

## 臺北市政府教育局 函

地址：108312臺北市萬華區桂林路64號3  
樓

承辦人：陳敏雀

電話：02-23363566分機15

傳真：02-23363563

電子信箱：bv7316@gov.taipei

受文者：臺北市立內湖高級工業職業學校

發文日期：中華民國114年11月10日

發文字號：北市教視字第1143112641號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：「用SEL打造會呼吸的班級經營」增能研習活動實施計畫1份  
(40190221\_1143112641\_1\_ATTACH1.pdf)

主旨：檢送本市國民教育地方輔導團班級經營與教專分團114學年度「用SEL打造會呼吸的班級經營」增能研習活動實施計畫1份，請鼓勵所屬教師參與，請查照。

說明：

- 一、依據本市國民教育地方輔導團班級經營與教專分團用SEL打造會呼吸的班級經營增能研習活動實施計畫辦理。
- 二、在情緒多變、注意力分散的時代，孩子非單純聽從者，教師面臨教學與情緒壓力。本活動引導教師從覺察自我出發，理解學生脈動，以溫柔有力方式經營關係，結合理論實務與SEL五大層面（自我覺察、管理、社會覺察、人際關係、負責決定），打造有呼吸的溫暖教室，重拾教學熱情與平衡。
- 三、研習對象：臺北市各校初任、新進教師及高級中等以下學校對主題有興趣之教師。
- 四、辦理日期與地點（114年11月26日、12月10日，共計5班



內湖高工 1141110



\*NSAA1146013636\*



次)：

- (一)國小組第1場：114年11月26日（三）13時30分至16時30分，臺北市立長安國中3F國際教室（北市研習字第1141013035號）。
- (二)國中組第1場：114年11月26日（三）13時30分至16時30分，臺北市立長安國中4F教師社群研討室（北市研習字第1141013034號）。
- (三)高中職組場：114年12月10日（三）9時至12時，臺北市立松山高中3F簡報室（北市研習字第1141013028號）。
- (四)國小組第2場：114年12月10日（三）13時30分至16時30分，臺北市立劍潭國小4F課研教室（北市研習字第1141013031號）。
- (五)國中組第2場：114年12月10日（三）13時30分至16時30分，臺北市立劍潭國小4F課研教室（北市研習字第1141013030號）。

五、每場次上限30人，即日起至開課前五日截止，臺北市教師請於「臺北市教師在職研習網」辦理登錄報名，報名網址為<https://insc.tp.edu.tw/>（主辦單位搜尋：臺北市校長及教師專業發展中心），依行政程序核准後，辦理薦派作業。

六、本局同意核予全程參與教師及講師公假登記、課務派代表出席。

七、研習注意事項：

- (一)本研習採線上報名方式，不受理現場報名，請研習教師注意與配合。



·公文換章  
·裝訂線  
  
(二)本研習須全程參與3小時，方能核予研習時數。遲到、早退或中途離場15分鐘以上即視為缺席，請準時出席，避免影響講師授課。

(三)研習場地無提供停車位，研習時請自備環保容器、文具用品。

(四)研習日若遇天災關係影響，變更日期及研習方式，請依臺北市校長及教師專業發展中心官方網站  
(<https://bit.ly/tptepd>) 最新公告為準。

八、本案倘有疑問，請逕洽本市國民教育地方輔導團班級經營與教專分團執行秘書黃俊崎先生，電子信箱：  
tp8620sup@gmail.com；電話：1999轉分機6355（114年11月）、（02）2753-5968分機229（114年12月），請優先E-mail俾利立案處理。

正本：臺北市政府教育局所屬公私立各級學校（含附設國立中小學）

副本：臺北市立大學附設實驗國民小學 賴慧珉教師（含附件）、臺北市萬華區萬大國民小學 趙蕙英教師（含附件）、臺北市立明德國民中學 林吟聯教師（含附件）、臺北市立南港高級中學附設國中 葉玉玲教師（含附件）、臺北市立松山高級商業家事職業學校 尤雅智教師（含附件）、臺北市立長安國民中學（本市校長及教師專業發展中心）（含附件）、臺北市士林區劍潭國民小學（本市校長及教師專業發展中心）（含附件）、臺北市立松山高級中學（本市校長及教師專業發展中心）（含附件）

電子公文  
交換章  
2025/11/10  
11:40:08

裝

訂

線

67