

臺南市光華高級中學教師參加校外各項研習心得報告

報告人：許馨尹

會議名稱	一般科目種子教師培訓 SEL 社會情緒學習教學探究實作工作坊 及跨域整合特展參訪	主辦單位	技術型高中一般科目暨藝術群科中心（國立臺灣師範大學教育研究與創新中心）
日期	115 年 6 月 15~16 日 (星期一~二)	地點	奇美博物館
指導單位	教育部國民及學前教育署		

壹、研習目的

- 一、培訓本中心一般科目之種子教師，透過 SEL 社會情緒學習課程的理解與操作，強化其課程規劃能力、教學創新思維與跨域整合素養。
- 二、協助技術型高中教師掌握 SEL 的核心概念，並透過體驗式課程與實務運用，提升其在教學現場導入 SEL 的能力與自信。
- 三、促進教師之間的合作研議與策略分享，共同設計並發表可實際落實於課堂的 SEL 教案，藉由與講師及同儕的交流互動，增進教師整體 SEL 課程設計與教學實作知能。
- 四、透過參訪《埃及之王：法老》，教師體驗古文明與現代展示科技的結合，並融入 SEL 社會情緒學習，培養學生自我覺察與同理心，促進跨領域教學協作，強化文化理解與美感素養的整合能力。

貳、研習課程表

日期：115 年 6 月 15 日(一)(第 1 天)		
地點：奇美博物館（台南市仁德區文華路二段 66 號）		
接駁：台南高鐵站 09:20 準時發車（高鐵三號出口）		
時間	活動流程/課程說明	講者/與談人
09:20-09:40	台南高鐵接駁車／交通時間	
09:40-09:50	報 到	
09:50-10:00	開場致詞	國立員林高級家事商業職業 學校楊國霖 秘書 (群科中心委員)
10:00-11:00 (60 分鐘)	為何課堂需要社會情緒學習(SEL)：核心概念與體驗 ★SEL 與 108 課綱的連結：以學習者為主體 ★親、師、生的情緒需求與覺察（身心安頓）	108 課綱生命教育教科書 作者彭川耘 教師 時任點亮生命教育協會秘書 長、 現任新北市教師職業工 會行動講師、 九型人格分享講師
11:00-12:30 (90 分鐘)	社會情緒學習(SEL)融入課程 ★SEL 的教學策略與應用：安全的課室氛圍 ★身心連結與正念的教學轉化實作（教材教法）	
12:30-13:30	午餐&休息	

13:30-14:30 (60 分鐘)	從體驗到沉澱：提問策略與設計 ★從無感到五感的多巴胺教學體驗 ★從反應到回應的前額葉訓練（提問策略）	108 課綱生命教育教科書作者 彭川耘 教師 時任點亮生命教育協會秘書 長、 現任新北市教師職業工 會行動講師、 九型人格分享講師
14:30-16:00 (90 分鐘)	社會情緒學習的政策與實踐 ★教學現場的挫敗與幸福時刻 ★跨層次觀點、腦科學以及 PERMA 幸福五元素 ★SEL 實踐：從理論到課室微型策略 ★評量即學習（assessment as learning） ★結合班級經營與學科教學	國家教育研究 院 課程及教學研 究中心 林哲立 博士
16:00-17:00 (60 分鐘)	SEL 課程示例分享-生涯規劃-SEL 融入教案 ★看見改變，啟動韌力：生涯覺察與行動的起點	臺北市立松山 工農余曉涵 教師
17:00	第一天活動結束	

日期：115 年 6 月 16 日(二)(第 2 天)

地點：奇美博物館（台南市仁德區文華路二段 66 號）

時間	活動流程/課程說明	講者/與談人
9:15-9:30	報 到	
9:30-12:00 (150 分鐘)	生成式 AI 應用於教學 - NotebookLM & Gemini ★善用 AI 更有效而精彩地協助課程設計 ★Google Gemini：通用 AI 助理（教學＋行政） ★NotebookLM：文件導向的知識管理與教學神器	臺北市立中正高級 中學賴和隆 教 師 (108 課綱科技領域委員)
12:00-13:00	午餐&休息	
13:00-14:00	各領域分組實務演練 ★討論：如何將 SEL 持續融入課程 ★教室可立即運用之教具、活動單分享	國立員林高級家事商業職業 學校 臺北市立中正高級中學 賴和隆 教師

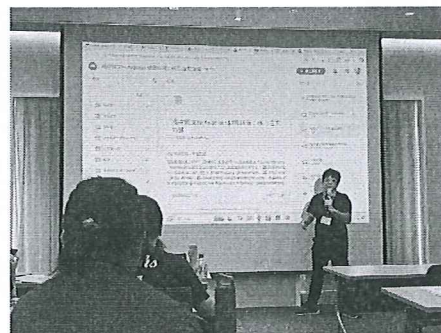
14:00-14:30	交流與回饋&暢所欲言 ★各組發表教案 ★講師與同儕提供具體回饋	臺北市立松山工 農余曉涵 教 師
14:30-16:00 (90 分鐘)	跨域跨時空的生命對話： 【從大英博物館珍藏看藝術科技與生命議題之整合實踐】 ——奇美博物館《埃及之王：法老》特展導覽 帶領種子教師親臨特展現場，透過大英博物館精選之法老雕像、喪葬器具與精美首飾，觀察古埃及文明如何在高水準的藝術工藝中，展現對生物學、礦	奇美博物 館導覽人 員
16:00	閉幕式/活動結束	
16:10	賦 歸（接駁回台南高鐵）	

參、研習重點與心得

參與此次研習讓我受益匪淺，最深刻的體會是 SEL 絕非單純的情感安撫，而是與大腦科學、提問策略及 108 課綱核心素養緊密相連的學問。在彭川耘老師的引領下，我學習到如何從五感體驗出發，透過有效的提問讓學生從直覺式的「反應」提升為理性的「回應」，進而在安全的課室氛圍中達成深度學習。

此外，AI 科技與教學的整合是本次研習的另一大亮點。掌握了 NotebookLM 與 Gemini 等工具後，我發現原本繁瑣的知識管理與教案設計能變得更加系統化且具效率，這讓教師能騰出更多心力專注於課堂上的師生互動。

最後，奇美博物館的參訪行程展示了跨領域教學的無限可能。透過古埃及文明中藝術與早期科學的結合，我意識到 SEL 可以跨越學科限制，融入藝術與科技教學中。這次研習不僅提升了我的教學知能，更讓我學會如何將情緒覺察與韌力培養落實於日常教學中，為學生打造更具包容性與支持性的學習環境。



科(學程)主任：多媒體設計科主任謝秋玲

教務主任：教務主任陳怡仁

校長：校長陳綺雯

