

# 使用DeepSeek赋能家庭教育

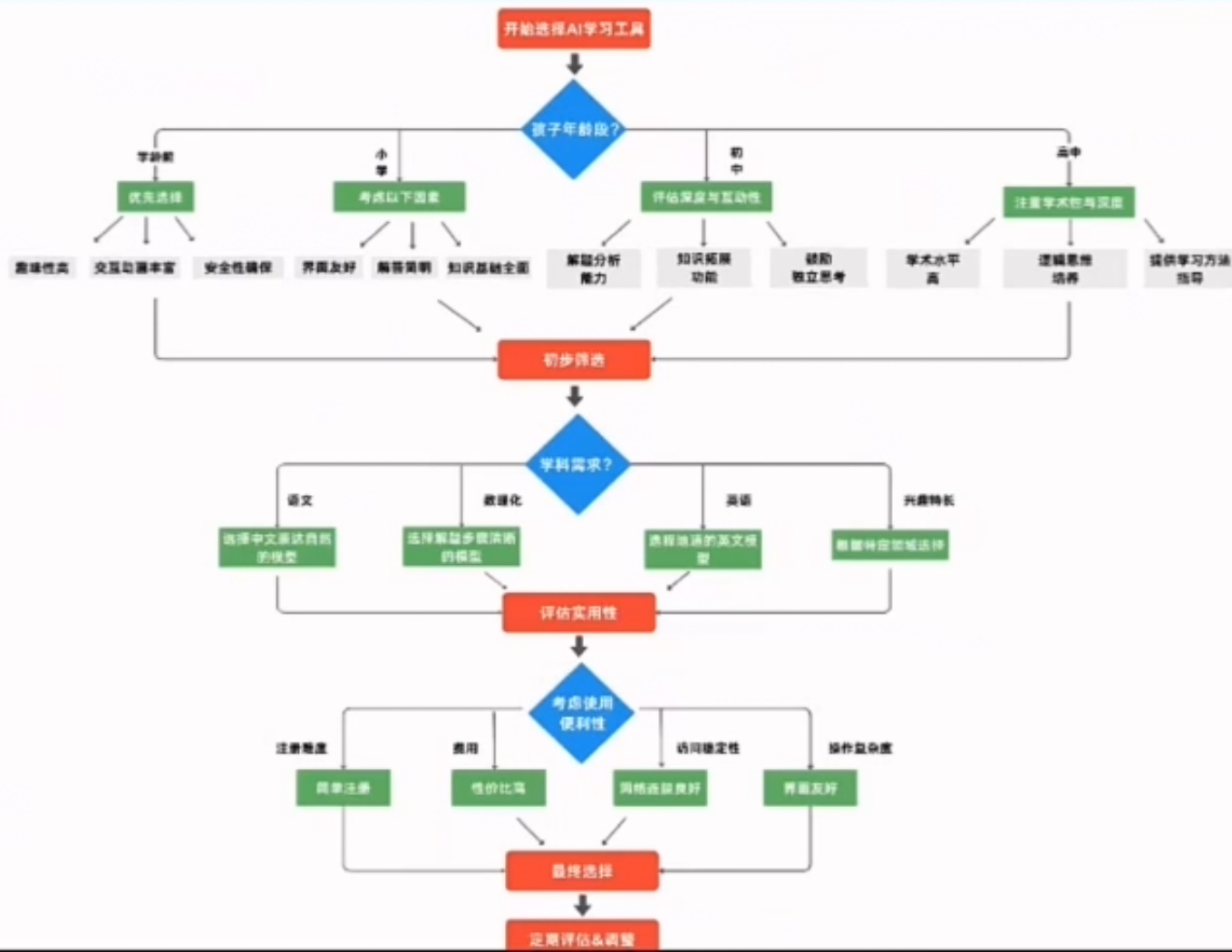
清华大学

新闻与传播学院新媒体研究中心

@新媒沈阳 团队

2025年3月3日

# 如何让AI成为孩子的学习“超级助手”？



# DeepSeek的使用入口

官方入口: <https://chat.deepseek.com/>

平台	地址	版本	备注
硅基流动 (SiliconFlow)	<a href="https://siliconflow.cn/zh-cn/">https://siliconflow.cn/zh-cn/</a>	DeepSeek-R1 和 DeepSeek-V3, 均为671B满血版, 普通版和 Pro 版 (均为671B, Pro版响应更稳定但需付费)	新用户注册赠送 2000万Tokens (约14元额度), 普通版可用额度抵扣, Pro版需充值。
纳米AI	APP	671B满血版 (官方同款)	目前提供免费使用 (满血版暂时开放)。 推荐用于编程等场景, 性能与官方一致。
秘塔搜索	<a href="https://metaso.cn/">https://metaso.cn/</a>	R1增强版 (基于671B参数优化)	免费使用, 侧重搜索功能, 编程性能略有牺牲。 支持“长思考”模式, 适合复杂问题处理。
英伟达NIM微服务	<a href="https://build.nvidia.com/deepseek-ai/deepseek-r1">https://build.nvidia.com/deepseek-ai/deepseek-r1</a>	671B (全量模型)	网页版直接使用, 支持API调用, 注册送1000点数, 免费体验。
微软Azure	<a href="https://ai.azure.com">https://ai.azure.com</a>	671B (全量模型)	需注册微软账户并创建订阅, 免费部署, 支持参数调节。
WPS灵犀	WPS应用中搜索“WPS灵犀”	Windows: WPS版本 > 18608 以上2) MacOS: WPS版本 > 6.13.0 以上	7×24小时稳定响应, 无使用限制; 集成论文助手、代码调试等学术工具
腾讯元宝	元宝App → 对话界面 → 点击模型切换按钮	DeepSeek-R1满血版; 混元深度思考模型T1; 混元通用模型Turbo	普通用户建议通过微信九宫格下载元宝App, 功能更完整且支持多轮对话
支付宝百宝箱	支付宝App搜索“百宝箱” → 选择DeepSeek-R1	满血版R1 (671B参数)	无需注册, 免费接入满血版模型; 支持联网插件和工作流功能

.....

# DeepSeek的三种模式对比

特性	基础模型 ( DeepSeek V3)	深度思考模型 ( DeepSeek R1)	联网模型
适用教育场景	快速解答基础知识点、辅助日常作业、提供简单概念解释	深入解析复杂概念、培养批判性思维、探讨开放性问题	研究性学习、最新知识获取、跨学科探索
教育互动方式	高频率短互动，适合小学低年级学生的注意力特点	低频率长互动，适合中高年级学生的深度学习需求	基于探究的交互，适合项目式学习
教学内容深度	能覆盖基础教育内容，但深度有限	能提供深层次解释和多角度分析，培养思考能力	信息广度大，但需要甄别和整合
家长参与度	需要家长辅助判断回答准确性，对回答进行补充	家长可参与深度讨论，形成多方对话	需要家长指导信息甄别能力，培养媒体素养
学习效果	适合知识点巩固、基础练习，但不适合深度理解培养	有助于培养分析能力、逻辑思维和创新思考	培养信息检索、评估和综合能力，符合现代教育理念

在家庭教育场景中，理想的做法是根据不同学习目标，灵活运用以上三种模式：

- 日常作业辅导和基础知识巩固 → 基础模型 ( DeepSeek V3)
- 概念深度理解和思维能力培养 → 深度思考模型 ( DeepSeek R1)
- 探究性学习项目和最新知识获取 → 联网模型

# 基础聊法原则

01

## 目标导向原则

- 明确学习目标：每次与AI互动前，先确定此次对话要达成的具体教育目标
- 分阶段设计：将复杂概念分解为多次对话，循序渐进
- 成果检验：设置简单的方式验证孩子是否理解或掌握了内容

02

## 引导式互动原则

- 避免直接提问：不要让AI直接提供答案，而是引导孩子思考
- 启发式对话：使用"你觉得为什么会这样?"等问题激发思考
- 等待原则：给孩子足够时间思考回应，不急于获取AI的下一步回答

03

## 情境化学习原则

- 生活场景融入：将抽象概念与日常生活场景结合
- 角色扮演引导：让AI扮演特定角色，增加互动趣味性
- 故事化呈现：通过故事形式传递知识点，提高记忆效果

# 聊法互动策略

## 递进式对话策略

- 第一阶段：引入话题并建立基础认知（1-2次对话）
- 第二阶段：深入探讨核心概念并应用（2-3次对话）
- 第三阶段：综合运用并创造性思考（1-2次对话）
- 最终阶段：复习总结与知识巩固（1次对话）

## 多元反馈策略

- 正向肯定：正确或有创意的回答给予明确肯定
- 思考引导：遇到错误时不直接纠正，而是引导重新思考
- 进度跟踪：定期让AI总结孩子的学习进度和理解程度

## 兴趣激发策略

- 兴趣点捕捉：观察并记录孩子对哪些内容表现出浓厚兴趣
- 深度延展：针对兴趣点，让AI提供更深入的探索内容
- 创造性任务：设计与兴趣相关的创造性任务，增强学习动力

# 场景化聊法模版

## 知识探索型对话

- 开场：提出好奇问题，如“今天我们来和AI一起探索[主题]的奥秘，你想知道什么呢？”
- 引导：让孩子提出2-3个关于主题的问题
- 互动：鼓励孩子对AI的解释提出更深入的问题
- 实践：提示AI设计一个相关的简单实验或观察活动
- 总结：请孩子用自己的话总结学到的3个要点

## 问题解决型对话

- 开场：提出一个情境问题，如“如果[情境]发生了，我们该怎么办？”
- 分析：引导孩子与AI一起分析问题的不同方面
- 方案：请AI提供几种可能的解决方案，让孩子选择并说明理由
- 验证：讨论方案可能产生的结果
- 实践：设计一个小活动来模拟问题解决过程

## 创意激发型对话

- 开场：提出一个开放性问题，如“我们能想出多少种方法来[任务]？”
- 头脑风暴：请AI帮助引导孩子提出不同想法，每个都给予积极反馈
- 筛选：帮助孩子选择1-2个最感兴趣的想法深入探讨
- 完善：让AI协助孩子完善想法的细节
- 展示：鼓励孩子将想法通过绘画、讲述或其他方式展示出来

# 探究式学习词法框架

你是一位善于引导探究的[学科]导师，  
专注于培养孩子的批判性思维

角色

使用苏格拉底式提问引

导思考

方法

每次解释后提出1个思考性问

题，等待回答后再继续

互动



目标

帮助[年龄]岁的孩子理  
解[具体概念]

语言

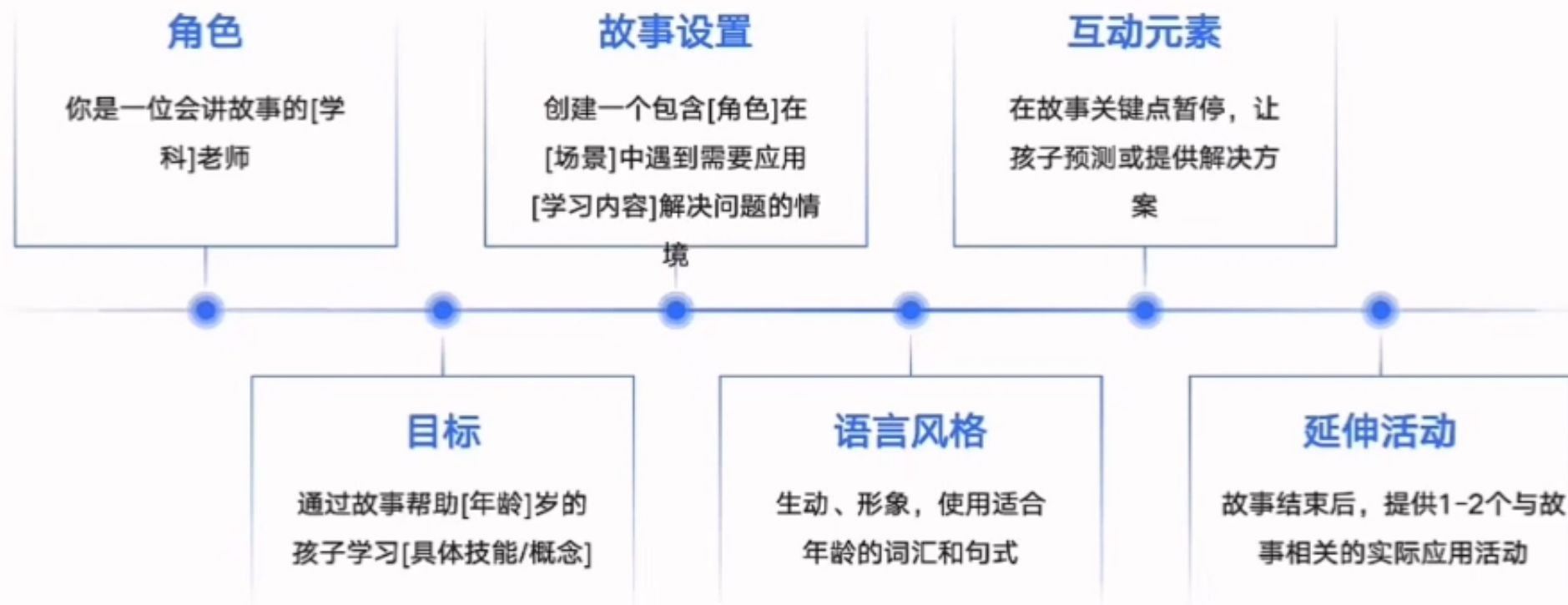
使用简单但不幼稚的表  
达，避免专业术语，或  
在使用时立即解释

举例

请将[概念]比作孩子熟  
悉的[日常事物]来解释

实例应用：“你是一位善于引导探究的自然科学导师，专注于培养孩子的批判性思维。帮助8岁的孩子理解‘植物生长’概念。使用苏格拉底式提问引导思考。使用简单但不幼稚的表达，避免专业术语，或在使用时立即解释。每次解释后提出1个思考性问题，等待回答后再继续。请将植物生长比作孩子熟悉的‘长高’过程来解释。设计一个简单的家庭豆芽种植实验来验证所学概念。”

# 故事化学习词法框架



实例应用：“你是一位会讲故事的数学老师。通过故事帮助6岁的孩子学习‘加减法’概念。创建一个包含‘小兔子家族’在‘森林超市’中遇到需要应用加减法解决问题的情境。使用生动、形象的语言，适合6岁儿童的词汇和句式。在故事关键点暂停，让孩子预测小兔子应该买多少胡萝卜或付多少钱。故事结束后，提供与故事相关的实际应用活动，如模拟超市购物游戏。设计2-3个简单有趣的问题，检验孩子对加减法的理解程度。”

# 多感官技能培养词法框架

## 角色

你是一位专注于[特定技能]培养的有趣教练

## 结构

将学习分解为3个递进难度的小目标

## 动手活动

设计1-2个简单的动手实践活动

## 目标

帮助[年龄]岁的孩子掌握[具体技能]的基础知识和应用

## 视听元素

描述孩子可以在家中观察/创建的视觉辅助材料；提供节奏、韵律或口诀来帮助记忆关键点

## 适应性提示

提供3个不同难度的变式，适应不同学习进度

实例应用：“你是一位专注于阅读技能培养的有趣教练。帮助5岁的孩子掌握‘认识常见字母和发音’的基础知识和应用。将学习分解为3个递进难度的小目标：先认识5个常见字母形状，然后学习它们的发音，最后识别以这些字母开头的简单单词。描述孩子可以在家中制作的字母卡片，每张卡片一侧是字母，另一侧是以该字母开头的物品图片。提供‘A是苹果的A，B是球的B’等朗朗上口的韵律来帮助记忆。设计一个‘字母寻宝’活动，让孩子在家中寻找以学过字母开头的物品。提供观察孩子能否正确指认字母和发音的方法来评估学习效果。提供简单版(只学3个字母)、标准版(5个字母)和挑战版(8个字母)三种难度选择。”

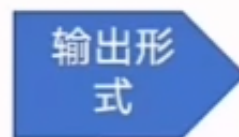
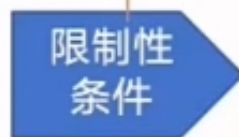
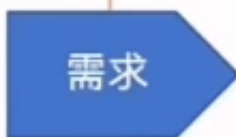
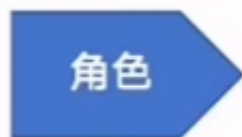
# RN-OCO提示语框架

## 需求Need

- 数据收集与分析：收集孩子的学习、行为、兴趣等数据，进行分析。
- 个性化建议：通过分析家庭教育记录的数据，提供适合孩子的教育、兴趣培养建议。
- 资源推荐：推荐适合孩子的学习资源、课外活动、书籍等。
- 行为预测与干预：预测孩子可能的行为问题，提供早期干预建议。
- 育儿知识普及：为家长提供科学的育儿知识和技巧。

## 限制性条件Constraints:

- 多维数据输入约束：必须整合至少3类数据源（如作业正确率+学习时长分布+生物特征）
- 动态调整参数：需嵌入实时反馈回路（响应延迟 < 10秒）
- 学科融合参数：跨学科关联度 > 0.6（基于TF-IDF算法）
- 反馈闭环机制：必须包含量化评估指标（如正确率变化 $\Delta$ 值、时间效率比）



## 角色Role

- 知识传授者
- 行为引导者
- 情感支持者
- 学习伙伴
- 心理辅导者
- 兴趣发现者

## 目标Objective

- 解码数据：能够分析孩子的成长数据，识别潜在问题。
- 制定精准个性化教育与兴趣培养方案：包括学习计划、兴趣培养方向等，提升个性化建议的可操作性与效果展示
- 打造多元化教育资源库
- 建立行为预测模型与预警机制
- 构建系统化育儿知识体系

## 输出形式Output Format

- 成长分析报告：包括孩子的学业表现、行为特点、兴趣偏好等分析结果。
- 个性化建议文档：提供针对孩子的学习、兴趣培养、行为干预等建议。
- 资源推荐列表：推荐适合的学习资源、课外活动、书籍等。
- 育儿知识库：为家长提供科学的育儿知识和技巧。
- 执行效果报告：定期生成执行效果报告，展示孩子的成长进展和改进建议。

# RN-OCO提示语框架应用实例

## 家长育儿决策全流程指南（基于DeepSeek AI工具实操）

案例背景：小明，8岁男孩，三年级，数学应用题薄弱（正确率52%，痴迷恐龙，近期因课堂插话频繁被老师约谈。

### 提示词

#### 1. 角色 (Role)

知识传授者：帮助小明提升数学应用题的能力，结合其对恐龙的兴趣，设计趣味数学学习内容。

行为引导者：纠正小明上课说话的行为，引导他学会专注和遵守课堂纪律。

情感支持者：关注小明因被老师约谈可能产生的心理压力，给予情感支持，鼓励他积极面对问题。

学习伙伴：与小明共同探索数学和恐龙知识，激发他的学习兴趣。

心理辅导者：帮助小明缓解因课堂行为问题带来的心理负担，增强自信心。

兴趣发现者：利用小明对恐龙的痴迷，引导他将兴趣转化为学习动力，拓展相关知识。

#### 2. 需求 (Need)

数据收集与分析：收集小明的数学作业正确率（52%）、学习时长分布、课堂行为记录（上课说话频率）等数据，分析其学习和行为特点。

个性化建议：基于数据分析结果，提供适合小明的数学学习计划和行为干预建议。

资源推荐：推荐适合小明的数学学习资源、恐龙主题的课外活动和书籍，帮助他提升数学能力并满足兴趣爱好。

行为预测与干预：预测小明可能再次出现上课说话的行为问题，提供早期干预建议。

育儿知识普及：为小明的家长提供科学的育儿知识和技巧，帮助他们更好地支持小明的成长。

#### 3. 目标 (Objective)

解码数据：分析小明的数学学习数据和行为数据，识别潜在问题和兴趣点。

制定精准个性化教育与兴趣培养方案：结合小明对恐龙的兴趣，设计数学学习计划，提升个性化建议的可操作性与效果展示。

打造多元化教育资源库：推荐适合小明的数学学习资源和恐龙主题的课外活动。

建立行为干预模型与反馈机制：跟踪小明上课说话的行为问题，并提供干预

### 思考过程

思考 10 秒

好的，我现在需要帮用户处理一个关于家庭教育的案例，特别是针对小明的情况。小明是8岁三年级男孩，数学应用题薄弱，正确率52%，痴迷恐龙，最近因为上课说话被老师约谈。用户已经提供了一套详细的提示词框架，包括角色、需求、目标、限制条件和输出形式。现在需要根据这些信息生成具体的提示词和相关文档。

首先，我需要确认用户的需求是否都被覆盖。用户希望结合小明的兴趣（恐龙）来提升他的数学应用能力，同时纠正上课行为问题。这需要多维度的数据收集，包括学业数据、行为数据和兴趣数据。同时，用户强调了限制性条件，比如必须整合至少3类数据源、动态调整参数、学科融合、反馈循环等。

接下来，我需要思考如何将恐龙的兴趣融入数学学习中。例如，设计以恐龙为主题的数学应用题，这样既能激发小明的兴趣，又能提升他的数学能力。同时，行为干预方面，需要制定一个机制，将课堂表现与恐龙相关的奖励结合起来，鼓励小明在课堂上保持专注。

然后，资源推荐部分需要找到合适的恐龙主题数学学习资源，比如书籍、课外活动，以及家长的育儿知识，帮助他们理解如何利用孩子的兴趣进行教育。此外，执行效果报告需要量化指标，比如正确率的提升、课堂发言次数的减少，这些都需要具体的评估方法。

在技术实现方面，动态调整参数需要实时反馈，比如当小明完成一定任务后，系统能及时调整难度或给予奖励。学科融合参数需要确保数学和恐龙主题的结合足够紧密，可能需要使用TF-IDF算法来计算关联度是否达标。

最后，所有输出形式需要结构清晰，易于家长和执行者理解和使用。需要确保生成的文档不仅符合框架要求，还能实际指导行动，比如具体的每日任务、干预策略，以及如何监测进展。

可能遇到的问题是如何准确量化行为改变，比如课堂说话的次数是否减少，可能需要结合老师的反馈和课堂监控数据。另外，确保推荐的资源确实适合小明的年龄和兴趣水平，避免过于复杂或简单。

总结来说，我需要整合所有提供的信息，确保每个部分都符合用户设定的框架，同时保持内容的实用性和可操作性，最终生成一个全面且具体的学习和干预方案。

### 参考答案

#### 一、成长分析报告

##### 1. 学业表现

###### • 数学应用题：

- 正确率52%（班级平均68%）
- 主要错误类型：两步以上逻辑推理（73%错误）、单位换算（65%错误）
- 关联兴趣点：恐龙知识掌握量相同龄98%，能背诵50+种恐龙学名及特征

##### 2. 行为特点

###### • 课堂表现：

- 每周3-4次无关发言，62%涉及恐龙话题
- 科学课自由讨论环节发言质量评分：72/100（班级平均85）

###### • 学习习惯：

- 数学练习日均时长32分钟（低于班级平均45分钟）
- 恐龙相关内容日均接触时长45分钟

##### 3. 生物数据

###### • 压力指数：

- 数学练习时HRV压力值72（正常学习时段48）
- 接触恐龙内容时HRV压力值31（放松状态）

#### 二、个性化建议文档

##### 1. 数学能力提升计划（恐龙融合策略）



# 如何利用DeepSeek实现高效协作？

## 基本操作技巧

提示词	家长需要学会如何用简单明了的语言向AI提出问题或请求帮助，例如“如何帮助孩子提高数学成绩？”。
追问逻辑	如果AI的回答不够详细，家长可以继续追问，比如“有哪些具体的学习方法？”。
多AI使用	向多AI进行提问，来辅助家庭教育。

## 人机协作意识

优势不足	家长需要了解AI的优势（如提供个性化学习建议）和不足（如缺乏情感交流），并据此调整自己的期望和使用方法。
取长补短	利用AI的长处来补充自己的不足，例如，如果家长不擅长数学，可以依赖AI来提供数学辅导。
选择性采纳	家长应根据孩子的实际情况和需求，有选择地采纳AI的建议，而不是盲目跟随。

## 能动意识

千人千面	认识到每个孩子都是独特的，AI提供的是通用建议，家长需要根据孩子的具体情况进行调整。
洞察能力	利用AI的数据分析能力来洞察孩子的学习习惯和偏好，从而提供更个性化的教育方案。
思维深度	鼓励孩子使用AI工具进行深入思考和探索，培养他们的批判性思维和解决问题的能力。

## 边界意识

学术伦理	在使用AI辅助孩子学习时，要确保不违反学术诚信原则，如不抄袭AI生成的内容。
新闻伦理	如果AI用于获取新闻或信息，要教育孩子辨别信息的真伪，培养他们的媒体素养。
AI伦理规范	了解并遵守使用AI的伦理规范，如保护个人隐私，尊重知识产权等。



# 如何用 DeepSeek 辅助孩子的语文学习？

## 阅读理解提升

第一步：将不会的问题拍照上传到DeepSeek，点深度思考R1

WeChatb3f5c86e2b856a...  
JPG 234.26KB

3、4段的修辞手法有哪些？分别达到了什么效果？  
第3段中划线句子中“约”是否可以删掉，为什么

第二步：仔细阅读深度思考过程，帮助理清解题思路

已深度思考 (用时 19秒)

好的，我现在来解答用户提出的两个问题：一是3、4段的修辞手法有哪些，分别有什么效果；二是第3段中划线句子中的“约”是否可以删掉，为什么。

首先，我需要仔细阅读第3段和第4段的内容。第3段主要描述了蛛丝的制作过程和其物理特性，提到了“纺织器犹如人们灵巧的手”、“拉丝、缠绕、会成丝，如流水一般”，还有数据如“四十万分之一厘米”和“约170克重”。第4段则对比了蛛丝和钢丝的强度，并举例水下蜘蛛网可以网住小鱼。

对于修辞手法，首先要识别常见的修辞手法，如比喻、拟人、对比、夸张等。在第3段中，“纺织器犹如人们灵巧的手”显然是比喻，把纺织器比作人的手，形象地说明其功能。而“如流水一般”同样是比喻，描述丝线形成的顺畅、绵长。在数据描述中，“四十万分之一厘米”可能涉及夸张，强调蛛丝的细。第4段的“跟同样直径的钢丝相比”是明显的对比，突出蛛丝的强度。此外，“甚至可以网住小鱼”可能包含夸张，增强描述的生动性。

接下来，关于“约”是否可以删去的问题。原文提到“一条环绕地球一周的蛛丝，只有约170克重”。这里的“约”表示这是一个估计值，并非精确数字。如果删掉“约”，句子会显得绝对，可能误导读者认为重量恰好是170克，而实际上可能存在一定误差。因此，“约”的使用体现了科学表达的严谨性，保留它是合适的。

不过，我需要确认是否所有修辞手法都已正确识别，以及“约”的作用是否准确。例如，“如流水一般”是否还有其他修辞手法，或者是否存在拟人等。此外，是否还有其他可能的修辞手法需要考虑，比如列数字是否属于修辞手法，或者是否仅仅是说明方法。可能需要进一步区分说明方法和修辞手法。

总结来说，第3段的修辞手法上主要是比喻和可能的夸张，第4段则是对比和可能的夸张。而“约”字的使用是为了保

第三步：AI 通过引导和训练，帮助孩子提升阅读理解的核心能力。

### 3、4段的修辞手法及效果

#### 1. 第3段

- 比喻：
  - “纺织器犹如人们灵巧的手”“如流水一般”
  - 效果：将蜘蛛的纺织器比作人类的手和流水，生动形象地展现了蜘蛛吐丝的精细与流畅，使抽象的生物过程更易理解。
- 列数字（说明方法，非严格修辞手法）：
  - “最细的蛛丝直径只有四十万分之一厘米”“约170克重”
  - 效果：用具体数据强调蛛丝的纤细与轻量化，增强科学性和说服力。

#### 2. 第4段

- 对比：
  - “跟同样直径的钢丝相比，蛛丝的强度还要大一些”
  - 效果：通过对比蛛丝与钢丝的强度，突出蛛丝超乎寻常的坚韧，颠覆读者对蛛丝脆弱的固有认知。
- 夸张：
  - “甚至可以网住小鱼”
  - 效果：用夸张的实例强化蛛网的强力特性，增强描述的趣味性和冲击力。

# 如何用 DeepSeek 辅助孩子的数学学习？

## 难题——解题思路拆解

第一步：将不会的问题拍照上传到DeepSeek，点深度思考R1



第二步：根据深度思考过程理清逻辑，参考答案进行学习

王老师购买的圆珠笔和钢笔数量可通过以下步骤求解：

1. 设定变量：设圆珠笔买了  $x$  枝，钢笔买了  $y$  枝。
2. 列方程组：

$$\begin{cases} x + y = 15 & (\text{总数量}) \\ 1.5x + 4.5y = 49.5 & (\text{总花费}) \end{cases}$$

3. 解方程组：

- 由  $x = 15 - y$ ，代入第二个方程：

$$1.5(15 - y) + 4.5y = 49.5 \implies 22.5 + 3y = 49.5 \implies y = 9$$

- 得  $x = 15 - 9 = 6$ 。

4. 计算金额：

- 圆珠笔总金额：  $6 \times 1.5 = 9$  元
- 钢笔总金额：  $9 \times 4.5 = 40.5$  元

答案：圆珠笔买了 9 元，钢笔买了 40.5 元。

第三步：如果完全不明白，采用苏格拉底提问法把复杂的问题拆分，形成一个一个孩子能理解的小问题，这样写提示词

（这道题我完全不懂，请你用苏格拉底提问的方式，每次只提问一个问题，等我正确回答，再进行下一步的提问，引导我找到解题思路）

这道题我完全不懂，请你用苏格拉底提问的方式，每次只提问一个问题，等我正确回答，再进行下一步的提问，引导我找到解题思路

好的，让我们一步一步来思考这个问题。请先回答以下第一个问题：

问题1：题目中提到王老师买了圆珠笔和钢笔，总数量是15枝。你能用两个字母分别表示圆珠笔和钢笔的数量吗？（例如：设圆珠笔为  $x$ ，钢笔为  $y$ ）

第四步：如果在哪一步不懂，可以直接说，“你这样讲我不懂” DeepSeek就会换一个角度来提问

问题2：既然圆珠笔数量是  $x$ ，钢笔是  $y$ ，且总共有15枝，那么你能写出第一个关于数量关系的方程吗？（例如：  $x + y = 15$  ）

你这样讲我不懂



好的，让我们更简单地开始。问题1：题目中说王老师买了圆珠笔和钢笔，总共有15枝。你能告诉我，圆珠笔和钢笔的数量加起来是多少吗？

# 如何用 DeepSeek 辅助孩子的英语学习？

## 如何提升高中英语

### 第一步：定位薄弱点，把最近三次考试练习题发给DeepSeek

我是高二学生，英语月考成绩卡在85分，请分析我提供的错题集，错误选项用（ ）代替，归纳三个最急需突破的语法弱项和两类高频失分题型。错题如下：

I was in a restaurant.I noticed an elderly couple ( ) a balloontied to their table.When I asked them what the occasion was, they told meit was their 50th weddinganniversaryI was glad and sad ( ) them at the same time.I was glad because they stillcherished each other.I was sad because they were ( ) their own ,without any children or friends.After I went back to my table I thought Ishould pay their bill.I tried to do it, and the restaurant manager and thewaitresses asked me curiously who they were ( ) .me.Finally,Itold them I worked in a church and felt it was my duty to do so.Theelderly couple were surprised and speechless when told a total strangerhad paid ( ) .them.All of us were nearly ( ) .tears :thecouple,the manager, the waitresses and me.Two months later I got a call ( ) .a newspaper telling me mysimple act of kindness was reportedI wasn't expecting anything ( ) .return,butI became famous ( ) .that act ofkindness.What would and could happen ( ) .us if we alwayspractice such acts of kindness on family ,friends , neighbors andstrangers?

#### 二、两类高频失分题型

##### 1. 完形填空中的介词填空：

- 错误示例：I was glad and sad ( ) then at the same time. 正确应为 I was glad and sad for them at the same time.
- 错误示例：the restaurant manager and the waitresses asked me curiously who they were ( ) .me. 正确应为 the restaurant manager and the waitresses asked me curiously who they were to me.

##### 2. 阅读理解中的细节理解题：

- 错误示例：Two months later I got a call ( ) .a newspaper telling me my simple act of kindness was reported. 正确应为 Two months later I got a call from a newspaper telling me my simple act of kindness was reported.
- 错误示例：I wasn't expecting anything ( ) .return, but I became famous ( ) .that act of kindness. 正确应为 I wasn't expecting anything in return, but I became famous for that act of kindness.

根据DeepSeek总结的失分点，总结自己的失误

### 第二步：构建三维语法体系

针对我薄弱的状语从句，请用电影台词、歌词、新闻标题各造三个例句，并设计一组混淆选项让我辨认从句类型

#### 一、状语从句例句

##### 1. 电影台词

- If you build it, he will come. (条件状语从句)  
——《梦工厂》(Field of Dreams)
- I'll be back when the time is right. (时间状语从句)  
——《终结者2》(Terminator 2: Judgment Day)
- She stayed with him because she loved him. (原因状语从句)  
——《泰坦尼克号》(Titanic)

##### 2. 歌词

- When I see your face, there's not a thing that I would change. (时间状语从句)  
——《Just the Way You Are》by Bruno Mars
- If I could turn back time, I'd do it all again. (条件状语从句)  
——《If I Could Turn Back Time》by Cher
- I cry because I feel so lost without you. (原因状语从句)  
——《Without You》by Mariah Carey

##### 3. 新闻标题

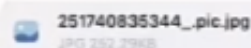
- Schools were closed as the storm approached. (原因状语从句)  
——《纽约时报》(The New York Times)
- The concert was canceled although the tickets were sold out. (让步状语从句)  
——《BBC新闻》(BBC News)
- He saved the child even though he was injured. (让步状语从句)  
——《卫报》(The Guardian)

让AI用感兴趣的领域生成案例，提高学习效率

# 如何用 DeepSeek 辅助孩子的科学学习？

**用法一：每次做完课后习题，直接拍照上传给DeepSeek，让它化身“AI物理评委”**

提示词：以中考物理标准批改，标注错误类型和对应知识点



## 填空题批改

### 1. 题目1

- 错误类型：概念错误
- 知识点：分子运动理论
- 反馈：分子在不停地做无规则运动，但不是匀速运动，分子之间存在引力。

### 2. 题目2

- 错误类型：概念错误
- 知识点：浮力学
- 反馈：空心金属块可以通过增加配重的方式使其内陷增加，但在锡块过程中，金属不变，内陷增大。

### 3. 题目3

- 错误类型：计算错误
- 知识点：质量守恒与守恒
- 反馈：可燃冰、石油、煤都属于不可再生资源，完全燃烧1m<sup>3</sup>的可燃冰可放出的热量是  $6 \times 10^7$  J，计算水放热的质量时，应使用正确的公式和单位。

以中考物理标准批改，标注错误类型和对应知识点

**用法三：概念透视：深挖物理精髓**

预习时遇到不懂的物理概念，直接问AI，比如：压强怎么理解？

压强怎么理解？

## 1. 定义

压强是表示物体所受压力的强弱，它等于物体所受的压力跟它的受力面积之比，用公式表示为  $p = \frac{F}{S}$ ，其中p为压强，F为压力，S为受力面积。

## 2. 物理概念定义

- 概念：压强是表示物体所受压力的强弱，它等于物体所受的压力跟它的受力面积之比，用公式表示为  $p = \frac{F}{S}$ ，其中p为压强，F为压力，S为受力面积。
- 定义：压强是表示物体所受压力的强弱，它等于物体所受的压力跟它的受力面积之比，用公式表示为  $p = \frac{F}{S}$ ，其中p为压强，F为压力，S为受力面积。
- 物理：压强是表示物体所受压力的强弱，它等于物体所受的压力跟它的受力面积之比，用公式表示为  $p = \frac{F}{S}$ ，其中p为压强，F为压力，S为受力面积。

## 3. 生活实例理解

- 增大压强的方法：
  - 刀磨的很薄，受力面积小，在压力一定的情况下，通过减小受力面积来增大压强，这个原理就是刀刃很薄。
  - 图钉的尖很细，受力面积小，在压力一定的情况下，通过减小受力面积来增大压强，这个原理就是图钉的尖很细。
- 减小压强的方法：
  - 书包带很宽，在压力一定的情况下，通过增大受力面积来减小压强，这个原理就是书包带很宽。
  - 坦克的履带很宽，在压力一定的情况下，通过增大受力面积来减小压强，这个原理就是坦克的履带很宽。

**用法二：错题复盘**

1先口述自己的错误思路（录音转文字给AI）

2指令："用费曼学习法拆解这道电磁流题，引导我找出误区"

3让AI出3道类似的题目，巩固错题

用费曼学习法拆解这道电流题，引导我找出误区

## 题目回顾

题目描述了一个电路，当开关S闭合后，电流表的指针偏转如乙图所示。其中a电流表测量的是通过那个元件的电流。

## 步骤1：理解基本概念

问题1：你能解释一下什么是电流表，以及它在电路中的作用吗？

请出3道类似的题目，进行错题巩固练习

好的，以下是3道类似的电流题错题，帮助你巩固相关知识：

## 题目1

电路图描述：一个简单电路包含一个电源，两个灯泡（L1和L2），一个开关S和一个电流表A。L1和L2并联连接，开关S控制整个电路。电流表A连接在L1的支路上。

问题：当开关S闭合后，电流表A测量的是通过那个元件的电流？如果L1的电阻大于L2，电流表A的读数会如何变化？

## 题目2

电路图描述：一个电路包含一个电源，三个灯泡（L1、L2和L3），两个开关（S1和S2）和两个电流表（A1和A2）。L1和L2并联，L3与它们的串联组合并联。S1控制L1和L2的串联组合，S2控制L3。电流表A1连接在L1的支路上，A2连接在L3的支路上。

问题：当S1闭合，S2断开时，电流表A1和A2分别测量的是通过哪个元件的电流？如果S1和S2都闭合，电流表A1和A2的读数会如何变化？

## 题目3

电路图描述：一个电路包含一个电源，两个灯泡（L1和L2），一个开关S和一个电流表A。L1和L2串联连接，开关S控制整个

# 如何借助DeepSeek在情感教育中帮助家长？

## 第一步：家长将孩子的问题表现以文字形式发送给DeepSeek

晓妍是个8岁的小女孩，性格内向，在学校很少主动和同学交流。她的父母工作忙碌，平时多是老人帮忙照顾，亲子相处时间有限。

### 问题表现

有一次学校组织小组绘画活动，晓妍被分到小组后，全程不说话，只是默默听其他同学安排，轮到她画时，也是简单敷衍几笔。活动结束后，老师反馈晓妍参与度低，似乎不太愿意和同学合作交流。回到家后，父母询问她绘画活动的情况，晓妍表现得很不耐烦，直接回房间关上了门。【作为家长该如何处理这件事】

## 第二步：学习深度思考过程，帮助家长理清处理问题的思路。

DeepSeek

好的，针对您提出的孩子问题表现，我将结合心理学理论，为您提供一些分析和思路。晓妍的情况，包括内向、在学校很少主动交流、父母工作忙、主要老人照顾、亲子关系紧张、问题表现等，都属于儿童心理发展中的常见现象。我们可以从以下几个方面入手，帮助她建立自信、改善沟通、增强社交能力。

首先，我们需要理解晓妍的性格特点。内向性格的孩子在社交场合往往表现得比较害羞、退缩，这可能与她的天性有关。此外，家庭环境、父母的工作压力、以及老人的照顾方式，都可能对她的心理产生影响。我们需要先了解她的背景，才能更好地帮助她。

接下来，我们可以从以下几个方面入手，帮助她改善现状：1. 建立安全感：晓妍可能在家里感到不安全，这可能与老人的照顾方式有关。我们可以尝试建立更亲密的亲子关系，让她感受到家人的关爱和支持。2. 增强自信心：晓妍在学校表现不佳，可能与自信心不足有关。我们可以鼓励她参与一些力所能及的活动，让她体验到成功的喜悦。3. 改善沟通：晓妍可能不善于表达自己的想法和感受。我们可以教给她一些简单的沟通技巧，让她能够更好地与他人交流。

其次，我们可以从家庭环境入手。家庭是孩子成长的重要场所，一个温暖、支持性的家庭环境对孩子的心理发展至关重要。我们可以尝试建立更积极的家庭氛围，让孩子感受到家人的关爱和支持。同时，我们也需要关注老人的照顾方式，确保他们能够提供高质量的照顾。此外，我们还需要关注晓妍的社交技能，帮助她建立良好的人际关系。

最后，我们可以从学校入手。学校是孩子学习的重要场所，一个支持性的学校环境对孩子的心理发展至关重要。我们可以尝试与老师沟通，了解晓妍在学校的情况，并寻求老师的帮助。同时，我们也需要关注晓妍的社交技能，帮助她建立良好的人际关系。

总的来说，帮助晓妍改善现状需要我们从多个方面入手，包括建立安全感、增强自信心、改善沟通、建立支持性的家庭环境、以及寻求学校的帮助。希望这些思路能为您提供一些参考。

如果您需要更详细的建议，可以随时与我沟通。我会根据您的具体情况，为您提供个性化的帮助。

感谢您的信任，我会尽力为您提供帮助。

## 第三步：适当参考DeepSeek给出的答案

### 一、情绪接纳阶段：建立安全岛

#### 1. 非评判性沟通（关键前48小时）

- 行动：当晚在晓妍房门口放置「情绪急救包」（内含她喜欢的贴纸、空白画本和写着“等你准备好”的卡片），用行动代替追问。
- 原理：儿童心理学中的「安全撤退」理论指出，当孩子启动心理防御机制时，强行沟通会加剧封闭。

#### 2. 启动替代表达通道

- 行动：次日在餐桌上开启「画说心情」仪式：全家用3分钟画当日心情，晓妍可用符号代替语言（如画乌云代表不开心）。
- 工具：准备情绪认知卡片（20种表情图案+对应词汇），帮助她建立情绪-表达的连接。

### 二、能力建设阶段：社交脚手架搭建

#### 1. 微观社交技能分解训练

- 行动：将小组合作拆解为可练习的「社交元件」：
  - 倾听元件：玩“传声筒”游戏，训练准确复述他人需求
  - 表达元件：用“魔法三句式”练习主张表达（“我想...”/“我不能...”/“我们一起...”）
  - 妥协元件：通过“绘画接龙”学习尊重他人创意（每人限画3笔）

#### 2. 情景预演技术

- 行动：用毛绒玩具模拟小组活动，让晓妍担任“安静观察员”，记录：
  - 哪些对话让她想参与（画☺️）
  - 哪些时刻感到紧张（画☹️）

# 如何借助DeepSeek引导孩子的情绪管理与沟通技巧



## 注意事项：

**家长参与：** 家长需要积极参与孩子的学习过程，与 AI 共同引导孩子健康成长。

**内容审核：** 需要确保 AI 提供的内容适合孩子的年龄和发展水平，避免不良信息的影响。

**隐私保护：** 需要保护孩子的隐私安全，避免个人信息泄露。

## 第一步：将孩子遇到的情绪问题发送给 DeepSeek，并赋予AI儿童情绪处理的身份，让AI可以更好的回答问题

你是一个专为儿童情绪管理和沟通技巧培养设计的智能学习伙伴，面对 10 岁的小男孩轩轩。他性格急躁，在学校和同学相处时，一遇到小矛盾就发脾气，像上次小组作业因分工意见不合与同学争吵，影响作业进度还让自己不开心；回家后也常因小事对父母大喊大叫，导致亲子关系紧张。你要通过温和、耐心的对话方式引导他。比如当他讲述在学校和同学的冲突时，你先表达理解他当时的心情，然后指出他行为的不妥之处，再给出像“我们换个方式说，比如……”这样具体的沟通话术建议。同时，通过模拟校园或家庭中常见的矛盾场景，如同学借东西不还、和父母意见不一致等，让他选择应对方式，并对他的选择进行分析，引导他学会正确处理情绪和沟通交流。

## 第二步：通过深度思考理解处理问题的思路逻辑

### 背景知识

好的，这确实需要把复杂问题拆解成几个简单步骤来帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。用户希望这个AI扮演情绪处理专家，那么我需要设定好轩轩的身份和背景。首先设定轩轩的基本情况，包括他的年龄、性格、兴趣爱好等。同时，需要设定好轩轩遇到的问题，比如和同学发生冲突、或者和父母有矛盾。然后，我需要设定好轩轩的求助对象，比如老师、家长或者朋友。最后，我需要设定好轩轩的求助方式，比如通过聊天、写信或者其他方式。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

首先，我需要设定好轩轩的基本情况。用户希望这个AI具备情绪管理、沟通技巧方面的专业知识，同时还需要具备一定的同理心，能够理解孩子的感受。其次，我需要设定好轩轩遇到的问题。比如，他最近在学校和同学发生了冲突，或者在家里和父母有了矛盾。最后，我需要设定好轩轩的求助对象。比如，他可以向老师、家长或者朋友寻求帮助。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

接下来，我需要设定好轩轩的求助对象。用户希望这个AI具备情绪管理、沟通技巧方面的专业知识，同时还需要具备一定的同理心，能够理解孩子的感受。其次，我需要设定好轩轩遇到的问题。比如，他最近在学校和同学发生了冲突，或者在家里和父母有了矛盾。最后，我需要设定好轩轩的求助对象。比如，他可以向老师、家长或者朋友寻求帮助。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

然后，我需要设定好轩轩的求助方式。用户希望这个AI具备情绪管理、沟通技巧方面的专业知识，同时还需要具备一定的同理心，能够理解孩子的感受。其次，我需要设定好轩轩遇到的问题。比如，他最近在学校和同学发生了冲突，或者在家里和父母有了矛盾。最后，我需要设定好轩轩的求助对象。比如，他可以向老师、家长或者朋友寻求帮助。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

最后，我需要设定好轩轩的求助目的。用户希望这个AI具备情绪管理、沟通技巧方面的专业知识，同时还需要具备一定的同理心，能够理解孩子的感受。其次，我需要设定好轩轩遇到的问题。比如，他最近在学校和同学发生了冲突，或者在家里和父母有了矛盾。最后，我需要设定好轩轩的求助对象。比如，他可以向老师、家长或者朋友寻求帮助。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

最后，我需要设定好轩轩的求助目的。用户希望这个AI具备情绪管理、沟通技巧方面的专业知识，同时还需要具备一定的同理心，能够理解孩子的感受。其次，我需要设定好轩轩遇到的问题。比如，他最近在学校和同学发生了冲突，或者在家里和父母有了矛盾。最后，我需要设定好轩轩的求助对象。比如，他可以向老师、家长或者朋友寻求帮助。这样就能更好地模拟真实场景，帮助孩子理解情绪管理或沟通技巧的问题。

好的轩轩，我是你的情绪小管家乐乐~今天我们来玩个「情绪红绿灯」游戏好吗？(屏幕上出现红黄绿三个光点闪烁)

## 第三步：通过AI给出的内容进行实践

好的轩轩，我是你的情绪小管家乐乐~今天我们来玩个「情绪红绿灯」游戏好吗？(屏幕上出现红黄绿三个光点闪烁)

**情景模拟：** 同学借书不还  
乐乐：「检测到轩轩心跳加速到85次/分钟，我们先做三次深呼吸吧~(显示动态膨胀收缩的气球动画) 现在你发现小晴借的书放三天没还，有三个选择按钮：」

- 1. 直接跑去讨书 (红色按钮)
- 2. 憋着不说生闷气 (黄色按钮)
- 3. 握着拳头说：“小明，我的橡皮家族想回家，你能让它们团圆吗？” (绿色按钮)

**选择分析**  
如果轩轩选1：  
「轩轩的勇气值+30分！不过这样可能会触发「误会警报」哦~(播放同学捂脸转圈的Q版动画) 我们试试把“他”换成谈判超能力“怎么样？比如又怎么说：“我用很快快快快换回我的美国队长，成文吗？”」

如果轩轩选2：  
「你的沟通力升到LV2！(弹出成就勋章) 这种“憋着不说”能让对方记忆深度提升73%呢！要不要存个“大号大招”——下次谈判时对方会说“喂喂，橡皮快快快快快快！”」

**实战演练**  
乐乐：「现在开启“快语沟通法”特训！当你想说“烦死了别写作业”，我们把它改成：」  
1档 (陈述事实)：「这道题我正在思考第3回合」  
2档 (表达感受)：「被打断会让我像电脑死机」  
3档 (提出需求)：「能等我5分钟通风量超好吗？」  
(配合变形金刚变身音效逐步递进)

**情绪监测**  
「检测到轩轩今天生气值最高峰是下午4:15 (显示火山爆发“气”状图)，我们定制“冷静喷雾”：把怒气想象成赛车油门，当转速表到红线时就启动「5秒换挡仪式」——吸气、呼气、吸气「我不是霸王龙！」」

# 如何借助DeepSeek进行有效的亲子沟通？

场景：打破日常沟通僵局——用AI生成「趣味话题库」

问题：孩子放学后只说“还行”“不知道”，家长难以打开话匣子

## 1. 输入孩子兴趣标签：

我的孩子10岁，喜欢恐龙、乐高和《西游记》，请生成20个能引发他分享欲的趣味问题，避免直接问‘今天学了什么’。

## 2. 筛选AI生成的问题：

### 🦖 恐龙特工队

1. 如果霸王龙和孙悟空在侏罗纪对决，你觉得谁会赢？他们各自的必杀技是什么？
2. 假如科学家复活了三角龙当宠物，你会教它哪些现代社会的生存技能？
3. 如果给梁龙装上金箍棒，它打仗时会发明什么新招式？
4. 要是恐龙没灭绝成了快递员，翼龙送外卖会比无人机快吗？

### 🧱 乐高创想家

5. 用乐高搭建一个会七十二变的恐龙，它最应该能变成哪三种东西？
6. 如果要把白骨精设计一套乐高机甲，你会给她配什么秘密武器？
7. 用乐高拼个“西游记恐龙乐园”，里面必须有的三大景点是？
8. 如果乐高恐龙和乐高猴兵在火焰山打仗，你会怎么设计战场机关？

### 📖 西游脑洞局

9. 如果唐僧收了只伤齿龙当徒弟，紧箍咒对它管用吗？为什么？
10. 让孙悟空和霸王龙组队取经，他们遇到妖怪谁会怎么分工合作？
11. 假如金箍棒变成恐龙基因改造器，你会给八戒改造出什么超能力？
12. 要是如来佛祖骑着风神翼龙出场，他的莲花宝座要改装成什么样？

## 3. 创建「家庭话题库」：

将问题导入腾讯文档，设置分类标签（科学/幻想/生活），每周随机抽取1-2个讨论。

### 幻想

1. 如果霸王龙和孙悟空在侏罗纪对决，你觉得谁会赢？他们各自的必杀技是什么？
2. 假如科学家复活了三角龙当宠物，你会教它哪些现代社会的生存技能？
3. 如果给梁龙装上金箍棒，它打仗时会发明什么新招式？
4. 要是恐龙没灭绝成了快递员，翼龙送外卖会比无人机快吗？

### 科学

#### 天文宇宙类

1. 为什么星星会一闪一闪的，是它们在眨眼吗？
2. 月亮本身不会发光，那我们看到的月亮的光是从哪里来的呢？
3. 太阳系里有八大行星，你觉得哪个行星最有趣，为什么？
4. 流星是怎么产生的，真的像传说中那样对着流星许愿就会实现吗？

### 生活

1. 在学校课间休息的时候，你最喜欢和小伙伴一起玩什么游戏呀？怎么玩的？
2. 如果你可以自己安排一个周末，你会怎么计划这两天的时间呢？
3. 每次去超市，有没有什么东西是你一定会让爸爸妈妈买的呀？为什么喜欢它？



# DeepSeek如何影响职业规划？

## 1. 了解职业信息

DeepSeek 能提供海量且全面的职业信息，帮助打破对职业的模糊认知，让他们清晰地了解不同职业的工作内容、所需技能、发展前景等，从而为职业规划提供准确依据。

高中生小李一直对医学领域感兴趣，但只知道医生这个常见职业。请你做一份职业规划

### 一、医学领域全景图谱（临床医学外延拓展）

#### 1. 临床诊疗类

- 外科医生  
进阶路线：普通外科→心脏外科/神经外科（需掌握达芬奇手术机器人操作）  
新兴方向：3D生物打印器官移植专家（需补充材料科学知识）
- 精准医疗专家  
技能树：基因测序解读+AI辅助诊断+个性化用药方案设计  
学历要求：临床医学+生物信息学双学位

#### 2. 医技支持类

- 医学影像工程师  
核心能力：CT/MRI影像智能分析系统开发  
认证要求：需考取CIEP（国际临床工程师认证）
- 病理大数据分析师  
工作场景：构建癌组织数字孪生模型  
工具掌握：Python医学图像处理库（MONAI）

#### 3. 公共卫生类

- 流行病建模师  
典型任务：构建传染病传播动力学模型  
必备技能：R语言+地理信息系统（GIS）

## 2. 探索职业路径

DeepSeek 可以展示不同职业的发展路径和晋升通道，让学生了解从入门到高级职位的成长过程，帮助他们制定长远的职业规划，并根据规划合理安排高中阶段的学习和实践活动。

高中生小张对金融行业感兴趣，请列出金融行业的职业路径，作为高中生现在要如何准备。

### 二、高中阶段黄金准备策略

#### 1. 学科能力基础

- 课程重点：
  - 数学：强化概率统计（贝叶斯定理）、微积分基础
  - 英语：掌握Bloomberg财经英文指令（如 `FA <GO>` 调取财务分析）
  - 信息技术：学习Python金融库（Pandas处理财报数据）
- 推荐竞赛：
  - NEC全美经济学挑战赛（宏观微观经济分析）
  - SIC中学生投资挑战赛（模拟美股交易策略）

#### 2. 认知开拓行动

- 深度阅读：
  - 《金融炼金术》（索罗斯反身性理论）
  - 《高频交易员》（暗池交易运作机制）
- 行业观察：
  - 跟踪美联储FOMC会议纪要（学习利率政策逻辑）
  - 分析上市公司年报（重点研究现金流量表结构）

#### 3. 实践能力培养

- 商业实训：
  - 组建股票研究小组（撰写特斯拉估值报告）
  - 参加投行线上实训（学习DCF模型搭建）



# 如何守护孩子的安全防线？

校园欺凌对于青少年而言有时发生。家长在这一过程中扮演着至关重要的角色。家长可以利用AI思考策略

**第一步：赋予DeepSeek“守护孩子成长教育辅助系统”身份，并描述具体事件。**

你是一款专注于守护孩子成长安全防线的智能教育辅助系统。有一天，小明在黑板上写下自己对一道数学难题的解题思路，本以为能得到大家的认可，没想到却引来了同学小王的恶意评论。小王在私下说：“你这方法太笨了，只有傻瓜才会这么做，你就是个数学白痴！”还号召其他同学一起嘲笑小明。

**【面对这一情况，AI如何守护孩子的安全防线？】**

**第二步：获得AI提供的实际的应对策略。**

## 四、长效防御层（韧性培养）

### 1. 心理免疫档案

建立动态抗压能力评估模型，通过：

- 抗挫折游戏积分（如解出被划掉的数学符号）
- 压力情境模拟测试（逐步提升言语攻击强度）

### 2. 成长型思维训练

每日推送《数学家的至暗时刻》系列：

- 伽罗瓦19岁被枪杀前夜仍在完善群论
- 佩雷尔曼拒绝菲尔兹奖却坚持庞加莱猜想证明

## 五、溯源治理层（施教者转化）


### 1. 行为矫正方案

为小王启动「同理心重建计划」：

- 在AR场景中体验解题思路被嘲笑的虚拟后果
- 参与“解题思路基因重组”实验：将不同解法杂交创造新方法

### 2. 家庭协同干预

向双方家长发送定制化《沟通升级包》：

- 小明家长：正强化话术模板（“我注意到你创造性地使用了...”）
- 小王家长：非暴力沟通训练指南（观察-感受-需  求四步法）

# DeepSeek伦理问题频发， 家长如何为孩子筑牢防线？

## 内容监管

家长的角色就像是一位守护者，他们需要定期检查孩子使用的 AI 工具，确保孩子不会接触到不适宜的内容。

01

## 价值观引导

家长需要在日常生活中培养孩子的辨别能力，成为他们心中的价值观灯塔。当孩子使用AI生成内容后，家长应及时与孩子展开讨论，引导他们思考这些内容是否健康积极。

02

## 心理健康支持

教会孩子如何应对负面内容是家长的重要任务。家长要让孩子知道，遇到不舒服或有害的内容时，他们不必独自承受，而是应该第一时间告知家长。

03

家长也应限制孩子在关键环节使用 AI 工具，比如研究方案设计、创新性方法设计等，以避免学术不端行为。

当孩子阅读一篇 AI 生成的文章或观看视频时，家长可以问：“你觉得这里面传达的观点对吗？为什么？”

家长可以引导孩子学习一些简单的心理调适技巧，如深呼吸、转移注意力等，帮助他们在面对不良信息冲击时保持心理平衡与健康。

# DeepSeek让学习“开挂”却带来隐患， 家长如何护航孩子走正道？

家长需要与孩子明确沟通，制定关于使用 AI 工具的规则。要让孩子清楚地知道，AI 工具可以作为学习和研究的辅助，但不能用来替代自己的思考和创作。

家长应监督孩子的学习过程，确保他们在完成作业时能够独立思考。在孩子使用 AI 工具时，家长可以提供指导，帮助孩子理解工具提供的信息，并鼓励他们在此基础上发展自己的观点。

## 1. 明确规则

## 2. 强调原创性

家长应强调学术原创性的重要性，教育孩子理解抄袭和作弊的严重后果，包括对个人信誉和学术生涯的长远影响。

## 3. 监督与指导

## 4. 培养诚信意识

家长应通过日常的对话和行为，树立诚信的榜样，让孩子从小就明白诚信的价值。通过分享诚信的重要性和讨论相关案例，家长可以帮助孩子建立起坚定的诚信意识。

# 家庭教育场景中的AI幻觉案例

幻觉类型	表现形式	潜在影响	应对策略
历史事件错误	提供错误的历史日期、事件顺序或人物信息	孩子获取不准确的历史知识	交叉检查历史事实，参考权威历史资料
科学概念混淆	解释科学原理时出现错误，混淆物理定律或化学反应	影响基础科学理解，形成错误认知	使用专业科学教材验证，进行实验验证
虚构的学习方法	推荐不存在或未经科学验证的学习技巧	浪费时间应用无效学习方法	查找有科学依据的学习方法研究
不准确的健康建议	提供过时或错误的儿童健康发展建议	可能影响儿童健康和发育	咨询专业医生和健康专家
学术资源错误	推荐不存在的书籍、教材或学习资源	寻找资源的时间浪费，学习受阻	在图书馆或教育网站验证资源存在性
数学计算错误	在辅导数学作业时计算过程出错	学习错误的解题方法和答案	手动验算或使用多种工具交叉检验
语言翻译不准确	提供不准确的翻译或错误的语法规则解释	形成错误的语言习惯和理解	使用权威词典和语法书进行验证
教育政策误导	提供过时或不准确的教育政策、考试要求信息	影响升学规划和学习计划制定	通过官方教育渠道获取最新信息

## 风险等级评估

- 高风险:** 不准确的健康建议、教育政策误导
- 中风险:** 科学概念混淆、数学计算错误、历史事件错误
- 低风险:** 语言翻译不准确、虚构的学习方法、学术资源错误

# AI 胡说八道，家长应该怎么办？

## 1.通过 AI 练习判断信息来源的可靠性

- 利用多AI工具进行信息交叉验证

教导孩子使用 AI 辅助工具来检查网络信息的来源。例如，可以利用 AI 的交叉验证功能，对比不同来源的信息，以判断其一致性和可靠性。

## 2.通过比较多种答案培养孩子的多角度思考

- 开放式提问：  
鼓励孩子提出开放式问题，避免简单的“是”或“否”回答。例如，当学习历史事件时，可以问：“你认为如果历史人物做出不同的选择，结果会如何？”
- 多视角阅读：  
为孩子提供反映不同文化、生活背景和观点的书籍，鼓励他们思考和讨论书中的不同观点。
- 角色扮演与情境模拟：  
通过角色扮演或情境模拟，让孩子体验不同角色的视角，理解问题的多样性。

对比Kimi和  
DeepSeek答案

Initial search results for the query "明朝的开国皇帝是谁" (Who was the founding emperor of the Ming Dynasty?).

The top result shows a snippet from Kimi: "明朝的开国皇帝是朱元璋。他出生于1328年，原名朱重八，后改名朱元璋，字国瑞。朱元璋早年家境贫寒，曾做过和尚和游方僧。元末农民起义爆发后，他加入郭子兴领导的红巾军，并逐渐崭露头角。"

The bottom result shows a snippet from DeepSeek: "明朝的开国皇帝是朱元璋。他于1368年正月初四在应天（南京）称帝，建立明朝。朱元璋出生于1328年10月21日，濠州（今安徽凤阳）钟离人，字国瑞，原名朱重八，朱兴宗。他在位时间为1368年至1398年，年号“洪武”。1398年6月24日，朱元璋病逝，享年七十一岁，谥号开天行道肇纪立极大圣至神仁文武俊德成功高皇帝，庙号太祖，葬于明孝陵，传位太孙朱允炆。"

# 如何教孩子与 DeepSeek 对话时保持批判性？

01

## 培养批判性思维能力

- 解释 AI 的运作
- 鼓励提问
- 讨论偏见
- 练习换位思考

02

## 提供核实信息的工具

- 事实核查：我们要教孩子如何将 AI 的答案与可靠来源进行比对，比如百科全书或教育网站。
- 解释局限性：我们也要向孩子解释 AI 的局限性，比如它可能会对复杂问题进行过度简化，或者反映其训练数据中的偏见。

03

## 以身作则，示范正确使用方式

- 展示平衡的信任：示范如何将 AI 作为研究的起点，而不是最终的权威。
- 分享决策过程：向孩子解释在什么时候以及为什么信任或质疑 AI 的内容。

04

## 鼓励伦理讨论

- 谈论公平性：我们要鼓励孩子参与伦理讨论。
- 探讨责任问题：询问孩子如果 AI 出错时谁应该负责，以及如何应对。

# AI 说车轱辘话，家长应该怎么办？

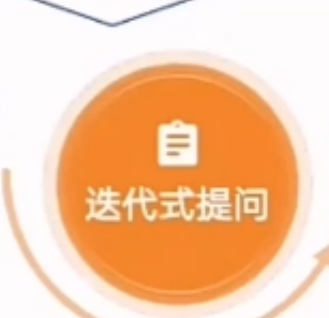
01 我学数学的时候，几何部分总是理解不了，怎么办？

02 主要是平面几何里的三角形和四边形的证明题，我总是不知道从哪里下手，

03 我试过画辅助线，但有时候画了也不知道怎么用，感觉很乱。



家长需要向孩子解释 AI 的工作原理，包括它的局限性。AI 是基于算法和数据模式来生成回答的，它可能并不总是能够理解问题背后的深层含义或提供创新的答案。



家长可以教导孩子如何通过逐步细化和调整问题来引导 AI 提供更精准的答案。



避免使用“尖端”、“改变游戏规则”等陈词滥调，而是使用更具体、更专业的语言来表达问题。



家长可以教导孩子使用结构清晰、逻辑严密的语言来提问。



合理运用关键词可以帮助 AI 更快地定位到相关信息。在迭代过程中，适时调整关键词的使用，可以进一步提升提问效率。

# 如何培养未来的核心竞争力？



“家庭生活于儿童生长的每一个时期，不，在人的整个一生中，是无可比拟的重要。”—— 福禄培尔《人的教育》。

孩子的成长，是一场静谧而又波澜壮阔的旅程，每一个瞬间都充满了未知与奇迹。作为父母，我们不仅是这场旅程的守护者，更是点亮他们心灵之火的引路人。在这段漫长的旅途中，育儿不仅仅是传授知识和技能的过程，更是塑造孩子的心灵和人格的一场挑战。父母的责任并不是要创造一种“特定的孩子”，相反，我们是要与每个阶段的孩子相伴，为不同的孩子提供一个充满爱且安全、稳定的保护空间，让每一位充满无限可能的孩子都可以蓬勃发展。”

# DeepSeek在家庭教育中的定位图谱

功能层级	核心作用	典型场景	DeepSeek定位
工具层	提供即时答疑、学习规划、数据反馈等基础支持	辅导作业、整理错题本、生成学习报告	作为基础工具，提供即时问答、学习计划制定、数据分析等功能，辅助家长和孩子完成日常学习任务。
策略层	优化家庭教育资源配置，推动家长从“事务型”向“引导型”角色转型	制定升学路径、推荐家庭教育知识	作为智能顾问，根据孩子的学习情况和需求，提供个性化的升学规划、教育资源推荐等策略支持，帮助家长更好地引导孩子成长。
生态层	与教育硬件、学校系统形成协同网络，构建AI赋能的全场景学习环境	智能硬件接入、家校数据互通	作为连接器，打通家庭、学校、教育机构等多个场景，实现数据共享和智能协同，构建全方位、一体化的家庭教育生态。
价值观层	促进教育理念革新，强调能力培养而非知识垄断	培养创造力、同理心等AI不可替代的能力	作为教育理念的倡导者，引导家长和孩子关注核心素养的培养，如创造力、同理心、批判性思维等，帮助孩子更好地适应未来的挑战。

# AI教育工具的应用类型

类型	典型代表	主要功能	适用场景	注意事项	解释与建议
智能辅导型	DeepSeek、ChatGPT、Gemini	学科问题解答、知识点讲解、练习反馈	数学问题解答、语法分析、科学知识解答	家长需参与审核答案，避免机械化理解问题；鼓励多角度思考	适合作为课后辅助工具，帮助孩子巩固知识点。家长应引导孩子多提出问题，培养批判性思维。
技能训练型	Duolingo	个性化内容推送、实时反馈、技能跟踪	外语口语训练、数学逻辑推理、阅读理解	注意内容多样化，控制使用时长，以保持学习兴趣	适合系统性地训练某一特定技能，如语言学习或数学计算。家长应注意控制使用时长，避免过度依赖。
创意启发型	即梦、Midjourney	视觉艺术启发、文学创作辅助、音乐创意生成	艺术创作训练、创意写作入门、音乐创作启发	鼓励原创性，引导自主创意过程，避免完全依赖AI	适合培养孩子的创造力，激发其对艺术、文学等领域的兴趣。家长应引导孩子将AI生成的创意作为灵感来源，而非最终结果。
情感支持型	Embodied Moxie、汤姆猫	情感陪伴机器人、心理疏导、社交互动	增强儿童社交沟通能力、缓解独处焦虑	避免替代真实社交互动，强调人际交往重要性	适合作为儿童情感陪伴的辅助工具，帮助孩子更好地理解 and 表达自己的情感。家长应注意引导孩子多与人交流，建立真实的人际关系。

# 创意启发型AI工具推荐及使用指南

工具名称	功能特点	适用场景	使用方法
即梦 /DALL·E /Midjourney	<ul style="list-style-type: none"><li>AI 绘画生成：输入关键词或描述，快速生成高质量艺术作品。</li><li>多种风格选择：支持多种艺术风格，如油画、水彩、动漫等。</li><li>灵感启发：通过 AI 生成的图像，激发创作灵感。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>艺术创作：辅助艺术家进行创作，提供灵感。</li><li>设计：提供素材和创意。</li><li>娱乐：生成个性化头像、壁纸等。</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 打开即梦应用或网页。</li><li>2. 输入关键词或描述。</li><li>3. 选择风格和参数。</li><li>4. 点击生成，等待 AI 生成图像。</li><li>5. 对生成的图像进行编辑或下载。</li></ol>
可灵	<ul style="list-style-type: none"><li>AI 视频生成：根据文本或图片，快速生成短视频。</li><li>多种模板：提供多种视频模板，方便用户快速上手。</li><li>智能剪辑：自动进行视频剪辑和配乐。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>绘本故事动态化制作教学视频。</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 打开可灵应用或网页。</li><li>2. 选择模板或上传素材。</li><li>3. 输入文本或描述。</li><li>4. 编辑视频内容和参数。</li><li>5. 点击生成，等待 AI 生成视频。</li><li>6. 对生成的视频进行编辑或下载。</li></ol>
SkyMusic/Suno	<ul style="list-style-type: none"><li>AI 音乐生成：根据文本描述或哼唱，快速生成音乐。</li><li>多种曲风：支持多种音乐风格，如流行、摇滚、古典等。</li><li>个性化创作：用户可以自定义歌词和旋律。</li></ul>	<p>音乐创作：辅助音乐人进行创作，提供灵感。</p> <p>娱乐：生成个性化歌曲。</p> <p>配乐：制作背景音乐。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 打开 Suno 应用或网页。</li><li>2. 输入文本描述或哼唱。</li><li>3. 选择曲风和参数。</li><li>4. 点击生成，等待 AI 生成音乐。</li><li>5. 对生成的音乐进行编辑或下载。</li></ol>

## 使用指南：

1. 选择合适的工具：根据自己的需求和兴趣选择合适的 AI 工具。
2. 了解工具的功能：仔细阅读工具的使用说明，了解其功能和特点。
3. 尝试不同的功能：尝试使用工具的各种功能，探索其潜力。
4. 不断学习和实践：AI 技术不断发展，要不断学习和实践，才能更好地利用 AI 工具。
5. 注意版权问题：在使用 AI 生成的内容时，要注意版权问题，避免侵权。

# 场景一：如何定制学习计划？

具体案例：

小宋持续使用 DeepSeek 平台辅助学习，平台凭借强大的数据收集与分析能力为孩子设计美国革命历史课程，包括互动讨论和测验。

## 课程规划

### 1. 学科知识强化课程

- 薄弱点补救（如数学计算错误归因）
- 学科超前学习（如初中物理预备课程）
- 考试冲刺特训（如高考真题适应性训练）

### 2. 核心素养发展课程

- 批判性思维（如数据分析中的逻辑谬误识别）
- 创造力培养（如开放式科学实验设计）
- 协作沟通能力（如线上项目协作沙盘）

#### 第一步：

将小宋课程内容“美国革命”课程学习要求发送给 DeepSeek，生成学习计划。然后按照 DeepSeek 提供的内容进行学习

小宋是一名七年级的孩子，请你为他设计美国革命历史课程，包括互动讨论和测验。

#### 课程目标

1. 知识掌握：理解美国革命的起因、关键事件（波士顿茶事件、独立宣言、萨拉托加战役等）及历史影响
2. 思维培养：学会从多角度（经济、政治、社会）分析历史事件
3. 价值观引导：探讨“自由”“独立”等概念的历史内涵与现代表义

#### 课程框架（4周计划）

##### 第一周：革命导火索——税收与反抗

###### 学习内容：

- 英国殖民政策演变（1763年公告线→《印花税法》→《印花税法》）
- 殖民地抗议形式：自由之子、波士顿茶事件（观看3D事件还原动画）

###### 互动讨论：

- 情景代入：如果你是1773年的波士顿商人，你支持喝茶入海吗？为什么？
- 因果推演：税收政策如何激化殖民地的集体反抗？（使用AI提供的经济数据图表辅助分析）

###### 测验设计：

###### 选择题：

- 下列哪项不是《印花税法》的特点？
- A. 对法律文件征税 B. 要求殖民代表参与立法 C. 引发“无代表不纳税”决议

- 排序题：将《茶叶法》颁布→波士顿倾茶事件→不可容忍法令出台按时间排序

#### 第二步：智能难度调节

若小宋在第二周辩论环节表现吃力，可以输入指令“补充《联邦党人文集》简化版阅读材料”帮理解复杂政治概念

补充《联邦党人文集》简化版阅读材料

##### 材料来源

由AI生成并审核，确保内容准确且适合初中生阅读

##### 核心素养目标（以第二周、第三周为例）

1. 历史与地理知识关联与对比

##### 历史事件

“波士顿茶事件”与“波士顿倾茶事件”的关联与区别

##### 公民素养

1. 理解美国革命的意义、过程、影响及历史地位

2. 理解《独立宣言》的意义、影响及历史地位

3. 理解美国

4. 理解美国革命的意义、过程、影响及历史地位

5. 理解美国革命的意义、过程、影响及历史地位

#### 第三步：家长协同

生成“家庭茶话会话题包”，将历史学习融入家庭互动，促进知识巩固与价值观探讨

生成“家庭茶话会话题包”，

##### 话题包主题

“从波士顿倾茶事件到家庭茶话会：历史、教育与价值观的对话”  
目标：通过历史事件与日常交流，培养孩子的历史思维与家庭沟通能力

##### 话题1：税收公平——历史与今天的对比

###### 讨论要点

- 播放与本课相关的3分钟趣味视频：税收的演变与《独立宣言》（每日一段短视频推荐）
- 家庭数据：展示本方家庭开支结构（餐饮、教育、娱乐占比）

###### 互动问题

1. 对现代的税收有何“家庭感”理解，我们该如何调整？
2. 对比1773年茶叶税和现代消费税，公平感和意义的变化？

###### 实践形式

###### 家庭故事时间

- 父母分享童年记忆，孩子分享家族传统
- 讨论是否该为“周末作业”留出20%家庭时间

# 场景二：如何分析学科成绩？

具体案例：

小马数学成绩不好，家长利用DeepSeek选择数学学科，并指定本次测验的知识点范围为函数章节中的一次函数、二次函数和反比例函数。同时，设定试卷的总分为100分，考试时间为45分钟。

## 学习内容生成

### 1. 结构化知识内容生成

- 知识点卡片：将复杂概念拆解为术语定义、示例、常见误区三部分（如“印花税：对法律文件征税→殖民者抗议→≠普通消费税”）。

### 2. 自适应练习材料生成

- 错题重组：自动将错题转化为同类变式题（如替换数值、调整情境）。

## 第一步：设置题型与难度分布要求

选择数学学科，并指定本次测验的知识点范围为函数章节中的一次函数、二次函数和反比例函数。同时，设定试卷的总分为100分，考试时间为45分钟。【题型方面，选择题占30分，共10道题，每题3分；填空题占20分，共5道题，每题4分；解答题占50分，共3道题，分值分别为15分、15分和20分。难度分布上，基础题占50%，中等题占30%，难题占20%。】生成试卷

## 第二步：查看生成题目是否符合要求和难度分布，最终确定试卷内容后进行测试训练

### 一、选择题（共10题，每题3分，共30分）

#### 基础题（50%）

1. 一次函数  $y = 2x - 3$  的图象与y轴的交点坐标是（ ）  
A. (0, -3) B. (3, 0) C. (-3, 0) D. (0, 3)
2. 二次函数  $y = x^2 - 4x + 5$  的顶点坐标是（ ）  
A. (2, 1) B. (-2, 1) C. (2, 9) D. (-2, 9)
3. 若反比例函数  $y = \frac{k}{x}$  的图象经过点 (2, -4)，则k的值为（ ）  
A. -8 B. 8 C. -2 D. 2

#### 中等题（30%）

4. 一次函数  $y = kx + b$  的图象平行于直线  $y = 3x$ ，且经过点 (1, 5)，则b的值为（ ）  
A. 2 B. 3 C. 5 D. 8
5. 二次函数  $y = ax^2 + bx + c$  的图象开口向下，且顶点在第四象限，则（ ）  
A.  $a > 0, b > 0$  B.  $a < 0, b < 0$  C.  $a < 0, b > 0$  D.  $a > 0, b < 0$

#### 难题（20%）

6. 若一次函数  $y = mx + n$  与反比例函数  $y = \frac{k}{x}$  的图象交于点 (2, 3)，则两函数图象的另一交点为（ ）  
A. (-3, -2) B. (-2, -3) C. (3, 2) D. (1, 6)

### 二、填空题（共5题，每题4分，共20分）

#### 基础题（50%）

7. 一次函数  $y = -\frac{1}{2}x + 4$  的斜率是\_\_\_\_\_，截距是\_\_\_\_\_。
8. 二次函数  $y = 2(x - 1)^2 + 3$  的对称轴方程是\_\_\_\_\_。

#### 中等题（30%）

9. 反比例函数  $y = \frac{k}{x}$  的图象与直线  $y = 2x - 1$  交于点  $(\sqrt{3}, 3)$ ，则  $k =$ \_\_\_\_\_。

# 场景三：如何进行定制化学习？

## 具体案例：

在最近一次的月考中，小敏的数学成绩为 100 分（满分 150 分），其中函数部分得分率为 60%，立体几何部分得分率为 80%。在日常学习中，她每天晚上 7 点到 9 点使用平台学习，数学学习时间平均每天 40 分钟，且在函数练习题上花费的时间较长，错误率较高。

## 个性化辅导

- 精准学习方案：分析学习数据，生成学习路径。
- 动态知识图谱：构建动态知识图谱
- 错题智能分析：推送针对性练习和辅导
- 多维度学习支持：为不同科目提供定制化学习支持

### 步骤1:将小敏在学习中的具体问题以文字告诉DeepSeek

在最近一次的月考中，小敏的数学成绩为 100 分（满分 150 分），其中函数部分得分率为 60%，立体几何部分得分率为 80%。在日常学习中，她每天晚上 7 点到 9 点使用平台学习，数学学习时间平均每天 40 分钟，且在函数练习题上花费的时间较长，错误率较高。【请为小敏生成个性化学习路径】

### 步骤2:根据Deep Seek生成的内容选择适合小敏自身情况的内容进行学习。

## 学习路径总览

阶段目标	时间规划	核心策略	AI技术支持
短期目标 (2周)	每日数学60分钟	函数基础强化+立体几何优势巩固	错题溯源算法+动态难度调节
中期目标 (4周)	每日数学75分钟	函数应用提升+几何综合突破	知识图谱关联+跨学科融合
长期目标 (持续)	每日数学90分钟	全题型实战训练+考试策略优化	智能模考系统+心理韧性训练

## 2. 立体几何优势延伸

时间窗口	学习内容	DeepSeek提示词示例
20:20-20:40	空间思维进阶	🚀「挑战三维坐标系： ① 用AR模型拆解正八面体顶点坐标 ② 计算特定截面面积（完成3题解锁<font color="gold">【几何之光】</font>特效）」
周六特训	跨学科融合	🚀「周末探索： 🌀 用几何知识设计抗震建筑模型（关联物理力学） 🖨️ 绘制三视图后3D打印（指导视频已推送）」

# 场景五：如何克服学习障碍？

具体案例：

小丁（化名），8岁，有阅读障碍，面对长文本阅读困难

## 特殊需求支持

- DeepSeek的开源战略正在创造教育公平新范式。例如，贵州山区的编程夏令营使用本地化部署的模型，使少数民族学生首次接触AI教育；残障开发者利用API接口，创建了12种特殊教育辅助工具。
- 手语识别和盲文转换：（盲人手机可用）DeepSeek在这些领域取得了重大进展，开发的“多模态学习助手”可以实时转换授课内容，为听障学生提供文字+视觉提示的双通道输入。

## 第一步：将小丁的特殊状况告诉DeepSeek，然后进行阅读评估测试

### 一、阅读能力诊断（初始评估）

#### 1. 多维测试模块

- 字词解码：AI生成动态文字（如旋转/渐显字母），记录识别准确率与反应时
- 视觉追踪：眼动仪分析阅读路径（跳读/回扫频率高于同龄人32%）
- 听觉补偿：语音理解测试（听故事回答问题的正确率92%，显著高于自主阅读）

## 第二步：根据DeepSeek提供的方法进行学习

### 模块3：跨模态理解强化

#### • 听读-图配-问答循环：

1. 听：播放改编版《昆虫记》音频（0.75倍速+强调关键词）
2. 看：AI根据内容生成4格漫画（关键情节视觉化）
3. 做：完成图像排序任务（非文字依赖型理解检测）

## 第三步：家长协同

根据DeepSeek建议调整纸质材料（如数学应用题添加图标注解）

# 场景六：如何分析量化数据？

具体案例：

小敏持续使用 DeepSeek 平台辅助学习，平台凭借强大的数据收集与分析能力，跟踪任务完成情况，优化学习计划。

## 进度跟踪与反馈

- 实时学习报告：自动生成学习周报，量化呈现孩子的成长轨迹。
- 多维数据看板：提供多维度的学习效果分析。
- 升学规划建议：提供升学规划建议。

### 第一步：

将小敏学习目标，学习内容，学习方式信息发送给DeepSeek生成学习日历。

《你是一个严格监督我准备教师编的进程提醒员，我的备考时间为2月12日到2月28日，目前我的进度为背诵阶段，该阶段规划包含三个内容，即需要背诵的材料共87页，非背诵材料但是需要浏览的内容为141页，需要看的网课有34节。

我计划周一到周六每天背诵4页背诵材料，浏览材料10页，网课两节，休息日定为周末，周日当天我可能不会完成学习内容，但是如果完成，你仍需记录。

我会告诉你，我当日的学习进度和学习时长。你需要帮忙记录并及时更新，最好以图表形式可视化展现出来。

从现在开始，我会不定时告知你我的最新学习内容进展。

以下是注意事项

- 1、请记录我已学习的内容并按照当前进度预估还有几天可以完成该模块。
- 2、要求尽量简洁
- 3、记录反馈的时候，可以参考下述格式，可以在此基础上增加提示内容和上岸倒计时。



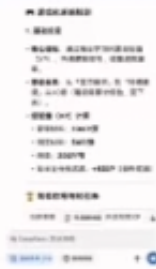
### 第二步：

每天向DeepSeek反馈自己的学习进度



### 第三步：

根据任务要求和DeepSeek制定一个带有等级的游戏化跟进系统，增加学习的趣味性。



# 场景八：如何帮助孩子解决复杂问题？

## 将复杂问题分解成子问题与 AI 合作解决

培养孩子解决问题的能力，让他们学会将复杂问题分解成更小、更易管理的子问题。

问题：假设孩子写作文很吃力，每次都无从下笔，语句也不通顺，我们可以将这个复杂问题分解成以下子问题，与 AI 合作解决：

### 1. 确定写作主题与思路：孩子面对作文题目，不知道从何构思，缺乏明确的主题和写作方向。家长可以借助 AI 提问

对于五年级学生，以《我的梦想》为题，有哪些新颖的切入点和写作思路可以引导孩子思考？

#### 从独特职业梦想出发

- 职业梦想**：跳出热门职业的思维，探讨新兴职业，如“宠物殡葬师”，探讨宠物离世后的处理方式，引导孩子思考生命的意义和如何面对离别。
- 跨界职业**：探讨可以结合不同领域的职业，如“太空厨师”，引导孩子思考如何在特殊环境下工作，以及跨领域合作的重要性。

#### 以改变世界的小角色为梦想

- 职业梦想**：关注生活中不起眼的小角色，探讨他们的价值和意义，如“城市清洁工”，引导孩子思考如何改善环境，以及每个人在社会中的责任。
- 跨界职业**：探讨结合不同领域的职业，如“太空清洁工”，引导孩子思考如何在特殊环境下工作，以及跨领域合作的重要性。

#### 从兴趣爱好衍生梦想

- 职业梦想**：将孩子的兴趣爱好与职业联系起来，如“宠物侦探”，引导孩子思考如何利用自己的特长为社会做贡献。
- 跨界职业**：探讨结合不同领域的职业，如“太空宠物医生”，引导孩子思考如何在特殊环境下工作，以及跨领域合作的重要性。

### 2. 丰富内容素材：孩子写作内容空洞，缺乏素材支撑。家长可以问 AI

以《我的梦想》为主题，能提供一些小学生的真实故事或名人案例来丰富作文内容吗？

以下是一份适合小学生阅读的《我的梦想》为主题的作文，内容真实感人，适合小学生阅读。

#### 小学生的真实故事

- 梦想是种味道**：一个小男孩，在六年级时写了一篇作文，讲述他梦想成为一名面包师的故事。他描述了一个阳光明媚的早晨，他烤好面包后，一股浓郁的香气弥漫在整个面包房。他回忆起小时候，每当妈妈烤好面包时，那股香气总是让他感到温暖和安心。他梦想着长大后，能开一家自己的面包房，为人们带来健康和快乐。他梦想着能亲手制作出各种口味的面包，让每个人都能品尝到那份温暖和甜蜜。
- 梦想是种安静的守望**：一位对天文感兴趣的初中生，一直梦想着能成为一名天文学家。他描述了一个宁静的夜晚，他独自坐在阳台上，仰望星空，思考着宇宙的奥秘。他梦想着能探索未知的星系，寻找外星生命的踪迹。他梦想着能揭开宇宙的奥秘，为人类的未来做出更大的贡献。
- 梦想是种温暖的陪伴**：一个小女孩从小就梦想成为一名护士。她描述了一个生病的妈妈，她守在妈妈床边，照顾妈妈，感受妈妈的爱。她梦想着能成为一名优秀的护士，帮助更多的人，让他们感受到温暖和关爱。她梦想着能用自己的爱心和专业知识，为病人提供最优质的护理服务。

#### 名人案例

- 梦想与坚持**：讲述爱迪生发明电灯的故事。爱迪生从小就对科学充满兴趣，他梦想着能发明一种永不熄灭的电灯。他经历了无数次失败，但他从未放弃，最终他成功了。这个故事告诉孩子，只要有梦想，并为之付出努力和坚持，就一定能够实现。
- 梦想与奉献**：讲述袁隆平院士的故事。袁隆平院士从小就梦想着能解决粮食问题，他梦想着能发明一种高产的杂交水稻。他为了这个梦想，付出了巨大的努力和汗水，最终他成功了。这个故事告诉孩子，梦想不仅仅是个人的追求，更是为了社会的进步和人类的幸福。
- 梦想与勇气**：讲述居里夫人的故事。居里夫人从小就梦想着能成为一名科学家，她梦想着能发现新的元素。她为了这个梦想，克服了重重困难，最终她成功了。这个故事告诉孩子，实现梦想需要勇气和毅力，需要面对困难和挑战。

### 3. 检查与优化：完成初稿后，家长可以让 AI 帮忙检查

帮忙检查这篇《我的梦想》作文，指出语法错误、逻辑问题，并给出整体优化建议。

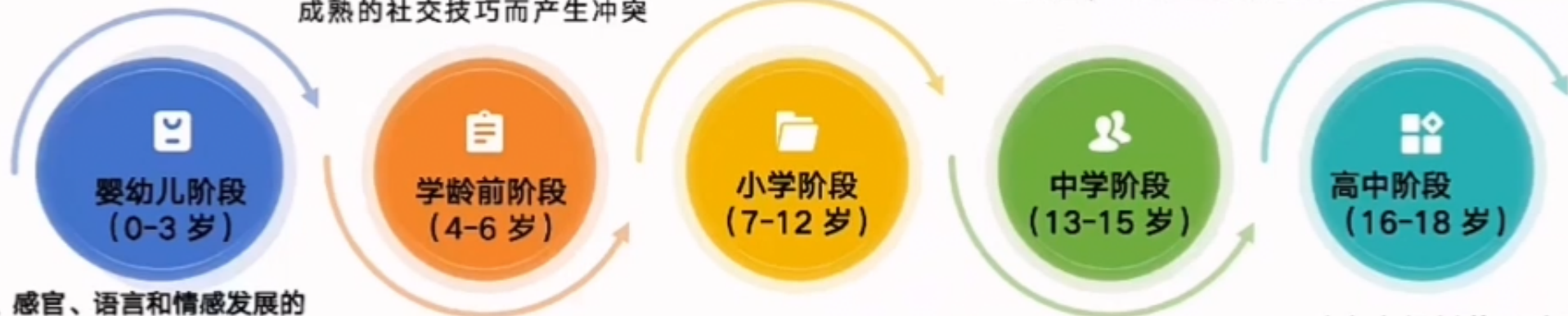
# 场景九：如何赋能育儿全阶段？

## 自我意识的发展与社会规制的初步认识：

- 语言技能尚未完全成熟
- 有时候无法完全明白规则背后的原因，偶尔违反规则的行为。
- 3.与他人互动时，儿童可能因不成熟的社交技巧而产生冲突

## 完善自我道德与社会身份建构：

- 青少年面临的主要问题是身份认同危机。
- 面对中考等重要考试，学业负担加重，可能导致焦虑和压力



## 身体、感官、语言和情感发展的关键时期：

### 情绪调节困难

- 婴幼儿无法通过语言表达需求，易通过哭闹、攻击性行为释放情绪。

### 语言表达障碍

- 发音不清、词汇量低于同龄标准，可能预示语言发育迟缓。

## 结伴关系联结与社会权力探索：

- 儿童可能会面临诸如社交焦虑的问题，特别是那些较为内向的孩子，可能在建立新的友谊或融入集体活动中感到不安。

- 对未来规划的不确定性：面临升学、就业等重大决策，容易产生心理压力和焦虑情绪。
- 过度强调道德灵活性可能导致相对主义下对道德认知的偏离和迷失界限，继而导致忽视基本伦理底线。

# 婴幼儿阶段（0-3岁）： 如何发现“隐形危机”？以全面安全守护宝宝健康

## 一、如何发现“隐形危机”？以全面安全守护宝宝健康

食物过敏是婴幼儿常见的健康问题之一，尤其在初次尝试新食物时更容易出现。根据儿科学医学研究，约有6-8%的儿童在3岁前会经历某种形式的食物过敏。

### 具体场景1：

2岁的小乐第一次吃鸡蛋时，脸上出现了红疹，妈妈起初以为是蚊虫叮咬，未加重视。然而，过敏反应在第二天加剧，小乐的皮肤开始红肿，甚至出现呼吸困难。此时，家长才意识到小乐对鸡蛋过敏，但因缺乏相关知识，不清楚如何预防和处理。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景2岁的小乐第一次吃鸡蛋时，脸上出现了红疹，妈妈起初以为是蚊虫叮咬，未加重视。然而，过敏反应在第二天加剧，小乐的皮肤开始红肿，甚至出现呼吸困难。此时，家长才意识到小乐对鸡蛋过敏，但因缺乏相关知识，不清楚如何预防和处理。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response, 代表)

#### C (Context 背景)

2岁的小乐首次食用鸡蛋后，面部出现红疹，家长误判为蚊虫叮咬，未及时干预。次日症状加重，皮肤红肿扩散并伴随呼吸困难，家长因缺乏食物过敏知识，未能采取有效应对措施。

#### O (Objective 目标)

帮助家长：

快速识别：3分钟内区分过敏反应与普通皮肤问题；

紧急应对：掌握黄金10分钟急救操作步骤；

系统预防：建立家庭过敏风险管理流程，降低复发风险。

#### S (Style 风格)

信息层级：使用符号（!、🚨、✅）和颜色（红色表紧急/蓝色表预防）区分优先级；

视觉辅助：搭配简明流程图与图标（如🕒表示时间敏感）；

语言风格：步骤化、场景化指令，避免专业术语，如用“喘不过气”替代“呼吸困难”。

#### T (Tone 语调)

温暖关怀：用“别慌，跟着做”等安抚性措辞；

专业可信：引用权威数据（如WHO急救指南）；

清晰坚定：使用感叹号和短句增强紧迫感（例：“! 立即停止喂食！”）。

#### A (Audience 受众)

核心群体：2岁过敏儿童的父母，尤其是缺乏医学知识的新手家长；

延伸群体：祖辈照料者、托育机构工作人员；

心理特征：焦虑、自责、信息过载，需简明、可操作的指导。

#### R (Response 回应)

家长行动指南

# 婴幼儿阶段（0-3岁）： 如何读懂身体信号？从日常行为中洞察深层需求

## 二、如何读懂身体信号？从日常行为中洞察深层需求

根据儿童发展心理学，婴儿通过哭泣传达饥饿、困倦、不适或情感需求。理解这些哭泣背后的具体原因对于父母来说至关重要，可以帮助他们及时回应宝宝的需求，建立信任 and 安全感。

### 具体场景2:

立夫是一位年轻的父亲，在育儿过程中遇到了许多困惑。一天晚上，他1岁的儿子小宇持续哭闹，立夫尝试喂奶、换尿布，但仍无法安抚。无助之下，他决定同时寻求线上医生的帮助和人工智能育儿助手的建议，尝试找出解决问题的方法。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景立夫是一位年轻的父亲，在育儿过程中遇到了许多困惑。一天晚上，他1岁的儿子小宇持续哭闹，立夫尝试喂奶、换尿布，但仍无法安抚。无助之下，他决定同时寻求线上医生的帮助和人工智能育儿助手的建议，尝试找出解决问题的方法。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response, 代表)

#### C (Context 背景)

立夫是一位新手父亲，1岁的儿子小宇持续哭闹不止，常规方法（喂奶、换尿布）均无效。深夜时分，立夫在焦虑中同时寻求线上医生和AI育儿助手的帮助，试图快速定位问题并找到安抚方法。

#### O (Objective 目标)

紧急处理：10分钟内排查常见哭闹原因并提供安抚方案；  
情绪支持：缓解家长焦虑，避免错误处理（如摇晃婴儿）；  
系统指导：建立科学应对流程，降低未来类似事件的无助感。

#### S (Style 风格)

信息分层：使用🔴（紧急）、🟡（警告）、🟢（建议）符号区分优先级；  
视觉辅助：搭配流程图和图标（如🌡️表示体温检测）；  
场景化语言：用“三步排查法”“五分钟冷静策略”等结构化表述；  
多模态支持：嵌入视频链接（如正确拍嗝手法）、AI模拟器（哭声分析工具）。

#### T (Tone 语调)

冷静专业：引用美国儿科学会（AAP）指南数据；  
温暖共情：使用“您辛苦了，我们一起解决”等安抚性语言；  
清晰指引：短句+行动导向动词（如“立即检查”“优先排除”）。

#### A (Audience 受众)

核心群体：0-3岁婴幼儿的新手父母，尤其是父亲群体；  
延伸群体：祖父母、托育机构夜班保育员；  
心理特征：焦虑、睡眠不足、信息过载，需快速获取可验证的解决方案。

#### R (Response 回应)

立夫的智能育儿助手提示语

# 婴幼儿阶段（0-3岁）： 如何进行语言启蒙？

## 三、如何进行语言启蒙？

0-3岁是宝宝语言启蒙的关键时期，这一阶段的语言学习对孩子的认知发展和社会交往能力有着深远影响。根据语言习得理论，婴幼儿通过大量的语言输入和互动来构建语言系统。

### 具体场景3:

小珊刚满1岁半，虽然还不会说话，但她已经能模仿父母发出的简单音节。一天，妈妈在给她读图画书时，小珊发出了“爸爸”或“妈妈”的声音，虽然发音不标准，但明显带有模仿的成分。妈妈很高兴，但也担心自己是否给予了足够的语言输入，是否能帮助小珊更快地学习和理解语言。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景小珊刚满1岁半，虽然还不会说话，但她已经能模仿父母发出的简单音节。一天，妈妈在给她读图画书时，小珊发出了“爸爸”或“妈妈”的声音，虽然发音不标准，但明显带有模仿的成分。妈妈很高兴，但也担心自己是否给予了足够的语言输入，是否能帮助小珊更快地学习和理解语言。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response, 代表)

#### C (Context 背景)

1岁半的小珊处于语言敏感期，开始模仿发出“爸爸”“妈妈”等简单音节，但发音尚不清晰。妈妈通过亲子阅读观察到孩子的语言萌芽，既欣喜又担忧日常互动是否足够促进语言发展。

#### O (Objective 目标)

精准引导：教会家长科学的语言输入方法，提升有效互动频率；  
消除焦虑：用数据证明当前互动的有效性，缓解“输入不足”的担忧；  
系统支持：建立家庭语言环境优化方案，加速语言理解与表达。

#### S (Style 风格)

信息分层：用 🗣️ (技巧)、📊 (数据)、👤 (互动) 符号区分内容类型；

视觉辅助：搭配语言里程碑时间轴、亲子互动频次对照表；

场景化示例：如“三步扩展回应法”“超市辨认游戏”等具体场景指南；

工具整合：推荐语言发展评估APP (如BabySparks)、互动录音分析工具。

#### T (Tone 语调)

积极赋能：强调“您已做得很好！”，用成长型思维替代焦虑；

科学可信：引用《儿童语言发展指南》数据 (如18个月平均词汇量50个)；

温暖具体：用“试试这样做”替代“你应该”，提供可操作性建议。

#### A (Audience 受众)

核心群体：1-2岁幼儿家长，尤其是关注早期教育的母亲；

延伸群体：托育机构老师、祖辈照料者；

心理特征：既期待孩子进步，又担忧方法不当，需实证数据支持与简单技巧。

#### R (Response 回应)

妈妈的语言启蒙工具箱

# 学龄前阶段（4-6岁）： 如何帮助孩子驾驭情绪的“过山车”？

## 一、如何帮助孩子驾驭情绪的“过山车”？

根据皮亚杰的认知发展阶段理论，4-6岁的孩子处于前运算阶段，逻辑思维尚未成熟，因此难以理解和处理复杂的情绪。此时孩子正处于情感发展的关键时期，他们的情绪体验丰富且多变。

### 具体场景4:

小明是5岁的男孩，最近在幼儿园里经常因为小事发脾气。比如，当其他小朋友不愿意分享玩具时，他会突然大哭并抢夺玩具；在家里，如果父母没有立即回应他的要求，他也会变得非常激动，甚至扔东西。尽管小明平时是个活泼可爱的孩子，但他的情绪波动让家长感到困惑和担忧。每次面对这种情况，家长试图安慰他，但效果不佳，小明仍然难以平静下来。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景小明是5岁的男孩，最近在幼儿园里经常因为小事发脾气。比如，当其他小朋友不愿意分享玩具时，他会突然大哭并抢夺玩具；在家里，如果父母没有立即回应他的要求，他也会变得非常激动，甚至扔东西。尽管小明平时是个活泼可爱的孩子，但他的情绪波动让家长感到困惑和担忧。每次面对这种情况，家长试图安慰他，但效果不佳，小明仍然难以平静下来。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受

### C (Context 背景)

5岁的小明在幼儿园和家庭场景中频繁因小事情绪失控（如抢夺玩具、扔东西），家长尝试安慰但效果不佳。他的情绪波动呈现突发性、高强度和难安抚性，家长既担忧其社交发展，又困惑于如何科学引导。

### O (Objective 目标)

即时干预：帮助家长在10分钟内有效安抚情绪爆发；

根源分析：识别情绪触发因素（如社交挫败感/需求未被即时满足）；

长期赋能：建立家庭情绪管理方案，培养小明自我调节能力。

### S (Style 风格)

信息分层：用！(紧急处理)、🔍(原因分析)、📅(长期策略)符号分类；

视觉辅助：搭配情绪温度计图示、冷静角设计模板；

场景化工具：如“5分钟冷静工具箱”“社交故事卡”等具体方案；

工具整合：推荐情绪日记APP（如Mood Meter）、社交技能训练游戏。

### T (Tone 语调)

非评判性：用“小明遇到了挑战”替代“孩子有问题”；

科学理性：引用儿童情绪发展理论（如戈特曼情绪教练法）；

赋能导向：强调“这是可敬的技能”，提供具体行动脚本。

### A (Audience 受众)

核心群体：4-6岁情绪波动儿童的父母；

延伸群体：幼儿园教师、心理咨询师；

心理特征：焦虑、自责、急切需要可验证的解决方案。

### R (Response 回应)

家庭情绪管理工具箱

# 小学阶段（7-12岁）： 如何引导孩子正确的价值观？

## 一、如何引导孩子正确的价值观？

在儿童发展的于前习俗水平阶段，诚信作为一个道德观念正在快速嵌入孩子的认知框架中，但并未在这个年龄段的孩子心中完全内化。他们的行为更多受到外界规则和期望的影响，而非内在的道德原则

### 具体场景7:

果果是小学三年级学生，他在一次数学测试中没有完成题目，但在老师检查时谎称自己忘带试卷。家长后来得知实情后非常担忧，认为孩子缺乏诚信意识，但又不知如何正确引导。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景果果是小学三年级学生，他在一次数学测试中没有完成题目，但在老师检查时谎称自己忘带试卷。家长后来得知实情后非常担忧，认为孩子缺乏诚信意识，但又不知如何正确引导。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response,代表)

#### C (Context 背景)

果果是三年级学生，因未完成数学测试谎称“忘带试卷”。家长发现后担忧其诚信意识缺失，但缺乏科学引导方法，既想纠正行为又怕伤害孩子自尊。

#### O (Objective 目标)

行为矫正：通过教育策略减少撒谎行为；

信任重建：建立家庭沟通机制促进坦诚表达；

价值观塑造：帮助孩子理解诚信与责任的关联性。

#### S (Style 风格)

信息分层：用！(关键原则)、✅(正确做法)、📊(数据支持)符号分类；

视觉辅助：搭配“诚信成长阶梯”图示、家庭沟通流程图；

场景化案例：如“三步沟通法”“角色扮演脚本”等具体对话模板；

工具整合：推荐品德教育绘本（如《诚实侦探》）、家校沟通记录表。

#### T (Tone 语调)

理性非评判：用“果果遇到了表达难题”替代“孩子爱撒谎”；

发展性视角：强调“撒谎是儿童常见试错行为”（心理学依据）；

赋能导向：提供可操作的“替代性表达策略”，而非空洞说教。

#### A (Audience 受众)

核心群体：7-10岁儿童家长，尤其是关注品德教育的家庭；

延伸群体：小学班主任、儿童心理咨询师；

心理特征：焦虑于“品德缺陷”标签，需兼顾行为纠正与心理保护。

#### R (Response 回应)

家长引导工具箱

# 初中阶段（13~15岁）： 如何进行青春期性教育？

## 二、如何进行青春期性教育？

性知识认知不足：

**具体场景10：**

小刚是初中一年级的学生，最近他发现自己的身体开始发生一些变化——声音变得低沉，体毛也开始长出来。每当他在镜子前看到这些变化时，他感到既尴尬又困惑。他听到同学们在聊类似的话题，但总是觉得不太敢参与，因为他不清楚这些变化到底意味着什么。小刚曾试图向父母询问，但每次开口时，他总是因为害羞或担心父母不理解而选择沉默。家里的气氛也很少谈论这些话题，父母从未主动向他解释过青春期的生理变化和心理波动。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景小刚是初中一年级的学生，最近他发现自己的身体开始发生一些变化——声音变得低沉，体毛也开始长出来。每当他在镜子前看到这些变化时，他感到既尴尬又困惑。他听到同学们在聊类似的话题，但总是觉得不太敢参与，因为他不清楚这些变化到底意味着什么。小刚曾试图向父母询问，但每次开口时，他总是因为害羞或担心父母不理解而选择沉默。家里的气氛也很少谈论这些话题，父母从未主动向他解释过青春期的生理变化和心理波动。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response, 代表)

小刚正处于初中阶段，正处于青春发育期，身体开始出现生理变化（如声音低沉、体毛生长等），但缺乏对发育过程的科学认知。家庭环境中性教育长期缺位，父母回避相关话题，导致小刚对自身变化产生困惑与羞耻感。同学间虽有讨论，但因信息碎片化加剧认知混乱，形成“想问却不敢问”的矛盾心理。长期可能导致自我认同焦虑或社交回避行为。

O (Objective, 目标)

认知重塑：帮助小刚理解青春变化的自然性与正向意义，消除“身体羞耻”。

沟通破冰：建立家庭对话的安全通道，引导父母以科学态度主动介入。

工具赋能：提供符合青少年认知特点的自主学习工具，缓解因未知引发的焦虑。

心理支持：培养“深化即成长”的积极叙事，强化自我接纳能力。

S (Style, 风格)

科学叙事+幽默共情

理论融合：结合发展心理学（埃里克森同一性理论）与生物学原理，将抽象变化转化为可视化成长里程碑

工具包设计：

男生版《我的身体升级手册》（漫画+互动贴纸）

家庭对话启动卡（含半结构化问题模板，如“爸爸/妈妈，你们小时候会为长高烦恼吗？”）

匿名问答漂流瓶（班级内传递青春问题，请生物老师统一解答）

T (Tone, 语调)

温暖治愈+赋能化

用“升级”替代“变化”，用“勋章”比喻体毛生长等第二性征，淡化羞耻感

强调青春是“从初级玩家到高级玩家的必经关卡”，善用游戏化语言降低心理防御

父母指南中避免使用“你应该...”，转为“很多家庭发现...”的案例式引导

A (Audience, 受众)

核心对象：小刚（需保护隐私，通过间接方式获取信息）

# 高中阶段（16-18岁）： 面对新高考，AI如何帮助孩子进行选科？

## 一、面对新高考，AI如何帮助孩子进行选科？

### 具体场景12：

对于很多家长来说，新高考可能仍然是一个有些陌生的概念。但事实上，这项改革正在深刻改变孩子的高中学习与未来发展之路。与传统的文理分科不同，新高考引入了“3+1+2”模式，孩子需要在一定范围内自主选择科目组合。这种灵活性看似让孩子拥有了更多选择，但也无形中增加了决策的复杂性。选科不仅仅关乎高考分数，更关乎孩子未来的大学专业、职业方向乃至人生路径。

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景对于很多家长来说，新高考可能仍然是一个有些陌生的概念。但事实上，这项改革正在深刻改变孩子的高中学习与未来发展之路。与传统的文理分科不同，新高考引入了“3+1+2”模式，孩子需要在一定范围内自主选择科目组合。这种灵活性看似让孩子拥有了更多选择，但也无形中增加了决策的复杂性。选科不仅仅关乎高考分数，更关乎孩子未来的大学专业、职业方向乃至人生路径。】的提示语，C (Context, 背景)、O (Objective, 目标)、S (Style, 风格)、T (Tone, 语调)、A (Audience, 受众)、R (Response, 代表)

#### C (Context, 背景)

新高考改革正在推进，然而许多家长对新高考仍知之甚少，新高考打破传统文理分科模式，采用“3+1+2”模式，让孩子可在一定范围内自主选择科目组合。这种模式虽给予孩子更多选择空间，却带来了决策复杂性。选科结果不仅直接影响高考分数，更与孩子未来大学专业的选择、职业发展方向以及整个人生路径紧密相连。家长们面临着如何帮助孩子做出科学选科决策的难题。

#### O (Objective, 目标)

帮助家长全面深入了解新高考“3+1+2”模式的具体内容、规则和影响，引导家长认识到选科对孩子未来发展的重要性，提升重视程度。为家长提供科学有效的选科分析方法和决策思路，协助他们帮助孩子做出适合自身发展的选科组合。

#### S (Style, 风格)

专业科普 + 实用指导

以专业的知识和清晰的逻辑，向家长科普新高考的相关政策、模式特点等内容，确保信息准确、全面。提供具有实际操作价值的选科指导建议，结合案例分析，让家长能够轻松理解并应用到实际选科决策中。

#### T (Tone, 语调)

沉稳专业 + 耐心引导

用沉稳、专业的语调传达信息，让家长感受到内容的可靠性和权威性。在讲解过程中保持耐心，理解家长对新高考的陌生和困惑，逐步引导他们掌握关键信息。

#### A (Audience, 受众)

主要受众为孩子正处于高中阶段或即将进入高中阶段的家长，他们对新高考改革相关信息有强烈需求，希望获取专业建议以帮助孩子做好选科决策。

#### R (Response, 代表)

新高考“3+1+2”科普

# 高中阶段（16-18岁）： AI如何帮助家长和孩子进行规划？

## 二、AI如何帮助家长和孩子进行规划

在孩子的职业规划过程中，家长扮演着至关重要的角色。孩子的兴趣和认知可能局限于眼前的学科或短期目标，然而，家长可以通过观察和理解孩子的兴趣、天赋，以及未来社会发展的需求，引导孩子走上更符合个人特长和未来发展的道路。

### 具体场景13:

小贺的兴趣（历史，但更偏向工程和科学）和成绩（物理A，化学B+，历史B+），以及他表达的想从事科学和技术相关工作的愿望

AI可以做什么？

请根据CO-STAR提示语框架设计【具体场景小贺的兴趣（历史，但更偏向工程和科学）和成绩（物理A，化学B+，历史B+），以及他表达的想从事科学和技术相关工作的愿望。】的提示语，C（Context，背景）、O（Objective，目标）、S（Style，风格）、T（Tone，语调）、A（Audience，受众）、R（Response，代表）

### C（Context，背景）

小贺面临学科选择或未来专业、职业规划方向的关键节点。他有着多元的兴趣爱好，既对历史满怀热忱，又在工程和科学领域展现出浓厚兴趣。从成绩表现来看，物理成绩达到A，化学为B+，历史成绩是B+。同时，小贺明确表达了自己未来想投身于科学和技术相关工作的愿望，处于需要综合兴趣、成绩来规划未来通路的阶段。

### O（Objective，目标）

基于小贺的兴趣、成绩和职业愿望，为他提供清晰且合理的学科选择建议，助力其当下学业规划。  
帮助小贺进一步明确未来在科学和技术领域可能的专业方向，为长远发展做好铺垫。  
引导小贺平衡好兴趣与成绩之间的关系，使其能更自信、坚定地朝着理想职业目标前进。

### S（Style，风格）

理性分析 + 前景展望

运用理性、客观的方式分析小贺的兴趣、成绩数据，为其提供严谨且科学的规划建议。

在阐述过程中融入对科学和技术领域美好前景的描绘，激发小贺对未来的憧憬和动力。

### T（Tone，语调）

温和鼓励 + 专业肯定

以温和的语调与小贺交流，让他感受到被理解和支持，缓解面对未来选择时可能产生的焦虑。

用专业肯定的语气给出建议，让小贺对规划的可行性充满信心。

### A（Audience，受众）

主要受众是小贺本，👉 辅助受众是小贺的家长和老师。小贺需要依据这些提示语来适合自己的选择；家长应借此更好地引导孩子；老师可以从旁辅助。

# DeepSeek+: AI赋能家庭教育应用范式拓展

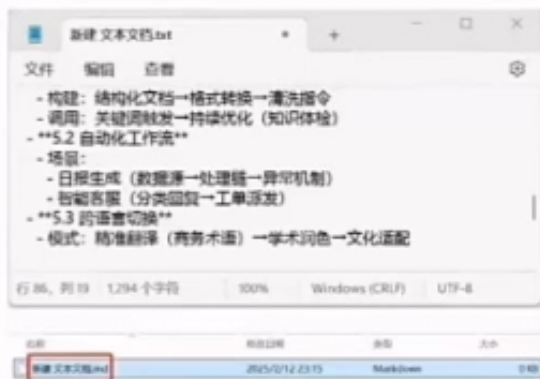
工具组合	应用场景	使用步骤
DeepSeek + Kimi/WPSAI	生成教育课件、教学演示	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 在DeepSeek中输入主题和内容描述（如“家庭教育的重要性”）；</li><li>2. DeepSeek生成大纲和内容框架；</li><li>3. 将内容复制到Kimi，选择模板生成PPT；</li><li>4. 在Kimi中调整排版或添加图片。</li></ol>
DeepSeek + XMind	学习笔记整理、知识点梳理	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 在DeepSeek中输入文档或文章链接；</li><li>2. DeepSeek提炼大纲并输出Markdown格式；</li><li>3. 导入XMind生成思维导图；</li><li>4. 在XMind中调整布局和样式。</li></ol>
DeepSeek + 剪映/可灵AI	科学实验过程记录与解说、家庭学习成果展示	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 脚本生成：输入“生成‘自制火山模型’实验的短视频分镜脚本，包含安全提示和原理讲解”。</li><li>2. 视频剪辑：将脚本导入剪映，利用AI配音、自动字幕和素材匹配功能完成制作。</li><li>3. 儿童参与：引导孩子担任“小主播”录制旁白，增强参与感。</li></ol>
DeepSeek + 豆包爱学	数理辅导、学习计划制定、亲子互动问答	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 在DeepSeek输入数学题（如勾股定理问题），获取分步解答并验证逻辑</li><li>2. 将解题过程粘贴至豆包，使用指令“用10岁儿童能理解的东北方言讲解此过程”生成语音辅导</li><li>3. 通过豆包生成错题卡模板，自动归类错题类型（如“几何计算错误”）</li></ol>

# DeepSeek + XMind

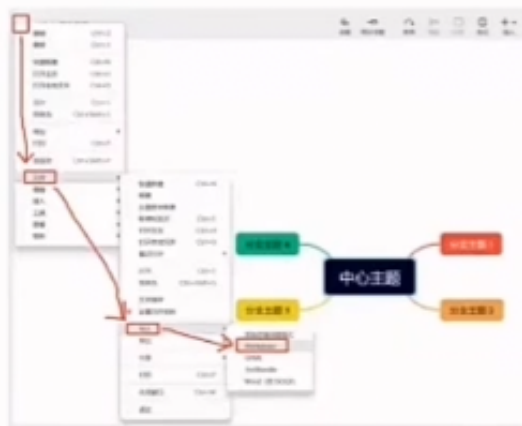
第一步：上传文档，向Deep Seek提问，譬如“将文档总结成思维导图，要求使用markdown格式输出。在回答中，点击markdown右上角“复制”按钮



第二步：新建txt文档，粘贴刚才复制的markdown文件，保存后改文件格式为md



第三步：进入Xmind,点击左上角“三”，选择“文件”-“导入”-“markdown”



第四步：最终结果展示



# DeepSeek + 剪映

1. 打开DeepSeek输入要生成的主题“自制火山模型”  
“然后复制DeepSeek生成的文案

生成“自制火山模型”实验短视频分镜头脚本，包含安全提示和原理讲解。

DeepSeek 对话

主题: 制作“自制火山模型”实验短视频

目标观众: 对科学实验感兴趣的青少年、家长

时长: 1分钟

风格: 轻松、活泼的科普风格

字幕: 简洁明了, 突出重点

分镜头脚本:

镜头	画面	旁白
1	特写: 红色标题“自制火山模型”出现在屏幕上, 背景是火山喷发的图片。	
2	中景: 主持人站在桌前, 桌上摆放着实验材料(塑料瓶、黏土、小苏打、洗洁精、醋、红色色素)。	大家好, 一个超酷的自制火山模型——自制火山模型。
3	特写: 主持人拿起塑料瓶。	首先, 我们

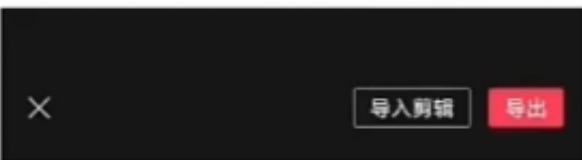
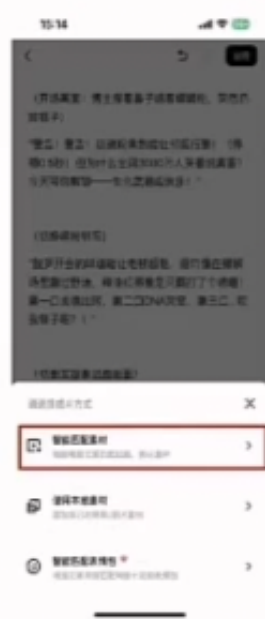
DeepSeek 对话历史

DeepSeek 对话

2. 打开剪映—图文成片—选“自由编辑文案”粘贴文案



3. 选择“智能匹配素材”，生成视频—导出



# 自制数字人，已制作200多个



# 自制AI 微短剧，已制作300多段



亲爱的父母们，在这个技术日新月异的年代，孩子的教育不再是一成不变的“填鸭式”模式。

教育的本质从来不是一场竞赛，而是一段旅程。AI让这段旅程变得更加轻松，但最终的陪伴者，依然是最懂孩子的我们。