

## 臺北市教師研習中心

### 112 年第 10-12 期教師聯誼活動實施計畫

一、活動依據：本中心辦理教師聯誼活動要點。

二、活動目的：

(一)提倡正當休閒活動，增進教師情誼，促進身心健全發展。

(二)透過與團體夥伴的共學參與及親自體驗，有助於紓解壓力，達到身體、精神和心理上的鬆弛與健康。

(三)藉由親山親水活動，善用本市豐富的自然資源，俾利教師增能及體驗。

三、活動對象及人數：臺北市所屬各級學校(含附設幼兒園)教師，每期 30 人。

四、活動及報名截止日期：

| 活動期別   | 活動日期                    | 報名截止日期               |
|--------|-------------------------|----------------------|
| 第 10 期 | 112 年 9 月 9 日(星期六) 上午   | 即日起至 8 月 28 日(星期一)截止 |
| 第 11 期 | 112 年 10 月 21 日(星期六) 上午 | 即日起至 10 月 2 日(星期一)截止 |
| 第 12 期 | 112 年 11 月 25 日(星期六) 上午 | 即日起至 11 月 6 日(星期一)截止 |

五、活動主題及簡要行程：(活動當日視實際狀況由授課講師調整)

#### (一)第 10 期：藍染 DIY 療癒手作

|             |                                  |      |                                                                                                                         |                                                                                                           |      |  |
|-------------|----------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--|
| 集合地點        | 臺北市北投區湖山國民小學<br>(臺北市北投區湖底路 11 號) |      |                                                                                                                         | 活動時數                                                                                                      | 3 小時 |  |
| 日 期         | 時 間                              | 節 數  | 預 定 行 程                                                                                                                 | 講 座                                                                                                       | 備 註  |  |
| 9月9日<br>(六) | 08:50-09:00                      | 3 小時 | 報到                                                                                                                      | 主講座：<br><u>李佳靜 老師</u><br>(專業藍染教學老師)<br><u>陳儒蘭 主任</u><br>(湖山國小學輔主任)<br>副講座：<br><u>李旻怡 主任</u><br>(湖山國小教務主任) |      |  |
|             | 09:00-12:00                      |      | 藍 染 DIY 療癒手作                                                                                                            |                                                                                                           |      |  |
| 活動簡介        |                                  |      | 臺北市北投區湖山國小地處陽明山國家公園境內，所在位置為紗帽山等山群，岩流環繞而成的湖底社區側。湖山國小為延續藍染百年工藝，於校園內種植大菁，從採收大菁、萃取藍靛素，介紹大菁與陽明山區的關係，並實際學習各種染法，從實作中認識與體驗藍染文化。 |                                                                                                           |      |  |

## (二) 第 11 期：探訪艋舺大街小巷

|               |                                  |      |                                                                                                                                                                                                           |      |                                    |     |
|---------------|----------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------|-----|
| 集合地點          | 臺北市萬華區老松國民小學<br>(臺北市萬華區桂林路 64 號) |      |                                                                                                                                                                                                           | 活動時數 | 3 小時                               |     |
| 日 期           | 時 間                              | 節 數  | 預 定 行 程                                                                                                                                                                                                   |      | 講 座                                | 備 註 |
| 10月21日<br>(六) | 08:50-09:00                      | 3 小時 | 報到                                                                                                                                                                                                        |      | 主講座<br><u>張璦文 主任</u><br>(老松國小)     |     |
|               | 09:00-12:00                      |      | 探訪艋舺大街小巷                                                                                                                                                                                                  |      | 助講座<br><u>謝麗華 前主秘</u><br>(臺北市府教育局) |     |
| 活動簡介          |                                  |      | 臺北市萬華區早年稱其艋舺，曾是臺北首要繁榮發展的重要區域，匯聚歷史老街、宗教文化等人文史蹟，許多老故事、老廟、老店舖隱身在巷弄中，邀請熟悉在地文化的導覽老師，帶大家走入艋舺的大街小巷，穿梭在老城區中，一同找尋老臺北的生活風貌。如「青草巷」是重要的歷史街巷，巷弄的建築也登錄為臺北市歷史建築，成為文化資產，別於以往強調治癒療效的草藥，本次活動也將介紹如何將藥草轉化為保健保養和放鬆舒壓的用品，體驗青草香。 |      |                                    |     |

## (三) 第 12 期：蝶谷巴特~手作暖暖小夜燈

|               |                              |      |                                                                                                                              |                           |      |  |
|---------------|------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------|--|
| 集合地點          | 臺北市教師研習中心<br>(臺北市北投區建國街 2 號) |      |                                                                                                                              | 活動時數                      | 3 小時 |  |
| 日 期           | 時 間                          | 節 數  | 預 定 行 程                                                                                                                      | 講 座                       | 備 註  |  |
| 11月25日<br>(六) | 08:50-09:00                  | 3 小時 | 報到                                                                                                                           | <u>曹慧宣 老師</u><br>(專業手作老師) |      |  |
|               | 09:00-12:00                  |      | 蝶谷巴特小夜燈製作                                                                                                                    |                           |      |  |
| 活動簡介          |                              |      | 蝶谷巴特是種簡易的 DIY 手作，透過餐巾紙印花剪裁出自己喜歡的圖案，利用專業膠劑與圖案構圖貼出屬於自己的風格。再加上多媒材局部型染，就能輕鬆擁有兼具實用性與觀賞價值的作品。想要擁有一個獨一無二的小夜燈嗎？一定要來試試這次的 DIY 蝶谷巴特製作。 |                           |      |  |

### 六、報名方式：

- (一)請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站(<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並經行政程序核准後，再由學校研習承辦人於報名截止日前完成薦派報名。
- (二)以各學員於教師在職研習網登錄之電子郵件信箱寄送錄取通知(相關注意事項等)，務請確認以上電子郵件信箱可正常收信，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。

(三)為提供更多教師有參與活動的機會，活絡活動之實用性，遴選順序如下：

1.參加次數：未參加過教師聯誼者優先，未額滿時以曾參加次數較少者優先。

2.報名順序：學校端須在報名截止日前完成薦派報名作業（仍未額滿時，則先錄取參加次數最少者）。

七、注意事項：

(一)活動當天請學員自備飲水。

(二)需自行前往集合地點，各期電子郵件遴選通知將載明集合地點。

(三)出/缺席：

1. 為尊重講座及課程同儕，參與活動請務必準時，不接受現場報名、攜帶眷屬參加或旁聽，以免影響活動進行，遲到或早退超過20分鐘以上者須請假1小時。

2. 完成報名程序之學員倘因故無法參加，請於教師在職研習網/首頁最新公告(免登入)/下載並填妥取消研習表後，掃描寄至本中心研習承辦人電子信箱，逾期或程序未完成仍以無故缺席登記。如為研習當日突發事件，亦請於3日內完成補假程序。

八、研習時數：全程參與活動者核發3小時研習時數，請假時數超過研習總時數五分之一(1小時)者，不給予研習時數。

九、聯絡方式：熊勤之組員，電話：(02)2861-6942轉221；電子信箱 [kellyhsiung@gov.taipei](mailto:kellyhsiung@gov.taipei)

十、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十一、其他：本活動實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。