

# 心寧靜~情緒管理教學

## 第十六期【心寧靜~情緒管理教學】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：全球心寧靜推廣總會

全國心寧靜教師團

課程日期：2023年7月14日(五)至7月16日(日)(三天兩夜)

課程地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街7-1號)

課程目的：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。

課程對象：限參加過心寧靜課程者，如線上推廣班、校園推廣、單日研習、三日研習，其中一項即可。

報名事項：一、報名時間：即日起，至2023年6月20日止(或額滿為止)。

二、報名方式：請上「[寧靜運動官網](#)」完成線上報名。

[https://weborder.ljm.org.tw/order/Act\\_detail.aspx?PK=112U16CN02901&type=3](https://weborder.ljm.org.tw/order/Act_detail.aspx?PK=112U16CN02901&type=3)

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111年1月27日臺教師(三)字第1112600324Y號”函辦理)

二、活動名額：八十名(無法全程參加者，請勿報名。)

三、本課程供應食宿，敬請捐款護持全球心寧靜課程。

四、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、課程資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](#)

「[全國教師在職進修資訊網](#)」(課程代碼：3725781)

## 第十六期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營 課程表

7月14日(星期五)	7月15日(星期六)	7月16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)