**臺南市107學年度「基礎/進階專業學習社群」申請表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 學校名稱 | 安順國小 | | | | | 社群名稱 | | | | 正念減壓(MBSR)小團體輔導社群 | | | | |
| 辦理類型 | ●基礎專業學習社群 □進階專業學習社群 | | | | | | | | | | | | | |
| 召集人 | 張誌元 | | | | | | Email | nasinschool@tn.edu.tw | | | | | | |
| 電話 | 063559451-851 | | | | | | |
| 社群目標 | 經由指導教師帶領教師社群成員以小團體的方式進行教師成長團體，並運正念減壓(MBSR)的原理、原則和內涵，且於社群中實際操作，透過體驗去修正執行方法以及設計適合於課堂操作的模式。 | | | | | | | | | | | | | |
| 預期成效 | 預期使教師學會正念減壓，並能運用於班級教學，使學生學會定心、專注、且能覺察情緒反應，度過情緒的暴風雨。 | | | | | | | | | | | | | |
| 學校申請進階專業學習社群，若未入選是否同意改為基礎專業學習? 是□ 否□ | | | | | | | | | | | | | | |
| 運作內容  (可複選) | □備觀議課（教師公開授課與專業回饋) □彈性學習課程規劃  □素養導向的教學設計  ●其他(十二年國教課綱之相關議題)  正念減壓(MBSR)小團體輔導 （請說明運作主題） | | | | | | | | | | | | | |
| 社群成員 | 姓名 | | 任教領域  或學年 | | | | 姓名 | | 任教領域  或學年 | | 姓名 | | 任教領域  或學年 | |
| 張誌元 | | 低年級體育 | | | | 郭宏信 | | 專輔教師 | | 洪小婷 | | 資源班教師 | |
| 張彩綿 | | 中年級自然 | | | | 尤晨筠 | | 高年級資訊 | | 陳思宇 | | 學前特教 | |
| 姜惠馨 | | 資源班教師 | | | | 黃子軒 | | 高年級資訊 | | 蔡慈娥 | | 學前特教 | |
|  | |  | | | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | | | |  | |  | |  | |  | |
| 實施期程  (基礎專業學習社群，每學期至少4次；進階專業學習社群，每學期至少6次） | 次 | 日期 | | 時間 | 實施內容 | | | | | | 地點或場地 | 講師/  主持人 | | 參加  人數 |
| 1 | 107.09.14 | | 13:30-14:30 | 初次小團體及正念介紹 | | | | | | 團輔教室 | 郭宏信 | | 9 |
| 2 | 107.10.12 | | 13:30-14:30 | 藝術治療及呼吸練習 | | | | | | 團輔教室 | 郭宏信 | | 9 |
| 3 | 107.11.09 | | 13:30-14:30 | 桌遊操作及注意力訓練 | | | | | | 團輔教室 | 郭宏信 | | 9 |
| 4 | 107.12.07 | | 13:30-14:30 | 情緒卡操作─覺察情緒 | | | | | | 團輔教室 | 郭宏信 | | 9 |
| 5 | 107.12.21 | | 13:30-14:30 | 班級正念減壓課程設計與實作(觀課) | | | | | | 團輔教室 | 張誌元 | | 9 |
| 6 | 108.01.11 | | 13:30-14:30 | 班級正念減壓課程設計與實作(議課) | | | | | | 團輔教室 | 張誌元 | | 9 |
| 7 |  | |  |  | | | | | |  |  | |  |

承辦人： 教務主任： 校長：

**107學年度 學校「基礎/進階專業學習社群」申辦經費概算表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 校名 | 安順國小 | | 社群名稱 | | 正念減壓(MBSR)小團體輔導社群 | | |
| 類型 | ●基礎專業學習社群 □進階專業學習社群 | | | | | | |
| 項次 | 內容 | 數量 | 單位 | 單價 | | 總價 | 備註 |
| 1 | 外聘講座鐘點費 |  | 節 | 2,000 | |  | 1.授課時間每節為50分鐘，其連續授課2節者為90分鐘，未滿者減半支給。  2.內聘及外聘講座鐘點費可於概算額度內核實相互勻支。 |
| 2 | 內聘講座鐘點費 |  | 節 | 1,000 | | 6,000 |
| 3 | 交通費 |  |  |  | |  |  |
| 4 | 出席費 |  |  |  | |  | 以外聘學者專家為限，每次出席不逾2,500元。 |
| 5 | 二代健保補充保費 |  |  | 115 | | 115 |  |
| 6 | 印刷費 |  |  | 1,285 | | 1,285 |  |
| 7 | 教材教具及參考書籍費 |  |  | 2,000 | | 2,000 | 不得超過20% |
| 8 | 膳食費（含茶水費） |  | 人 |  | |  | 過膳食時間方可編列膳食費加茶水費；未過膳食時間，膳食費及茶水費均不可編列(中午12:40，下午18:10)。 |
| 9 | 雜支 |  |  | 600 | | 600 | 不超過總經費6% |
|  | 合計 |  | | | | |  |
| **總計：新臺幣 10,000 元** | | | | | | | |

**說明：「基礎/進階專業學習社群」以社群為單位撰寫經費概算表。**

**◎本表謹供參考項目，請以臺南市政府教育局經費概算表(新版)編撰核章報送。**