**臺北市104年度新興國民中學樂齡學堂課程活動計畫**

1. 目的：
2. 鼓勵祖孫共同學習，營造和諧代間關係。
3. 提供多元學習課程，增進長輩身心健康。
4. 運用長者專長經驗，轉化志工服務力量。
5. 活動項目
6. 課程時間地點：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 課程主題 | 日期(節次) | 時數 | 成員 | 老師 | 上課地點 |
| 祖孫共遊桌遊班(低年級) | 104年7月13-17日週一到週五09:00-12:00 | 15 | 55歲以上的社區居民及其孫子(低年級) | 內聘老師黃雅君助理老師洪宜綾 | 活動中心外辦教室 |
| 祖孫共遊桌遊班(中年級) | 104年7月13-17日週一到週五13:30-16:30 | 15 | 55歲以上的社區居民及其孫子(中年級) | 內聘老師黃雅君助理老師洪宜綾 | 活動中心外辦教室 |
| 祖孫共遊桌遊班(高年級) | 104年7月20-24日週一到週五13:30-16:30 | 15 | 55歲以上的社區居民及其孫子(高年級) | 內聘老師黃雅君助理老師詹淑惠 | 活動中心外辦教室 |
| 長青志工心靈成長團體 | 104年9月9日週三09:00-12:00 | 45 | 55歲以上的社區居民 | 外聘老師何麗儀 | 活動中心多功能室 |

1. 課程內容：

|  |  |
| --- | --- |
| 課程主題 | 內容(依上課狀況，課程內容項目會做彈性的調整) |
| 祖孫共遊桌遊班 | 透過祖孫共同參與桌遊活動，促進祖孫情誼，靈活手眼協調，增進溝通能力，情緒管理，邏輯推理，挫折容忍力。(使用的桌遊包括：水瓶座、跳跳猴、蟲蟲燒烤派對、伐木工、德國心臟病、雞同鴨搶、牛頭王、妙語說書人、卡卡頌、拉密、奶油還是派、矮人礦坑、動物園、變色龍、砰、種豆) |
| 長青志工心靈成長團體 | 募集對自我探索與成長有興趣之樂齡市民，藉由活動探索，提升專業知能，溝通技術與品質，從而創造良好的家庭與人我互動關係，並成為本校的輔導志工。 |

1. 參加資格：臺北市中高齡市民（55歲以上）。
2. 活動地點：臺北市立新興國中，地址：中山區 林森北路511號，捷運中山國小2號出口。
3. 活動費用：本活動全程免費。
4. 報名方式：志工成長團體請於9月2日前報名，桌遊班請於6月12日(五)前報名，報名請填妥報名表傳真至新興國中輔導室02-25372769、e-mail至hhjhfudao@gmail.com或以聯絡箱(190)送達，並來電確認。
5. 參加名額：每班以二十人為限，桌遊班一名樂齡市民(55歲以上)可以帶1-2名孫子女(12歲以下)參加，名額有限，請盡速報名。
6. 相關業務請洽特教組老師黃雅君或輔導主任楊秀文。電話：02-25714211轉604、601
7. 經費來源：「臺北市立新興國民中學辦理樂齡學堂實施計畫」核定經費。

**臺北市中山區新興國民中學樂齡學堂**

**「祖孫共遊」--桌遊班報名表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 報名班別**請打勾** |  | 祖孫共遊桌遊班(低年級) | 104年7月13(一) ~ 17(五)日 09:00-12:00 |
|  | 祖孫共遊桌遊班(中年級) | 104年7月13(一) ~ 17(五)日 13:30-16:30 |
|  | 祖孫共遊桌遊班(高年級) | 104年7月20(一) ~ 24(五)日 13:30-16:30 |
| 報 名 資 料 |
|  | 樂齡長輩一 | 樂齡長輩二 |
| 姓名 |  |  |
| 性 別  | □男 □女 | □男 □女 |
| 生日 |  |  |
| 年齡 |  |  |
| 聯絡電話 | 住宅：( ) 手機： | 住宅：( ) 手機： |
| 聯絡地址 |  |  |
| 學 歷 | □不識字 □小學 □國中 □高中職 □專科□大學□研究所以上 | □不識字 □小學 □國中 □高中職 □專科□大學□研究所以上 |
|  | 國小學童一 | 國小學童二 |
| 姓名 |   |  |
| 生日 |  年 月 日 |  年 月 日 |
| 就讀學校 | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_國小\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_號 | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_國小\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_號 |
| 電 話 | 住宅：( ) 手機： | 住宅：( ) 手機： |

**臺北市立新興國民中學104學年度第一學期**

**親師暨輔導志工成長研習活動**

**『長青志工心靈成長團體』**

1. 活動目標：藉由活動探索，提升專業知能，溝通技術與品質，從而創造良好的家庭與人我互動關係。
2. 招募對象：對自我探索與成長有興趣之樂齡市民(55歲以上)，約20名。
3. 上課方式：團體活動分享與討論，或互動體驗等。
4. 團體時間：104年9月9日-104年12月週三上午9:00-12:00共15次。

|  |  |
| --- | --- |
| 1啟動吧～發揮你對家人的影響力 | 2自我覺察～自我狀態與影響力 |
| 3知己知彼～找出生活的黑洞 | 4靜心力量大～學習專注 |
| 5分秒必爭～時間管理有妙方 | 6資源運用～故事的妙用 |
| 7有效溝通～找出溝通拌腳石之一 | 8有效溝通～找出溝通拌腳石之二 |
| 9 同理心～傾聽家人的話 | 10同理心～如何做回應 |
| 11同理心～傾聽與回應 | 12有效溝通～衝突化解之一 |
| 13有效溝通～衝突化解之二 | 14有效溝通～衝突化解之三 |
| 15珍重再見～課程統整與複習 |  |

1. 活動地點：新興國中多元活動教室。（臺北市林森北路511號）
2. 報名日期：即日起至104年9月2日止。
3. 費 用：全程免費。
4. 帶領人員：輔仁大學兼任講師 何麗儀老師。
5. 報名方式：將報名表送交新興國中輔導室或傳真2571-4219

聯絡電話：2571-4211分機602

臺北市立新興國中**『如何增加對孩子的影響力』**報名表

|  |  |
| --- | --- |
| 參加者姓名 |  |
| 身份別 | □樂齡市民 □新興學生家長…孫子就讀班級與姓名\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 聯絡電話 | （日）： （夜）： 手機：  |
| 參加期望 |  |

◎請於9月2日前交此回條給新興國中輔導室