



東海大學
高等教育深耕計畫
Tunghai Higher Education Sprout Project



115 學年度第一學期 東海大學學生講師獎勵計畫報名簡章

目錄

壹、重要期程	2
貳、報名相關說明	3
附件一、東海大學學生講師獎勵計畫申請表	5
附件二、學生講師企畫書	7
附件三、東海大學學生講師獎勵計畫自評表	9
學生講師企畫書－「慢呼吸・植入心」手作正面舒壓工作坊（範例）	11

東海大學
高等教育深耕計畫
Tunghai Higher Education Sprout Project

壹、重要期程

項目		日期與說明
報名	網路報名	報名期間：115 年 9 月 7 日（一）至 115 年 9 月 21 日（一）17:00 止。
	書面資料繳交	請於完成線上報名後，於 115 年 9 月 21 日（一）17:00 前 ，將附件一（申請表）、及附件二（企畫書）或其他補充說明等申請文件，繳交至學務處課外活動暨學生發展組高先生，始完成報名程序；逾期或資料不齊者，恕不受理。
初審	書面資料初審	課程審查：於 115 年 9 月 22 日（二）至 115 年 9 月 30 日（三）辦理初審。審查結果將以電子郵件通知。
初審結果	公告初審通過名單	預計於 115 年 10 月 1 日（四）公告初審通過名單。
培訓課程	講師培訓課程	預計於 115 年 10 月 8 日（四）與 115 年 10 月 16 日（五）辦理兩場學生講師培訓工作坊。完成培訓且符合相關規定後，始得執行學生講師課程。 內容： 1、第一場(10/8)：知識·敘事·講台——教學設計與講台實踐工作坊 2、第二場(10/16)：Gonna Be Golden——黃金圈理論與課程影響力建構
課程執行	學生講師課程計畫執行	預計 115 年 11 月 21 日（六）前完成學生講師課程辦理。 課程結束後 一週內 ，請繳交附件三（自評表暨學習心得回饋）及教學成效成果資料（含參與者回饋表單、教學影片、活動照片等資料），以利辦理成果審查。
複審	學生講師教學成效成果複審	預計於 115 年 11 月 26 日（四）至 115 年 12 月 2 日（三）辦理課程成效成果複審。審查結果將以電子郵件通知。
公告獲獎名單	核發學生講師獎助金	通過複審者，請於 115 年 12 月 7 日（一）17:00 前至學務處課外活動暨學生發展組洽承辦人高先生辦理相關簽核程序，以完成學生講師獎助金核發作業。

貳、報名相關說明

一、報名資格及規定

依《東海大學學生講師獎勵實施辦法》規定報名資格與條件：

1. 凡具本校正式學籍之在學學生（不含在職專班生）。
2. 曾參與或於申請當學期完成學生講師培訓課程並取得認證者。
始具備申請擔任學生講師之資格。
3. 本辦法之經費來源為教育部補助款項，故陸生（不含港澳生）不得接受此經費補助。

二、報名方式

1. 採線上&紙本報名方式，請掃描旁邊的 QR CODE 進行報名資料填寫。
2. 表單填寫完成後須於 **115 年 9 月 21 日 17:00 前**繳交附件一（申請表）及附件二（企畫書）等申請文件至學務處課外活動暨學生發展組，始完成報名程序。
3. 逾期或資料不齊者，恕不受理。



三、課程執行注意事項

1. 請於 **115 年 11 月 21 日（六）前**完成學生講師課程辦理。並於課程結束後**一週內**繳交附件三（自評表暨學習心得回饋）及教學成效成果資料（含參與者回饋表單、教學影片、活動照片等資料），以利辦理成果審查。
2. 課程結束後，學生講師應請參與學生完成課程回饋表單，作為教學成效審查之依據。
3. 課程執行期間，學生講師應遵守本校相關規定，確保活動內容及執行方式**不得危害參與者人身安全**，亦**不得有任何涉及性騷擾、性別歧視、霸凌或其他違反性別平等教育及相關法規之行為**，共同維護安全、友善且尊重之學習環境。
4. 如經查證有前項事件發生，或有違反本校相關規定者，承辦單位**得終止該計畫之執行，並取消其學生講師資格及獎助金核發資格；情節重大者，將依本校相關規定辦理。**
5. 經初審通過後，申請人**如需變更課程內容、教學大綱或其他核定計畫事項，應事先通知承辦單位並經同意後始得辦理**；未經核准逕自變更者，承辦單位得視情節停止該計畫之執行，並保留相關獎助資格之審核權利。

四、 評分標準

1. 教學企畫書及相關教材等授課資料準備，佔 40%。
2. 課程設計與教學成效（含教學影片、照片等佐證資料），佔 40%。
3. 自評心得回饋與學生反饋，佔 20%。

五、 獎助金核發標準及注意事項

依《東海大學學生講師獎勵實施辦法》規定：

獎勵級別	核定分數	獎助金額
佳作	70 分以上（含）	3,000
優選	80 分以上（含）	4,500
特優	90 分以上（含）	6,000
獎助名額依據當年度經費預算訂定之		

1. 獎助金之發放以每學期**每名學生講師負責一門課程為限**。
2. 應屆畢業生需配合於當學期執行期間內完成教學並繳交自評表暨學習心得回饋，以畢業證書上印製之畢業年月後兩個月(含)內經審查核定後給予獎勵。
3. 本辦法之經費來源為教育部補助款項，故陸生(不含港澳生)不得接受此經費補助。

六、 承辦人員聯繫方式

如有任何學生講師相關問題或申請事項需進一步了解，歡迎洽詢：

東海大學學務處 課外活動暨學生發展組 高老師

Tel：(04)-2359-0121 #23600 Higher Education Sprout Project

Email：adrw369@thu.edu.tw

東海大學學生講師獎勵計畫申請表

申請日期： 年 月 日

說明：

一、申請／審查時程：

1. 收件時間：報名期間：**115年9月7日（一）至115年9月21日（一）17:00止**。請於期限內完成報名表及相關資料填寫。
2. 初審：收件截止後將進行資格審查，審查結果將以電子郵件通知錄取名單。
3. 參與培訓課程：通過資格審查者，須**參與學生講師培訓工作坊**，完成培訓後始得執行學生講師課程。
4. 學生講師工作坊辦理：學生依核定之課程內容完成相關教學活動及授課。
5. 複審：課程結束後**一週內**，須繳交「自評表暨學習心得回饋」及「教學成效」等成果資料^{註一}。經複審審查通過後，將依《東海大學學生講師獎勵實施辦法》核發學生講師獎助金。

二、本計畫申請之審查項目如下：

1. 教學企畫書及相關教材等授課資料準備，佔40%。
2. 課程設計與教學成效（含教學影片、照片等佐證資料），佔40%。
3. 自評心得回饋與學生反饋，佔20%。

三、申請人資料：

申請學年期	學年度	第	學期
課程/講座名稱 (中文/英文)			
授課語言			
課程時長	☐ 1小時 ☐ 2小時 ☐ 3小時		
修課人數上限	_____人		
申請人資料			
姓名		學號	
系所		電話	
電子信箱			

學生(簽章)：_____

四、課程資訊：

課程名稱 (中文/英文)			
課程概述與 內容設計			
課程核心素養 (至少需一項)	☐ 專業宏通 ☐ 批判思考 ☐ 溝通互動 ☐ 尊重差異 ☐ 創意創新 ☐ 藝術涵養 ☐ 數位素養 ☐ 永續思維 ☐ 問題解決 ☐ 跨域合作 ☐ 社會關懷 ☐ 全球素養		
課程目標 (至少需三項)	1. 2. 3.		
創新教學及 學習方法規劃	 (如：講授、討論、實作、報告、參訪、個案研討、使用數位教學、翻轉教學、其他...)		
課程審核 (隨申請表檢附相關紀錄)	本案業經 ____ 年 ____ 月 ____ 日 學生講師計畫審查小組審核		☐ 通過 ☐ 未通過

※註一：教學成效：參與者回饋表單、教學影片、照片等佐證資料。

※註二：請另行檢附課程教材為參考附件。

承辦人(簽章)：_____

單位主管(簽章)：_____

學生講師企畫書一（課程名稱）

計畫名稱：	參與對象：	活動地點：
計畫緣由： 撰寫重點：說明活動辦理動機、教育意義，以及與本校教育理念或學生培育目標之連結（如：活動與學生學習之關聯、選擇本課程主題之原因等）。		
計畫目標： 撰寫重點：說明本活動希望達成之具體成果（如：技能培養面、個人成長面、團隊合作面、校園影響面等），建議以條列式呈現。		
執行內容：  東海大學 高等教育深耕計畫 Tunghai Higher Education Sprout Project 撰寫重點：說明活動實際執行方式及課程規劃內容。 建議包含： 1. 課程基本資訊（課程名稱、課程時間、授課對象、課程型態、活動地點）。 2. 講師介紹（說明與課程相關之專業背景、經歷或專長）。 3. 課程內容說明（建議以「時間—內容—目的」方式呈現）。 4. 教學重點與學習價值（如技能學習、軟實力培養、核心素養等）。 5. 課程流程表（建議以表格或條列方式呈現）。		

預期成效

撰寫重點：以條列式說明活動完成後預期達成之成果。（如：學生能力提升、個人成長與自我實現、跨領域交流與知識分享、校園學習文化與影響力等）

預算編列

支出項目	單價	數量	需求金額	用途說明
總計				

*如表格不符使用，可依實際課程需求再行增列或刪減。

*膳費：活動時間若涵蓋用餐時段（12:00-13:00 或 17:30-18:30），活動當天可規劃提供餐點，每人最高 120 元。

*雜支：最多僅支應總預算金額的 5%。

東海大學學生講師獎勵計畫自評表

填表日期： 年 月 日

一、基本資料：

申請學年期	學年度	第	學期
姓名		學號	
系所		電話	
電子信箱			
課程名稱			
授課日期	_____年____月____日至____月____日（共____次課程）		
授課時數	_____小時		
授課對象	(例：全校學生，共約20人)		

二、授課自評與學習心得：

項目	內容說明	自評等級（請勾選）
教學準備	教材內容完整、結構清晰、符合學習目標	☐ 優 ☐ 佳 ☐ 可改進
教學表達	口語清楚、時間掌握良好、互動適切	☐ 優 ☐ 佳 ☐ 可改進
學員參與	學員參與度、學習氣氛與成效	☐ 優 ☐ 佳 ☐ 可改進
教學回饋	能依學員回饋調整教學策略	☐ 優 ☐ 佳 ☐ 可改進
課程完成度	是否依原計畫完成授課時數與內容	☐ 全部完成 ☐ 部分未完成（請於下方簡述原因）
※ 如課程未能完全依原計畫執行，請簡述原因（例：學員出席不足、場地因素、教材調整等）。 部分未完成原因說明：		
具體執行成效與檢討（請以 300 字說明，請勿使用 AI 生成）：		
※ 可就課程執行情形、學生參與狀況、教學成效、遭遇問題及後續改進方向等面向撰寫。		

學習心得回饋（請以300字說明，請勿使用 AI 生成）：

※可分享擔任學生講師過程中的個人學習與成長經驗，以及對未來教學或活動帶領之想法與反思。

執行照片

照片說明：

照片說明：

照片說明：

照片說明：

東海大學
高等教育深耕計畫
Tunghai Higher Education Sprout Project

學生（簽章）

承辦人（簽章）

學生講師企畫書－「慢呼吸・植入心」手作正面舒壓工作坊（範例）

計畫名稱： 「慢呼吸・植入心」手作正面舒壓工作坊	參與對象： 東海大學全體學生，預計 50 人。	活動地點： 北側會議室
計畫緣由： 培訓東海學子融入身心及 SEL 相關課程，除讓同學們在專業領域獲得成長的契機，進而強壯本校學生心理健康素質，並加強自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係技巧，了解如何在現今快速文化的時代下，面對自身的心理健康問題能正向思考、提升抗壓力，一同提升學生之專業知能及壓力排解能力，引導學生們如何持續的關懷自身及他人的身心，建立共識促進校園永續目標的推動，共同營造溫暖、關懷之校園生活環境。 撰寫重點：說明活動辦理動機、教育意義，以及與本校教育理念或學生培育目標之連結（如：活動與學生學習之關聯、選擇本課程主題之原因等）。		
計畫目標： 一、藉由社會情緒學相關工作坊，讓東海大學師生更了解如何在現今快速文化的時代下，適度放鬆自身的心理健康問題，並持續的關懷自身及他人的身心，加強自我覺察及社會覺察並將珍愛生命意識與觀念融入生活，建立共識促進社團及校園永續發展目標的推動。 二、藉由正向紓壓性質之工作坊，除讓學生認識壓力覺察壓力，檢視壓力來源，更幫助學生習得自我情緒管理及如何與各種壓力共存的方式，透過實務操作具正向紓壓性質之活動，協助東海大學師生們對於調整壓力對身心的影響，讓同學們將正向療癒實際應用到生活當中。 撰寫重點：說明本活動希望達成之具體成果（如：技能培養面、個人成長面、團隊合作面、校園影響面等），建議以條列式呈現。		
執行內容： 「慢呼吸・植入心」手作正面舒壓工作坊（共兩場次） 此次工作坊邀請魏榮苙講師以互動形式帶動，透過「手作空氣鳳梨及多肉植物」的過程，引導東海大學學生瞭解情緒與壓力造成的身心反應，察覺自身壓力來源，知曉在面對壓力時，身心會發出哪些警訊，並請講師引領學員進行「正念思考慢呼吸」及「正向紓壓活動」，透過實務操作具正向性質之活動，即透過生活紓壓正向工作坊協助學員調整壓力對身心的影響，讓同學們將正向療癒實際應用到生活當中。 魏榮苙講師於 2022 年與鹿角蕨等植物初遇成立有鹿西谷粉絲團，經營鹿角蕨、手作彩繪板材、空氣鳳梨及多肉植物等並教導大家植物 diy 等，也持續參與公益活動教學、鄉鎮里民中心手作教學		

累積至今已突破 4500 顆以上的手作植栽數量，希望能藉此已會帶來讓東海同學認識將正向療癒實際應用到生活當中。

(一)空氣鳳梨手作舒壓工作坊（預計於 5/6 辦理）

時間	活動內容	活動摘要
12:00-12:10	開場與課程介紹	講師自我介紹、暖身互動
12:10-13:00	空氣鳳梨基礎知識與教學	實際示範、體驗
13:00-13:40	植物療愈 DIY 製作	分組實作操作
13:40-13:55	體驗分享與調整	學員分享、講師給予個別建議
13:55-14:30	課程回饋與合照	大合照、填寫回饋

(二)多肉植物手作舒壓工作坊（預計於 5/12 辦理）

時間	活動內容	活動摘要
12:00 - 12:10	開場與課程介紹	講師自我介紹、暖身互動
12:10 - 13:00	多肉植物基礎知識與教學	實際示範、體驗
13:00 - 13:40	植物療愈 DIY 製作	分組實作操作
13:40 - 13:55	體驗分享與調整	學員分享、講師給予個別建議
13:55 - 14:30	課程回饋與合照	大合照、填寫回饋

東海大學
高等教育深耕計畫
Tunghai Higher Education Sprout Project

撰寫重點：說明活動實際執行方式及課程規劃內容。

建議包含：

1. 課程基本資訊（課程名稱、課程時間、授課對象、課程型態、活動地點）。
2. 講師介紹（說明與課程相關之專業背景、經歷或專長）。
3. 課程內容說明（建議以「時間－內容－目的」方式呈現）。
4. 教學重點與學習價值（如技能學習、軟實力培養、核心素養等）。
5. 課程流程表（建議以表格或條列方式呈現）。

預期成效

一、培養自我覺察與心理韌性

希望透過此活動提升參與人員自我覺察、自我管理、社會覺察與人際關係技巧之能力，引導東海大學師生有效察覺自身身心狀況並關懷他人，培養面對壓力與困境的成熟心態與氣度，進而強化學生整體心理健康素質。

二、強化壓力調適與正向因應能力

透過活動進行適度的壓力排解，並增進學生面對生活各項壓力時的情緒調適與排解能力，培養正向思考與問題解決能力，以降低心理壓力累積所可能產生的風險。

三、實踐感官療癒與心靈賦能

透過空氣鳳梨與多肉植物的綠意組合，營造視覺舒緩之情境，有效降低學員因長期課業或生活壓力所致之大腦及視覺疲勞，並藉由獨立完成具個人特色之手作植栽作品，提升學員之成就感，使負性壓力得以有效轉移。

撰寫重點：以條列式說明活動完成後預期達成之成果（如：學生能力提升、個人成長與自我實現、跨領域交流與知識分享、校園學習文化與影響力等）

支出項目	單價	數量	需求金額	用途說明
材料費	300	25 份	7,500	空氣鳳梨植物工作坊材料費：350 元*25 份
	250	25 份	6,250	多肉植物工作坊材料費：200 元*份*25 份
膳費	120	50 份	6,000	膳費每人 120 元每場 25 人*2 場共 6,000 元
印刷費	200	8 份	1,600	A1 海報每張 200 元共 8 張
雜費	650	1 式	650	飲用水、文具、電池等
總計			22,000	

預算編列

*如表格不符使用，可依實際課程需求再行增列或刪減。

*膳費：活動時間若涵蓋用餐時段（12:00-13:00 或 17:30-18:30），活動當天可規劃提供餐點，每人最高 120 元。

*雜支：最多僅支應總預算金額的 5%。