



## 王長庚公益信託【正念教育校園推廣計畫】 正念教育課程「班級示範教學」申請報名簡章

### 【正念教育校園推廣計畫】計畫說明

1. 本計畫由「王長庚公益信託」與「明志科技大學正念靜觀中心」合作推動，以正念教育的精神，協助國高中及小學生學習察覺、提升專注力、溝通力與情緒管理，引導建立以正念態度，處理生活問題為目標，依據不同學習階段常碰到的問題（壓力、人際、溝通），運用「問題導向學習法」，於 2021 年完成研發體驗式且生動有趣的中小學及高中各三單元「正念教育課程教材」（含教師手冊、學生手冊及示範教學影片）。
2. 本計畫於 2021/5 起，已在校推廣 441 節/場次之公益校園活動，在 3 千多位受益的學生中，有 97% 同學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。
3. 112 學年度第二學期持續開放雙北國小、國中以及高中申請，歡迎對正念教育有興趣的學校、老師們踴躍報名，一同陪著孩子學習感恩、專注、正念覺察，送給孩子一生帶著走的禮物。
4. 本計畫經費由「王長庚公益信託」全額贊助，委由「明志科技大學」正念靜觀中心執行。

### 【執行期間】

112 學年度第二學期，113 年 3 月 1 日至 5 月 31 日。

113 學年度第一學期，113 年 10 月 1 日至 12 月 31 日。

### 【報名日期】

申請期間：即日起至 113 年 4 月 30 日(二)23:59 截止。

### 【報名資格】

1. 位於台北市及新北市之國小、國中以及高中。
2. 得以學校、班級為單位報名參加。
3. 每班能配合連續四週 4 節課時間。

【線上報名方式】（簡章下載：<https://reurl.cc/v0v4Ma>）

填寫附表一申請表，Email：[mcutmindfulness@gmail.com](mailto:mcutmindfulness@gmail.com)

### 【申請結果公告】

因名額有限，「明志科技大學」正念靜觀中心保留接受報名與否之最終權力，申請結果將個別通知各校。

### 【洽詢電話】



班級示範教學申請表





王長庚公益信託

Wang Chang-Gung Charitable Trust Fund

創辦人 王永慶

Founder : Wang Yung-Ching

專案助理 王心怡，電話 (02)29089899 # 2244



王長庚公益信託  
Wang Chang-Gung Charitable Trust Fund  
創辦人 王永慶  
Founder: Wang Yung-Ching

附件一：「班級示範教學」申請表

【正念育校園推廣計畫】 正念教育課程「班級示範教學」申請表			
基本資料			
學校名稱			
學校地址			
申請人		職稱	
連絡電話		電子郵件信箱	
申請本正念教育課程 示範教學原因			
班級資料			
1	班級	五年7班	
	導師/老師姓名 E-mail	吳正念 ****@**, **. tw	學生人數 27人
	入班級4節課時間 -請填寫連續四週 可行的時段	填寫範例： 4/10(三) 13:30-14:10 4/17(三) 13:30-14:10 4/24(三) 13:30-14:10 5/01(三) 13:30-14:10  說明：請提供連續四週可行的日期，以便媒合授課講師。本 表格得視需要調整，請自行延伸。	
2	班級	五年6班	
	導師/老師姓名 E-mail	甄覺察 ****@**, **. tw	學生人數 20人
	入班級4節課時間 -請填寫連續四週 可行的時段	填寫範例： 3/04(一) 14:15-15:55 3/11(一) 14:15-15:55 3/18(一) 14:15-15:55 3/25(一) 14:15-15:55  說明：請提供連續四週可行的日期，以便媒合授課講師。本 表格得視需要調整，請自行延伸。	

(班級資料若填寫不足，請自行增列)