

TIANJIN UNIVERSITY
FIREFLY PRACTICE TEAM

FIELD HANDBOOK · EDITION 04

实践手册

从行前准备到复盘交付

第四期 · 2027 寒假 · 阆中 / 高淳 / 汕头 / 丹东

天津大学萤火实践队

2026 年 11 月 · 第四期修订

01 / WHO WE ARE

先成为一个“靠谱的人”

萤火不是一支“去一次就结束”的队伍。我们要求每一名队员在出发前想清楚三件事：为什么去、能做什么、离开时留下什么。

队伍基本信息

天津大学萤火实践队成立于 2025 年 7 月，由天津大学人工智能学院指导，面向全校本硕博学生纳新。队伍以“萤烛末光，增辉日月”为信念，围绕推普、非遗、乡村文旅、数字公益与红色研学开展长期实践。第四期为四地并行：四川阆中、江苏高淳、广东汕头、辽宁丹东，共 85 名队员。

宗旨

为每一位同学打造适合自己的实践方案，让社会实践的暖意与实效抵达每一个需要的角落。

方法

先蹲下来听，再动手做，最后留下可复用的课程、报告、档案或产品。

边界

不消费苦难，不承诺无法交付的结果，不带走不属于我们的东西。

四期，一条线

第一期 • 2025 暑期 • 阆中

“萤火探兴”7 天。80 份问卷、场景化推普课程；入选教育部“推普助力乡村振兴”协同团队。

第二期 • 2026 寒假 • 阆中

18 天、31 人，“润苗 / 传薪 / 汇智”三队；64 课时、23 份教案、150 件学生作品；门神画、丝毯、保宁醋调研。

第三期 • 2026 暑期 • 阆中 + 高淳

35 人、23 天；8 款文创、AI 智能体“阆淘沙”、VR 复刻、数字档案、桌游《会师征途棋》。

第四期 • 2027 寒假 • 四地

阆中 20 人、高淳 20 人、汕头 18 人、丹东 26 人，加总队 1 人，共 85 人；四地并行，各设支队长与在地对接人。

注：第四期人数与分组以 2026 年 11 月公示名单为准；如后续微调，以队长群通知与最终名单为准。

02 / THE ARC OF A PRACTICE

一次实践，四个阶段

实践不是“出发那天”才开始。真正决定质量的，是出发前的筹备与结束后的复盘。以下是我们建议的最小流程。

01

筹备期（出发前 4—6 周）

确定支队长与分组；与在地单位对齐需求、场地、学员与安全责任；完成课程初稿与调研提纲；办理保险、交通与住宿；建立共享文档与素材命名规则。

交付物：一页纸执行清单、课程表、调研提纲、人员分工表、预算表。

02

行前会（出发前 3—7 天）

逐项核对清单；做一次 20 分钟的“最坏情况”推演（天气、停电、学员受伤、设备丢失、采访被拒）；明确谁有权对外发声、谁负责记账、谁负责未成年人信息。

交付物：行前会纪要、应急联系人表、风险清单。

03

实践中（按日节奏）

早上 15 分钟站会：今天做什么、谁负责、可能卡在哪；白天按课程/调研/传播三条线推进；晚上 30 分钟复盘：今天发生了什么、明天改什么、素材是否备份。

交付物：每日日志、课程签到与照片、访谈记录、素材备份。

04

复盘期（返程后 2—3 周）

整理照片、访谈、数据与成果；完成调研报告/成果册；向合作方提交成果包与感谢函；做一次内部复盘，明确“下次不做什么”。

交付物：成果包、调研报告、传播总结、合作方反馈、复盘纪要。

一条硬规矩

任何一天，如果“传播”与“课程/调研”冲突，优先课程与调研。照片可以补拍，孩子的课不能重来。

03 / TEACHING

一堂课，要让谁都能接着上

我们的大多数课程面向 6—14 岁儿童，时长 45—90 分钟。好的课程不是“队员讲得开心”，而是“本地老师愿意再用一次”。

五步设计法

1. 先定一个可观察的目标。 不写“了解非遗”，写“能用三个细节向同伴介绍一幅门神画”。

2. 用一个具体物件开场。 一张拓片、一块丝毯、一段方言录音，比 PPT 封面更能让孩子安静下来。

3. 把知识拆成“做—说—评”。 先动手（拓印/拼贴/编程），再说给自己听，最后用同伴互评收束。

4. 留一个“可以带走”的东西。 一张作品、一段录音、一个小程序，让学习有可见的结果。

5. 写一份“接棒版”教案。 包含目标、材料、步骤、时间、常见问题与替代方案，确保下一届或本地老师能直接复用。

课堂管理三条

① 先立规则再开课：举手、轮流、不嘲笑；

② 每 20 分钟换一次动作：讲—做—站—说；

③ 不单独带未成年人离场，不私下添加联系方式。

年龄适配

6—9 岁：故事 + 手工 + 展示；

10—12 岁：任务卡 + 小组协作 + 互评；

13—14 岁：问题驱动 + 调研 + 公开表达。

课程包应包含

教案 | 材料清单 | 时间轴 | PPT / 讲义 | 学生作品示例 | 常见问题 | 替代方案 | 安全提示

> “你们走了以后，这套课我们还能上。”
>
> —— 一位社区工作人员，2026 年 8 月

提醒：涉及未成年人的课堂照片、作品与姓名，发布前必须取得监护人书面同意；课程包中的学生作品示例应做匿名化处理。

04 / RESEARCH

先听懂，再提问

调研不是“拿一份问卷去发”。在阆中，我们花了整整一天才学会怎么开口；在高淳，我们第一次访谈就被社区工作人员提醒“不要问人家家里的事”。

从问题到提纲

第一步：把“我想知道”改成“谁需要知道”。 合作方需要什么？当地人需要什么？我们能交付什么？三者交集才是值得调研的问题。

第二步：每个问题只问一件事。 避免“你们觉得非遗传承难不难、政府支持够不够、年轻人愿不愿意学”这种三合一问题。

第三步：准备“追问三件套”。 能举个例子吗？还有呢？如果只能改一件事，你会改什么？

访谈伦理

- 开场先说明身份、用途与时长；受访者可以随时终止或要求删除某段内容。
- 不询问收入、病历、家庭矛盾、未成年人成绩等与调研目标无关的隐私。
- 录音前征得同意；整理稿做匿名化；原始录音存放在受控目录，不进入公共素材库。
- 引用受访者原话前再次确认；涉及地方干部、传承人身份的内容，发布前请对方过目。

数据管理

问卷、访谈、照片分三目录存放；文件名统一为“期次-地点-日期-主题-序号”；每天收队前备份一次；不把含身份证号、手机号、住址的扫描件放进共享盘。

分析口径

小样本只报趋势，不报“代表性比例”；跨期比较先核对问题与样本；所有百分比在报告中注明分母。

调研成果的最低标准

一份可交付的调研成果，至少应包含：问题与方法、样本说明、关键发现（3—5 条）、可执行建议（每条有责任主体与时间）、局限与未解决的问题。没有“局限”部分的报告，通常不是诚实的研究。

推荐阅读：本队《往期调研报告摘要》（资源中心可下载），了解三期调研的问题演变。

05 / SAFETY FIRST

安全是底线，不是选项

任何队员在感到不安全、不舒服或被越界对待时，都有权立即停止活动并联系队长。没有人会因为“顾全大局”而被要求忍耐。

出发前必须完成

- □ 购买覆盖实践全程的意外保险，登记紧急联系人。
- □ 确认交通、住宿、场地与天气预案；保存最近医院与派出所位置。
- □ 完成安全培训：用电、用火、食品、交通、涉水、极端天气。
- □ 明确未成年人接触规则：不单独带离、不私下联系、不擅自拍摄。
- □ 建立“队长—支队长—队员”三级联络链与每日报平安机制。

实践中三条红线

不涉险

不擅自进入未开放区域、不靠近危险水域、不在极端天气下强行活动。

不越界

不与未成年人单独相处、不私下添加联系方式、不接受宴请与贵重礼物。

不泄露

不把身份证号、手机号、住址、病历、成绩单发到群里或公共素材库。

遇到骚扰 / 越界 / 不安全事件

立即离开现场，联系队长或指导老师；记录时间、地点、经过与在场人员；保留证据（聊天记录、照片、录音需合法取得）；必要时拨打 110 / 120。队伍承诺不压制、不淡化、不要求当事人“顾全大局”。

影像与信息发布

未成年人正脸、姓名、学校、住址一律不公开发布，除非取得监护人书面同意；队员肖像用于招新、报道与品牌物料时，应提前告知用途；地方文化素材（门神画、手稿、口述）的版权归属按事前约定处理。

本手册不能覆盖所有情况。遇到不确定的事，先停下来问队长，不要自己扛。

06 / TELLING THE STORY

让照片和文字，配得上现场

我们不追求“看起来很燃”的传播，而追求“让没来的人也能理解我们在做什么”。真实、克制、有细节，比滤镜和口号更有力量。

品牌底色

#0B2340 #C8A063 #F6F4EF #A63B2E #1F5C46

海军蓝为主结构，队徽金为强调，暖纸白为正文底；朱红只用于党建与印章，徽绿用于状态与辅色。标题用宋体，正文用黑体，数字用 Georgia。

照片

优先横构图 3:2 / 4:3；保留现场光，不重滤镜；每组至少一张“人在做事”的中景、一张环境、一张细节；导出长边 2000px、JPEG 质量 80；文件名统一“期次-地点-事件-序号”。

文字

标题具体，不用“青春闪耀”这类空词；正文多写动作、对话与数字；少用“赋能、闭环、抓手”；每篇至少一个可核验的事实；涉及合作方与个人，发布前请对方确认。

发布前检查

- □ 是否有未成年人正脸 / 姓名 / 学校？是否取得监护人书面同意？
- □ 是否有身份证号、手机号、住址、车牌等隐私信息？
- □ 数据是否有来源？百分比是否注明分母？
- □ 合作方名称、职务、引语是否准确？是否请对方过目？
- □ 图片是否由队员拍摄 / 已获授权？是否标明来源？
- □ 是否经过“队员—宣传组—队长/指导老师”三级审核？

> “先让现场成立，再让传播成立。”
>
> —— 第四期宣传组工作原则

07 / BEFORE YOU GO

出发前，最后一次核对

人员与联络

- □ 名单、分组、住宿与房间表已确认
- □ 保险已购买，紧急联系人表已共享
- □ 队长 / 支队长 / 指导老师联络链已测试
- □ 每日站会与复盘时间已固定

安全与合规

- □ 交通、住宿、场地合同 / 确认函已归档
- □ 最近医院、派出所、避难场所已标注
- □ 未成年人接触规则已全员签署
- □ 影像与信息发布授权模板已准备

课程与调研

- □ 课程表、教案、材料清单已完成
- □ 调研提纲、问卷、访谈同意书已准备
- □ 学员名单与年龄结构已确认
- □ 备用课程 / 室内方案已准备

传播与物料

- □ 相机 / 手机存储与备用电源已准备
- □ 队旗、队服、队徽、横幅已清点
- □ 素材命名与备份规则已说明
- □ 发布审核流程已明确

如果只能记住一句话

先去现场，再谈传播；先把人当人，再谈成果。

联系与资源

官网：www.tjufireflycorps.com · 合作：firefly@tjufireflycorps.com · 媒体：media@tjufireflycorps.com

校内办公：天津市津南区雅观路 135 号，天津大学北洋园校区（到访请提前邮件预约）。

本手册为第四期修订版，适用于 2027 寒假四地实践。各支队可根据在地情况增补，但不得删除“安全与隐私”“未成年人接触规则”两部分。最新版本以资源中心下载页为准。

> 萤烛末光，增辉日月。
>
> —— 曹植《求自试表》

天津大学萤火实践队 · 2025 年 7 月成立 · 天津大学人工智能学院指导
TIANJIN UNIVERSITY FIREFLY PRACTICE TEAM