

國立羅東高級中學114學年度高優暨數位前導學校計畫-
「從情緒到教學：社會情緒學習（SEL）在課堂的實踐策略」
實施計畫

- 壹、 依據：本校 114 學年度「數位前導學校計畫」及「高中優質化計畫」辦理。
- 貳、 目的：
一、 協助教師認識社會情緒學習（SEL）五大核心面向之內涵，增進對學生情緒與行為背後需求之理解。
二、 透過體驗式活動與分組演練，引導教師覺察自身情緒與教學互動模式，強化自我覺察與自我管理能力。
三、 促進教師理解社會覺察與人際技巧於班級經營與課堂互動之應用，建立正向支持之教學環境。
四、 藉由案例分享與實務交流，提升教師將 SEL 融入學科教學與班級經營之實踐能力。
- 參、 辦理單位：國立羅東高級中學。
- 肆、 研習時間及地點：
一、 研習主題：從情緒到教學：社會情緒學習（SEL）在課堂的實踐策略
二、 研習時間：115 年 4 月 19 日（週日）上午 9 時至下午 16 時。
三、 研習地點：國立羅東高中國文專科教室。
- 伍、 參加對象：
一、 前導及高優計畫學校之教師、行政及相關承辦人員。
二、 宜蘭縣國、高中職學校教師。
- 陸、 報名資訊：
一、 報名方式：請至以下網址報名：<https://forms.gle/FPZwXZkJ9XmYZvUe6>
二、 錄取通知：依報名先後順序錄取，錄取通知電子郵件預計於活動前 5 日寄發，敬請填寫正確且常用之電子郵件信箱，以利研習資訊傳達。
三、 研習時數：全程參與核予每日 6 小時研習時數，或依實際參與時數核發。
- 柒、 其他事項：如有疑問請洽羅東高中前導計畫助理李先生（聯絡電話：03-9567645 分機 214，電子信箱：t1009@ldsh.ilc.edu.tw）。
- 捌、 研習經費：本案所需經費由本校 114 學年「數位前導學校計畫」及「高中優質化計畫」項下支應。

115 年 4 月 19 日 (週日)

「從情緒到教學：社會情緒學習 (SEL) 在課堂的實踐策略」流程表

時間	活動內容	講師
08:50~09:00	報到	Best Me 邁向 幸福種子教師 陳寶美老師 (桃園陽明高 中專輔教師)
09:00~12:00	1. 社會情緒學習(SEL)簡介 2. 教學從理解開始：自我覺察與自我管理 3. 教學實踐：課程中的應用策略	
12:00~13:00	午餐休息	
13:00~16:00	1. 理解之後的互動與選擇：社會覺察、人際技巧 及負責任的決定 2. 教學實踐：小組演練與討論 3. 綜合討論	
賦歸		