

## 新北市政府教育局 函

地址：220242新北市板橋區中山路1段161  
號21樓

承辦人：邱文良

電話：(02)29603456 分機2636

傳真：(02)29690187

電子信箱：AD6566@ntpc.gov.tw

受文者：新北市立文山國民中學

發文日期：中華民國113年2月22日

發文字號：新北教特字第1130331014號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明四（請至附件下載區([https://doc2-attach.ntpc.gov.tw/ntpc\\_sodatt/](https://doc2-attach.ntpc.gov.tw/ntpc_sodatt/)) 下載檔案，共有3個附件，驗證碼：0005XSXHF）

主旨：轉知明志科技大學正念靜觀中心辦理正念教育相關課程，請鼓勵師生申請參與「正念教育校園推廣計畫」之「正念教育課程班級示範教學」，種子教師培訓「課程說明會」及「初、進階課程」，請查照。

說明：

- 一、依據臺灣銀行信託部113年2月21日信託二字第11300017561、11300017562、11300017563、11300017591、11300017592、11300017593號函辦理。
- 二、該計畫以正念教育的精神，協助學生提升專注力、察覺力、溝通力與情緒管理，運用「問題導向學習法」，研發生動有趣的中小學及高中各三單元「正念教育課程教材」。
- 三、該計畫於2021年5月起，已在校推廣411節/場次之公益校園活動，在3千多位受益學生中，有97%同學回饋透過本課程找到自己有效的正念覺察方式，對於專注力、情緒穩定



與壓力抒解有所助益，並能有效運用於課堂與日常生活，成效十分良好。

- 四、歡迎對正念教育有興趣的學校與老師，於112學年度（2024/3/1~5/31）或113學年度（2024/10/1~12/31）能配合連續四週4節課時間，提供計畫團隊進行正念教育課程「班級示範教學」，可由教務/學務/輔導組或教師個人，以班級為單位於113年4月30日前提出申請，申請方式請參閱附件。
- 五、另該計畫推動「種子教師培訓課程」，協助教師提升身心健康與自我照顧能力，學習靜心、專注、覺察，進而提升工作效率、師生關係及班級經營，並融入正念的教學實務運用，使參與教師日後能在自己的教學場域發揮更大的影響力，奠定種子教師正念教學能力的基礎。
- 六、歡迎對正念教育有興趣教師，於112~113學年度及暑假，由教務/學務/輔導組或教師個人，報名參加種子教師培訓「課程說明會」、「初階課程」（申請截止日2024/4/30）及「進階課程」（申請截止日2024/6/14），申請方式請參閱附件。完成初階/進階種子教師培訓課程後，由明志科大正念靜觀中心將核發種子教師研習證書。
- 七、經費由公益信託王長庚社會福利基金全額贊助，明志科技大學正念靜觀中心協助執行，因名額有限，明志科大保留接受申請與否之最終權力。
- 八、提交申請後將有專人聯繫相關事宜；如有任何問題，敬請洽王心怡專案助理，電話(02)29089899分機2244、電子信箱mcutmindfulness@gmail.com。

正本：新北市各公私立高中職暨國中小

副本：



## 本案依分層負責規定授權業務主管執行

裝

訂



線

