

檔 號：
保存年限：

新北市新店區北新國民小學 函

地址：新北市新店區寶橋路8號
承辦人：洪珮華
電話：29189300 分機672
傳真：
電子信箱：paywhathome@gmail.com

受文者：新北市板橋區中山國民小學

發文日期：中華民國107年5月22日
發文字號：新北店新小輔字第1075943220號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：正念教育研習課程計畫(1072000967_107D2000148-01.docx)

主旨：檢送本校協助辦理新北市107年度「國小教師正念教育研習課程」，請鼓勵所屬教師踴躍報名，請查照。

說明：

- 一、依據新北市政府新北教研資字第1070814830號函辦理。
- 二、正念(mindfulness)教育不但被證實可以有效提升兒童專注力、幫助兒童降低焦慮、憂鬱、減少人際衝突與問題行為，亦可協助教師減輕壓力和倦怠，獲得更好的課堂管理能力。本課程由財團法人MOXA心源教育基金會主辦，透過一系列課程的培訓，擬增進新北市國小教師對正念教育的理解及應用，提升教育知能與班級經營等實踐力。
- 三、研習訊息如下：
 - (一)辦理方式：分為基礎課程、進階課程與實作課程。
 - (二)辦理地點：新店區北新國民小學(新北市新店區寶橋路8號)。
 - (三)報名方式：請於7月15日(日)前填妥附件報名表，逕寄 joyce.yang@moxa.com楊秀英小姐(MOXA心源教育基金會Tel:8919-1230分機:1285)。





四、完整課程類別、辦理時間及時數：

- (一)基礎課程(107年10月17日、10月24日、10月31日、11月7日、11月14日、11月21日、11月28日、12月5日，週三下午2時至4時，計16小時。
- (二)進階課程，計48小時。
- (三)實作課程，計30小時。
- (四)本案課程共計94小時。依實核發研習時數，並允以教師公假登記(課務自理)。
- (五)詳細計畫內容請參閱附件簡章說明。或請至該基金會網站(www.moxa.org.tw)之【訊息公告】處，下載電子檔案報名表。

五、研習課程計畫如附件。

正本：新北市各公立國小

副本：

