

北京师范大学新闻传播学院

青少年媒介素养分模块培训方案集

本方案集聚焦小学、初中、高中、大学、中小学信息技术教师、家长六大核心人群，量身设计差异化培训模块，融合媒介识读、小记者技能、数字安全、数字养育等核心内容，采用“学术+实务+体验”模式，兼顾趣味性、专业性与可落地性，全程围绕公益属性、分层培育原则打造。

一、小学组：“小小媒介探索家”趣味素养训练营

1. 培训标题

“辨真伪·玩创作·守安全”小小媒介探索家成长营

2. 核心目标

以趣味互动形式帮小学生建立基础媒介认知，学会辨别简单谣言与广告，掌握手机拍摄、短视频基础创作技能，树立网络安全与隐私保护意识，培养文明上网习惯。

3. 适配人群

小学 3-6 年级学生，每批次 40-50 人，周末 2 天集中培训（每天 3.5 小时，避开午休时段）。

4. 核心培训内容

（1）趣味识读与创作启蒙。

《谣言大侦探》：通过情景游戏和案例互动，引导学生识别生活中的假消息、夸张标题，掌握“问爸妈、查来源”的简单验证技巧，学会区分广告与普通内容；

《我的第一支小视频》：通过实操教学，指导学生围绕校园趣事、家庭小知识点选题，学习简单脚本绘制及手机拍摄基础技巧，分组完成初步创作。

（2）安全防护与成果展示。

《网络安全小卫士》：借助动画演示和情景模拟，讲解个人信息保护、陌生链接规避、账号密码管理等常识。

《北京互联网法院研学课》：通过趣味普法讲解，让学生了解网络行为的法律边

界，树立依法用网意识。

《小小播报员》：展示环节，小组完善短视频作品并进行1分钟校园播报，导师点评颁奖，强化参与感。

二、初中组：“网络素养先锋”青少年媒介能力提升计划

1. 培训标题

“明辨信息·规范表达·合规创作”青少年网络媒介素养提升营

2. 核心目标

聚焦青少年网络媒介核心素养，引导初中生掌握媒介识读、内容创作、规范表达技能，学会批判性看待网络信息、识别报道偏见与网络陷阱，明晰网络行为边界，提升数字安全与依法用网能力。

3. 适配人群

初中1-3年级学生，尤其适合校园小记者、文学社成员，每批次50人，周末2天集中培训（含半天轻度研学）。

4. 核心培训内容

（1）媒介识读与内容创作。

《网络信息辨伪与解读》：通过案例研讨和小组辩论，分析校园及社会热点的多元网络呈现，教学生识别媒介偏见、刻板印象，掌握信息交叉验证方法；搭配《播客与短视频创作》实操培训：指导学生围绕青春话题、网络文明选题，学习叙事设计、声音采集与简单剪辑技巧，分组完成作品初稿。

（2）研学实践与成果沉淀。

《北京互联网法院研学课》：通过真实案例解析，了解网络言论、内容创作的法律责任边界与责任，强化依法用网意识。

《中国教育报等媒体单位融媒体中心研学》：参观采编与制作机房，与一线从业者交流网络内容生产规范。

《成果发布会》各组展示创作作品，导师点评指导，为优秀学员颁发证书。

三、高中组：“AI时代数字公民”媒介深度实践与公共表达课程

1. 培训标题

“理性思辨·合规创作·责任参与”AI时代数字公民培育计划

2. 核心目标

助力高中生构建系统媒介素养框架，掌握数据新闻、AI辅助创作技能，明晰公共议题的媒介呈现逻辑与舆论参与边界，提升批判性思维与责任型数字公民意识，为高校传媒相关专业备考、社会实践奠定基础。

3. 适配人群

高中1-3年级学生，尤其适合关注传媒、社科、文学的学生，每批次40-60人，周末3天集中培训（含1天行业研学）。

4. 核心培训内容

核心内容聚焦深度实践与责任培育。

（1）专业技能与思辨能力。

《公共议题与媒介叙事》：通过深度研讨，对比社会热点的多元媒介报道框架，分析舆论引导逻辑与媒介偏见。

《数据新闻实战》：结合理论与实操，教学生获取公开数据、制作信息图，掌握数据解读与避坑技巧。

《AI内容创作与合规边界》：讲解AI生成内容的识别与规范使用，规避版权与伦理风险。

（2）研学实践与项目落地。

《北京互联网法院研学课》：结合典型案例探讨网络公共表达、内容传播的法律边界，明晰舆论参与的合规范围。

《抖音、腾讯或其他新兴公司研学》：了解平台算法生态与青少年内容治理机制。

《数字公民实践项目》：各组围绕公益传播、数据新闻等主题完成任务，成果汇报复盘，颁发证书及优秀作品收录证明。

四、大学组：“传媒赋能未来”媒介素养与职业能力提升工作坊

1. 培训标题

“从校园到职场”传媒实务与媒介素养进阶培训

2. 核心目标

衔接高校专业学习与职场需求，帮助大学生深化媒介伦理与行业认知，掌握深度报道、融媒体创作、公关传播等实务技能，提升 AI 时代传媒行业核心竞争力，拓展就业与实习渠道。

3. 适配人群

大学 1-4 年级学生，尤其适合新闻传播、中文、广告、社会学等专业，每批次 60-80 人，周末 2 天集中培训（含职场沙龙）。

4. 核心培训内容

核心内容衔接校园与职场，强化专业与责任素养：

(1) 传媒实务与 AI 应用。

《深度报道实务》：拆解热点案例，覆盖选题策划、信源挖掘、事实核查等技能。

《融媒体运营》：讲解跨平台内容矩阵搭建与流量合规运营。

《AI 赋能传媒与伦理》：探索 AI 在创作中的应用，明确版权与伦理边界。

《北京互联网法院研学课》：结合行业案例解析传媒行为的法律风险与合规要点。

(2) 职场对接与异地研学。

《传媒职场沙龙》：邀请从业者分享行业趋势与求职经验，提供一对一咨询。

《成都腾讯未保营地研学》：实地了解青少年网络保护体系、内容审核机制与未保技术应用，拓宽行业认知，为职业发展赋能。

《职场实战项目汇报》：优秀者获实习推荐，颁发培训证书。

五、中小学信息技术教师组：“AI 时代赋能课堂”媒介素养教学研修班

1. 培训标题

“AI 时代赋能课堂”中小学媒介素养教学研修班

2. 核心目标

提升信息技术教师的媒介素养教学能力，掌握校本课程开发、课堂活动设计、跨学科融合技巧，熟悉 AI 工具在教学中的应用与引导方法，搭建教师交流与资源共享平台。

3. 适配人群

中小学信息技术教师、德育教师、语文教师、班主任，每批次 30-50 人，周末 2 天集中研修（含教学案例共创）。

4. 核心培训内容

核心内容聚焦教学能力提升与实践赋能。

(1) 教学方法与课程设计。

《媒介素养校本课程开发》：指导教师结合学段特点，设计模块化课程体系，分享优质案例与资源包。

《课堂活动组织技巧》：讲解情景模拟、小组辩论等活动设计，及课堂争议议题应对策略。

《AI 工具教学应用》：培训 AI 备课工具使用，探讨学生 AI 使用的引导方法。

《跨学科融合》模块助力教师设计跨学科教学方案。

(2) 研学交流与资源共建。

《成都腾讯未保营地研学》：学习青少年网络保护前沿经验、未保教育资源与技术工具，融入日常教学；新增北京互联网法院研学课，了解网络素养普法教育路径，丰富教学案例库。

《打磨教学方案》：导师一对一指导，成立交流社群，共享资源，形成长效支撑。

六、家长组：“数智养育”数字时代亲子媒介素养赋能课堂

1. 培训标题

“懂数字·会沟通·护成长”智慧数字养育赋能课堂

2. 核心目标

聚焦数字养育主题，帮助家长提升自身数字素养，掌握青少年媒介使用的引导方法，学会应对孩子网络成瘾、网络欺凌、AI 工具滥用等问题，搭建和谐的亲子数字沟通模式。

3. 适配人群

小学至高中学生家长，每批次 20-50 人，周末 1 天集中培训（含亲子沟通模拟）。

4. 核心培训内容

核心内容围绕数字养育与风险应对展开：

(1) 基础认知与引导技巧。

《数字时代家长媒介素养》：讲解青少年常用平台、AI 工具的功能与风险，传

授不良内容、网络诈骗的识别方法。

《科学引导与成瘾干预》：分享屏幕使用规则制定、线上线下生活平衡的引导策略，规范孩子 AI 工具使用。

《亲子数字沟通》：通过互动演练，传授高效沟通技巧，建立信任型亲子关系。

(2) 风险应对与研学提升。

《网络风险应对实务》：讲解网络欺凌、个人信息泄露的识别与应对，明确求助渠道。

《成都腾讯未保营地研学》：学习专业的青少年网络保护方法、未保工具使用，借鉴科学养育经验；

《北京互联网法院研学课》：通过普法讲解了解孩子网络行为的法律边界，提升依法护娃能力。最后预留经验交流与答疑环节，解决实际养育困惑。