



國立花蓮高級中學 函

地址：97059花蓮縣花蓮市民權路42號
聯絡人：江嘉玲
電話：(03)8242236分機219
傳真：(03)8242201
電子郵件：jialing0524@hlhs.hlc.edu.tw

受文者：屏東縣立東港高級中學

發文日期：中華民國115年10月3日
發文字號：花中秘字第1150100059號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：115-1花蓮高中-從自我覺察打造溫暖懂心的教學心法工作坊-實施計畫.pdf
(115A100466_1_03135254157.pdf)

主旨：本校辦理數位前導及高中優質化暨深度學習115學年度第1學期「安放自己的心：從「自我覺察」打造溫暖懂心的教學心法工作坊」敬邀貴校人員出席，敬請惠予出席人員公(差)假，請查照。

說明：

一、依據：

- (一)依據教育部國民及學前教育署115年8月31日臺教國署高字第1155404545號函「數位前導學校計畫」辦理。
- (二)依據教育部國民及學前教育署「高中優質化補助方案計畫」辦理。
- (三)依據教育部國民及學前教育署115年9月1日臺教國署高字第1155403811F號函「深度學習計畫」辦理。

二、工作坊資訊：

- (一)活動日期：115年10月27日(二)。
- (二)活動時間：中午13時00分至下午15時00分。



(三)活動地點：國立花蓮高級中學-綜合大樓-3F-平面會議室（970花蓮市民權路42號）。

(四)工作坊講師：國立臺灣師範大學王建傑老師。

三、實施對象：

(一)全國高優及北一區前導學校及花蓮縣國高中職教師。

(二)錄取順序依教師報名時間先後依序錄取。

四、報名方式：

(一)報名方式：<https://forms.gle/SZ6yS55qeusaYqJL7>

(二)報名時間：即日起至115年10月21日(三)23:59止。

(三)錄取通知：錄取暨行前通知將於活動前採email通知(請報名時務必填寫正確的email)。

五、注意事項：

(一)全程參與者核予研習時數，或依實際參與實數核發。

(二)請惠予出席人員公(差)假登記及課務排代，並依規定由服務學校之相關計畫支給差旅費。

(三)活動聯絡人：花蓮高中，江助理，聯絡電話：03-8242236#219，電子信箱：sap@hlhs.hlc.edu.tw。

正本：高中優質化學校、花蓮縣公私立高中職、花蓮縣國民中學

副本：本校秘書室



數位前導及高中優質化暨深度學習 115 學年度第 1 學期「安放自己的心：從「自我覺察」 打造溫暖懂心的教學心法工作坊」實施計畫

壹、依據：

- 一、依據教育部國民及學前教育署 115 年 8 月 31 日臺教國署高字第 1155404545 號函「數位前導學校計畫」辦理。
- 二、依據教育部國民及學前教育署「高中優質化補助方案計畫」辦理。
- 三、依據教育部國民及學前教育署 115 年 9 月 1 日臺教國署高字第 1155403811F 號函「深度學習計畫」辦理。

貳、工作坊資訊：

- 一、活動日期：115 年 10 月 27 日(二)。
- 二、活動時間：中午 13 時 00 分至下午 15 時 00 分。
- 三、活動地點：國立花蓮高級中學-綜合大樓-3F-平面會議室 (970花蓮市民權路42號)。
- 四、工作坊講師：國立臺灣師範大學王建傑老師。

參、實施對象：

- 一、全國高優及北一區前導學校及花蓮縣國高中職教師。
- 二、錄取順序依教師報名時間先後依序錄取。

肆、報名方式：

- 一、報名方式：<https://forms.gle/SZ6yS55qeusaYqJL7>
- 二、報名時間：即日起至 115 年 10 月 21 日(星期三) 23:59 止。
- 三、錄取通知：錄取暨行前通知將於活動前採 email 通知(請報名時務必填寫正確的 email)。

伍、注意事項：

- 一、全程參與者核予研習時數，或依實際參與實數核發。
- 二、請惠予出席人員公(差)假登記及課務排代，並依規定由服務學校之相關計畫支給差旅費。
- 三、活動聯絡人：花蓮高中，江助理，聯絡電話：03-8242236#219，電子信箱：sap@hlhs.hlc.edu.tw。

日期	時間	研習內容	地點
10/27(二)	12:30-13:00	報到及用餐	花蓮高中- 綜合大樓-3F- 平面會議室
	13:00-15:00	教師工作坊： 安放自己的心-從「自我覺察」 打造溫暖懂心的教學心法	

解開師生互動的情緒密碼，看見教學現場的溫暖力量！

教學是一場心與心的連結，但在繁忙的課堂與日常互動中，該如何幫助學生梳理情緒，同時也照顧好自己的內心？本次工作坊特別邀請國立臺灣師範大學王建傑老師，走入真實的教學現場，深入分享他在陪伴學生與師生互動過程中，應用 SEL（社會情緒學習）的實際案例與寶貴經驗。邀請各位師長暫時放下手邊繁重的工作，從實務案例中汲取靈感，學習如何將「自我覺察」轉化為溫暖懂心的教學心法，帶回課堂與日常！

精彩的工作坊敬邀各位師長報名參加哦～

期待與您一同在教學案例的分享與對話中交流，打造專屬於您的溫暖懂心教學法！

完成報名者，將提供精美午餐一份。12:20 後可到活動場地領取及用餐！