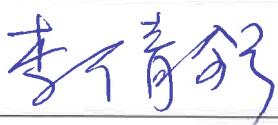


113 精進計畫教師社群-SEL 社群活動記錄

時間	114 年 3 月 5 日 14:00~16:00		地點	寶桑國小 E 化教室
主持人	李倩鈺		主講	李倩鈺
			紀錄	李倩鈺
出席社群成員	姓名	簽名	姓名	簽名
	李倩鈺		徐育萱	
	劉娣伶		陳芊諾	
	江芷玲		陳桂櫻	請假
	徐世祥		何宜靜	
活動主題	SEL--促進學習			
研討內容	1. 教師的自我覺察 (1) 自我覺察與身體預算 (2) 影響教師情緒的相關因素。 2. SEL 如何促進學生學習。 (1) 教師信念的覺察--老師的行為模式, 會影響學生的學習習慣 (2) 自我覺察(Self-Awareness) : 能夠理解自己的情緒、價值觀和行為模式。 (3) 自我管理(Self-Management) : 能夠調節情緒、控制衝動、設定並達成目標。例: 學生在考試時感到緊張, 但學會用深呼吸來穩定心情。 (4) 社會覺察(Social Awareness) : 能夠理解他人的感受, 並發展同理心。例: 學生能夠察覺同學的困難, 並適時提供幫助。			

(5)人際關係技巧(Relationship Skills)：能夠有效溝通、合作、解決衝突。例：學生能夠和同學討論數學解題方法，而不是直接爭論對錯。

(6)負責任的決策(Responsible Decision-Making)：能夠做出符合道德標準的選擇，並評估行動的後果。例：學生在作弊和誠實之間，選擇誠實作答。

3. 討論--舉例說明一個最近在班上教學或班經讓您困擾的狀況或問題，一同討論如何運用 SEL 幫助教師及學生處理。

相關圖檔資料及文字簡述



召集人校長引導大家自我覺察到身體預算、及如何影響情緒。



社群成員分享最近的自我覺察紀錄。