

课程目标

这不是一门 AI 课，是一门用 AI 当工具的设计思维实战课。别让 AI 抢了主线。

理解

说清设计思维六阶段分别在解决什么。

解释为什么要从真实的人开始，而不是从做一个 App 开始。

说出 AI 是协作工具而非决策者。

能做

完成真实采访并记录原话。

写出合格的问题陈述。

定义 MVP，做出能演示的第一版。

找真人测试，并完成至少一次迭代。

用问题、证据、方案、演示、反思讲清项目。

态度

遇到模糊问题，先去观察和问人。

用 AI 时保持判断力，知道核对事实、说明使用、自己做决定。

推荐课时安排

常规版按 6-8 课时推进；时间不够可以压缩，但别砍测试。

课时	阶段	学生该带走的产出
第 1 课	开场 + AI 协作章	理解流程、签好 AI 底线、定下小组。
第 2 课	同理	具体用户 + 2-3 份采访记录。
第 3 课	定义	一句问题陈述。
第 4 课	构思	点子清单 + 必须有功能。
第 5-6 课	原型	能演示的第一版。
第 7 课	测试	测试记录 + 一次迭代。
第 8 课	展示	故事线 + 正式展示。

压缩建议

时间不够就把开场 + 同理合一课。

原型可压一课。

测试再紧也要保留。

教师指南

每节课流程和产出物

讲解时间永远短于动手时间。学生是做出来的，不是听出来的。

环节	建议时间	教师动作
导入	5 分钟	用真实小故事或问题切入。
讲解	10 分钟	只讲本阶段核心概念，用校园例子，别超时。
动手	25 分钟	学生用工作纸册实操，老师巡场点拨。
小结	5 分钟	每组一句话汇报本节产出，预告下一阶段。

下课前硬指标

同理：至少 2 份有原话的采访记录。

定义：一句不含方案的问题陈述。

构思：头脑风暴页 + 必须有 vs 以后表。

原型：一个能点、能看、能演示的第一版。

测试：测试记录表 + 写下要改的一处。

展示：故事线骨架。

教师引导问题

不要直接给答案，用问题把学生顶回去思考。

同理 / 定义

你这个用户，能说出一个具体的名字吗？

这句是你猜的，还是有人真的这么说过？

这个问题，是一个人遇到的，还是你觉得大家会遇到的？

问题陈述里是不是已经偷偷写了方案？

构思 / 原型

这个功能，帮用户少做了哪一步？

如果只能留一个功能，你留哪个？

用户能完成的那一件事是什么？

这段是 AI 给的，你能讲清它在干嘛吗？

测试 / 展示

你刚才是不是又忍不住解释了？

TA 卡在哪了？你记下来了吗？

如果不准说我们做了个 App，你会怎么开场？

常见卡点与对策

看到卡点时，先拉回真实用户、主流程和证据。

卡点	现象	怎么救
跳过采访	直接开始想方案/做东西	暂停，要求先拿回 2 份采访原话才放行。
问题太大/太泛	帮同学更高效学习	指一个具体的人、一件具体的事。
问题里混了方案	同学需要提醒 App	划掉方案，只留谁、因为什么、受困于什么。
功能太多	必须有列了 6 个	逼问少了它用户还能完成核心动作吗。
测试时一直解释	全程教用户怎么用	提醒闭嘴观察，让用户自己摸索。
把判断外包给 AI	AI 说这样最好	追问你自己觉得呢？为什么？
完美主义做不完	想一次做到完整版	拉回主流程，先做能试的一版。

分组建议与年龄调整

让每个人都有事做，让难度与年龄匹配。

分组建议

4-5 人最佳，角色随阶段轮换。

混校或陌生组，先用 10 分钟互相采访最近的小麻烦。

能力不均时，让强的人当提问者而非代劳者。

用全队共用一份项目说明、轮流复述，防止一人包办。

维度	低年级	高年级
范围	帮老师缩小到 1 个用户、1 个场景。	允许更复杂的用户/场景。
采访	2 人即可，多给问题模板。	≥3 人，鼓励自拟问题、追问。
原型	鼓励纸面/低保真。	可挑战做出来型/AI 演示型。
迭代	改一处即可。	要求两轮迭代、说明取舍。
AI	老师示范怎么问。	自己设计提示词、比较输出。

教师指南

黑客松压缩版怎么带

你的主要工作是控场和卡闹钟，保住测试。

带法

每阶段开始时大声宣布时间盒。

再紧也留出 30-45 分钟测试，可安排互测。

巡场用引导问题快速点拨，不展开讲课。

反复强调：砍功能不是失败；真人试过的简陋作品胜过没人试过的完整作品。

时间	阶段	目标
0:00-1:00	同理 + 定义	快速采访，定下问题陈述。
1:00-1:30	构思	头脑风暴，砍到必须有。
1:30-4:00	原型	做第一版，只做主流程。
4:00-4:45	测试	找人试，改最关键一处。
4:45-6:00	展示	故事线 + 彩排 + 上台。

AI 使用边界

评估时特别看学生能否分清 AI 帮了什么和自己决定了什么。

可以

让 AI 帮忙提问、整理记录、改写文字、发散点子、做表格、辅助反思。

不可以

上传隐私或同学照片。

让 AI 编造采访或用户证据。

把 AI 的事实不核对就用。

把最终决定丢给 AI。

必须

用了 AI 要在展示里说明。

重要选择由小组做。

第一课现场演示一次好提示词 vs 烂提示词。

评价 Rubric

提前发给学生，自评 + 互评；它既是评分工具，也是好项目长什么样的说明书。

维度	1 分	2 分	3 分
真实用户	群体很笼统	较具体	一个具体的人
证据	没采访	采访了 1 人	采访 ≥2 人且有原话
问题清晰度	太大/太泛	基本清楚	具体、聚焦、含根因
方案匹配度	对不上问题	基本对上	紧扣问题与用户
MVP	想做太多/没做出	能演示部分	最小可用、能完整演示主流程
测试迭代	没测	测了没改	测了并改进至少一处
AI 透明度	没说明/全外包	部分说明	清楚说明 AI 帮了什么、自己决定了什么
展示反思	念功能	讲清了项目	故事完整且说得出不足与下一步

怎么判断学生真懂

填满了表格不等于理解。用这几招快速验真。

快速验真

口头复述：不看手册，用一句话讲帮的是谁、什么麻烦。

追问为什么：为什么选这个问题，不选那个？

查原话来源：让 TA 指出某条发现对应哪句采访原话。

AI 归因测试：这部分是你做的还是 AI 做的？

改一个变量：如果用户换成低年级同学，方案要怎么变？