檔　　號:
保存年限:

屏東縣政府 函

地址：900屏東市勝利路9號
聯絡人：羅鳳英
聯絡電話：(08)7362589#213
傳真：(08)7364380
電子信箱：pdc076@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣立竹田國民中學

發文日期：中華民國115年5月7日
發文字號：屏府教體字第1159002090號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明七（376532900E115900209000-1.pdf、376532900E115900209000-2.PDF）

裝

主旨：檢送教育部國民及學前教育署(下稱國教署)委託國立臺灣師範大學辦理115年QPE x SEL增能研習實施計畫案，請各校踴躍報名參與，請查照。

說明：

訂

一、依據國教署115年5月5日臺教國署體字第1150038290號函辦理。

二、本次活動旨在協助體育教師理解並實踐社會情緒學習（SEL），結合多元、平等與共融的轉化理念，深化教學視野並提升班級經營與衝突處理能力，透過系統化學習與實作歷程，培養教師情緒覺察與自我照顧能力，發展具在地敏感度的教學策略，實踐「樂學、樂合、樂享」的三樂學生目標。

線

三、研習內容說明如下:

(一)線上講座：腦在學習【腦內科學 × 自我覺察 × 情緒理解】。

(二)實體工作坊：

1、心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】。

2、IC 解卡 × NVC【非暴力溝通的應用】。

3、SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】。

4、T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】。

四、參加對象及人數：

(一)線上講座：參與對象不限，參與名額以100人為限，並由旨校QPE計畫團隊依報名順序優先錄取。

(二)實體工作坊計辦理2日，參與對象須參與後續教材研發，參與名額以24人為限，由旨校QPE計畫團隊審查後通知錄取。

五、辦理時間及地點：

(一)線上講座場：

1、講座時間：115年5月20日(星期三) 下午1時至3時30分。

2、講座地點：Cisco Webex 線上會議。

(二)實體工作坊：

1、工作坊時間：115年7月2日至7月3日全日。

2、工作坊地點：國立臺灣師範大學和平校區體育館3樓體001教室。

六、若有其他疑問，請逕洽該校聯繫信箱：2022ntnuqpe@gmail.com。

七、檢附旨揭研習實施計畫及日程表1份。

正本：各高國中、各國小
副本：本縣體育發展中心學校體育組 電子公文交換章 2026/05/07 09:31:48

教育部 學校體育課程與教學 QPE 發展計畫
115 年 QPE x SEL 增能研習 實施計畫

一、 目的

本次活動旨在協助體育教師理解社會情緒學習（SEL），並實際應用於教學現場，結合多元、平等與共融的轉化型 SEL 理念，深化教學視野。同時關注教師與學生的情緒覺察，促進班級經營與衝突處理的改善。透過系統化學習與實作歷程，累積心理資本、強化自我照顧能力，發展具在地敏感度的教學策略，實踐「三樂學生—樂學、樂合、樂享」。

二、 研習內容

(一)線上講座

腦在學習【腦內科學 × 自我覺察 × 情緒理解】

啟動具身認知，將身體動作轉化為 SEL 的心理鷹架並融入體育教學，引導教師運用情緒調節，帶領學生由「防禦邊界」走向「開放連結」，培養主動調整身體姿態的內在動機。

(二)實體工作坊

- **心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】**

  從自我安頓出發，轉化教學實踐並營造校園歸屬感

- **IC 解卡 × NVC【非暴力溝通在班級與團體中的應用】**

  掌握非暴力溝通四步驟，提升同理聆聽與衝突轉化力

- **SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】**

  結合 AI 工具與 SBIOR 框架，從事實出發解決教學衝突

- **T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】**

  結合 U 型理論與教練技術，從個人覺察走向系統實踐

三、 辦理單位

主辦單位：教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學 體育與運動科學系

協辦單位：國立臺灣師範大學 教育研究與創新中心

四、 辦理時間及地點

(一)線上講座場

1. 時間： 115 年 5 月 20 日(星期三) 13:00-15:30
2. Cisco Webex 線上會議

(二)實體工作坊

1. 時間： 115 年 7 月 02 日至 115 年 7 月 03 日 全日
2. 地點：國立臺灣師範大學 校本部 體 001 教室

五、 參加對象及人數

(一)線上講座

參與對象不限，參與名額以 **100 人為限**，並由 QPE 計畫團隊依報名順序優先錄取。

(二)實體工作坊

參與對象須參與後續教材研發，參與名額以 **24 人為限**，並由 QPE 計畫團隊依規範條件錄取。

*可單獨報名參與線上講座；惟報名兩日工作坊者，須同時完成線上講座及兩日工作坊之全程參與。

六、 報名時間及方式

1.報名方式: 請線上填表完成報名。**報名連結**： https://forms.gle/e5a2XXsGidb7p3936

2. 報名時間: 報名截止日期為 115 年 5 月 13 日。

（一)線上講座錄取結果將於 5 月 18 日以電子郵件通知。

（二)實體工作坊錄取名單另於 5 月 29 日以電子郵件通知。

本活動名額有限，若報名提前額滿，將提早關閉報名表單，敬請儘早完成報名。

七、 注意事項

(一) 研習日程表如附件所示。

(二) 請務必確認報名資料的正確性及留下有效之聯絡資訊，以利寄發錄取通知；若因資訊錯誤或不完整，導致權益受損，概由報名者自行負責。

(三) 活動相關資訊請鎖定，Facebook 粉絲專頁【體育課好好玩】。

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL講座日程表

線上講座日程

活動日期：115年05月20日(三)

活動地點：Cisco Webex 線上會議

時間	活動內容	講者
13:00-13:10	報到	
13:10-13:30	開幕式	
13:30-15:30	SEL X 腦在學習	康橋國際學校林口校區 簡菲莉 總校長暨中學部校長

※本日程表得視實際情況酌予調整。

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL工作坊日程表

工作坊日程

活動日期：115年7月2日(四)

活動地點：國立臺灣師範大學 校本部 體001教室

時間	活動內容
08:30-08:50	報到
08:50-09:00	開幕式
09:00-12:00	心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】
12:00-13:30	休息時間
13:30-16:30	IC 解卡 × NVC【非暴力溝通在班級與團體中的應用】
16:30-17:00	休息時間
17:00-19:00	綜合座談

※本日程表得視實際情況酌予調整

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL工作坊日程表

工作坊日程

活動日期：115年7月3日(五)

活動地點：國立臺灣師範大學 校本部 體001教室

時間	活動內容
08:30-08:50	報到
08:50-09:00	開幕式
09:00-12:00	SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】
12:00-13:30	休息時間
13:30-16:30	T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】
16:30-16:20	休息時間
16:20-17:30	綜合座談

※本日程表得視實際情況酌予調整

檔　　號:
保存年限:

教育部國民及學前教育署 函

地址：413415 臺中市霧峰區中正路738之4號
承辦人：黃奕騰
電話：02-77367642
電子信箱：e-j295@mail.k12ea.gov.tw

受文者：屏東縣政府

發文日期：中華民國115年5月5日
發文字號：臺教國署體字第1150038290號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明七（A09030000E_1150038290_senddoc1_Attach1.pdf）

裝

主旨：檢送本署委託國立臺灣師範大學辦理115年QPE x SEL增能研習實施計畫案，請轉知所主管高級中等以下學校教師踴躍參與，請查照。

說明：

訂

一、依據本署115年「學校體育課程與教學整合推動總計畫」及國立臺灣師範大學115年4月20日師大體育字第1151010615號函辦理。

二、本次活動旨在協助體育教師理解並實踐社會情緒學習（SEL），結合多元、平等與共融的轉化理念，深化教學視野並提升班級經營與衝突處理能力，透過系統化學習與實作歷程，培養教師情緒覺察與自我照顧能力，發展具在地敏感度的教學策略，實踐「樂學、樂合、樂享」的三樂學生目標。

線

三、研習內容說明如下:

(一)線上講座：腦在學習【腦內科學 × 自我覺察 × 情緒理解】。

(二)實體工作坊：

1、心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】。

2、IC 解卡 × NVC【非暴力溝通的應用】。

3、SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】。

4、T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】。

四、參加對象及人數：

(一)線上講座：參與對象不限，參與名額以100人為限，並由旨校QPE計畫團隊依報名順序優先錄取。

(二)實體工作坊計辦理2日，參與對象須參與後續教材研發，參與名額以24人為限，由旨校QPE計畫團隊審查後通知錄取。

五、辦理時間及地點：

(一)線上講座場：

1、講座時間：115年5月20日(星期三) 下午1時至3時30分。

2、講座地點：Cisco Webex 線上會議。

(二)實體工作坊：

1、工作坊時間：115年7月2日至7月3日全日。

2、工作坊地點：國立臺灣師範大學和平校區體育館3樓體001教室。

六、若有其他疑問，請逕洽該校聯繫信箱：2022ntnuqpe@gmail.com。

七、檢附旨揭研習實施計畫及日程表1份。

正本：各直轄市政府教育局及各縣市政府
副本：國立臺灣師範大學 電子公文交換章 2026/05/05 11:42:42

教育部 學校體育課程與教學 QPE 發展計畫
115 年 QPE x SEL 增能研習 實施計畫

一、 目的

本次活動旨在協助體育教師理解社會情緒學習（SEL），並實際應用於教學現場，結合多元、平等與共融的轉化型 SEL 理念，深化教學視野。同時關注教師與學生的情緒覺察，促進班級經營與衝突處理的改善。透過系統化學習與實作歷程，累積心理資本、強化自我照顧能力，發展具在地敏感度的教學策略，實踐「三樂學生—樂學、樂合、樂享」。

二、 研習內容

(一)線上講座

腦在學習【腦內科學 × 自我覺察 × 情緒理解】

啟動具身認知，將身體動作轉化為 SEL 的心理鷹架並融入體育教學，引導教師運用情緒調節，帶領學生由「防禦邊界」走向「開放連結」，培養主動調整身體姿態的內在動機。

(二)實體工作坊

- **心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】**

  從自我安頓出發，轉化教學實踐並營造校園歸屬感

- **IC 解卡 × NVC【非暴力溝通在班級與團體中的應用】**

  掌握非暴力溝通四步驟，提升同理聆聽與衝突轉化力

- **SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】**

  結合 AI 工具與 SBIOR 框架，從事實出發解決教學衝突

- **T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】**

  結合 U 型理論與教練技術，從個人覺察走向系統實踐

三、 辦理單位

主辦單位：教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學 體育與運動科學系

協辦單位：國立臺灣師範大學 教育研究與創新中心

四、 辦理時間及地點

(一)線上講座場

1. 時間： 115 年 5 月 20 日(星期三) 13:00-15:30
2. Cisco Webex 線上會議

(二)實體工作坊

1. 時間： 115 年 7 月 02 日至 115 年 7 月 03 日 全日
2. 地點：國立臺灣師範大學 校本部 體 001 教室

五、 參加對象及人數

(一)線上講座

參與對象不限，參與名額以 **100 人為限**，並由 QPE 計畫團隊依報名順序優先錄取。

(二)實體工作坊

參與對象須參與後續教材研發，參與名額以 **24 人為限**，並由 QPE 計畫團隊依規範條件錄取。

*可單獨報名參與線上講座；惟報名兩日工作坊者，須同時完成線上講座及兩日工作坊之全程參與。

六、 報名時間及方式

1.報名方式: 請線上填表完成報名。**報名連結**： https://forms.gle/e5a2XXsGidb7p3936

2. 報名時間: 報名截止日期為 115 年 5 月 13 日。

（一)線上講座錄取結果將於 5 月 18 日以電子郵件通知。

（二)實體工作坊錄取名單另於 5 月 29 日以電子郵件通知。

本活動名額有限，若報名提前額滿，將提早關閉報名表單，敬請儘早完成報名。

七、 注意事項

(一) 研習日程表如附件所示。

(二) 請務必確認報名資料的正確性及留下有效之聯絡資訊，以利寄發錄取通知；若因資訊錯誤或不完整，導致權益受損，概由報名者自行負責。

(三) 活動相關資訊請鎖定，Facebook 粉絲專頁【體育課好好玩】。

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL講座日程表

線上講座日程

活動日期：115年05月20日(三)

活動地點：Cisco Webex 線上會議

時間	活動內容	講者
13:00-13:10	報到	
13:10-13:30	開幕式	
13:30-15:30	SEL X 腦在學習	康橋國際學校林口校區 簡菲莉 總校長暨中學部校長

※本日程表得視實際情況酌予調整。

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL工作坊日程表

工作坊日程

活動日期：115年7月2日(四)

活動地點：國立臺灣師範大學 校本部 體001教室

時間	活動內容
08:30-08:50	報到
08:50-09:00	開幕式
09:00-12:00	心在關係【班級經營 × 教學互動技巧】
12:00-13:30	休息時間
13:30-16:30	IC 解卡 × NVC【非暴力溝通在班級與團體中的應用】
16:30-17:00	休息時間
17:00-19:00	綜合座談

※本日程表得視實際情況酌予調整

附件

學校體育課程與教學QPE發展計畫
115年QPE增能-SEL工作坊日程表

工作坊日程

活動日期：115年7月3日(五)

活動地點：國立臺灣師範大學 校本部 體001教室

時間	活動內容
08:30-08:50	報到
08:50-09:00	開幕式
09:00-12:00	SBIOR 自我調節教學【衝突分析與處理策略】
12:00-13:30	休息時間
13:30-16:30	T-LAB 教練【同理心在教學中的實踐】
16:30-16:20	休息時間
16:20-17:30	綜合座談

※本日程表得視實際情況酌予調整