

序号	课题	学校	教师
1	营造励志传传承文化 助推生涯规划	温州第二高级中学	庄迁福
2	基于“三导六力”的高中生涯规划模式探索与实践	温州第二高级中学	王旭碧
3	高中生五大心智培养之综合统筹——“定位理想，决策未来”的教育课例	温州人文高级中学	李兆真
4	“睡神”的觉醒——关系取向视角下班级合学共同体的建设	温州市第八高级中学	黄茜蕾
5	高中生职业决策自我效能感提升课程探索与实践	温州市第二十二中学	吴素珍
6	许身孺子 筑梦青春	温州市第二十二中学	周心心
7	“职场达人”——温州市第十四高级中学体验式生涯实践活动案例	温州市第十四高级中学	陈 泽

8	帮助孩子预见未来的自己	温州市第二十一中学	黄小琼
9	目标,梦想的催化剂——高中学业目标规划课例	温州市第五十一中学	汪淑蕾
10	利害有常势,取舍无定姿	龙湾区永强中学	徐黄荣
11	赋能生涯发展 助力“IT”梦想	洞头区第一中学	杨伟莉
12	高中政治学科渗透生涯规划教育的教育案例——以马克思主义哲学指导高二学业规划的探索	洞头区第一中学	林嘉嘉
13	体验点亮“生涯自觉”——生涯规划体验式班本课程的开发	瑞安市第五中学	孙有新
14	基于 CASVE 循环认知策略的生涯决策	瑞安市第九中学	王泽翔
15	依托梦想职业选科指导 助力高中阶段学业规划	永嘉中学	谢浙鸥
16	追踪心中虚实梦,玩转人生 AB 面	永嘉县罗浮中学	陈苗苗
17	高中地理课程中生涯规划教育的实践研究——以“洪涝灾害的治理”教学为例	永嘉县上塘中学	陈玲玲
18	认识自己,预见未来——高中生学业规划实践	永嘉县永临中学	王小燕
19	我不是厌学	平阳县鳌江中学	金思思
20	高中通用技术教学中角色扮演促学业生涯规划	泰顺中学	谢令时
21	走进职业世界,规划美好人生——生涯教育在高中英语学科教学中的渗透案例	苍南县宜山高级中学	吕小裙
22	规划起航,助力未来——在班集体建设中融入高中生生涯规划教育案例	苍南县求知中学	缪淑奇
23	以“如何提升学生自我认知”为案例——谈谈利用班级文化建设渗透高中生生涯规划教育	苍南县灵溪中学(三禾高高级中学)	陈 宾
24	识风云,辨河海,气象水文看洪涝——地理渗透职业生涯教育案例	龙港中学	陈雯雯
25	定位生涯,绘制未来	龙港中学	李志林

三等奖(38篇)

序号	课题	学校	教师
1	关于高中生生涯未定向的咨询案例分析	温州市第五十一中学	陶爱芬
2	敢问路在何方——普高生涯规划教育教学案例	瓯海区第二高级中学	黄聪盈
3	未来不再迷茫——一例高中生生涯咨询案例	瓯海区第二高级中学	张程程
4	敢问路在何方	龙湾区永强中学	徐 静
5	从学科优势看未来专业——《专业星空图——能力与专业的关系》案例	乐清中学	黄冬亚
6	欲穷千里目,更上一层楼	乐清市虹桥中学	连国保
7	民主治班,和谐创班——变“管理”为“引领”,建设和谐班集体	乐清市芙蓉中学	陆双双
8	做一棵枯木逢春的绿植	乐清市芙蓉中学	李建云
9	职业生涯课程:职业价值观	瑞安市塘下中学	陈一威
10	“以生为本”视角下高中生生涯规划教育的实践探索——以瑞安 L 中学为例	瑞安市第六中学	张 衡
11	抓“两风”建设,促文明班级	瑞安市第九中学	施明帆
12	以学业规划之浆 助梦想起航	瑞安市第十中学	邱云云

13	生命因理想而美丽——一例通过生涯规划解决高中生无意义感的咨询案例	瑞安市安阳高级中学	阮芬芳
14	“三适发展：幸福伟志梦”生涯规划课程实践案例	瑞安市上海新纪元高级中学	蔡勤勤
15	把握“七选三”大航向	永嘉县罗浮中学	全园翩
16	绸缪户牖 事预则立——学科渗透在高中生学业生涯规划中的角色	永嘉中学	李明明
17	在高中数学教学中渗透生涯规划教育——以《9.2.1 总体取值规律的估计》为例	永嘉县上塘中学	厉莉蔓
18	五环赋能：新高考背景下的高中生生涯规划咨询案例	永嘉县永临中学	林耀辉
19	“划”出美好未来	永嘉县第二高级中学	张 蒙
20	认清自我，扬帆起航——高中职业生涯规划教育第一课	永嘉县碧莲中学	夏晶晶
21	借“责任担当”主题活动，培养职业生涯之核心素养	文成县第二高级中学	陆小丽
22	规划先行，有的放矢——以生涯规划促自我管理的班集体建设	文成县第二高级中学	郑惠文
23	寻找当下的力量，对抗焦虑抑郁的黑狗	平阳中学	陈培密
24	感受城镇化 体验新角色——地理教学中渗透生涯规划的案例	平阳中学	邵晓棠
25	高中历史教学中生涯教育的渗透研究——以统编教材《中外历史纲要》（上下）为例	平阳县鳌江中学	潘小欢
26	发掘学习潜能，激励学科兴趣——基于选科指导的生涯规划个案分析	平阳县第二中学	谢 瑜
27	例谈基于班级管理的体验式生涯规划课程开发	平阳县第二中学	陈 磊
28	遇见自己，预见梦想 ——高中语文必修上册第二单元生涯规划案例	泰顺县城关中学	陈小娱
29	我的生涯兴趣城市	泰顺县城关中学	朱小斌
30	忙碌的少女——高中生生涯辅导个案	苍南县卫城中学	陈翠云
31	高中生生涯规划校本课程实施过程中的经验和启示	苍南县灵溪中学（三禾高级中学）	杨海雁
32	“我的青春不迷茫”——高中生生涯规划选科主题教学案例	苍南县灵溪中学（三禾高级中学）	陈海叶
33	融合职业生涯教育的高中英语教学案例——以必修3 Unit 2 Mother of ten thousand babies 阅读课为例	苍南县灵溪中学（三禾高级中学）	梁李敏
34	梦？想！	苍南县金乡高级中学	钱晓燕
35	从“容”至“融”	苍南县宜山高级中学	余德水
36	农村普通高中生涯规划课程实施案例	苍南县钱库高级中学	陈如优
37	助力梦想起航——高中生生涯规划指导案例	苍南县树人中学	王 军
38	知彼知己，静待花开	苍南县求知中学	陈秀贤