

宜蘭縣立慈心華德福教育實驗高級中等學校
112 學年均質化辦理典範學習分享活動輔導輔具手工藝製作
「溫柔擁抱- 重力披肩」 實施計畫

- 一、依據：本校 112 學年度「高級中等學校適性學習社區教育資源均質化實施方案」之「112-1 實驗教育共好學習計畫」辦理。
- 二、活動目的：整合區域資源，發展藝術美感與實作活動，分享主題式素養導向類型課程暨華德福教育特色教學，深化教學共備。
- 三、主辦單位：慈心華德福教育實驗高級中學
- 四、研習時間：112 年 12 月 2 日(六)：9:00~16:00
- 五、研習地點：慈心華德福教育實驗高中蘇澳校區木工區
(宜蘭縣蘇澳鎮中山路二段 1 號)

六、研習主題：溫柔擁抱－重力披肩

重力披肩：

現代高壓的生活模式，不僅大人時常受壓力所困，小孩也是感受到整個大環境的壓力源。重量是一種感覺，可以幫助人鎮定、自我調節，帶來平靜。重力披肩是經常使用於紓壓、穩定身體，甚至可以減緩躁動兒注意力不集中的狀況，可增加專注。適當的使用，對許多感覺調節需求的族群都有幫助。是校園輔導室的好幫手。

流程:	進度內容	授課教師
9:00-10:00	設計打版	謝舒如 老師 慈心華德福高中 手工老師
10:00-11:00	裁布	
11:00-12:00	縫合表布和頭部	
12:00-13:00	午餐 (單位供餐)	
14:00-15:00	縫合裡布填入水晶或塑膠顆粒	
15:00-16:00	結合填充好的裡布和表布	
16:00	作品完成	

六、報名時間及方式：11 月 29 日(三)下午 17:00 前報名。

依照報名順序錄取，12 月 1 日會以郵件聯繫是否報名成功。若您有需要研習時數，敬請於教師進修網報名。報名路徑：

【教師進修網】課程代碼：4131944

https://www2.inservice.edu.tw/index_login.aspx

或是書寫郵件至以下信箱：ldsecretary@waldorf.ilc.edu.tw，提供您的

姓名、連絡電話、身分證字號、服務學校名稱、職位類別、午餐葷素等資訊。

七、參加對象與人數：宜蘭縣各級學校教師，嚮往生活美學、對生活科技領域及對手工縫製有興趣的教師即可，不分科目類別，本活動報名人數上限為18名，額滿為止。

八、研習時數：本場次研習核發6小時研習時數

九、注意事項：

1. 參加研習者、給予公（差）假登記，課務自理。
2. 請自備飲水器具、餐具，若因故無法如期出席活動者，須於「活動前一日」告知，以利備取夥伴遞補參加。
3. 若有任何疑問，請洽本校均質化計畫秘書陳宛君，電話:03-995-1258分機580，電子信箱:ldsecretary@waldorf.ilc.edu.tw

十、作品示意圖：

