



三明学院
SANMING UNIVERSITY

《音乐疗愈》微专业 课程教学大纲

开课单位：教育与音乐学院

二〇二六年五月

目 录

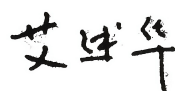
《艺术疗愈概论》课程教学大纲	1
《音乐心理学》课程教学大纲	5
《引导意象与音乐疗愈》课程教学大纲	9
《流行音乐疗愈与歌唱实践》课程教学大纲	14
《创造性舞动疗愈》课程教学大纲	19
《达奥柯音乐疗愈实践》课程教学大纲	24
《音乐疗愈实践与案例分析》课程教学大纲	28
《音乐与健康》课程教学大纲	32
《音声疗愈》课程教学大纲	36

三明学院 音乐疗愈 专业(理论课程)教学大纲

课程名称	艺术疗愈概论			课程代码	1211702001
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他			授课教师	林荣珍
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修			学 分	2
开课学期	第一学期	总学时	32	其中实践学时	0
混合式课程网址	非必填，根据实际填写				
A 先修及后续课程	后续课程：《引导意象与音乐疗愈》《创造性舞动疗愈》《音声疗愈》《达奥柯音乐疗愈实践》				
B 课程描述	本课程是面向艺术类、教育类、心理学类及相关专业开设的基础理论课。系统介绍艺术疗愈的基本概念、理论流派、主要艺术形式（音乐、戏剧、美术、舞蹈等）在心理健康促进中的应用原理与方法。通过理论学习与基础实践体验，帮助学生理解艺术与心理健康的交叉融合，初步具备设计简单艺术疗愈活动的能力，培养跨学科思维、人文关怀素养及服务社会心理健康的责任感。				
C 课程目标	（一）知识 1. 理解艺术疗愈的定义、发展历史、主要理论模型（如表达性艺术治疗、创造性艺术治疗）。 2. 归纳不同艺术形式（音乐、戏剧、美术、舞蹈）在心理疗愈中的作用机制与适用情境。 3. 描述艺术疗愈的伦理规范、评估方法及在社区、学校、医疗等场景中的应用模式。 （二）能力 4. 分析经典艺术疗愈案例，识别其中运用的艺术手段与心理支持策略。 5. 设计基础的艺术疗愈活动方案（如团体音乐放松、即兴戏剧游戏），并完成简单的模拟带领。 6. 评价自身及同伴的方案实践效果，提出改进建议。 （三）素养（含课程思政） 7. 重视人文关怀与心理健康的社会意义，理解“健康中国”战略中艺术疗愈的独特价值，树立服务人民健康的责任意识。				

	8. 具有跨学科思维，养成尊重多元文化、包容差异、保护服务对象隐私的职业道德，传承中华优秀传统文化中的艺术疗愈智慧，增强文化自信。					
D 课程目标与毕业要求的对应关系	毕业要求		毕业要求指标点		课程目标	
	1. 专业知能		1.1 掌握较为系统的艺术学基础理论、专业知识、具有较高的专业素养		课程目标 1（H）	
	3. 应用创新		3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力		课程目标 2（M）	
	4. 协作整合		4.1 具备跨学科探索、融合和应用的能力		课程目标 3（M）	
E 教学内容	章节内容			学时分配		
				理论	实践	合计
	第一章：相关概念的界定			2	0	2
	第二章：艺术疗愈的发展历程			4	0	4
	第三章：艺术疗愈的媒介与特质			4	0	4
	第四章：艺术疗愈的机理研究			6	0	6
	第五章：艺术疗愈的适用场域与人群			4	0	4
	第六章：多场景艺术疗愈的教学示范案例			8	0	8
	第七章：艺术疗愈的从业要求与规范			4	0	4
	合 计			32		32
F 教学方式	☒课堂讲授 ☒讨论座谈 ☒问题导向学习 ☒分组合作学习 ☐专题学习 ☐实作学习 ☒探究式学习 ☒线上线下混合式学习 ☐其他_____					
G 教学安排	授课次别	教学内容	支撑课程目标	课程思政融入 （根据实际情况至少填写 3 次）		教学方式与手段
				思政元素	思政目标	

	第 1 次	艺术疗愈概述、相关概念的界定	1	健康中国战略、心理健康的社会责任	理解艺术疗愈在服务于人民健康中的独特作用	课堂讲授、小组讨论
	第 3-4 次	音乐疗愈原理与实践	2、3	中国传统音乐（古琴、民乐）的疗愈智慧	增强文化自信，传承优秀传统文化	课堂讲授、案例分析
	第 6-7 次	舞动疗愈原理与实践	2、3	共情能力、尊重差异、包容多元	培养人文关怀与团队协作精神	课堂讲授、案例分析
	第 15-16 次	艺术疗愈的伦理规范与职业道德	3	职业道德、保护隐私、文化敏感	树立正确的专业价值观和社会责任感	案例研讨、情境模拟
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	平时（40%）		出勤、课堂参与、活动表现、小组研讨贡献		1、2、3	
	作业（30%）		完成一次艺术疗愈活动方案设计		2	
	期末（30%）		开卷理论考试		1、2、3	
I 建议教材及学习资料	《艺术疗愈概论》中国纺织出版社					
J 教学条件需求	多媒体教室					
K 注意事项						

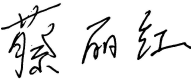
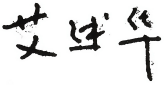
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)纸笔考试：平时小测、期中纸笔考试、期末纸笔考试 (2)实作评价：课程作业、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：   2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：     专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：   教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业(理论课程)教学大纲

课程名称	音乐心理学			课程代码	1211702002
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他			授课教师	朱婕
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修			学 分	2
开课学期	1	总学时	32	其中实践学时	6
混合式 课程网址	非必填，根据实际情况填写				
A 先修及后 续 课程	先修课程：《艺术疗愈概论》 后续课程：《音乐疗愈实践与案例分析》《达奥柯音乐疗愈实践》《音乐与健康》				
B 课程描述	本课程是音乐学与心理学交叉的核心基础课程，面向音乐疗愈微专业开设，聚焦音乐与心理的交互机制。课程系统讲授音乐感知、情绪加工、联觉、记忆、注意、表演与创作心理等核心内容，结合实证研究与疗愈应用，帮助学生理解“音乐如何影响心理、心理如何塑造音乐表达”，为音乐疗愈、情绪疏导、团体辅导、艺术教育等实践提供科学理论支撑。				
C 课程目标	(一) 知识 1. 掌握音乐心理学的学科框架、研究方法与发展脉络 2. 理解音乐感知、联觉、情绪、记忆、注意、动机等核心心理机制。 3. 明晰音乐在情绪调节、压力缓解、认知促进、行为改变中的作用原理。 4. 掌握音乐疗愈场景中的音乐心理评估与干预基础逻辑。 (二) 能力 1. 能运用音乐心理学原理分析音乐作品、表演行为与听众反应。 2. 能设计简单的音乐心理实验、情绪测评与音乐引导活动。 3. 具备将音乐心理规律转化为音乐疗愈实操方案的初步能力。 4. 能对音乐疗愈案例进行心理层面的解读与反思。 (三) 素养 1. 树立科学、严谨、人本的音乐疗愈职业态度与伦理意识。 2. 形成“身心合一、以乐润心”的健康理念与美育素养。 3. 培养共情能力、观察能力与团队协作能力，适配心理健康服务需求。				

D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	毕业要求		毕业要求指标点		课程目标		
	专业知能		掌握音乐疗愈基础理论与跨学科知识		课程目标 1		
	应用创新		具备音乐疗愈方案设计与实操能力		课程目标 2、3		
	社会责任		具备心理健康服务意识与人文关怀素养		课程目标 3		
E 教学内容	章节内容				学时分配		
					理论	实践	合计
	绪论：音乐心理学学科概述、研究方法、历史发展				2		2
	音乐感知：音高、节奏、音色、响度的心理加工				2		2
	音乐联觉与音乐情绪：情绪类型、唤醒机制、表达规律				4		4
	音乐记忆、音乐注意与音乐认知发展				4	2	6
	音乐表演心理、创作心理与审美心理				6	4	10
	音乐与人格、动机、压力、心理健康				4		4
	音乐心理学在音乐疗愈中的应用（评估、干预、案例）				4		4
	合 计				26	6	32
F 教学方式	☒课堂讲授 ☐讨论座谈 ☒问题导向学习 ☒分组合作学习 ☐专题学习 ☐实作学习 ☒探究式学习 ☒线上线下混合式学习 ☐其他_____						
G 教学安排	授课 次别	教学内容	支撑课程 目标	课程思政融入 （根据实际情况至少填写 3 次）		教学方式 与手段	
				思政元素	思政目标		
	1	绪论：音乐心理学与以乐润心	目标 1	文化自信、美育育人、心理健康责任	引导学生树立对中华优秀传统文化的自信，理解音乐美育的育人价值，增强维护自身与他人心理健康的责任意识。	讲授 + 讨论	

	2	音乐感知实验	目标 2	科学精神、严谨实证	培养学生尊重科学、严谨求实的实证精神，形成基于事实和数据的理性思维与职业素养。	实验 + 实操
	3	音乐联觉与情绪体验	目标 2、3	共情关怀、情绪健康	提升学生的共情能力与人文关怀意识，引导学生关注情绪健康，学会以音乐调节情绪、关爱自我与他人。	聆听 + 分享
	4	音乐疗愈心理机制	目标 3、4	健康中国、助人自助	引导学生树立 “健康中国” 理念，理解音乐疗愈的社会价值，培养乐于助人、自助助人的职业价值观与社会责任感。	案例 + 研讨 + 分享
	5	音乐与压力调节实践	目标 3	生命教育、积极心态	引导学生珍爱生命、正视压力，培养乐观向上的积极心态，掌握以音乐调节压力、赋能生活的能力。	实践 + 测评
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	平时（20%）		考勤、课堂参与、作业、实践表现		1、2、3	
	期中（30%）		音乐心理学知识点测验、小型音乐心理分析报告		1、2、	
	期末（50%）		课程论文、音乐心理测评方案设计		1、2、3	
I 建议教材及学习资料	《音乐心理学教程》，郑茂平、杨和平编著，上海音乐出版社					
J 教学条件需求	1. 多媒体教室 / 音乐教室，配备音响、播放设备 2. 音乐素材库、情绪测评量表、实验演示材料 3. 白板 / 黑板、分组讨论空间					

K 注意事项	1. 本课程侧重理论与应用结合，不做临床心理诊断，强调科普与教育导向。 2. 实践环节涉及情绪体验，尊重学生边界，遵循自愿参与、随时暂停原则。 3. 鼓励学生结合音乐疗愈微专业方向，将理论用于方案设计与服务实践。
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)纸笔考试：平时小测、期中纸笔考试、期末纸笔考试 (2)实作评价：课程作业、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：     专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：  教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

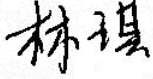
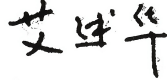
课程教学大纲

课程名称	引导意象与音乐疗愈	课程代码	1211702003
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他	授课教师	林琪
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修	学 分	32
开课学期	第一学期	实践学时	10
A 先修及后 续 课程	先修课程：《艺术疗愈概论》 后续课程：《创造性舞动疗愈》《音乐与健康》《音乐疗愈实践与案例分析》		
B 课程描述	本课程面向音乐教育、心理学、学前教育、社会工作等专业本科生开设。课程介绍引导意象与音乐疗愈的基础理论与实操方法，并以音乐作品为核心媒介，通过对音乐节奏、旋律、音色及结构等要素的深度聆听，引导学生感知音乐传达的情绪状态与审美意蕴。课程重点解析音乐引导意象的心理机制，讲授如何利用特定音乐序列激发想象、疏导情绪及建立积极的身心感受。同时，结合不同心理需求与生活场景，解析音乐体验在减压、专注力提升及心理调适中的应用路径。通过本课程的学习，学生能够建立音乐疗愈的初步知识框架，掌握利用音乐进行情绪管理与意象引导的实操技能，在提升艺术审美能力的同时，促进身心健康与综合人文素养的全面提升。		
C 课程目标	课程目标 1：理解和掌握音乐疗愈的基础理论、音乐要素对身心的干预机制以及引导意象的核心运作规律。初步掌握在音乐聆听中的渐进式身体放松技巧、情绪觉察方法，以及运用特定类型的音乐进行基础自我情绪管理的实践技能。 课程目标 2：通过本课程的学习与沉浸式体验，使学生深入感知不同类型疗愈音乐中的情绪密码与心理抚慰力量。正确引导学生的生命观、价值观和审美观，并积极引导学生参与到意象想象、绘画、音乐团体互动等艺术心理实践活动中，提升自我关怀意识与对他人的共情包容能力。 课程目标 3：通过聆听多元化的疗愈音乐素材，并结合中国传统优秀音乐作品，培养积极向上的审美情趣与坚韧的心理韧性。初步具备在面对日常压力时的科学自我干预意识，树立阳光心态与多元包容的生命价值观。		

	毕业要求	毕业要求指标点	课程目标	
D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	1. 专业知能：掌握比较系统的专业知识和能力；具备终身学习的能力。	1.1 掌握较为系统的音乐疗愈基础理论、专业知识，具备较高的专业素养。	课程目标 1（H）	
	5. 社会责任：具备引导社会大众审美行为的能力；具备传承传统民族音乐文化的意识与能力。	5.2 具备传承传统民族音乐文化的意识与能力。	课程目标 2（M）	
	3. 应用创新：具备实际的工作能力和解决问题的能力；具备较强的创新或创业能力。	3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力。	课程目标 3（M）	
E 教学内容	实践项目及内容		学时分配	
			实验、 上机、 实训、 线上教 学、研 讨等	合 计
	第一模块：基础理论与自我觉察 本模块旨在帮助学生建立对音乐疗愈的科学认知，并掌握基础的放松与聆听技巧。		实训、 研讨	8
	第二模块：引导意象与情绪转化 本模块进入核心体验阶段，通过特定的音乐素材引导学生处理不同的情绪议题。		实训、 研讨	8
	第三模块：多元艺术与深度探索 本模块引入跨界艺术疗愈形式，帮助学生将抽象的意象具象化。		实训、 研讨	8
	第四模块：实践应用与课程总结 本模块旨在让学生将课程所学转化为日常可用的心理保健工具。		实训、 研讨	8
	合 计			32

F 教学方式	☒ 课堂示范 ☒ 讨论实操 ☒ 问题导向学习 ☒ 分组合作学习 ☒ 专题学习 ☐ 实作学习 ☒ 探究式学习 ☐ 线上线下混合式学习 ☐ 其他_____					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 (根据实际情况至少填写 3 次)		教学方式与手段
	1-4	基础理论与自我觉察	课程目标 1、2、3	思政元素 培养共情能力与社会责任	思政目标 通过对他人的音乐意象与情绪的理解，培养学生的同理心和包容心。引导学生将这种关爱从自我延伸至他人，关注社会弱势群体的心理健康，增强社会责任感。	讲授法 问题教学法 讨论教学法
	5-8	引导意象与情绪转化	课程目标 1、2、3	树立正确的艺术观和价值观	引导学生树立正确的生命观和挫折观。在面对学业、就业压力时，不摆烂、不躺平，学会用科学的艺术干预手段调节自我，培养积极向上、坚韧不	讲授法 问题教学法 讨论教学法
	9-12	多元艺术与深度探索	课程目标 1、2、3	落实以美育人与道德修养	落实以美育人的教育理念。引导学生在经典与优秀的音乐作品中陶冶高尚的道德情操。	讲授法 问题教学法 讨论教学法
	13-16	实践应用与课程总结	课程目标 1、2、3			讲授法 问题教学法 讨论教学法

H 评价方式	评价项目及配分	评价项目说明	支撑课程目标
	平时（20%）	考勤（5%） 作业成绩（15%）	课程目标 1、2、3
	期中（30%）	技能实践考查	课程目标 1、2、3
	期末（50%）	个人或小组活动设计	课程目标 1、2、3
I 建议教材 及学习资料	[1] 高天著,《音乐治疗学基础理论》,北京:世界图书出版公司北京公司. 2007. [2] 苏珊娜·汉瑟著,《新音乐治疗师手册》,刘明明、林思思、李泽慧、朱家彤,译. 北京:人民音乐出版社, 2025. [3] 余丹红著,《大学音乐鉴赏》,华东师范大学出版社, 2020 年,第 2 版 [4] 彭吉象著,《艺术鉴赏导论》,北京大学出版社, 2024 年,第 2 版 [5] 高天著,《接受式音乐治疗方法》,中国轻工业出版社, 2011 年,第 1 版		
J 教学条件 需求	1. 专用音乐疗愈/舞蹈教室,配备可移动键盘乐器、小型打击乐器(每 2-3 人一套)。 2. 可移动白板、音响设备(支持蓝牙)、录像设备。		
K 注意事项			
备注: 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式: (1)操作考试:平时操作、期末考试 (2)实作评价:实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价:书面报告、专题档案 (4)口语评价:口头报告、口试			

审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：   教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

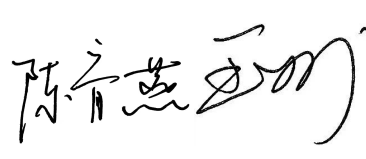
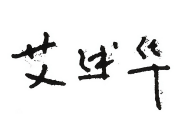
课程教学大纲

课程名称	流行音乐疗愈与歌唱实践	课程代码	1212702004
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他	授课教师	叶佳慧
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修	学 分	1
开课学期	第一学期	理论、实践学时	32
A 先修及后 续 课程	先修课程：《艺术疗愈概论》、《音乐心理学》、《引导意象与音乐疗愈》； 后续课程：《达奥柯音乐疗愈实践》、《音声疗愈》、《音乐与健康》、《音乐疗愈实践与案例分析》。		
B 课程描述	本课程面向艺术、心理、教育等相关专业学生，以流行歌唱为主要媒介，围绕声音在日常情境中的调适与表达功能展开。课程区分声乐训练与音乐疗愈的不同侧重，明确非临床情境下声音实践的边界，以身体与声音觉察、呼吸调节、基础发声、共振体验、流行歌曲分段表达训练等实践练习为主要路径，引导学生感知声音与身体状态、情绪体验之间的关系。通过本课程学习，学生能够形成以声音为路径的自我调适意识，掌握基础发声与流行歌唱中的表达方法，并能在学习与生活情境中初步运用，为后续相关学习与实践奠定基础。		
C 课程目标	（一）知识目标 课程目标 1：掌握基础呼吸调节、长音发声、哼鸣共振、元音延展等发声方法，能够进行稳定发声与流行歌唱表达，提升演唱能力与舞台表现能力；同时理解流行歌唱在音乐疗愈中的媒介特点，明确非临床情境下声音实践的基本边界。 （二）能力目标 课程目标 2：能够结合流行歌曲进行分段表达训练，设计并完成 5—10 分钟歌唱调适小活动，用于学习减压、情绪表达与日常调适；能够在小组合作、课堂展示与活动带领中完成沟通、协作与整合，提升实践应用能力与团队协作能力。 （三）素养目标（含课程思政） 课程目标 3：重视提升对自身身体状态、声音变化及情绪感受的觉察能力，形成以声音为路径的自我调适意识，树立积极健康的生活理念，增强人文关怀意识、社会责任感和正确的审美价值观。		

D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	毕业要求	毕业要求指标点	课程目标	
	2.实务技能	2.1 具备演唱（奏）相关音乐艺术作品的的能力，以及一定的舞台表演能力。	课程目标 1（H）	
	3.应用创新	3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力。	课程目标 2（M）	
	4.协作整合	4.2 具备较强的团队协作、沟通和整合的能力。	课程目标 2（M） 课程目标 3（M）	
E 教学内容	实践项目及内容		学时分配	
			实验、上机、实训、线上教学、研讨等	合计
	模块一：身体与声音基础调节（10 学时）			
	1. 课程导入与基本概念。认识流行歌唱与音乐疗愈的关系，区分声乐训练与音乐疗愈的不同侧重，明确非临床情境中的实践边界。		实践	2
	2. 呼吸觉察与身体放松。通过呼吸观察与放松练习，感知身体状态对声音的影响，建立基础觉察能力。		实践	2
	3. 长音发声与声音稳定。通过长音、哼鸣、元音延展练习，建立稳定发声状态，提升声音控制能力。		实践	2
	4. 共振体验与音色感知。体验不同共鸣位置带来的音色变化，理解音色与情绪表达之间的关系。		实践	2
	5. 声音觉察与自我调适。结合前期练习，观察声音变化与情绪状态的联系，形成初步调适意识。		实践	2
	模块二：流行歌曲中的情绪表达（12 学时）			
	1. 流行歌曲的疗愈性选择。理解旋律、节奏、歌词与情绪之间的关系，掌握课堂歌曲的选择原则。		实践	2
	2. 歌曲拆分训练（一）。通过去歌词练习和旋律短句训练，建立稳定的旋律表达与呼吸控制。		实践	2
	3. 歌曲拆分训练（二）。加入歌词练习，体验语言节奏与旋律表达的统一。		实践	2
	4. 同一句的多种表达方式。通过强弱、音色、节奏变化，训练不同情绪状态下的表达能力。		实践	2
	5. 声音与情绪关系体验。比较不同声音状态带来的身体感受与情绪变化，提升表达敏感度。		实践	2
6. 小组表达展示。完成歌曲片段的分组设计与展示，强化合作与表达实践。		实践	2	

	模块三：歌唱调适活动设计与实践（10 学时）					
	1. 歌唱调适活动设计基础。了解歌唱调适活动的基本结构，明确活动目标与设计原则。		实践	2		
	2. 案例分析与情境模拟。结合大学生日常压力情境，分析适合的声音调适方式。		实践	2		
	3. 小组活动方案设计。围绕具体主题完成歌唱调适活动设计。		实践	2		
	4. 课堂带领与实践展示。进行活动带领与现场展示，训练组织与引导能力。		实践	2		
	5. 结业展示与课程总结。完成课程展示与反思总结，强化实践规范与边界意识。		实践	2		
	合 计			32		
F 教学方式	☒ 课堂示范 ☒ 讨论实操 ☒ 问题导向学习 ☒ 分组合作学习 ☒ 专题学习 ☐ 实作学习 ☒ 探究式学习 ☐ 线上线下混合式学习 ☐ 其他_____					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 （根据实际情况至少填写 3 次）	教学方式与手段	
				思政元素	思政目标	
	1-4	身体与声音基础调节	课程目标 1	健康理念、科学认知、自我管理	引导学生树立科学的健康观和积极的生活态度，认识身体、声音与情绪之间的关系，增强心理健康意识和自我调适能力。	讲授法、课堂示范、讨论教学
	5-8	流行歌曲中的情绪表达	课程目标 1、2	美育育人、人文关怀、审美提升	通过流行歌曲中的情绪体验与表达训练，引导学生理解音乐中的情感价值，提升审美能力，培养尊重自我、理解他人的人文关怀意识。	案例分析、课堂示范、小组展示
	9-12	歌唱调适活动设计（一）	课程目标 2、3	服务意识、责任意识、团队协作	在小组活动设计中培养合作精神与责任意识，理解音乐疗愈在校园生活与社会服务中的积极作用，增强服务他人与回馈社会的意识。	分组合作、案例模拟、讨论教学

	13-16	歌唱调适 活动设计 （二）	课程目标 2、3	职业规范、 边界意识、 专业伦理	强化音乐疗愈实践中的 边界意识与伦理规范， 树立尊重、倾听、非评 判的专业态度，培养良 好的职业素养和社会责 任感。	实 践 展 示、同伴 互评、总 结反思
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	考勤（5%） 课堂表现（5%） 作业（10%）		考勤（5%）+课堂表现（5%）+作 业成绩（10%）		课程目标 1、3	
	期中（30%）		技能实践考查（呼吸、长音、共振、 歌曲拆分练习等基础发声与流行 歌唱表达训练）		课程目标 1	
	期末（50%）		个人或小组歌唱调适活动设计与 课堂展示（含方案设计、现场带领 与总结反思）		课程目标 1、2、3	
I 建议教材 及学习资料	[1]高天著，《音乐治疗学导论》，北京：世界图书出版公司北京公司，2007 年。 [2]高天著，《接受式音乐治疗方法》，北京：中国轻工业出版社，2011 年。 [3]彭吉象著，《艺术鉴赏导论》，北京：北京大学出版社，2024 年，第 2 版。 [4]中国大学 MOOC《心理学与音乐治疗》（江西中医药大学）课程资源。 [5]音乐治疗入门系列公开课（高天教授团队高校公开课资料）					
J 教学条件 需求	1.专用音乐疗愈教室或声乐实训教室，配备钢琴、电子键盘及基础音响设备。 2.多媒体教学设备，支持音频、视频播放及课堂案例展示。 3.可移动座椅、小型打击乐器及基础录音设备，用于课堂体验、分组练习与展示 反馈。 4.具备安静、安全的课堂环境，便于开展声音觉察、呼吸调节及歌唱实践活动。					
K 注意事项						
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经 教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)操作考试：平时操作、期末考试 (2)实作评价：实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察						

(3)档案评价：书面报告、专题档案	
(4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组成员签名：   2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：   教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

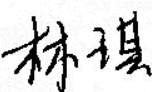
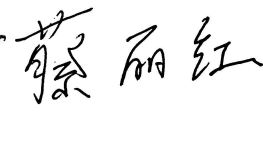
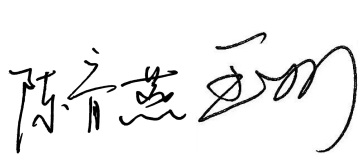
课程教学大纲

课程名称	创造性舞动疗愈		课程代码	1212702005
课程类型	通识课 ☒ 学科平台和专业核心 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他		授课教师	陈睿琦
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修		学 分	1
开课学期	第二学期		理论、实践学时	32
A 先修及后续 课程	先修课程：《引导意象与音乐疗愈》 后续课程：无			
B 课程描述	本课程是基于创造性艺术治疗的重要分支“舞动治疗”所延伸出更加适合所有人群参与的集体性心理疗愈课程。本课程是根植于具身认知理论和身心学原则的教育与疗愈整合范式。它并非指某一种舞蹈，而是通过创造性动作探索，在安全、支持性且非评判性的环境中，促进参与者发展具身创造力、深化自我认知以及有效的社会协作能力。其核心目标是实现全人教育的理念，关注个体在身体、情感、认知、社交和精神层面的整合性发展。			
C 课程目标	（一）知识 1. 理解具身认知理论、身心学原则及创造性舞动疗愈的基本原理，阐释其在全人教育中的身心整合价值与疗愈机制。 2. 归纳创造性动作探索的核心要素、非评判性互动环境的建立原则，以及团体舞动中情绪表达、自我认知与协作关系发展的基本规律。 （二）能力 3. 分析个体与群体在创造性舞动中的动作质感、身体隐喻和互动模式，能够从身心一体视角辨识身心状态及其在社交、情感层面的投射。 4. 评价不同舞动疗愈活动设计的科学性与適切性，初步具备利用创造性动作元素引导个体与团体进行自我探索、情感调适与人际协调的实践应用能力。 （三）素养 5. 重视身心和谐统一的生命观，树立尊重、包容、悦纳的人文关怀态度，将“健康中国”理念与全人疗愈工作相融通，涵养服务社会、疗愈人心的职业使命感。 6. 养成在非评判性场域中真诚沟通、积极协作的团队品质，体悟中华优秀传统文化中“形神合一”“礼乐相济”的修身智慧，坚定文化自信，形成理性平和、向上向善的身心健康素养。			
D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	毕业要求	毕业要求指标点	课程目标	
	1. 专业知能：掌握比较系统的专业知识和能力；具备终身学习的能力。	1.1 掌握较为系统的舞蹈疗愈基础理论、专业知识，具备较高的专业素养。	课程目标 1（H）	

	3. 应用创新：具备实际的工作能力和解决问题的能力；具备较强的创新或创业能力。	3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力。	课程目标 2（M）			
	5. 社会责任：具备引导社会大众审美行为的能力；具备传承传统民族音乐文化的意识与能力。	5.2 具备传承传统民族音乐文化的意识与能力。	课程目标 3（M）			
E 教学内容	实践项目及内容		学时分配			
			实验、上机、实训、线上教学、研讨等	合计		
	模块一：团队联结建立与个人身心唤醒 1. 魔力圆圈·自我表达与团队初建 2. 群体联结与信任建立 3. 身体扫描与内在感知唤醒		实训、研讨	6		
	模块二：身体认知与动作探索 1. 身体雕塑：双人触动觉对话 2. 身体卡片：动作解构与创造 3. 身体便利贴：束缚体验与共情传递		实训、研讨	6		
	模块三：拉班动作元素训练 1. 时间维度：节奏即兴编创 2. 空间维度：非接触空间对话 3. 力量维度：重心与信任、推力与阻力		实训、研讨	10		
	模块四：多元艺术创造性整合 1. “纱巾的旅程”从自我到联结 2. “情绪碰碰车”从情绪到共情 3. “如花的绽放”从空间到物我 4. “人生的长河”从身体到内心 5. “红花情绪牌”从故事到释放		实训、研讨	10		
	合 计			32		
F 教学方式	☒ 课堂示范 ☒ 讨论实操 ☒ 问题导向学习 ☒ 分组合作学习 ☐ 专题学习 ☐ 实作学习 ☒ 探究式学习 ☐ 线上线下混合式学习 ☒ 其他 <u>情境模拟与角色扮演</u>					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 (根据实际情况至少填写 3 次)		教学方式与手段
				思政元素	思政目标	

	1	魔力圆圈·自我表达与团队初建	课程目标 1	尊重差异、注重人文关怀	通过非评判性自我介绍，学会尊重个体独特性	课堂示范、分组合作学习、讨论实操
	2	群体联结与信任建立	课程目标 1			
	3	身体扫描与内在感知唤醒	课程目标 1			
	4	身体雕塑：双人触动感对话	课程目标 2	树立正确价值观、注重身心和谐，融入健康中国理念	引导关注身体信号，树立“健康第一”的生命观，将身心和谐视为个体与社会健康的基石	课堂示范、分组合作学习、讨论实操
	5	身体卡片：动作解构与创造	课程目标 2			
	6	身体便利贴：束缚体验与共情传递	课程目标 2			
	7	时间维度：节奏即兴编创	课程目标 2、3	树立正确的艺术观与价值观	引导学生树立正确的生命观和挫折观。在面对学业、就业压力时，不摆烂、不躺平，学会用科学的艺术干预手段调节自我，培	问题导向学习、讨论实操、探究式学习
	8	空间维度：非接触空间对话	课程目标 2、3			
	9	力量维度：重心与信任、推力与阻力	课程目标 2、3			
	10	“纱巾的旅程”从自我到联结	课程目标 1、2、3	落实以美育人与道德修养	落实以美育人的教育理念。引导学生在经典舞蹈作品与自我创作中陶冶高尚的道德情操。	问题导向学习、探究式学习、情境模拟
	11	“情绪碰碰车”从情绪到共情	课程目标 1、2、3			
	12	“如花的绽放”从空间到物我	课程目标 1、2、3			

	13	“人生的长河” 从身体到内心	课程目标 1、 2、3			
	14	“红花情绪牌” 从故事到释放	课程目标 1、 2、3			
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	平时（20%）		考勤 10%、技能 10%		课程目标 1、2、3	
	期中（30%）		舞动疗愈活动设计		课程目标 1、2、3	
	期末（50%）		小组舞动疗愈活动实践		课程目标 1、2、3	
I 建议教材 及学习资料	1. 赵妍著，《舞动治疗—舞蹈与心灵的对话》，知识产权出版社，2018 年，第 1 版 2. 邦妮·米克姆斯著，《舞动疗法》，余译梅译，重庆大学出版社，2017 年，第 1 版 3. 李宗芹著，《就是要跳舞—创造性舞蹈的心体验》，社会科学文献出版社，2014 年，第 1 版 4. 琳达晓乔著，《艺术表达与心理健康》，学苑出版社，2025 年，第 1 版					
J 教学条件 需求	1. 专用音乐疗愈/舞蹈教室，配备音响与地垫； 2. 可移动白板及录像设备；					
K 注意事项	1. 本课程不进行心理治疗，而是以音乐舞蹈教育方法为载体促进普通人群的情绪调节与身心统合。教师需在课程开始前明确告知学生课程定位，并强调转介意识，不对任何学生做诊断。 2. 课程中可能出现学生情绪波动，需提前约定“暂停动作/离开房间”等安全协议，教师应具备基本的心理危机识别与应对能力。 3. 所有参与式活动均遵循“自愿参与、随时可以暂停”的原则，尊重每位学生的身体边界。					
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)操作考试：平时操作、期末考试 (2)实作评价：实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试						

审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：  教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

课程教学大纲

课程名称	达奥柯音乐疗愈实践	课程代码	121270200 6
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他	授课教师	黄薇薇
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修	学 分	2
开课学期	第二学期	实践学时 理论学时	14 18
A 先修及后 续 课程	先修课程：《艺术疗愈概论》《音乐心理学》 后续课程：《音乐疗愈实践与案例分析》《企业见习》		
B 课程描述	本课程面向音乐教育、心理学、学前教育、社会工作等专业本科生开设。课程立足达尔克罗兹、奥尔夫、柯达伊三大音乐教育体系的核心理念，以身体为乐器、节奏为纽带、音色为载体，将体态律动、原本性音乐、首调唱名与身心觉察相结合。通过理解节奏、音色、身体三大核心要素，掌握脚、手、腿、躯干等全身部位的发声技法与组合演奏，同时融入柯达伊手势与节奏读法，提升内在听觉与音乐表达。教学从热身、单一音色训练、组合创编到课堂实践，强调游戏化、合作性、创造性。通过本课程的学习，学生能够在协调身体运动的同时感受音乐的律动与结构，实现“可见的声音”，用最自然的“身体乐器”达成情绪调节、感官统合与身心平衡，并为后续音乐疗愈实践奠定基础。		
C 课程目标	（一）知识目标 1. 理解达尔克罗兹体态律动、奥尔夫原本性音乐、柯达伊首调唱名体系的核心理念及其在音乐疗愈中的应用原理。 2. 归纳身体打击乐（声势）的基本音色类型（跺脚、拍腿、拍手、捻指）及其节奏组合规律。 （二）能力目标 3. 掌握运用身体各部位发声的基本技法，能够独立完成 8-16 小节的节奏组合与即兴创编。 4. 设计并带领 10-15 分钟的“达奥柯式”音乐疗愈小活动，能够针对特定人群（如大学生减压、老年康养、特需儿童等）进行差异化应用。 （三）素养目标 5. 重视提升对自身及他人身体、节奏、情绪的觉察力，以及通过群体合作体验获得感官统合与身心平衡的具身认知。 6. 养成在非语言沟通中的共情能力、团队协作能力与创造性表达习惯，建立		

	音乐疗愈实践中的专业边界与伦理意识。					
D 课程目标与毕业要求的对应关系	毕业要求		毕业要求指标点		课程目标	
	2.实务技能		具备运用身体打击乐（声势）设计并带领音乐疗愈活动的的能力，能够针对不同人群进行差异化应用。		课程目标 2、3	
	3.应用创新		能够运用所学方法设计并实施音乐疗愈活动，具备即兴创编与方案设计能力		课程目标 3	
	4.协作整合		具备良好的共情能力、团队协作精神和专业伦理意识		课程目标 2、3	
E 教学内容	实践项目及内容				学时分配	
					实验、上机、实训、线上教学、研讨等	合计
	模块一：身体.节奏.觉察				实训、研讨等	8 学时
	模块二：音色.创编.表达				实训、研讨等	12 学时
	模块三：整合.设计.实践				实训、研讨等	12 学时
	合 计					32
F 教学方式	☒课堂示范 ☒讨论实操 ☒问题导向学习 ☒分组合作学习 ☒专题学习 ☒实作学习 ☒探究式学习 ☒线上线下混合式学习 ☐其他_____					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 (根据实际情况至少填写 3 次)		教学方式与手段
				思政元素	思政目标	
	1	破冰与身体乐器探索	2、3			实操、探究
	3-5	柯尔文手势与呼吸节奏	2、3	静心、内在秩序、自我觉察	通过内在听觉训练培养专注力与情绪自我调节能力	示范、实操
	6-8	分组创编与互换练习	2、3	合作、尊重差异、集体荣誉感	在团队创编中培养协作精神与包容多元观点的品格	分组合作、谈论探究、实作

	9-11	身体-小打击乐 “ 疗 愈 对 话 ”	2、3	共情、倾听、非语言沟通	通过乐器对话体验换位思考，培养有效沟通与同理心	分组合作、谈论探究、实作
	15-16	综合设计实践	2、3	创造力、集体共创、服务意识	以集体共创的“疗愈回旋曲”体现创造性表达与团队凝聚力，激发服务社会的使命感	分组合作、讨论探究
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	平时（30%）		出勤、课堂参与、活动表现		2、3	
	作业（30%）		个人或小组活动设计		2、3	
	期末（40%）		个人或小组活动实践		2、3	
I 建议教材及学习资料	1. 陈蓉.《声势：音色、节奏与身体》. 上海音乐出版社.（参考音色组合与教学逻辑） 2. 杨立梅, 蔡觉民.《达尔克罗兹音乐教育理论与实践》. 上海教育出版社.（体态律动哲学基础与课例） 3. 杨立梅.《柯达伊音乐教育思想与匈牙利音乐教育》. 上海教育出版社.（首调唱名、手势、节奏读法） 4. 李姝娜, 修海林, 尹爱青.《奥尔夫音乐教育思想与实践》. 上海教育出版社.（语言节奏、声势、动作教学）					
J 教学条件需求	1. 专用音乐疗愈/舞蹈教室（木地板，面积不少于 60 m²），配备可移动音条乐器（木琴、钟琴）、小型打击乐器（每 2-3 人一套）。 2. 可移动白板、音响设备（支持蓝牙）、录像设备（用于教学反馈）。瑜伽垫（每人一块）、纱巾、节奏棒等辅助教具。					
K 注意事项	1. 本课程不进行心理治疗，而是以音乐教育方法为载体促进普通人群的情绪调节与身心统合。教师需在课程开始前明确告知学生课程定位，并强调转介意识，不对任何学生做诊断。 2. 课程中可能出现学生情绪波动，需提前约定“暂停动作/离开房间”等安全协议，教师应具备基本的心理危机识别与应对能力。 3. 鼓励学生课后将身体打击乐小片段用于宿舍减压、志愿者活动等，并在课上分享实践经验。 4. 所有参与式活动均遵循 “自愿参与、随时可以暂停” 的原则，尊重每位学生的身体边界。					
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经						

教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。	
2.评价方式可参考下列方式：	
(1)操作考试：平时操作、期末考试	
(2)实作评价：实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察	
(3)档案评价：书面报告、专题档案	
(4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组意见：陈育燕 王明 蔡丽红 专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：  教学工作指导小组组长： 艾述华 2026 年 5 月 6 日

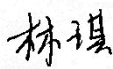
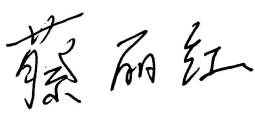
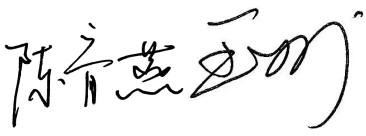
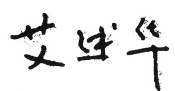
三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

课程教学大纲

课程名称	音乐疗愈实践与案例分析	课程代码	1213701009
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他	授课教师	张锦
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修	学 分	0.5
开课学期	第二学期	实践学时	16
A 先修及后续课程	先修：《艺术疗愈概论》《音乐心理学》 后续：《音乐与健康》《见习》		
B 课程描述	本课程是一门以实践体验和案例研讨为核心的独立实践课。学生通过聆听、演唱、演奏、即兴创作、音乐冥想等多元形式，亲身体验音乐对情绪、认知、社交及生理状态的疗愈作用；同时结合典型临床与日常案例（如焦虑、抑郁、自闭症、老年失智症、压力管理），分析音乐疗愈的机制与操作流程。课程强调“艺术与科学融合”，培养学生运用音乐进行自我关怀及服务他人的初步能力。		
C 课程目标	（一）知识 1. 理解音乐疗愈的基本概念和原理。 2. 归纳不同音乐元素对生理、心理指标的影响原理 （二）能力 3. 分析真实案例中的疗愈需求，选择适宜的音乐干预策略，并撰写规范的案例分析报告。 4. 评估音乐疗愈活动的效果，提出改进方案。 （三）素养 5. 重视人文关怀精神与助人意识，在疗愈实践中尊重服务对象的价值观与文化背景。 6. 养成自我觉察与情绪调节的习惯，运用音乐维护自身心理健康。 【注】课程思政元素已在课程目标中体现，如：文化自信（中国传统音乐疗愈思想）、社会责任（服务弱势群体）、科学精神（实事求是）。		

D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	毕业要求		毕业要求指标点		课程目标	
	3. 应用创新		3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力		课程目标 1（H）	
	4. 协作整合		4.1 具备跨学科探索、融合和应用的能力		课程目标 2（M）	
E 教学内容	实践项目及内容				学时分配	
					实验、上机、实训、线上教学、研讨等	合计
	项目 1：音乐疗愈入门与自我觉察体验				实训、讨论	2
	项目 2：音乐元素与身心反应实验				实训、讨论	4
	项目 3：典型案例分析（一）——焦虑与抑郁				分析、研讨	2
	项目 4：典型案例分析（二）——自闭症儿童				分析、研讨	2
	项目 5：典型案例分析（三）——老年失智症				分析、研讨	2
	项目 6：典型案例分析（四）——创伤性应激				分析、研讨	2
	项目 7：综合实践与考核				分析、研讨	2
	合 计					16
F 教学方式	☐课堂示范 ☒讨论实操 ☐问题导向学习 ☐分组合作学习 ☒专题学习 ☐实作学习 ☒探究式学习 ☐线上线下混合式学习 ☐其他_____					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 （根据实际情况至少填写 3 次）		教学方式 与手段
				思政元素	思政目标	
	1	音乐疗愈入门与自我觉察体验	1	中国传统音乐 养生智慧	增强文化自信，理解本土 疗愈思想	体验式学习、小组分享

	2	音乐元素与身心反应实验	1、2	科学实验设计中的诚实严谨	培养科学精神	体验式学习、小组分享
	3-6	案例分析	1、2	为弱势群体服务的志愿者精神	培养奉献精神与人文关怀	方案设计、案例研究
	7	综合实操考核	1、2	专业伦理与职业操守	树立诚实守信、依法行事的价值观	实操、互评
H 评价方式	评价项目及配分			评价项目说明		支撑课程目标
	平时（30%）			出勤、课堂参与、活动表现、小组研讨贡献		1、2
	作业（40%）			个人音乐疗愈日志 小组案例报告		1、2
	期末（30%）			期末实操考核		1、2
I 建议教材及学习资料	《音乐治疗临床应用及案例》中国轻工业出版社					
J 教学条件需求	多媒体教室、安静的疗愈空间					
K 注意事项						
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)操作考试：平时操作、期末考试 (2)实作评价：实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试						

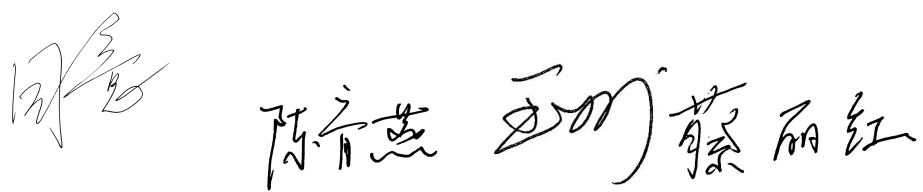
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：   教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业(理论课程)教学大纲

课程名称	音乐与健康			课程代码	1212702007
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他			授课教师	魏雅铭
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修			学 分	1
开课学期	第 2 学期	总学时	16	其中实践学时	6
混合式课程网址	非必填，根据实际情况填写				
A 先修及后续课程	先修课程：音乐心理学、艺术疗愈概论				
B 课程描述	本课程是一门融合音乐科学、心理学、神经科学、康复医学及公共卫生等多学科知识的综合性课程，跨越医学与艺术、科学与人文的边界。课程依托福建医科大学深厚的医学教育传统与人文关怀精神，旨在培养具备跨学科视野的未来医学人才，使学生能够理解音乐在促进生理、心理与社会健康中的科学机制与临床应用潜力。				
C 课程目标	(一) 知识 1. 理解音乐作用于人体生理与心理健康的科学机制，包括神经科学、心理声学等基础理论。 2. 归纳音乐在疼痛管理、情绪调节、康复促进及患者依从性增强等领域的临床应用原理。 3. 掌握音乐干预在慢病管理、心理健康支持、老年医学、产科护理及重症康复等领域的适用范围与实施要点。 (二) 能力 4. 分析不同临床场景下音乐干预方案的适配性，能够结合患者特征选择合理的音乐健康策略。 5. 评价音乐干预的研究证据质量，初步具备开展音乐与健康相关科研设计的能力。 (三) 素养 6. 重视“以人为本”“身心整合”的医学人文理念，养成将艺术人文关怀融入临床实践的职业素养。				

	7. 培养跨学科思维与创新意识，增强在医学领域运用非药物干预手段促进健康的责任感与使命感。 【注】课程思政元素已在课程目标 6、7 中体现，强调医学人文关怀、身心整合理念及社会责任感。						
D 课程目标与 毕业要求的 对应关系	毕业要求		毕业要求指标点		课程目标		
	1.专业知能		1.1 掌握较为系统的音乐学基础理论、专业知识、具有较高的专业素养		课程目标 1（H）		
	3.应用创新		3.1 具备实际的工作能力和解决问题的能力		课程目标 2（M）		
	4.协作整合		4.1 具备跨学科探索、融合和应用的能力		课程目标 3 (M)		
E 教学内容	章节内容				学时分配		
					理论	实践	合计
	第一章 音乐与健康概论				2	0	2
	第二章 音乐感知的神经科学基础				2	0	2
	第三章 音乐与情绪调节				2	1	3
	第四章 音乐与疼痛管理				2	1	3
	第五章 音乐在康复医学中的应用				1	2	3
	第六章 音乐干预在特殊人群中的应用				1	2	3
	合 计				10	6	16
F 教学方式	☒课堂讲授 ☒讨论座谈 ☒问题导向学习 ☒分组合作学习 ☒专题学习 ☐实作学习 ☒探究式学习 ☒线上线下混合式学习 ☐其他_____						
G 教学安排	授课次别	教学内容	支撑课程目标	课程思政融入 （根据实际情况至少填写 3 次）		教学方式与手段	
				思政元素	思政目标		
	1	第一章 音乐与健康概论：音乐与健康的跨学科视野、课程导论	1、6	医学人文精神	培养以人为本的健康观	课堂讲授	

	2	第二章 音乐感知的神经科学基础：听觉神经机制、音乐大脑	1、2	科学探索精神	树立求真务实的科学态度	课堂讲授
	3	第三章 音乐与情绪调节：情绪理论、音乐情绪效应、体验实践	2、4、6	人文关怀	增强情感共情能力	讲授+实践
	4	第四章 音乐与疼痛管理：疼痛机制、音乐镇痛原理、案例分析	2、4	仁爱精神	践行医者仁心的职业信念	讲授+讨论
	5	第五章 音乐在康复医学中的应用：运动康复、语言康复、实践	3、4、6	身心整合理念	树立整体健康观	讲授+实践
	6	第六章 音乐干预在特殊人群中的应用：老年、产科、重症等领域	3、4、7	社会公平与关怀	强化服务社会的使命感	讨论+案例
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明		支撑课程目标	
	平时（40%）		课堂参与与讨论（10%） 课程实践作业（15%） 小组合作报告（15%）		课程目标 1、2、6 课程目标 3、4 课程目标 4、5、7	
	期末（60%）		期末论文/设计方案（60%）：围绕音乐与健康某一领域撰写综述		课程目标 1-7	
	期末（30%）		开卷理论考试		1、2、3	
I 建议教材及学习资料	【建议教材】自编《音乐与健康》讲义 【参考书目】 [1] Bruscia, K. E. Defining Music Therapy. Barcelona Publishers. [2] Thaut, M. H., & Hoemberg, V. Handbook of Neurologic Music Therapy. Oxford University Press. [3] Hanser, S. B. The New Music Therapist’ s Handbook. Berklee Press.					
J 教学条件需求	1. 多媒体教室，配备音频播放设备与音响系统。 2. 音乐体验实践所需的基础乐器（如键盘、打击乐器等）。 3. 校园网络资源及在线课程平台支持。					
K 注意事项	1. 本课程实践环节以课堂体验与案例分析为主，不涉及临床操作。 2. 学生无需具备专业音乐、医疗基础，课程从零起点讲授相关音乐知识。 3. 课堂实践环节请积极参与音乐体验活动，尊重他人感受与表达。					

备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)纸笔考试：平时小测、期中纸笔考试、期末纸笔考试 (2)实作评价：课程作业、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见：  专家组成员签名： 2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：  教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日

三明学院 音乐疗愈 专业（独立设置的实践课）

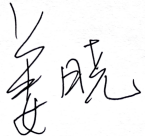
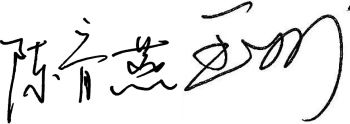
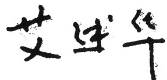
课程教学大纲

课程名称	音声疗愈	课程代码	1213701008
课程类型	☐ 通识课 ☒ 学科平台和专业核心课 ☐ 专业方向 ☐ 专业任选 ☐ 其他	授课教师	姜晓
修读方式	☒ 必修 ☐ 选修	学 分	0.5
开课学期	第二学期	实践学时	16
A 先修及后续课程	先修课程：《艺术疗愈概论》《音乐心理学》 后续课程：《音乐疗愈实践与案例分析》《企业见习》		
B 课程描述	本课程以国家级非物质文化遗产项目鱼山梵呗为主要教学内容，立足中华优秀传统文化音乐文化和非遗传承保护理念，从声音、呼吸、腔韵、节奏、身心觉察等角度，引导学生认识中国传统音声文化中蕴含的审美价值、文化精神与身心调适功能。 鱼山梵呗历史悠久，是中国佛教音乐和传统声腔艺术的重要代表，具有庄重、清雅、平和、绵长的音声特征。课程不以宗教传播为目的，而是从音乐学、非遗保护、声音训练、身心调节和艺术疗愈实践等角度，对鱼山梵呗的音声形态、文化内涵、发声方式、气息控制、旋律特点和情绪调节价值进行教学转化。 本课程通过理论讲授、作品赏析、呼吸训练、音声模仿、吟诵体验、声腔练习、分组创编和疗愈活动设计等方式，使学生理解鱼山梵呗的文化背景与艺术特征，掌握基本的音声觉察和声音疗愈实践方法。课程强调“以声入心、以息调身、以乐养性”，引导学生在传统音声文化学习中提升专注力、情绪调节能力、文化认同感和艺术表达能力，并能够将鱼山梵呗相关音声元素转化运用于音乐疗愈、心理减压、美育活动、社区文化服务和非遗传播实践中。		
	（一）知识目标 1. 理解鱼山梵呗的历史渊源、文化背景、艺术形态及其作为国家级非物质文化遗产项目的保护与传承价值。 2. 掌握鱼山梵呗的基本音乐特征，包括音声形态、旋律走向、节奏节拍、腔韵结构、气息运用和审美风格。 3. 理解音声疗愈的基本原理，认识呼吸、声音、共鸣、节奏、专注力与情绪调节、身心放松之间的关系。		

C 课程目标	（二）能力目标 4. 能够运用正确的呼吸方法、发声方法和音声觉察方法，完成基础性的鱼山梵呗音声模仿、吟诵体验和声腔练习。 5. 能够结合鱼山梵呗的音声元素，设计并带领 10—15 分钟的音声疗愈小活动，如静心呼吸、音声共振、集体吟诵、情绪舒缓等。 6. 能够针对大学生减压、老年康养、社区美育、传统文化体验等不同场景，进行初步的音声疗愈活动设计与实践转化。 （三）素养目标 7. 增强学生对中华优秀传统文化和国家级非物质文化遗产的认同感、自豪感与传承意识。 8. 培养学生专注倾听、身心觉察、情绪调节、共情沟通和团队协作能力。 9. 引导学生树立正确的音乐疗愈观和专业伦理意识，明确本课程属于音乐教育与身心调适实践，不替代医学治疗和心理治疗。			
	毕业要求	毕业要求指标点	课程目标	
	1. 专业基础	理解音乐疗愈、传统音乐、非遗音乐文化的基本理论与实践价值	课程目标 2、3	
	2. 实务技能	具备运用呼吸、音声、节奏、吟诵等方式开展基础音乐疗愈活动的能力	课程目标 3	
	3. 应用创新	能够结合鱼山梵呗音声元素进行疗愈活动设计、教学转化和场景应用	课程目标 2、3	
D 课程目标与毕业要求的对应关系	实践项目及内容		学时分配	
			实验、上机、实训、线上教学、研讨等	合计
	模块一：鱼山梵呗文化认知与音声觉察		理论讲授、作品赏析、研讨、体验	4 学时
	模块二：呼吸、发声与梵呗声腔训练		示范、实训、模仿、分组练习	4 学时
	模块三：鱼山梵呗音声元素与疗愈应用		实训、案例分析、分组创编、活动设计	4 学时
	模块四：音声疗愈综合实践与展示		分组合作、实践展示、互评反思	4 学时
	合 计			16
E 教学内容				

F 教学方式	☒ 课堂示范 ☒ 讨论实操 ☒ 问题导向学习 ☒ 分组合作学习 ☒ 专题学习 ☒ 实作学习 ☒ 探究式学习 ☒ 线上线下混合式学习 ☐ 其他_____					
G 教学安排	次别	实践名称	支撑课程目标	课程思政融入 (根据实际情况至少填写3次)		教学方式与手段
	1-2	课程导入：音声疗愈与鱼山梵呗概述	课程目标 1、2、3	思政元素： 中华优秀传统文化、非遗保护意识。	引导学生认识鱼山梵呗作为国家级非物质文化遗产的文化价值，增强文化自信和传承责任感。	实操、探究
	3-5	鱼山梵呗的历史渊源与文化背景	课程目标 1、2、3	历史意识、文化认同、传统音乐传承	帮助学生理解传统音声与历史文化、地域文化之间的关系，提升文化理解能力与文化自觉	示范、实操
	6-8	鱼山梵呗的音乐形态赏析	课程目标 1、2、3	审美素养、艺术鉴赏、音乐理解力	引导学生在聆听与分析中感受传统音声的审美特征，培养正确的艺术审美观	分组合作、谈论探究、实作
	9-11	音声疗愈基础：呼吸、共鸣与觉察	课程目标 1、2、3	身心健康、自我管理、生命关怀	引导学生关注自身身心状态，培养情绪觉察能力和健康生活方式	分组合作、谈论探究、实作
	15-16	吟诵体验：声音、节奏与情绪安定	课程目标 1、2、3	静心修身、内在秩序、情绪调节	帮助学生在吟诵中体验声音对情绪和专注力的调节作用，培养平和心态	分组合作、讨论探究
H 评价方式	评价项目及配分		评价项目说明			支撑课程目标
	平时（30%）		包括出勤、课堂参与、聆听体验、呼吸训练、音声练习、课堂讨论与学习态度			1、2、3

	作业（30%）	个人或小组完成一份“鱼山梵呗音声疗愈活动设计方案”，内容包括活动对象、目标、流程、音声元素、注意事项与伦理说明	1、2、3
	期末（40%）	个人或小组进行 10—15 分钟音声疗愈活动展示，要求体现鱼山梵呗音声元素、身心调节目标、组织能力与安全边界意识	1、2、3
I 建议教材 及学习资料	1. 《中国传统音乐概论》，袁静芳主编，上海音乐出版社。 2. 《音乐治疗导论》，高天著，世界图书出版公司。 3. 《音乐心理学》，相关高校音乐心理学教材。 4. 鱼山梵呗相关国家级非物质文化遗产资料、传承人访谈资料、音视频资料。		
J 教学条件 需求	1. 专用音乐疗愈教室或多功能音乐实训室，环境安静，具备良好的声场条件，适合开展呼吸训练、音声练习和集体吟诵体验。 2. 音响播放设备、投影设备、电脑、多媒体教学平台，用于播放鱼山梵呗相关音视频资料。 3. 可移动座椅、瑜伽垫或软垫，便于开展静坐聆听、呼吸觉察和身体放松练习。 4. 录音、录像设备，用于记录学生音声练习和实践展示，便于课后反馈与教学评价。 5. 可配备小型打击乐器、磬、铃、木鱼、音叉、手鼓等辅助教具，但应注意其使用目的为音乐教学与音声体验，不进行宗教仪式化操作。		
K 注意事项	1. 本课程以音乐教育、非遗传承和身心调适为主要目标，不进行宗教传播，不组织宗教仪式，不以宗教信仰作为教学要求。 2. 本课程所涉及的鱼山梵呗内容，主要从国家级非物质文化遗产、传统音乐文化、声音艺术和音声疗愈实践角度进行学习和转化。 3. 本课程不替代医学治疗、心理治疗或心理咨询。教师应在课程开始前明确课程定位，避免对学生进行心理诊断或治疗性承诺。 4. 课程中涉及呼吸训练、静心聆听、集体吟诵等活动，均遵循“自愿参与、适度体验、随时暂停”的原则，尊重学生的身体感受、心理状态和个人边界。 5. 对于有呼吸系统疾病、严重焦虑、创伤反应或其他特殊身心状况的学生，应允许其选择观察、记录或轻量参与，并在必要时建议其寻求专业帮助。 6. 在使用鱼山梵呗相关音视频资料时，应尊重非遗项目、传承人及相关文化主体，注意资料来源规范，避免随意改编、娱乐化或商业化滥用。 7. 鼓励学生将课程学习成果用于校园美育、社区服务、老年康养、大学生减压活动和非遗传播实践，但应注意活动对象、活动环境和伦理边界。		
备注： 1.本课程教学大纲 F—J 项同一课程不同授课教师应协同讨论研究达成共同核心内涵。经教学工作指导小组审议通过的课程教学大纲不宜自行更改。 2.评价方式可参考下列方式： (1)操作考试：平时操作、期末考试			

(2)实作评价：实验报告、实作成品、日常表现、表演、观察 (3)档案评价：书面报告、专题档案 (4)口语评价：口头报告、口试	
审批意见	课程教学大纲起草团队成员签名：  2026 年 4 月 15 日
	专家组审定意见： 
	专家组成员签名：  2026 年 4 月 25 日
	学院教学工作指导小组审议意见：   教学工作指导小组组长： 2026 年 5 月 6 日