

屏東縣潮州教育會第 2 屆第 1 次會員大會
暨「翻轉教育：教師的減壓增能研習」實施計畫

一、主旨：會務事項報告與議決、聯繫會員情誼、分享教學經驗、增進教學知能與身心健康。

二、依據：本會 111 年度工作計畫。

二、指導單位：屏東縣教育會

三、主辦單位：屏東縣潮州教育會

四、承辦單位：國立潮州高中

五、活動時間：112 年 5 月 17 日（星期三）13:40~16:00。

六、活動地點：國立潮州高中淑德樓三樓會議室（屏東縣潮州鎮中山路 11 號）

七、參加對象：潮州鎮各級學校教職員工，預計參加人數 130 人。

（限本會會員有領取紀念品與摸彩資格）

八、報名方式：

（一）參加研習之教師請在研習前至全國教師在職進資訊修網

（<https://www2.inservice.edu.tw/index2-3.aspx>）報名，課程代碼：3857333。

全程參與者核予 2 小時研習時數。

（二）本會會員參加請填寫 google 表單報名，以便預估餐點數量。

<https://forms.gle/hkfZZUbNMVbD33Ka6>



九、授課講師：廖永靜教授（國立彰化師範大學輔導與諮商研究所博士、嘉義大學輔導與諮商學系副教授退休）

十、經費來源：報請屏東縣教育會補助，不足部分由本會籌措。

十一、本計畫經理事長核准後實施，修正時亦同。

活動時程

時間	活動內容	主持人	備註
13:40~14:00	報到 會員領取餐盒、紀念品、 摸彩券	潮州鎮教育會團隊	20 分鐘
14:00~14:20	會員大會	林逸文理事長	20 分鐘
14:20~15:50	減壓增能研習	廖永靜副教授	90 分鐘
15:50~16:00	摸彩活動 (限現場出席會員參加)	林逸文理事長	10 分鐘
16:00~	快樂賦歸	潮州鎮教育會團隊	

講師資歷簡介_廖永靜

	<p>最高畢業學歷： 政治大學中山人文社會科學研究所博士 畢業年度：1993 年</p>
<p>服務單位名稱</p>	<p>嘉義大學輔導與諮商學系</p>
<p>職稱</p>	<p>專任副教授退休</p>
<p>經歷 單位名稱職稱</p>	<p><u>國立嘉義大學通識教育中心主任、嘉義師範學院副</u> <u>教授兼社教系主任、秘書室主任</u> <u>台灣省政府人事處第一、三科科長 (1993 年離職轉</u> <u>任教職) 國小教師(1982 年離職)</u></p>
<p>兼職</p>	<p>2019 北京市家庭教育指導師授證課程講師、重慶市 賞識教育基地顧問兼教師與家長培訓講師 2018 北京師範大學家庭教育學士班及證照班授課 講師 (家庭教育概論、親子關係與溝通) 2018 重慶家庭教育指導師培訓授課講師 2018 廈門愛思沐正向管教機構授證課程授課 2018 台灣家庭生命教育交流推廣學會顧問 2018 台灣中化製藥銀髮事業諮詢顧問 2017 北京芳誠教育機構講師 2017 北京鴻猷文化機構家庭教育授證課程講師 2003- 澳門聖若瑟大學 (原澳門高等校際學院) 家 長教育授證課程講師 2000 香港教育暨青年局家庭教育演講嘉賓</p>

	<p>1999- 海峽兩岸家庭教育國際學術研討會論文發表人 (每年)</p> <p>嘉義縣性別平等委員會委員、南投縣兒少保護委員會委員、彰化縣終身學習委員會委員、雲林縣家庭教育諮詢委員會委員、雲林縣縣政諮詢委員會委員、南投縣縣政諮詢委員會委員、南投縣家庭教育諮詢委員會委員、陳綢兒少家園顧問</p>
專長	<p>家庭教育（家庭社會學、家庭生態學、家庭發展理論、親職教育）、團體動力與團體工作、性別與婚姻關係教育、心理輔導、情緒管理與壓力紓解、心靈心理學</p>
著作	<p><i>父愛的力量</i>。北京：新華出版社，2002 年。</p> <p><i>做個A + 爸爸</i>。台北：遠流出版公司，2003 年。</p> <p><i>愛閱讀家庭</i>。澳門：教育暨青年局，2004 年。</p> <p><i>讓生命飛躍</i>。嘉義：妙音出版社，2012 再版。</p> <p><i>別再把他當小孩</i>。台北：愛家出版社。2013 年 (論文集)。</p> <p>教育部委託彰師大專案製作教師終身學習遠距學習教材 2016 年。連結網站：105-1-(進院)多元文化教育。 https://ppt.cc/fzTJ3x</p> <p>其他相關論文數十篇。</p>

翻轉教育：教師的減壓增能研習

廖永靜

嘉義大學輔導與諮商學系

引言

翻轉教育

翻轉教室

暖場

傳三好活動：好臉色、好言語、好動作

猜拳打手活動

班級中的團體動力

何謂團體動力：成員之間的能量交換

演練

教師是關鍵

“老師，您為何而來？”

以生命帶生命

教師動能體驗 (九族之歌)

教師減壓

認識壓力

紓壓方法

體驗

教師增能

活動：“我是誰？”

夏威夷清理法

體驗