



心寧靜，從我開始！

2022 年全球心寧靜教學線上推廣班

寧靜

是宇宙最大的能量

喚醒內在的力量

人和人有距離

心和心零距離

主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會

承辦單位：靈鷲山全球心寧靜推廣總會 全球心寧靜教師團

課程日期：第一場 4/16(週六)09:00-12:00(報名截止:4/14)

第二場 5/14(週六)09:00-12:00(報名截止:5/8)

課程地點：Google Meet 線上會議室

課程目的：一、覺察情緒的來源，看見寧靜的力量。
二、能夠使內心安定，轉化情緒創造正向循環。
三、認識寧靜一分鐘，並能運用分享與實踐。

課程對象：一、現職或退休之中、小學及幼兒園教師或教育相關之工作者。
二、有興趣實踐心寧靜教學與推廣之社會人士或志工。

報名事項：請上「[全國教師在職進修資訊網](#)」線上報名。

第一場 4/16，課程代碼：3364285

第二場 5/14，課程代碼：3364286

其他說明：一、活動費用：免費（歡迎護持贊助「心寧靜教學推廣基金」）。
二、洽詢 E-mail：ita@ljm.org.tw 全球心寧靜教師團 執行秘書
三、活動資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](#)



心寧靜~情緒管理教學

第十六期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營

寧靜

是宇宙最大的能量
讓每一天的學習

從寧靜開始

找回自己

從心出發

快樂學習

指導單位：教育部

主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會

承辦單位：靈鷲山全球心寧靜推廣總會全球心寧靜教師團

課程日期：2022 年 7 月 08 日(五)至 7 月 10 日(日)(三天兩夜)

課程地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街 7-1 號)

課程目的：一、透過心寧靜的體驗，提升自我情緒管理的良好效益。
二、營造寧靜的班級學習氛圍，增進學習專注力與教學成效。
三、培養自覺的品格教育，建立友善校園。

課程對象：限參加過心寧靜課程者，如線上推廣班、校園推廣、單日研習、三日研習，其中一項即可。

報名事項：一、報名時間：即日起，至 2022 年 6 月 10 日止(或額滿為止)。
二、報名方式：請上「[寧靜運動官網](#)」完成線上報名。

其他說明：一、參加此活動之教師需全程參與，方可核發教師研習時數 24 小時。

(依「教育部 111 年 1 月 27 日臺教師(三)字第 1112600324Y 號」函辦理)

二、活動名額：八十名(無法全程參加者，請勿報名。)

三、本課程供應食宿，敬請捐款護持心寧靜教育。

四、禁帶任何葷食、寵物上山。

五、洽詢電話：全球心寧靜教師團 02-8231-6789#1584 執行秘書

六、課程資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](#)

「[全國教師在職進修資訊網](#)」(課程代碼：3364287)

第十六期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營

課程表

7 月 08 日(星期五)	7 月 9 日(星期六)	7 月 10 日(星期日)
9:00~11:00 (一)做情緒的主人-心寧靜情 緒管理教學 分組體驗：教學現場 情緒管理實例		9:00~11:00 (七)教材分析與試教 營造寧靜班級 實務演法
11:00~12:00 (二)對話教學-四層次提問 分組體驗：如何運用 對話教學於班級經營	9:00~12:00 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有 寧靜的班級和學生	11:00~12:00 (八)回饋分享和展 望使命寧靜班級計畫 執行及修正
12:00~13:30 午餐、山海逍遙遊		
13:30~15:30 (二)對話教學-四層次提問 分組體驗：如何運用 對話教學於班級經營	13:30~15:30 (四)心寧靜運動教材介紹 分組體驗：心寧靜教學創造寧 靜班級的方法	13:30~15:30 (八)回饋分享和展 望使命寧靜班級計畫 執行及修正
15:30~17:30 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有 寧靜的班級和學生	15:30~17:30 (五)心寧靜教學-推廣成果分 享 分組體驗：寧靜班級實例分享	
17:30~19:00 晚餐、山海逍遙遊		
19:00~22:00 (三)寧靜由我開始 分組體驗：有寧靜的老師才有 寧靜的班級和學生	19:00~21:00 (六)心寧靜教材演練 分組體驗：如何營造寧靜班級	研習圓滿 歡喜賦歸
就寢		
補充說明：主辦單位得保留課程活動之變動、修改、調整、終止等相關權利，如有未盡事宜，悉依 主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。		

活動地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街 7-1 號)