

# 《内省》课程教学大纲

## 一、 基本信息

编写依据：2020 版专升本人才培养方案

课程名称（中英文）：内省（Introspection Course）

课程编码：109120900

学时学分：16 学时；1 学分

理论学时与实践学时分配：理论 16 学时；实践 0 学时

课程类别：通识课程

课程性质：必修

适用专业：2020 级所有专升本专业

开设学期：第五至七学期（第七学期不计学分）

先修课程：无

开课单位：通识素质教育学院

## 二、 课程教学目标

本课程是思政课教学的延伸和深化，是一种全新的思政教育模式，以担当、协作、成功为主题。本课程的主要目的是提升思政课的內化效果，进一步落实立德树人的任务。引导学生深入思考人生的重要问题，帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观，促进学生自觉养成内省习惯、弘扬内省精神、提升道德修养、培树高尚品格，同时注重学生阅读能力、心理素质、演讲能力和写作水平的提升，促进学生综合素质全面发展。

## 三、 课程教学要求

要求教师按照教学大纲的规定，以教材为依托，深入剖析内省主题和思考题，积极查阅资料，会运用信息化教学手段开展教学。教学中，注重联系时事热点，结合学生实际情况，有效引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，提高是非分辨能力，养成内省习惯，不断提升学生的道德素质。

要求学生课前认真思考内省主题，在老师的引导和启发下，自觉进行自我对照、感悟和反思，既要在思想和道德修养上实现内在的觉悟和提升，又要通过有计划的培养和训练，学会掌握自身内省和道德实践的科学方法。学生在课程学习时要做到：一方面要增强理论知识的学习，通过阅读书籍，完成线上个人内省思考，做好演讲分享准备，加强自我反思；另一方面要学会独立思考问题，提升思辨能力，通过关注时事、参与社会实践等多种途径，加强实践，不断提升自己的道德修为。

## 四、 教学内容及学时分配

### （一）教学学时分配

教学单元 (开课学期)	教学单元名称	学时 (理论)
第一单元 (第五学期)	主题：担当 1. 民族振兴是青年的责任——青年为什么要有担当精神？ 2. 初生牛犊不怕虎、越是艰险越向前——青年如何保持刚健勇毅？ 3. 道有夷险，履之者知——如何理解实践出真知？ 4. 一切幸福都源于劳动和创造——如何看待劳动创造的重要意义？	8
第二单元 (第六学期)	主题：协作 1. 天下事未尝不败于专而成于共——如何认识协作的重要性？ 2. 众人拾柴火焰高——如何理解个人与团队的关系？ 3. 智者求同，愚者求异——如何实现求同存异、合作共赢？ 4. 功成不必在我、功成必定有我——如何依靠团队成就伟业？	8

第三单元 (第七学期)	主题：成功 1. 与时代主题同心同向——青年学生应树立什么样的成功观？ 2. 在创新创业中展示才华、服务社会——青年如何实现人生出彩？ 3. 青春由磨砺而出彩——如何看待挫折与困难？ 4. 长风破浪会有时——如何站稳职场，创造美好未来？	0 (不计学时)
----------------	--	-------------

## (二) 教学内容

### 第一单元 担当

#### 【单元教学目标】

通过本单元内容的学习，学生能够理解担当的内涵，树立正确的责任和担当观念，培养学生刚健勇毅的良好品质，让学生明白成长过程中遇到艰难险阻的必然性，强调培养迎难而上、愈挫弥坚的必要性，只有千锤百炼才能增长才干与本领。让学生理解实践出真知的原因，提升自身实践能力的重要性。培养学生理解新时代劳动精神的内涵，提升自己的劳动创造力，做勤于劳动、善于劳动的高素质劳动者。进一步明确青年应肩负的责任与担当，在成长过程中注重处理好个人与国家关系，从而更好地担当起时代重任，实现中华民族的伟大复兴。

#### 【单元教学要求】

要求教师能够围绕教学目标，课前查阅资料，针对当前出现的担当意识不足，责任意识不强等问题进行准确的分析，并在此基础上针对大学生群体容易出现的担当问题进行有目的、有计划的组织教学。启发学生树立正确的责任与担当观念，并激发学生能主动担当时代重任。

要求学生能够正确理解担当的内涵，树立正确的责任和担当观念，明确自我应肩负的责任。根据本单元学习任务提前进行“三习”。学生在课前主动查阅相关学习资料，认真完成布置的思考题，熟悉课程内容，撰写演讲稿并做好演讲准备；课中积极参与讨论互动；课后加强自我反思，注重践行，在日常生活中积极参与劳动和社会实践活动，全面提升担当精神，主动担当有所作为。

#### 【主要内容】

1. 民族振兴是青年的责任——青年为什么要有担当精神？
2. 初生牛犊不怕虎、越是艰险越向前——青年如何保持刚健勇毅？
3. 道有夷险，履之者知——如何理解实践出真知？
4. 一切幸福都源于劳动和创造——如何看待劳动创造的重要意义？

#### 【重点难点】

重点：

1. 担当的内涵。
2. 青年保持刚健勇毅的积极意义。
3. 实践出真知的内涵与意义。
4. 新时代劳动精神的内涵和意义。

难点：

1. 青年如何具备担当意识和践行担当精神。
2. 青年如何保持刚健勇毅品质。
3. 培养新时代青年实践精神的方式方法。
4. 如何加强劳动创造和社会实践活动。

### 第二单元 协作

#### 【单元教学目标】

通过本单元内容的学习，学生能够了解团队的内涵，理解协作的重要性及要求，形成较为系统的协作观。正确理解个人和团队的关系、个人和团队成员的关系，掌握开展有效协作的方式，尊重团队目标，发挥团队成员作用，实现个人发展和团队全面发展的有机结合。理解协作对事业成败的影响，提升思想境界，增强思维广度，提高自身素质，将小我融入国家发展的大局，树立正确的事业观、得失观、利益观，为事业发展和人生成就奠定基础。

### 【单元教学要求】

要求教师围绕教学目标，查阅相关资料，深刻理解团队、协作等基本知识和理论，结合历史和现实，围绕事业成败讲解个人利益与集体利益的关系、个人成就与团队发展的关系，使学生深入思考自身发展和时代所需，避免狭隘的个人主义、利己主义的影响，学会有效协作，成为有大局观有集体意识的新时代青年。在课前向学生推送学习资源，进行案例启发，布置头脑风暴思考题来引导学生预习、思考，并指导学生完成演讲稿的撰写；课中加强教学管理，运用情景教学、参与式教学、案例教学，有针对性地对学生的学习进行启发，开展问题讨论，激发学生的学习积极性；课后指导学生对学习内容进行反思总结。

要求学生课前学习教师推荐的学习资源，认真完成布置的思考题，熟悉课程内容，撰写演讲稿并做好演讲准备；课中遵守课堂纪律，积极思考，踊跃回答问题，通过信息化教学平台和课堂讨论及时和同学、教师开展互动；课后对学习内容进行反思、总结、提升，完成课后反思，认识自己的不足，尊重团队和团队成员的利益，了解正确的团队协作方式，践行科学的协作观、利益观。

### 【主要内容】

1. 天下事未尝不败于专而成于共——如何认识协作的重要性？
2. 众人拾柴火焰高——如何理解个人与团队的关系？
3. 智者求同，愚者求异——如何实现求同存异、合作共赢？
4. 功成不必在我、功成必定有我——如何依靠团队成就伟业？

### 【重点难点】

重点：

1. 协作的意义。
2. 团队的内涵。
3. 个人与团队成员关系的处理。
4. 团队成长与事业发展的关系。

难点：

1. 如何做到有效协作。
2. 如何处理好团队和个人发展的关系。
3. 如何加强功成不必在我，功成必定有我的担当和精神的践行。

## 第三单元 成功

### 【单元教学目标】

通过本学期内容的学习，学生能够正确理解成功的基本内涵，正确对待生活中的各种挫折与困难，自觉树立正确的成功观，树立正确的就业观，并进一步引导学生把自我成功与时代和国家的发展紧密结合起来，积极投身社会实践，在创新创业中展示才华，在职场中磨砺自我，在为社会服务中提升自我，从而学会应对挫折的方法，掌握站稳职场的技巧，正确面对成败得失，不断实现人生出彩。

### 【单元教学要求】

要求教师在授课之前要认真查阅成功相关理论和论述，弄清楚成功的基本定义，在授课过程中要向学生讲清楚成功的内涵，并针对当前社会上关于成功的消极片面定义进行分析，引导学生树立正确的成功观和价值观。要了解创新创业相关内容和政策，引导学生正确认识当前的创新创业形势，特别是我国目前在创新创业方面取得的成就和成果，结合典型案例，启发学生积极投身创新创业，服务社会。通过学习励志人物事迹，引导学生深刻认识到挫折与困难对人生的积极作用，教会学生勇敢面对挫折，处理挫折的方法。引导学生树立正确的就业观和择业观。积极站稳职场，不断提升就业能力和职业素养。

要求学生理解成功的基本内涵和创新创业的意义，了解挫折与困难的积极作用，树立正确的就业观择业观。课前认真学习教师推送的学习资源，完成教师布置的头脑风暴任务，不懂的问题要做好记录；课中积极参加教师提问和小组讨论等课堂互动，认真聆听其他同学的

演讲，虚心学习好的观点和建议，积极进行演讲点评和探讨；课后加强个人反思，完成课后作业，在实践中能积极践行正确的成功观，处理好挫折与困难，站稳职场，实现出彩人生，创造美好未来。

#### 【主要内容】

1. 与时代主题同心同向——青年学生应树立什么样的成功观？
2. 在创新创业中展示才华、服务社会——青年如何实现人生出彩？
3. 青春由磨砺而出彩——如何看待挫折与困难？
4. 长风破浪会有时——如何站稳职场，创造美好未来？

#### 【重点难点】

重点：

1. 成功的基本内涵。
2. 创新创业的意义。
3. 辩证看待挫折与困难。
4. 正确的就业观、择业观。

难点：

1. 如何在融入时代主题中实现成功。
2. 在创新创业中实现人生出彩。
3. 正确应对挫折的方法。
4. 站稳职场的方法和技巧。

## 五、 测评方式

### 1. 测评方式及权重

- (1) 出勤：按照学生出勤情况计分，总分 100，权重 10%。
  - (2) 个人内省：资料学习 50 分，内省讨论 50 分，总分 100，权重 20%。
  - (3) 课堂表现：根据学生课堂情况计分，总分 100，权重 10%。
  - (4) 班级演讲：根据学生演讲情况，从内省程度 40 分，演讲内容 20 分，语言表达 20 分，普通话水平 10 分，综合印象 10 分五个方面评分，总分 100，权重 40%。
  - (5) 课后反思：根据学生课后反思作业计分，总分 100，权重 20%。
2. 总评成绩：出勤 10%，个人内省 20%，课堂表现 10%，班级演讲 40%，课后反思 20%。

## 六、 选用教材

赵作斌，《大学生内省教育简明教程》，北京师范大学出版社，2021 年

## 七、 参考资料

1. 赵作斌，《大学成功素质教育理论与实践》，武汉大学出版社，2009 年
2. 覃彪喜，《读大学究竟读什么》，广东南方日报出版社，2012 年
3. [美]本尼迪克特·凯里，《如何学习》，浙江人民出版社，2017 年
4. 成甲，《好好思考》，北京联合出版有限公司，2019 年
5. 俞敏洪，《立志要趁早》，陕西师范大学出版社，2000 年
6. 季羨林，《沧桑阅尽话爱国》，鹭江出版社，2016 年
7. 罗永浩，《生命不息，折腾不止》，天津人民出版社，2015 年
8. 采铜，《精进：如何成为一个很厉害的人》，江苏凤凰文艺出版社，2019 年
9. 林语堂，《孔子的智慧》，湖南文艺出版社，2021 年
10. 老子，《道德经》，中国华侨出版社，2013 年
11. 若木，《凡事换位思考》，中国画报出版社，2010 年
12. [美]丹尼尔·吉尔伯特，《哈佛幸福课》，中信出版社，2018 年
13. 吴晓波，《激荡三十年》，中信出版社，2017 年
14. 周宏桥，《半面创新：实践者的创新制胜之道》，机械工业出版社，2000 年
15. 高岩，《格局：领导的修为》，时事出版社，2018 年

16. 孙运德、韩育萍, 《做担当民族复兴大任的时代新人》, 国家行政学院出版社, 2019 年
17. 肖东发, 李奎, 《刚健有为: 自强不息与勇毅力行》, 现代出版社, 2015 年
18. 毛泽东, 《实践论》, 人民出版社, 2019 年
19. [美] 帕特里克·兰西奥尼, 《团队协作的五大障碍》, 中信出版社, 2013 年
20. 李珊, 《离开团队, 你什么也不是》, 中华工商联合出版社, 2015 年
21. 于俊道, 《中南海里的博大胸怀-红墙里的领袖们》, 中国社会科学出版社, 2013 年
22. [德] 奥伊肯, 《人生的意义与价值》, 上海译文出版社, 2015 年
23. 周苏, 《创新创业: 思维、方法与能力》, 清华大学出版社, 2017 年

编写人: 黄文姬

审核人: 李芳

编写(修订)时间: 2021 年 2 月