

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	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎專業學習社群 <input type="checkbox"/> 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 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>							
運作內容 (可複選)	<input type="checkbox"/> 備觀議課(教師公開授課與專業回饋) <input type="checkbox"/> 彈性學習課程規劃						
	<input type="checkbox"/> 素養導向的教學設計 <input checked="" type="checkbox"/> 其他(十二年國教課綱之相關議題) <u>正念減壓(MBSR)小團體輔導</u> 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：

教師兼課程研發組長黃子軒

教務主任：

教師兼教務主任王澤祐

校長：

安順國小校長蘇建銘

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	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎專業學習社群 <input type="checkbox"/> 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。