

**臺北市教師研習中心**  
**臺北市 111 年度正向人際及生活能力訓練(PILOT)**  
**專案管理人暨師資培訓研習班(第 1 期)**  
**實施計畫**

- 一、研習依據：本中心 111 年度研習行事曆。
- 二、研習目標：提升本市國民中學綜合及健體領域教師對「正向人際及生活能力訓練(PILOT)教案」之運用，增進教師帶領學生發展正向人際互動與社交技巧之能力。
- 三、研習對象：本市國中綜合及健體領域教師為主，並鼓勵其他領域教師參與。
- 四、研習人數：30 人。
- 五、研習日期：111 年 1 月 25 日(星期二)。
- 六、報名期限：即日起至 111 年 1 月 18 日(星期二)止。
- 七、研習地點：本中心(112091 臺北市北投區建國街 2 號)
- 八、研習課程 (課程如有修改，以網路公告為準)

日期	時間	課程名稱	講座
1 月 25 日 (星期二)	9:00-9:30	PILOT 課程編製概念與架構介紹	臺大兒家中心
	9:30-10:30	調適焦慮 分組討論	主講座： 陳雯蕙老師(臺北市私立衛理女中) 助講座： 王齡儀老師(新北市立忠孝國中)
	10:40-11:40	調適憤怒 分組討論	
	11:40-12:00	共備與討論	
	13:30-14:20	溝通能力 分組討論	主講座： 王齡儀老師(新北市立忠孝國中) 助講座： 陳雯蕙老師(臺北市私立衛理女中)
	14:25-15:15	做決定、果決態度 分組討論	
	15:20-16:10	共備與討論	

- 九、研習方式：講授、實作。
- 十、研習時數：全程參與者核發 6 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，不核予研習時數。
- 十一、報名方式：請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網  
<https://insc.tp.edu.tw>報名，並經行政程序核准後，由學校研習承辦人完成薦派報名(恕不接受現場報名)。另請一併於 111 年 1 月 18 日前完成研習調查表單填寫，  
 網址：<https://reurl.cc/52745z>。
- 十二、注意事項  
 (一)本研習採用「臺北通」掃描 QR-code 方式進行簽到，請確認手機已安裝「臺北通

APP」並開通帳號。倘有臺北通安裝及登入問題請參考「臺北通功能教學與 Q&A」  
(<https://id.taipei/tpcd/about/faq>)，或洽資訊局(02)27208889 轉 8585。

- (二)依照報名順序錄取(須在報名截止日前完成薦派報名作業)。如報名踴躍而致額滿，本中心得提前截止報名，並於截止後 3 日內以電子郵件信箱通知。
- (三)完成報名後倘因故無法參加，應依程序完成請假。另遲到或早退超過 20 分鐘以上者須請假 1 小時。
- (四)本中心提供專車至中心研習，如須搭乘請於網路報名時登錄，當日搭車人數達 15 人即予派車。相關發車資訊，請於研習前至本市教師在職研習網「最新公告」自行查詢或電洽輔導組：(02)28616942 轉 221。
- (五)為落實新型冠狀病毒防疫，研習期間請全程佩戴口罩，若有發燒、呼吸道症狀（咳嗽、喉嚨痛、打噴嚏）等情形，請勿到訓並主動聯繫告知。

十三、聯絡方式：張芳睿組員，聯繫電話：(02)28616942 轉 216，傳真：(02)28616702，  
電子信箱 [zfrtieg216@mail.taipei.gov.tw](mailto:zfrtieg216@mail.taipei.gov.tw)。

十四、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十五、其他：本計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。