彰化縣115學年度精進高中課程與教學-
「花漾聖誕：SEL 融入組合盆栽教學實務」實施計畫

壹、依據：

115學年度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：

1. **自我覺察與情緒調節（SEL）**：引導教師在大自然媒材中釋放壓抑情緒，協助教師自我覺察，經由園藝植栽的觸覺療癒，有效釋放日常教學壓力，透過園藝實作練習按下情緒的「暫停鍵」。
2. **認識植物多樣化**：認識不同生命形態的植栽，從中領悟生命價值與多樣性的意義。
3. **結合聖誕節感恩、祝福與文化傳承**： 藉由手作具備生命之美的組合盆栽，強調親情與友誼，增進家人間互動，將對植物的呵護轉化為傳遞愛與關懷，感受到節日的溫暖與喜樂。
4. **促進與同事共事情誼**： 透過實作共創與心得分享，增進教師間的輕鬆互動與交流，建立溫馨且具支持性的同儕網絡。
5. **將溫馨氛圍帶回教學現場**： 啟發教師將SEL理念與傳遞愛與關懷轉化，學習如何將「體驗式學習」與「鷹架理論」應用於國高中生命教育課堂，融入日常班級經營。

參、指導單位：彰化縣政府。

肆、主辦單位：彰化縣立彰化藝術高中。

伍、參加對象：彰化縣國、高中教師20人。

陸、課程規劃：

時間	課程主題	課程內容	講師
12/24(二) 14:00-17:00	聖誕節組合盆栽與 SEL 教學應用	1. 植感覺察：釋放包袱，選擇代表當下情緒的植物，認識其多樣化生存特性。 2. 自我覺察：連結內心需求與植物韌性。。 3. 手作連結：專注當下組合盆栽實作，學習土壤層次、植株間隙與美學構圖。 4. 關係技能：透過作品實作，習得課堂情感教育引導技巧。 5. 教育反思：分組展示手作成果與創作理念，感念與傳承解說植物意義，促進同事間的情感交流；探討如何將今日的感動與 SEL 技巧帶回校園。	湖埔社區大學 陳足老師

柒、辦理地點：彰化縣立彰化藝術高中(彰化市卦山路13號)/藝術樓一樓/創客教室。

捌、預期效益：

1. **促進教師身心健康，釋放教學重擔**： 透過沉浸式的園藝實作與SEL自我覺察引導，看見內心需求，緩解職場倦怠，有效紓解教師長期的工作壓力，找回教學熱忱。
2. **專業成長**：認識身邊多元的自然植栽，並將其美學價值傳遞給學生與家人，且習得具體的園藝教學實施策略。
3. **深化生命教育，傳遞感恩量能**：教師能以自身為表率，藉由聖誕節手作主題，傳遞愛與

關懷，並將這份分享的心意轉化為教育現場的正向引導力，進而帶動校園正面情感教育。

4. **活絡同儕關係，建立支持網絡：**在無壓力的實作與對話中，拉近跨領域教師間的距離，建立互助共好的友善校園文化。
5. **營造溫馨班級，嘉惠莘莘學子：** 提升教師的同理心與情緒調節能力，使其能游刃有餘地將愛與溫暖帶回班級，讓學生的學習過程感受如沐春風。

玖、聯絡人：彰化藝術高中精進計畫-翁老師04-7222844*203，a25@chash.chc.edu.tw