

高雄市立高雄女子高級中學 函

地址：80148高雄市前金區五福三路122號
承辦單位：高雄市立高雄女子高級中學
承辦人：蕭毓蓉
電話：2115418分機208
電子信箱：hsiaoyujung@ms2.kghs.kh.edu.tw

受文者：高雄市立左營高級中學

發文日期：中華民國115年5月11日
發文字號：高市雄女教字第11570364100號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：

主旨：本校辦理「層層心語～跟著水彩一起流動吧！用色彩陪伴情緒的SEL實作課」，敬請 貴校惠予公告並鼓勵教職員踴躍報名參加，請 查照。

說明：

- 一、依據本校114學年度高級中等學校前導學校計畫辦理。
- 二、本研習以「分層水彩」結合SEL（社會情緒學習）理念，透過藝術創作與情緒覺察，引導教師舒緩壓力、探索內在感受，並增進班級經營與情緒教育之應用能力。
- 三、講座內容重點如下：
 - （一）分層水彩技法介紹：學習水彩透明疊色與流動特性之運用。
 - （二）SEL實作體驗：透過水與顏料的交織變化，觀察情緒起伏，練習自我表達。
 - （三）內在對話與整理：以「今日心語」為題進行感性紀錄，完成自我關照之創作。

四、講座資訊：



- (一)時間：115年05月15日（星期五）10:30至12:10。
- (二)地點：高雄市立高雄女子高級中學 藝能大樓六樓 美術教室(二)。
- (三)講師：高雄女中美術科吳姿妤教師。
- (四)參加對象：全國各公私立高級中等學校之藝術、輔導領域教師，及對SEL及藝術療癒課程有興趣之教職員。
- (五)本活動備有午餐，請於報名時註明葷素。
- (六)研習所需水彩用具由本校提供，參與教師也可視需要自備慣用畫筆。

五、報名方式：請於05月14日(四)前逕上全國教師在職進修網完成報名，依報名先後順序錄取至額滿為止。(研習代碼：5586106)

六、請 貴校惠予與會人員公(差)假並協助課務排代。

正本：全國前導學校、高雄市高中職

副本：本校教務處

電子(分)文章
2025/05/12
13:23:27
電交 摺章

校長 鄭文儀