

【親子盛夏手作DIY】

序號:7

課程編號	E1072101	課程名稱	親子盛夏手作DIY7/16~21
學分數	1	課程類別	生活藝能
上課時間	星期一~六09:00~12:00 共1週, 每次3小時	親子課程	☒ 是
上課地點(含地址)	校本部(市中一路339號河濱國小)		
師資介紹	潘秋雲 最高學歷:南華大學自然療癒研究 經歷:小港國中有機農作、園藝設計班講師 漢神飯店/百貨花藝景觀指導、職訓局芳香療法專任講師、受邀於國中教師研習、大專院校演講 現職:富欣園藝特約景觀設計、台南市社區大學"居家保健DIY"講師、社會局富民長青"香草植物DIY"講師 全國資優養生碩學講師 相關證照:丙種勞工安全證書、文化大學華岡興業基金會園藝治療研究中心認證園藝治療師、Singapore Training School 認證芳療師、英國Bach花精高階治療師、L.A.P.C身心靈聲音自然療法治療執行師、正念教學師資、預防及延緩失致肢體適能指導員		
學分費	1000	課程人數	30
講義費	50	材料費	1000
優惠措施	依高雄市第一社區大學學分優惠方法辦理		

課程目標(授課理念):透過訓練有效增加大腦執行功能, 可以培育孩子六大能力:專心(IQ)、情緒穩定(EQ)、行為自律(MQ)、突破逆境的能力(AQ)、增進健康的能力(HQ)、人際相處的能力(NQ)。透過活潑多元的活動設計, 歡迎親子一同來心靈成長, 找回我們本有的健康、快樂與幸福。透過這個工作坊, 您可以與孩子共同經驗到

與社大理念、發展之連結性:社區大學, 與教育部構想中的社區學院旨趣不同。教育部設置社區學院的同時, 民間與地方政府應合作發展社區大學。

預期效益:透過五感觀察自己的視聽嗅味觸覺, 同時覺察自己的感受, 增加專注力。

透過遊戲覺察每一個當下, 在遊戲中體驗各種感覺, 鍛鍊覺察力。

IQ智商-專注學習。**EQ**情緒-情緒管理。**MQ**道德-行為自律。**AQ**逆境-正念面對困境。

學員資格(修課建議條件):親子(小孩中班至小六)

教學方式(上課進行方式):講述、遊戲體驗、親子小組練習、分組討論等

學員自備事項:可穿寬鬆服裝

其他(備註):

課程大綱(課程概要):

週次	主題	內容
1	相見歡-多采多姿·千變萬化甘油皂	1.市售清潔用品基本認識 2.手工皂概念--MP皂/CP皂 3.空氣清新--甜橙精油*DIY實作--果凍分層香皂、皂中皂
2	肉肉植物好好玩	1.看見綠色的可愛 2.了解多肉竹植物的特性3.植物的注意重點*DIY實作—多肉竹植物種
3	小小專注家	1.如何提升孩子專注力與自我管理能力2.如何從快樂中培育專注 3.如何在當下安心的能力*DIY實作—專注靜心
4	食物要這樣吃	1.如何了飢餓的意義 2.如何吃才健康*DIY實作—泡香草茶

5	繽紛泡泡沐浴鹽	1.大自然的禮物*DIY實作—沐浴鹽
6	親子互動親膚按摩	1.按摩的好處 2舒壓按摩*DIY實作—按摩油