

國立羅東高中 112 下均質化

「元智大學-探索放鬆 香的世界」研習營實施計畫

壹、依據「高級中等學校適性學習社區教育資源均質化實施計畫」辦理。

貳、目的：本課程將帶您進入放鬆香的神奇世界，結合先進的腦波技術，讓您透過科學實驗來驗證放鬆香的功效。將有機會親身體驗腦波技術的神奇之處，並了解不同香味對放鬆狀態的影響。教導學員如何習得量化的放鬆數據，讓您深入了解自己的身心狀態，並學會有效地應對日常壓力和焦慮。

參、主辦單位：元智大學及國立羅東高中。

肆、地點：羅東高中國文專科教室

伍、時間：113 年 6 月 11 日（星期二），13：30~15：30。

陸、參加對象：宜蘭縣內國高中職老師 20 位。

柒、報名方式：

一、請至 Google 表單報名：<https://forms.gle/XeUTTcASaEN2XCyf9>

報名於 5 月 31 日（星期五）截止，並於 6 月 5 日（星期三）前發信通知相關訊息，故請務必留下正確常用之信箱。

捌、活動流程：

時間	課程單元	地點	備註
13：20~13：30	集合	國立羅東高中 國文專科教室	講師：周金枚老師 （元智大學）
13：30~15：30	探索放鬆香的世界：腦波實驗與 量化放鬆數據課程		

玖、經費：本活動所需經費，由 112 下學年度均質化計畫項下辦理。

壹拾、本計畫奉校長核定後實施，修正時亦同。