臺北市立大學
UNIVERSITY OF TAIPEI

實習輔導通訊

2026 | Summer | 第2期







教育是為了什麼？鐵飯碗？還是教育魂？：一段從教學挫折到數位教學嘗試與分享

實 習 學 校｜臺北市立萬興國民小學
實習指導教授｜張純教授
實 習 學 生｜詹培恩
實 習 類 科｜國民小學

怎樣算教好一堂課？

半年實習一開始，迎面而來的第一個問題便是：到底什麼才算是教好一堂課？

我想，正在閱讀這篇文章的老師與同學們，對這個問題一定不陌生。在師培課程中，我們學習教材教法、撰寫教案，從教學流程到班級經營，每一個環節都有相對應的理論與明確步驟，彷彿只要按部就班，就能教好一堂課。

然而，回到實習現場後，我才深刻體會到理論與實務之間的巨大落差。實習期間，除了原班授課外，也有將近六十堂的代課經驗。這些大量的實戰歷練，讓我真切意識到，真實的教學現場遠比課堂中所學複雜許多。老師不僅要顧及教學內容，更需同時處理學生的注意力、課堂秩序與突發狀況；不同班級、不同年級，更有截然不同的經營方式，差異極大。

尤其在現行融合教育的環境下，每個班級幾乎都有一至兩位特殊需求學生。我也曾多次遇到特殊生在課堂中情緒失控，出現朝我丟鞋子、將文具塞進水壺，甚至刻意喝水示威等情況。這些經驗讓我深刻體認到，教好一堂課從來不只是知識的傳遞，更包含品格教育、禮貌引導，以及教師臨場應變與清楚表達的能力。也因此，在這半年的實習歷程中，我逐步建構出一套屬於自己的班級經營方式。

我想的問題和學生的不一樣

回到教學本身，我逐漸發現，身為大人的我們，往往忽略了學生的視角——也就是學生常見的學習迷思。最令我印象深刻的是，在教授數學「數與量」單元時，我們很直觀地知道 34 比 7 大，但學生卻會認為「34 比 7 大，是因為 34 有兩個數字。」這樣的理解方式，正是學生典型的學習迷思。這也讓我意識到，學生能寫出正確答案，並不代表他們真正理解概念。因此，我時時提醒自己「一個好的教學，不是教完內容，而是教會學生。」在每一次授課前，我都會進行教材分析與教學筆記的整理，預先思考學生可能產生的迷思，以及可以如何協助他們釐清與修正，讓學習真正發生。

科技不是炫技，是解決問題、成為助力

在政府大力推動數位學習精進方案的背景下，我的實習學校——萬興國小，其實是一所數位資源相對充足的學校。每間教室皆配有可觸控的電子白板，並有完善的系統與多台平板車可供教學使用。

然而，我卻發現政策的美好，與教學現場之間仍存在落差。即使資源充足，許多老師仍因學習成本過高、班級管理困難等因素，而對使用數位工具卻步。看見這樣的現象後，我躍躍欲試，開始思考：是否能找到一個既能減輕教師負擔，又能真正協助教學的方式？

起初，我嘗試在實習班級中使用平板搭配 Kahoot 進行教學活動，但實際操作後發現，對低年級學生而言，自制能力不足、數位操作能力尚未成熟，使得班級管理反而更加困難。經過多次與班級輔導老師討論與測

試，我們找到了一個更適合的數位工具——Plickers。這是一套以作答卡取代舉手的即時互動系統，學生只需舉起卡片，教師便能立即在電子白板上看到作答結果。好用、好學，也好玩，對師生而言都是相當友善的數位工具。最後，我也將自己的數位融入教學經驗，透過教師會議分享給全校老師。目前全校已有五個班級實際使用此工具，根據回饋顯示，Plickers 不僅提升了學生的學習成效，也幫助老師更即時掌握學生的學習狀況。這段經驗讓我更加確信：科技不是炫技，而是為了解決問題、成為教學的助力。

將所學結合實務：完成心中理想的一堂課

在實習後期，我嘗試將大學所學的理論，與實習期間累積的實戰經驗與班級經營方式加以整合，完成一堂我心中理想的課程。課程設計以活動式學習為核心，參考 Johnson & Johnson 的合作學習理論，設計摩斯密碼的跨領域綜合活動，並透過適當的鷹架，讓學生在活動中學習、在合作中成長。同時，搭配 Plickers 作為數位工具進行重點評量，協助我即時掌握學生學習狀況。

在這堂公開課中，我不再急著「教完進度」，而是選擇放慢步調，細心拆解學生的學習迷思，並即時給予回饋與修正，最終完成了一堂真正以學生為中心的課程。

老師是學生的再生父母

原以為實習將在順利中畫下句點，沒想到在接近尾聲時，迎來了我實習期間最大的挫折。

某天，一位校內老師突然宣布離職。原因眾所皆知——他所帶領的班級是校內出了名的「放牛班」，學生經常攜帶違禁品、出口成髒，班級常規幾乎失控，最終讓老師身心不堪負荷而選擇離開。在無法立即找到代課老師的情況下，身為實習老師的我，被臨時指派接下這個班級的課務。對全校老師而言，這是一個沒有人願意碰的燙手山芋，坦白說，起初的我也十分抗拒。然而，經過一整夜的內心掙扎後，我回想起自己最初踏上教學之路的初衷，最終決定接下這個挑戰。

第一堂課，我選擇放下麥克風，先聽孩子們說話，讓他們說說為什麼討厭上學，以及他們心中理想的課堂是什麼樣子。透過這樣的對話與連結，我逐漸發現，這些看似調皮搗蛋的行為背後，隱藏著許多家庭問題——單親、離異，甚至家庭暴力。那些失序的表現，或許正是他們身處不健康環境下的求救訊號。

在持續的用心經營與陪伴下，班級氛圍逐漸改善，學生從願意聽我的課，到開始願意尊重，最後能聽從我的引導。

人們常說：「老師是學生的再生父母。」而這段經歷，讓我真切感受到，原來老師真的有機會影響，甚至改變一個孩子的人生。

我的教育理念

回到實習期間，我不斷詢問自己的那個問題：「教育是為了什麼？」此刻，我的答案是——教育，是用專業與愛，幫助每一位孩子找到自己的價值，並在屬於自己的舞台上發光發亮。



▲ 公開課引起動機活動：幾時幾分


▲ 數位科技融入課堂：Plicker 與數學的結合

在實踐中學習成為老師—教學、陪伴與專業成長的教育實習旅程

實 習 學 校｜臺北市立老松國民小學附設幼兒園
實習指導教授｜林宜慧 教授
實 習 學 生｜張宇甄
實 習 類 科｜幼兒園

在臺北市老松國民小學附設幼兒園為期半年的教育實習中，我逐步從一名觀察與學習的實習學生，走向能主動參與課程規劃、班級經營與園務工作的準幼兒教師。這段歷程不只是教學技巧的累積，更讓我重新理解教師工作的多面向與專業責任。透過教學實習、導師（級務）實習、行政實習及專業研習，我在一次次的觀察、實作、討論與反思中，逐漸建構自己的教育信念，也更加確立未來投入幼兒教育工作的方向。

從課程設計到教學實踐：在教學實習中學習以幼兒為中心

教學實習是這半年中最直接也最深刻的學習歷程。從觀課、協同教學到獨立設計與帶領活動，我逐漸理解，一份教案的重點並不只是活動是否有趣，而是教師能否清楚掌握幼兒的發展需求、課程目標與學習經驗之間的關係。

在「形形色色的奇幻旅行」教學設計中，我開始學習區分小班與中班幼兒在認知與學習表現上的差異，重新思考「辨識基本色」與「觀察顏色混合變化」所代表的不同學習層次，並檢視課程目標、學習指標與活動內容是否相互對應。這個過程使我體會到，課程規劃不能只是依序安排活動，更需要依據目標的重要性與邏輯關係，思考幼兒應先建立哪些經驗，再進一步進行探索。

正式教學演示也讓我更具體看見自己的教學表現。我會蹲低身體與幼兒平視互動，並透過手指謠、提問及操作活動增加幼兒參與；同時，我也發現教師必須持續觀察幼兒的反應，適時調整語言、活動節奏與互動方式。教學後的討論與自我檢視，使我逐漸建立「設計—實踐—觀察—修正」的反思習慣，也更加理解規劃適切課程、教學與評量是教師重要的專業能力。

理解幼兒與班級運作：導師（級務）實習中的觀察與陪伴

在導師與級務實習中，我逐漸發現，幼兒園教師的工作遠超過帶領教學活動。從幼兒入園、生活常規、學習區活動、用餐與午休，到情緒支持與同儕互動，教師需要長時間觀察每一位幼兒，並依據其發展階段與個別差異提供適切的協助。

與幼兒相處的過程中，我開始練習從「看見行為」進一步走向「理解需求」。面對需要較多支持的幼兒，我不再只描述其外在行為，而是嘗試觀察行為發生的情境、可能的感官或情緒需求，以及哪些支持策略能協助幼兒參與團體生活。例如，透過感官調節工具、調整遊戲規則或改變引導方式，讓幼兒能在較適切的狀態下參與活動。這些



▲ 實習學生進行轉銜活動，帶領幼兒手指謠活動。

經驗使我更加理解適性輔導的意義，也提醒自己應以同理、尊重與關懷的態度看待每一位幼兒。

我也從班級教師的帶班方式中學習正向語言與環境營造的重要性。例如，教師對活動或常規的命名方式，可能影響幼兒對任務的感受與參與動機。這讓我開始留意自己的用語，思考如何建立安全、尊重且支持性的班級氛圍。

走進園所運作：行政實習帶來的整體視野

行政實習讓我第一次從班級之外的角度理解幼兒園的運作。透過參與園務相關工作與觀察行政協調，我看見園主任、教師及其他工作人員之間需要持續溝通與合作，才能維持教學、活動與日常園務的順利進行。

過去我較容易將注意力集中在自己的教學表現，但實習後逐漸理解，教師也是教育組織中的一員。除了熟悉班級事務，也需要了解園所行政流程、教育政策與相關法規，並在專業分工中承擔責任。行政實習使我體會到，良好的教育工作仰賴團隊合作與清楚溝通，也讓我開始建立對學校與幼兒園整體運作的基本認識。

在觀摩與研習中持續學習：專業研習與教育視野的拓展

實習期間的返校座談、專業研習及園內交流，提供我重新整理實習經驗的機會。透過不同主題的學習與討論，我接觸社會情緒學習（SEL）、適性輔導、課程設計及多元文化教育等專業概念，也嘗試將理論與班級中實際觀察到的幼兒行為及教學情境相互連結。



▲實習學生蹲低姿態與幼兒平視與對話。

在扮演區環境規劃與主題課程中，我特別感受到幼兒參與環境建構的重要性。當幼兒能提出想法、共同討論並參與決策時，學習環境不再只是教師布置完成的空間，而是幼兒生活經驗與想法的延伸。此外，在接觸原住民族文化相關課程時，我也開始思考文化素材的運用不能停留於圖騰或美術形式，而應建立在理解、尊重與適切呈現的基礎上。

這些學習使我體會到，教師專業並非在取得教師資格後就停止，而是需要透過研習、觀摩、閱讀與反思持續更新。

實踐教師專業倫理，在反思中建構自己的教育信念

回顧這半年的教育實習，我最大的成長並不是完成了多少份教案或帶領了多少次活動，而是逐漸理解「成為教師」所代表的責任。教師需要理解教育理念與制度，也需要真正看見幼兒的差異；需要具備課程與教學專業，也必須營造正向的學習環境；更重要的是，在每天的教育實踐中遵守專業倫理，以教育愛、耐心與責任感面對幼兒及家長。

我也逐漸養成透過實習紀錄與教學反思檢視自己的習慣。文字不再只是完成實習作業，而是幫助我重新整理教學決策、發現問題並思考改進方向的工具。每一次課程調整、幼兒互動與團隊合作，都成為我建構教育信念的一部分。

實習即將結束，但教師專業成長才正要開始。未來，我期許自己持續保有對幼兒的敏感與關懷，尊重每一位幼兒的發展步調與個別需求，並持續精進課程設計、班級經營、親師溝通與專業知能。我希望自己不只是能完成教學工作的教師，而是一位願意持續觀察、反思與學習，並能在教育現場承擔專業責任的幼兒教育工作者 。

教育實習心得——從理解學生開始，成就更好的教學

實 習 學 校｜宜蘭縣立壯圍國民中學
實習指導教授｜劉秋玲教授
實 習 學 生｜游雅琪
實 習 類 科｜特殊教育中等學校階段身心障礙組

為期半年的教育實習，是我從師資生逐步邁向真正教師的重要歷程。在宜蘭縣壯圍國中實習期間，我參與了教學、導師、行政及各項研習工作，而其中最令我印象深刻，也讓我成長最多的，便是教學演示的準備與實施。這次教學演示並不是短短一堂課的成果，而是歷經數個月的觀察、學習、修正與反思所累積而成，也讓我深刻體會到：「教學的主體永遠都是學生。」

一、了解學生，才能真正開始教學

實習初期，我並沒有急著站上講台，而是花了大量時間觀察學生與教師的互動方式。我主要見習巡迴輔導班國文課，由於班級屬於功能性課程且為混齡編班，每位學生的能力、識字量、理解能力及學習速度皆有所不同，因此教師無法直接使用坊間教材，而是依據學生需求設計自編教材。

與教師備課及參與教材編製前，我先了解學生的 IEP、熟悉學生目前的能力表現，並透過平時課堂觀察記錄學生的學習特性與教師們請教學生上課情況。有些學生需要較多圖片提示才能理解詞語，有些學生則需要透過實際情境或生活經驗才能建立概念，也有學生需要反覆練習才能真正記住學習內容。

我逐漸發現，特殊教育最重要的並不是教師教了多少，而是學生真正學會了多少。沒有先理解學生的能力與學習狀況，再精彩的教材、再豐富的活動，都可能失去原本的教育意義。因此，在設計教學演示時，我不再只是思考「我要教什麼？」，而是不斷問自己：「學生需要什麼？學生能不能理解？學生如何才能真正學會？」以這樣的思維，也成為我後續在教學設計中最重要的核心。

二、練習與修正——教學演示前最重要的準備

真正開始準備教學演示後，我才知道，一堂四十五分鐘的課程，背後往往需要數十個小時的準備。從教材主題選定開始，我便與輔導老師反覆討論課程內容、學生能力及學習目標，希望課程既符合課程綱要，也能貼近學生的生活經驗。因此，我大量閱讀相關教材與故事內容，重新設計符合學生程度的自編教材，並搭配圖片、生字、語詞、學習單及 Wordwall 互動遊戲，希望透過不同形式的教學提高學生的學習動機。然而，第一次完成教材時，卻發現內容過於艱深，學生可能無法理解；調整後，又發現活動太多，時間不足；再次修正後，又擔心部分學生無法完成練習。因此，每一次與輔導老師討論，都伴隨著一次又一次的修改。從教材內容、圖片選擇、提問方式、上課活動流程，到增強策略、



時間安排及課堂轉換，每一個細節都需要仔細思考。

除了教材修正外，我也多次進行試教與模擬演練，並請輔導老師提供建議。有時老師一句簡單的提醒，例如：提問方式可以更具體、等待學生回答的時間可以更長、活動流程可以再簡化，都讓我重新思考自己的教學方式。這些修正看似細微，卻大幅提升整堂課的流暢度。

正式教學演示當天，我仍然十分緊張，但因為前期已經歷無數次練習與修正，所以面對學生的回應及課堂突發狀況時，已能較有彈性地調整教學節奏，像是教學當天請學生上台回答大屏上的問題，學生因為害羞不願站出來也不敢說出答案，我就請學生幫我說出「你認為答案的顏色」或是我講出選項學生只負責搖頭點頭來回答，這樣就解決學生不願上台回答問題的困境。

這次教學演示讓我明白，一堂成功的課並非來自教師臨場的表現，而是來自教學演示前的無數次修正與準備。好的教學，不是一開始就做到最好，而是在不斷反思與修正中逐漸成形。

三、淬鍊，帶來更好的教學——成長不會止於這堂課

教學演示結束後，我獲得指導教授及輔導老師許多寶貴的回饋，也重新檢視自己的優勢與不足。相較於教學技巧，我認為自己最大的收穫，是建立了「反思」的能力。以前總認為完成一堂課就代表教學結束，但現在我知道，真正的成長其實從課程結束後才開始。每一次學生的反應、每一個沒有預料到的情況、每一句老師給予的建議，都是下一次教學進步的重要養分。

未來，我希望將這次教學演示所累積的經驗持續運用於教育現場，不斷精進教材設計、教學策略及班級經營能力，也希望結合自己體育背景與特殊教育專業，多





▲學生願意上台，就多鼓勵她；不願意上台也沒關係，老師下去引導學生。



符合學生需求的功能性課程與適應體育活動，讓學生能透過更多元的方式學習與成長。

四、結語

除了教學之外，半年來我也參與導師實習、行政工作及各項專業研習。透過午餐管理、班級經營、校外教學、IEP 會議、特殊教育行政工作及跨處室合作，我更加理解教師並不只是課堂上的教學者，更是學生生活中的陪伴者、行政工作的協調者，以及跨專業合作的重要成員。這些經驗都讓我在思考教學時，不再只著重課堂內容，而是更全面地思考學生整體的學習與發展。

回顧這半年的教育實習，我從最初的觀摩見習，逐步參與教材設計、課程規劃、教學演示、班級經營、學生輔導及行政工作，真正體驗教師工作的完整樣貌。這段歷程讓我明白，一位教師不只是知識的傳遞者，更是學生學習歷程中的引導者與陪伴者。

在這個過程中，我最大的收穫並非完成了一次教學演示，而是學會如何以學生為中心思考教學，並透過一次次的練習、修正與反思，不斷提升自己的專業能力。我相信，真正的教學沒有最好，只有持續精進。

未來，我將帶著這半年所累積的經驗與信念，持續投入特殊教育工作，把每一次教學都視為再次認識學生、再次精進自己的機會，秉持專業、耐心與關懷，陪伴每位學生找到屬於自己的學習方式，也努力成為一位能夠帶給學生正向影響、兼具專業與溫度的特殊教育教師。





▲師生互動：主動聆聽、即時回應、正向回饋 / 教學後會談。

在一天天的日常中，讓希望開花

實 習 學 校｜新北市立後埔國民小學
實習指導教授｜梁雲霞教授
實 習 學 生｜呂函
實 習 類 科｜國民小學

回顧這半年的教育實習歷程，我將目光逐漸從過去在師資培育時期時的課程導向轉向真實地走入學校的日常。在一次次平凡卻真實的教學互動、與學生相處的細碎片段，以及行政實習的實務參與中，我慢慢理解教師這個角色，並不只是站在講臺上的教學者，而是隨時間陪伴孩子、在不同位置上共同築建學校運作的教育工作者。

一、在日常教學中貼近學生

相較於公開課或教學演示，日常教學更真實地考驗教師對學生的理解與應變能力。實習期間，我主要在六年級班級進行數學教學，並曾於一、二、五年級進行短期代課與一日導師的實務經驗。這樣跨年級的教學經驗，讓我深刻體會到學生的年齡差異，會直接影響教學節奏、語言使用與支持方式。

在六年級的數學課堂中，學生已具備一定的計算基礎，但在概念轉換與解題策略上仍容易出現迷思。例如在小數運算或多步驟題型中，部分學生能快速完成計算，卻難以清楚說明自己的思考歷程。面對這樣的情況，我嘗試放慢教學節奏，透過板書結構化呈現解題步驟，並以提問方式引導學生說出「為什麼這樣算」，而非只追求正確答案。這樣的調整，讓學生逐漸從被動跟隨轉為主動思考，也讓我看見理解在課堂中慢慢累積的樣貌。

相對地，在低年級代課的經驗中，我明顯感受到學生對教師引導與情緒支持的高度需求。以一年級為例，學生的專注力較短，且對課堂規範仍在建立階段，我學習透過清楚而簡短的指令、具體示範與即時回饋，協助學生進入學習狀態。這些經驗讓我體會到，所謂的教學專業，並非一套固定模式，而是依據學生特質不斷調整的能力。

二、在與學生相處中建立關係

實習期間，與學生的日常相處成為我理解教師角色的重要途徑。除了課堂教學，我也參與班級日常事務、活動籌備與課後陪伴，逐漸發現學生是否願意投入學習，往往與他們是否感受到被尊重與被理解密切相關。

在六年級班級中，學生正處於身心轉變的階段，情緒起伏與同儕互動問題較為明顯。面對學生之間的摩擦或課堂中的衝突，我學習先穩定現場情緒，並在適當時機與學生個別談話，了解其行為背後的想法，而非急於給予評斷或處罰。這樣的互動方式，讓我逐漸建立與學生之間的信任關係，也讓學生感受到教師願意傾聽與陪伴。

在節慶活動與班級活動中，我看見學生在非正式學習情境中的不同面貌。無論

是活動分組時的合作與爭執，或在準備過程中流露的情緒反應，都是我理解學生的重要窗口。我嘗試在活動中扮演支持與引導的角色，協助學生學習溝通、協調與自我調整，也在事後反思如何將這些經驗回饋到日常班級經營中。 這些與學生相處的經驗，使我更加地感受到教育不是單向要求學生配合，而是在清楚的界線中，給予學生被理解與成長的空間。

三、行政實習中的觀察與體會

在教學之外，行政實習讓我更全面地理解學校如何運作。實際參與各處室工作後，我深刻感受到行政並非與教學分離，而是支撐教學順利進行的重要基石。無論是總務處對校園安全與設備的維護，或學務、輔導相關業務對學生生活與心理層面的照顧，都與教師的日常工作緊密相連。

在行政實習過程中，我特別留意教員課務運作、活動興辦、校園安全事件、學生輔導與性別平等相關流程的實務運作。透過觀摩與討論，我理解到教師在第一線往往扮演通報者與陪伴者的角色，必須在保護學生的同時，遵循專業流程並與行政團隊合作，同時，為了讓孩子在各學習階段中升學壓力較低的國小中能留下豐富多彩的回憶，並為各種多元長才的孩子創造舞台，因此不同活動的興辦也同樣是必要的。這樣的學習經驗，使我更加意識到，教師專業不只體現在教學技巧上，更體現在對制度的理解與責任感的實踐。

四、在平凡中累積專業成長

這半年的實習，沒有每天都充滿亮眼的成果，卻在一日日的教學與相處中，悄悄累積了我對教育的理解。我學會在課後反思教學得失，也學會在行政與教學角色之間切換視角，理解不同立場的考量。這些看似平凡的經驗，卻成為我日後站上教育現場的重要養分。

五、結語：帶著日常走向未來

回顧整段實習歷程，使我從動搖的信念中更能堅定自己的選擇。教育不是追求一時的成效，而是在長時間的陪伴中，為學生創造穩定而安全的學習環境，同時學生的陪伴與回應也同樣成為我繼續向前的動力。我期許自己未來能持續精進教學專業，保持對學生的敏感與尊重，也能在行政與制度中找到平衡的位置，成為一位在日常中踏實前行的教師。這段實習經驗，將成為我走向教育之路的重要起點。



▲在課程中，利用合作學習法讓學生小組完成學習任務。



▲用桌遊融入教學，實施遊戲化學習。

從實踐中學習，從反思中成長

實 習 學 校｜新北市立莒光國民小學附設幼兒園
實習指導教授｜張宥沁教授
實 習 學 生｜邱耀儀
實 習 類 科｜幼兒園

半年的教育實習轉眼間就要結束了。記得剛到莒光國小附設幼兒園時，心中既期待又緊張。雖然自己已有多年的幼教工作經驗，但這次以實習老師的身分回到教育現場，讓我有機會放慢腳步，重新觀察老師的教學方式，也重新思考自己想要成為一位什麼樣的老師。

教學成長—從實踐中精進教學能力

實習期間，讓我印象最深刻的是主題課程「散步去雙十廣場 - 路線圖」。活動來自幼兒真實的生活經驗。孩子們在散步後，希望能和家人分享雙十廣場的位置，因此延伸出製作路線圖的想法。在教學過程中我發現孩子對於自己熟悉的生活情境特別有興趣，當他們看到曾經走過的路、熟悉的地標時，會主動分享與討論，讓學習更有趣了！



▲教學演示活動，引導幼兒觀察路線拼圖，討論拼圖的正確位置

透過教學演示，我看見自己能夠以提問引導幼兒觀察與表達，也能在幼兒遇到困難時給予協助與肯定。然而，演示後的回饋也讓我看見需要精進的地方，例如：活動規則說明需要更清楚、分組人數與任務安排要更適切、提問層次可以更深入，時間掌握也要更有彈性。這些經驗讓我瞭解，教學前除了準備教材，更要預想幼兒可能遇到的狀況，並思考如何回到課程目標。這次教學演示最大的收穫，是讓我瞭解教學是一個持續修正與反思的歷程，每一次回饋都是成長的機會，也讓我朝著成為更好的老師邁進。

班級經營—從陪伴中建立班級氛圍

在實習過程中，我觀察到班上的老師十分重視幼兒的情緒需求。當幼兒因為被提醒而出現哭泣、生氣或拒絕配合的情況時，老師並不會急著責備或要求孩子停止哭泣，而是先陪伴幼兒整理情緒，給予適當的時間，等孩子平靜後，再一起討論事情的經過，引導幼兒理解被提醒的原因，並鼓勵他們表達自己的感受。

這樣的處理方式，也讓我想起研習中講師分享的一句話：「先處理心情，再處理事情。」以前的我，較容易把焦點放在幼兒的行為，希望趕快解決眼前的問題。現在，我開始試著先理解幼兒情緒背後的

需求，因為只有當孩子感受到被理解，才更願意與老師溝通，一起找到解決問題的方法。班級中的正向鼓勵、同儕互助與關懷，也讓我看見老師的引導，會影響孩子如何與人互動。未來我希望自己能成為一位能傾聽、能陪伴，也能用穩定態度支持孩子成長的老師。

行政實習—從參與中認識園務運作

半年實習期間，我參與了地震防災演練、校慶、母親節活動、園務會議、財產盤點、教具登記與管理、幼兒學習歷程整理及畢業典禮等行政工作。其中，讓我印象最深刻的是畢業典禮。每一場活動都需要事前規劃與準備，因此畢業典禮早在四月中旬便開始籌備。我協助幼兒練習表演、整理畢業生與志工家長禮物，也在活動當天擔任遞獎工作。這段經歷讓我了解到，一場活動能順利完成，除了完善的事前規劃，更需要老師之間不斷溝通、討論與互相支援，也讓我認識到行政能力、溝通協調與團隊合作，是幼教老師不可或缺的專業能力。參與這些行政工作後，我更深刻體會到幼兒園的運作仰賴每位老師分工合作、彼此支援。除了教學與陪伴幼兒，老師也需要兼顧行政業務、活動籌備、財產管理、親師聯繫及園務協調，共同營造完善且穩定的學習環境。

專業成長—從反思中持續成長

「你做得很好！」這是半年實習間，班級老師最常對我說的一句話。每當我因為教學不夠順利而感到挫折時，老師總會先肯定我的努力，再陪著我一起討論可以調整的地方。這份鼓勵，不僅增加了我的信心，也讓我更有勇氣面對每一次新的挑戰。

回顧這半年的教育實習，我從一開始對班級環境與教學流程的不熟悉，到慢慢能參與班級活動、進行教學及協助行政工作，累積了許多寶貴的經驗。更重要的是，我重新思考自己想成為一位什麼樣的老師。實習過程中，每一次教學、每一次觀察、每一次與輔導老師的討論，都是我反思與成長的機會。我也在一次次的回饋中，看見自己的不足，並學習調整教學方式，讓自己持續成長。

未來，我會帶著這半年所累積的經驗，持續保持學習與反思的態度，累積更多教學經驗、提升專業能力，成為一位溫暖、正向的幼兒園教師，陪伴孩子一起快樂學習、健康長大。



▲融入幼兒遊戲，陪伴幼兒共同探索與學習。

從實驗到成長，我的實習日記

實 習 學 校｜臺北市立碧湖國民小學
實習指導教授｜吳淑敏教授
實 習 學 生｜黃卿倚
實 習 類 科｜特殊教育國民小學階段資賦優異組

一、找到屬於自己的教學步調

經過半年的教育實習，我逐漸適應資優班的教學環境，也慢慢找到適合自己的師生互動方式。我發現自己較適合採取「亦師亦友」的角色，在課堂中維持教師應有的專業與要求，課堂之外則傾聽學生的想法與需求，建立良好的信任關係；同時，我也更加體會到每位學生的能力、學習速度與興趣皆有所不同，因此未來將持續落實區分性教學與差異化調整，設計不同層次的提問、學習任務及延伸活動，讓每位學生都能在適切的挑戰中持續成長。

二、在探究中，看見真正的學習

透過科學課程的設計與實施，我重新認識了「學習單的價值」。它不僅能記錄學生的學習歷程，也能協助我掌握學生的思考方式與概念理解，作為調整教學的重要依據。同時，我也體會到科學課程不應僅著重於實驗操作，更應引導學生分析各組數據差異、討論形成原因，並將觀察到的現象與科學原理相互連結。未來，我希望持續深化科學教育與探究教學的專業能力，設計更多兼具探究性與思考性的課程，培養學生分析問題、驗證證據及解決問題的能力。



▲學生操作酸鹼中和實驗

三、在合作與實踐中持續成長

實習期間，我不僅與學生共同學習，也與不同教師建立合作關係。每位教師都有不同的教學風格與工作方式，使我逐漸理解良好的合作建立於尊重、溝通與互相支持之上。此外，我也發現有效的教學需建立在學生的先備知識之上，並透過循序漸進的引導，協助學生理解抽象概念。未來，我希望接觸更多不同領域與類型的課程，累積多元的課程設計與班級經營經驗，持續精進教學策略，拓展自己的教育視野。



▲碧湖國小資優班團隊



四、帶著收穫，陪伴每位孩子前行

這半年的教育實習，讓我累積了課程設計、教學實踐、班級經營及行政工作的經驗，也更加理解教育工作的核心價值。教學不只是完成一堂課，更重要的是透過適切的引導，協助學生理解概念、建立思考能力，並在學習中發掘自己的潛能。

回想實習開始前，我其實並不是一個特別喜歡孩子的人。然而，在碧湖資優班與孩子們相處的這半年，卻徹底改變了我的想法。他們的好奇心、創意與真誠，讓我慢慢找到教學的樂趣，也讓我開始期待每天走進教室的那一刻。當真正投入其中，我發現自己總想用照片記錄下每一次課堂活動、每一個實驗瞬間，以及孩子們專注思考、開心分享的模樣，這些照片不只是活動紀錄，更承載著這段實習中最珍貴的回憶，也提醒著我，是這群孩子讓我更加確定自己想走上教育這條路。

未來，我希望始終秉持因材施教的理念，陪伴不同特質的學生發揮所長，並保持開放、積極學習的態度，持續吸收新的教育理念與教學方法，與教育夥伴共同成長，逐步成為一位兼具專業素養、教育熱忱與反思能力的教師。



▲資優班送舊活動

教育實習省思

實 習 學 校｜新北市立莒光國民小學附設幼兒園
實習指導教授｜張宥沁教授
實 習 學 生｜劉敏慧
實 習 類 科｜幼兒園

一、課程中的發現與反思

在教育實習期間，我參與了班級主題課程「逛公園」和社會情緒學習（SEL）的活動規劃與實施。從課程設計、實際教學到活動後反思，累積了許多教學經驗，也讓我更了解以幼兒為中心的課程理念。

在主題課程中，我帶領八德公園組進行公園踏查、電子書規劃與製作，引導幼兒從提出問題、實地觀察、整理訊息到完成電子書作品，體驗了完整的探究歷程。在教學演示後，我也看見自己有許多需要精進的地方，像是教學流程的掌握、幼兒參與度及活動目標的引導等。在分組活動中，我觀察到不同年齡及能力的幼兒在參與度上有差異，讓我了解到老師除了設計活動，也要思考如何安排適性的內容，讓每一位幼兒都能參與其中。

除了主題課程，我也依班級幼兒需求設計一系列的社會情緒學習活動，以生氣、傷心、害怕及專心做好自己的事情為主題，透過繪本、情境討論和角色扮演，引導幼兒認識情緒、理解情緒產生的原因，並學習用合宜方式表達和調節情緒。在活動過程中，我發現幼兒能逐漸將故事內容連結到生活經驗，會開始思考不同情境可以採取哪些應對方式。同時，我也體會到情緒教育並非透過一次活動就能達到目標，而是需要在日常生活中持續陪伴、引導和討論，才能真正內化成幼兒的行為表現。

二、在生活教育中看見成長

我透過參與班級日常作息與生活常規，體會到班級經營並非只著重在課程教學，更是透過有規律和有意義的活動，培養幼兒好的生活習慣和學習態度。實習班級規劃了每日晨間任務，包含日記畫、對折剪紙、聯想畫、繪本分享和學習區挑戰等活動，不僅提升幼兒的圖像表達、精細



動作、創造力和語言表達等能力，也培養幼兒思考、合作和解決問題的能力。

實習園所十分重視生活教育，鼓勵幼兒從生活中培養自理能力。每天用完三餐後，幼兒都需要自己清洗和擦拭餐具，我觀察到幼兒因此更加珍惜食物，也在親自清洗餐具的過程中體會照顧者的辛勞，逐漸培養責任感、感恩及愛惜資源的態度。

在我心中，幼兒園不只是孩子學習知識和培養能力的地方，也是他們感受愛、建立自信和留下快樂童年回憶的重要階段。因此，我期許自己能夠成為一位帶給孩子溫暖的老師，陪伴他們在充滿愛和安全的環境中成長。在與幼兒相處的過程中，我喜歡用朋友的方式陪伴他們，我會蹲下來傾聽他們的想法，理解他們的感受，並接住他們的情緒。對我來說，師生關係不只是老師單方面的教導知識，更是一段互相陪伴的歷程。

三、教保服務中的行政與團隊合作

從協助接聽電話、辦理請假、整理臨時托育資料到核對畢業證書，我了解到每一項看似微小的工作，都關係到幼兒的安全、家長的信任和園所的服務品質。

在教學環境維護方面，我參與教玩具清洗消毒、圖書整理修補及學習區整理等工作，體會到好的學習環境並非只是乾淨整齊，更需要透過有系統的分類、規劃與定期維護，才能讓幼兒安心探索與自主學習。同時，我也從不同老師身上學到許多提升工作效率的方法，了解到經驗來自長時間的累積。

透過觀摩教學會議和園務會議，我看見老師們除了教學以外，也要共同討論課程發展、特殊需求幼兒的輔導策略，以及各項行政業務等，讓我感受到好的團隊合作是提升教育品質的重要關鍵。在協助兒童節、校慶、親子感恩活動和畢業典禮等大型活動的過程中，我也學習到活動規劃必須留意流程安排、場地動線和安全管理等，每一個細節都影響著活動的進行。

這次的實習讓我更認識幼兒園行政的工作內容，也明白一位教保服務人員除了教學，也要具備行政作業、團隊合作、溝通協調和應變的能力。

四、把學習變成前進的力量

在半年實習期間，我參與了性別平等教育、社會情緒學習（SEL）、學習區規畫及運算思維等幼教專業知能研習。每一場研習都不只是知識的累積，更讓我從不同角度重新思考老師的角色，以及自己想成



為什麼樣的幼教師。

性別平等教育研習讓我重新反思生活中習以為常的性別刻板印象，也了解到在課程中應以自然且貼近幼兒生活經驗的方式，引導孩子尊重多元差異，而非單純的傳遞知識。社會情緒學習（SEL）研習則讓我回想自己在過去與情緒障礙幼兒相處的經驗，深刻體會到當老師願意放慢腳步，先理解孩子的情緒，再陪伴孩子處理事情，往往更能建立信任關係，也讓幼兒逐漸學會面對和調節自己的情緒。

學習區規劃研習帶給我最大的收穫，是開始認真思考自己的教育理念。我了解到一位老師的教育理念會反應在課程設計、環境規劃和每日作息中，這些看似平凡的日常，都蘊含著老師對幼兒能力培養的期待。因此，這提醒我未來在設計課程時，不只是安排幼兒感興趣的活動，更要思考希望幼兒在活動中獲得哪些能力和經驗。

運算思維研習改變了我對教學的想法，體會到教育重視的不只是找到正確答案，而是陪伴幼兒經歷發現問題、提出方法、實作驗證與修正的歷程。老師不急著提供答案，而是透過適當的提問，引導幼兒思考各種可能性，培養自主探索與解決問題的能力。

五、未來教育生涯的期許與發展規劃

經過這半年的教育實習，讓我更加確定自己想要在幼教這條路上繼續努力和前進，並對自己未來想要成為什麼樣的幼兒園老師，有了更多想像和期許。我會帶著實習期間所獲得的經驗與養分，繼續朝公立幼兒園教師的目標努力，除了精進教學設計、班級經營與親師溝通的能力，我也希望自己保有主動學習和反思的習慣，透過觀察、紀錄與整理，不斷檢視自己的教學方式，思考如何設計活動能更貼近幼兒的需求。

除此之外，我也希望自己能成為一位願意理解幼兒、尊重幼兒差異，並以耐心和溫柔陪伴幼兒成長的老師，讓幼兒在安全、自在的環境中學習表達、探索與嘗試。同時，我也希望未來有機會可以接觸不同型態的幼兒園，例如以學習區為導向的園所，持續拓展自己的教育視野，吸收更多元的教學經驗與想法。

最後，我期許自己不要忘記踏入幼教的初衷，教育是一條需要長時間投入和耕耘的道路，未來不管遇到挫折、壓力或困惑，我都希望自己能保有對孩子的關愛及對教育的熱忱。



邀稿

歡迎實習學生撰寫實習、教學、研習、好書介紹或時事等相關經驗分享，稿件請E-mail至guide@utaipei.edu.tw，主旨註明「實習輔導通訊投稿」，稿件字數不限，標題右下方請加註實習學校、實習指導教授、畢業科系、姓名與實習期間，附照片者佳，錄取後將刊登於電子期刊。

臺北市立大學 UNIVERSITY OF TAIPEI

實習輔導通訊

2026 | Summer | 第2期

發 行 人｜邱英浩 校長
總 編 輯｜李昱叡 代理主任
主　　編｜林燕玲 組長
執行編輯｜謝宜儒 臨僱管理員
發行單位｜師資培育及職涯發展中心
網　　址｜http://cte.utaipei.edu.tw
地　　址｜(10048)臺北市中正區愛國西路1號
　　(11153)臺北市士林區忠誠路二段101號
電　　話｜(02)2311-3040 轉 8354
傳　　真｜(02)2381-0818
製作印刷｜聯華打字有限公司
電　　話｜(02)2381-0966