



## 財團法人靈鷲山般若文教基金會 函

地 址：234 新北市永和區保生路 2 號 20 樓  
聯絡人：鄭惟馨  
聯絡電話：(02)8231-6789#1584  
傳真號碼：(02)8231-5889

### 受文者：花蓮縣政府教育處

發文日期：中華民國 110 年 03 月 22 日  
發文字號：靈文字第 110204025 號  
速別：最速件  
密等及解密條件：普通  
附件：

主旨：本會籌辦第十六期「心寧靜~情緒管理教學」教師研習營活動，詳情如附件。懇請協助公告轄內各級學校，鼓勵教職員踴躍參加，請查照。

#### 說明：

- 一、本會於今年暑假期間 7/9(五)~7/11(日)舉辦第十六期「心寧靜~情緒管理教學」教師研習營，營期共三天，於新北市福隆靈鷲山舉辦。※詳細簡章內容，請參考附件。
- 二、活動將帶領教師學習「心寧靜~情緒管理教學」的教學策略與方法，提供教師自我身心調和，增進學生的專注力與情緒管理能力，創造優質的學習環境及班級氛圍，進而提昇教學效益。
- 三、本課程屬於情緒管理教學研習，適合現職老師、特教老師、輔導老師等教職員，適合運用於班級經營與學生輔導，參加本活動之教師，可申請教師研習時數 24 小時。  
(依教育部 108 年 1 月 22 日臺教師(三)字第 1080010426H 號函辦理)
- 四、懇請將本研習活動訊息，以書面和網路公告給各級學校教師，讓更多的教師有機會參與和學習。

正本：臺北市政府教育局、新北市教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、基隆市政府教育處、宜蘭縣政府教育處、花蓮縣政府教育處、臺東縣政府教育處、桃園市政府教育局、新竹市政府教育處、新竹縣政府教育處、苗栗縣政府教育局、南投縣政府教育處、彰化縣政府教育處、嘉義市政府教育處、嘉義縣教育網路中心、雲林縣政府教育局、屏東縣政府教育處、教育部國民及學前教育署臺北辦公室、教育部國民及學前教育署臺中辦公室

副本：

# 財團法人靈鷲山般若文教基金會

# 心寧靜~情緒管理教學

## 【第十六期】教師研習營

### 寧靜

是宇宙最大的能量

讓每一天的學習

從寧靜開始

找回自己

從心出發

快樂學習

指導單位：教育部

主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會

承辦單位：全球心寧靜教師團

活動日期：2021年7月09日(五)至7月11日(日)(三天兩夜)

活動地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街7-1號)

活動目的：一、透過心寧靜的體驗，提升自我情緒管理的良好效益。

二、營造寧靜的班級學習氛圍，增進學習專注力與教學成效。

三、培養自覺的品格教育，建立友善校園。

活動對象：一、現職或退休之中、小學及幼兒園教師或教育相關之工作者與志工。

二、關心生命教育，並有意願推廣<心寧靜運動>之企業與社會人士。

三、曾參加過心寧靜教師研習營的學員，有意願再次複訓。

活動內容：一、「靈鷲山生命教育-心寧靜運動」教材研討與演練。

二、心寧靜的情緒管理教學策略，在生活中運用：心的觀照、行的覺知。

三、心寧靜情緒管理對話教學—如何運用對話教學於班級經營，學習自我覺察而管理自己情緒。

四、心寧靜情緒管理教學推廣成果分享。

報名事項：一、報名時間：即日起，至2021年6月30日止(或額滿為止)。

二、報名方式：

1.教師:請上「[全國教師在職進修資訊網](#)」線上報名。(課程代碼：3015601)

2.非教師:請上「[寧靜運動官網](#)」完成線上報名。

3.報名資格經審核通過者，將會再以Email或電話通知。

其他說明：一、參加此活動之教師需全程參與，方可核發教師研習時數24小時。

(依「教育部108年1月22日臺教師(三)字第1080010426H號」函辦理)

二、活動名額：八十名(無法全程參加者，請勿報名。)

三、活動費用：免費(本課程經費由十方大眾護持，歡迎隨喜贊助)。

四、本活動供應食宿，禁帶任何葷食、寵物上山。

五、洽詢電話：全球心寧靜教師團 02-8231-6789#1584 執行秘書

六、活動資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](#)

## 第十六期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營

### 課程表

7月09日(星期五)	7月10日(星期六)	7月11日(星期日)
9:00~11:00 (一)做情緒的主人-心寧靜情緒管理教學 分組體驗：教學現場情緒管理實例  11:00~12:00 (二)對話教學-四層次提問 分組體驗：如何運用對話教學於班級經營	9:00~12:00 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有寧靜的班級和學生	9:00~11:00 (七)教材分析與試教 營造寧靜班級實務演法  11:00~12:00 (八)回饋分享和展望 使命寧靜班級計畫執行及修正
12:00~13:30 午餐、山海逍遙遊		
13:30~15:30 (二)對話教學-四層次提問 分組體驗：如何運用對話教學於班級經營  15:30~17:30 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有寧靜的班級和學生	13:30~15:30 (四)心寧靜運動教材介紹 分組體驗：心寧靜教學創造寧靜班級的方法  15:30~17:30 (五)心寧靜教學-推廣成果分享 分組體驗：寧靜班級實例分享	13:30~15:30 (八)回饋分享和展望 使命寧靜班級計畫執行及修正
17:30~19:00 晚餐、山海逍遙遊		
19:00~22:00 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有寧靜的班級和學生	19:00~21:00 (六)心寧靜教材演練 分組體驗：如何營造寧靜班級	研習圓滿 歡喜賦歸
就寢		
補充說明：主辦單位得保留課程活動之變動、修改、調整、終止等相關權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。		

活動地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街7-1號)