

二-10-2

高雄市 113 學年度精進國民中小學 教師教學專業與課程品質整體推動計畫 國民教育地方輔導團綜合活動分團 國小領域召集人及社群領導人增能研習 第二學期研習實施計畫

一、依據

- (一) 教育部補助直轄市縣(市)政府精進國民中學及國民小學教師教學專業與課程品質作業要點。
- (二) 高雄市 113 學年度精進國民中小學教師教學專業與課程品質整體推動計畫。
- (三) 高雄市 113 學年度國民教育地方輔導團整體團務計畫。

二、目的

- (一) 提升綜合活動領域教師運用覺察、接納等正念療癒課程技巧，安頓教師身心狀態，提高教師面對壓力之韌性。
- (二) 精進教師安頓身心與減壓之技巧，提供於各校領域會議分享，並引導學生於生活中練習，以提升學生情緒調節能力。

三、辦理單位

- (一) 指導單位：教育部國民及學前教育署
- (二) 主辦單位：高雄市政府教育局
- (三) 承辦單位：高雄市國民教育地方輔導團綜合活動分團、
高雄市前鎮區紅毛港國民小學

四、辦理日期及地點

上學期 2 場、下學期 1 場，合計 3 場次。於週三下午教師進修時間（13:30 至 16:30）進行領域召集人及社群領導人增能研習。詳如下表：

場次	日期與時間	研習時數	地點	研習代碼
三	114 年 4 月 23 日 (星期三) 13:30-16:30	3 小時	國教輔導團 302 教室	4767842

五、參加對象與人數

- (一) 鼓勵本市公、私立國民小學綜合活動領域召集人或任教綜合活動領域教師參加，預計錄取 30 位，以報名時間先後為錄取順序。
- (二) 請參與教師於舉辦日期前一週至「全國教師在職進修資訊網」完成線上報名手續，網址：<https://www3.inservice.edu.tw/>。
- (三) 講師將於課程中帶領身心安頓、正念靜心方法與技巧，請參加研習教師攜帶瑜珈墊，以利課程實作練習。
- (四) 有疑問者請洽詢「高雄市國民教育地方輔導團綜合活動分團」吳勢方專任輔導員(action@ceag.kh.edu.tw)。TEL: (07) 3590116 轉 233。
- (五) 報名參加研習之人員及工作人員，應如期簽到退參加研習，如有重大原因，未能如期參加研習者，請於研習前三天電話告知承辦人取消，並上全國教師在職進修網站取消報名。
- (六) 為加強校園安全管理，請協助配合事項如下：參加研習教師如開車進入國教輔導團，請攜帶研習公文或教職員工識別證，以利門禁控管。

六、研習內容

- (一) 本計畫課程規劃表如附件一。
- (二) 研習講師：胡展誥諮商心理師。

七、差假與獎勵

- (一) 參加教師和工作人員於研習活動期間准予公假，課務自理，每場次參與者覈實核發研習時數 3 小時。
- (二) 承辦本研習活動工作人員，依「高雄市立各級學校及幼兒園教職員工獎懲補充規定」予以敘獎。

八、經費來源

由教育部國民及學前教育署 113 學年度補助本市辦理精進國民中小學教師教學專業與課程品質整體推動計畫支應。

九、成效評估之實施

- (一) 為加強本計畫之執行成效，評估工具以開放式問卷調查、評鑑，並建置電子網路社群與研習教師保持交流，作為改善課程設計與內容的參照。活動結束後將透過下列各向度與方式進行檢核。
- (二) 教師反應及教師學習：參與教師於研習後填寫線上回饋單，清楚反應對於課程的建議與學習心得。
- (三) 教師使用新知與技能：以開放式問卷調查。並以電子通訊軟體或網路社群與研習教師保持聯繫，持續追蹤教師研習後學習心得，開展延續學習

共同體與共備觀議課之可能性。

(四) 各細項條目，如附件三。

十、預期成效

- (一) 對正念減壓有初步認識，提供教師有效教學之技巧，預期 80%參與教師能掌握正念減壓的核心精神，及其與綜合活動課程之關聯性。
- (二) 願意在校內領域會議、學年會議或社群聚會時至少進行一次宣講，提升教師安頓師生身心的教學策略。

【附件一】

高雄市 113 學年度精進國民中小學
教師教學專業與課程品質整體推動計畫
國民教育地方輔導團綜合活動分團
國小領域召集人及社群領導人增能研習
第二學期研習課程表

時間 (歷時 h/min)	活動	主持(講)人	備註
13:00~13:30	報到	工作團隊	
13:30~13:40	始業式	督導、課督及 正副領召校長	
13:40~15:10 (90mins)	身心安頓的正念覺察課(一) 概念與技巧	胡展誥諮商心理師 (外聘)	外聘講師* 2 節
15:10~15:15	課間休息	工作團隊	
15:15~16:05 (50mins)	身心安頓的正念覺察課(二) 實作與應用	胡展誥諮商心理師 (外聘)	外聘講師* 1 節
16:05~16:30	綜合座談	講師/工作團隊	

【附件三】

**高雄市 113 學年度精進國民中小學
教師教學專業與課程品質整體推動計畫
國民教育地方輔導團綜合活動分團
國小領域召集人及社群領導人增能研習
成效評估問卷**

層面	檢核指標	得分 (1-5 分)	平均 得分	評估 結果
教師反應	1.內容規劃有系統及具延續性。			
	2.活動流程順暢。			
	3.場地及設備良好舒適。			
	4.講師具備專業知能，並表達適切。			
	5.講師具備實務經驗。			
	6.課程內容切合教學需求。			
教師學習	1.本次研習，全程參與不缺席。			
	2.獲得綜合活動領域教學實務與理論之參考。			
	3.增進自我省思之意願，加強充實專業知能。			
	4.願意活用研習所學，設計有效之教學活動。			
	5.願意多多參與綜合活動領域相關主題研習。			
教師應用 新知與技能	1.願意與校內同仁分享此研習課程內容。			
	2.願意與校內同仁對話討論綜合活動領域相關教學新知。			
	3.願意將研習中所學實際操作於課堂。			
	4.明白綜合活動領域專業成長活動能改進自己教學。			