

114 學年度第 2 學期新竹市高中精進計畫

「彈性思考×教學：在變動中創造教學新可能」教師增能講座

實施計畫

壹、依據：

教育部國民及學前教育署補助地方政府精進高級中等學校課程與教學計畫辦理。

貳、目的：

在快速變動的教育現場中，教師不再只是傳遞知識的「解說者」，而是引導學生面對未知、連結世界的「思維教練」。然而，面對 108 課綱的實作課程、跨領域素養教學、學生多元學習風格與生成式 AI 帶來的衝擊——我們也需要進化我們自己的「思考方式」。

本研習以「放空」為出發點，邀請老師們一起發想：「在面對多變挑戰時，如何跳脫框架、發展彈性思維，讓教學更有創造力與回應性？」透過實例解析分享，老師們可以體驗「彈性思考」應對課堂突發事件、學生差異化需求、探究活動中的開放性問題，以及教學創新推動的內外阻力。

參、辦理單位

- 一、主辦單位：教育部國民及學前教育署
- 二、承辦單位：新竹市政府教育處、高級中等學校物理學科中心
- 三、協辦單位：新竹縣政府高中課程素養中心、苗栗縣政府教育處

肆、研習講題、講師、時間及地點(實體+線上)：

- 一、研習時間：115 年 3 月 24 日(二) 13:30~15:30 (13:00~13:30 報到)。
- 二、研習地點
 - (1)實體：新竹市立成德高中愛德樓 2 樓物理實驗室。
 - (2)線上會議室：<https://meet.google.com/cgt-fujg-vdm>。
- 三、研習主題：「彈性思考×教學：在變動中創造教學新可能」。
- 四、講師：新竹市立成德高中物理科教師 陳姿燁老師。

伍、參加人員：

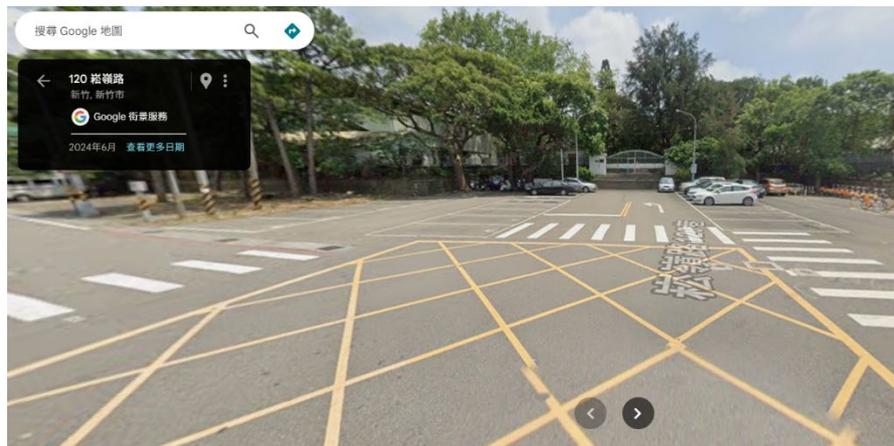
- 一、新竹市、新竹縣、苗栗縣各公(私)立高中(職)自然領域或對研習內容有興趣教師。
- 二、敬請新竹市立高中務必薦派自然領域(物理科)教師參與(至少1名)。
- 三、為維護校園安全，研習當天請攜帶公文或識別證以資身分辨別。
- 四、全程參加本研習人員，核給研習時數2小時。

陸、報名方式：

- 一、報名網址：教育部全國教師在職進修資訊網 (<https://www1.inservice.edu.tw/>) 報名，研習代碼【5527268】。
- 二、報名時間：115年3月20日(五)截止。

柒、交通資訊：

地址：新竹市立成德高中(新竹市北區崧嶺路128巷38號)，校內車位有限，亦可停於山腳下新竹神社(靖廬)路邊停車格(如下圖)或公有停車場或利用大眾運輸工具。



▲成德高中校園，進校門後直走，穿過中廊後左轉到底上樓

捌、聯絡資訊：

- 一、新竹市高中輔導團林姝君助理 03-5220097
- 二、成德高中陳家騏老師 03-5258748 分機 321

玖、經費：

- 一、本案所需經費由教育部國民及學前教育署補助地方政府精進高級中等學校課程與教學計畫項下支應。
 - (1) 請各校依權責惠予參加人員公(差)假出席。
 - (2) 請新竹市立高中學校惠予薦派人員公(差)假及課務排代。
 - (3) 請依規定由服務學校支給差旅費。

拾、研習分享簡介：

教學現場從來不是一成不變的劇本，而是一場充滿突發情境、情緒波動與高度投入的即興演出。身為高中教師的我們，習慣扮演知識的導航者、班級的定錨者，卻往往忘了：我們的大腦與情緒，也需要空間與喘息。講師透過本場研習分享，帶大家重新認識「放空」的價值——不只是紓壓，更是讓大腦重整、情緒沉澱、思維變得更靈活的關鍵歷程。透過互動，我們將一起探索：

為什麼「刻意放空」比持續加壓更能激發創意與耐性？

如何透過日常的小練習，讓我們的大腦恢復彈性，重新面對教學中的挑戰與不確定？

一位常在教室中「應對混亂」的老師，如何在放空之後，找到新的教學節奏與學生連結方式？

這不只是一場教學策略的研習，更是一場給大腦和靈魂的溫柔對話。

壹拾壹、本計畫如有未盡事宜，將另行補充公告之。

114 學年度第 2 學期新竹市高中精進計畫
「彈性思考×教學：在變動中創造教學新可能」教師增能講座

地點：新竹市立成德高中愛德樓 2 樓物理實驗室

線上會議室：<https://meet.google.com/cgt-fujg-vdm>

日期：115 年 3 月 24 日(二)

時間	內容	主講人
13:00-13:30	報到	
13:30-15:30	彈性思考×教學： 在變動中創造教學新可能	新竹市立成德高中 陳姿燁老師
15:30~	Q&A	