

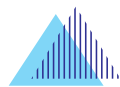


臺北市立大學
UNIVERSITY OF TAIPEI

實習輔導通訊

2026
| Spring |

第 1 期



從想像到實踐

實習學校 | 臺北市日新國民小學

實習指導教授 | 張純教授

實習學生 | 謝昀傑

實習類科 | 國民小學

從想像到實踐：是被真實面所磨利，也是完成夢想的第一步

自大一進入教育系，我不斷的努力學習，為了成為一位教師。我持續精進自身的教學能力，透過參與各式營隊與課程中的教學活動，逐步摸索與學生相處與互動的方式。過程中雖然歷經挑戰與辛勞，卻也在一次次的嘗試與反思中累積經驗，將困難轉化為成長的養分，灌溉我對教育的熱忱與專業知能。但那時對於教育理念的構想，卻也只停在想像與虛構之中。如今，終於迎來成為教師旅程中的重要里程碑，為期半年的教育實習。這段歷程不僅是從試教演繹中步入到實際教學。更是夢想實現與走向專業的開始。

挫折與調整：在實習中真實的碰撞

在實習中遇到的最大挫折與煩惱是學習扶助教學，這是我第一次完整的帶一個班級，並且是從零開始進行課程設計。我雖然充滿教學熱誠，但現實卻給我沉重的打擊 -- 學生多數對於國語學習興致缺缺，一開始就是在課程上發呆；部分學生則有一些行為問題，就需要耗費上課時間和他們說明規範，建立班級常規，導致我完全無法按照原先設計進行課程。每每教學後，我都會進行反思並且不斷地調整課程內容

與設計方式。透過持續的調整、利用明確的行為規範與獎勵制度，使學生可以專心在課程中。逐漸的，所有學生在上課中都會勇於舉手發言，雖然偶爾仍會分心，但只要稍微提醒，就可以讓學生進入課程。在學生的行為問題上，透過向原班級導師請教，我更深入了解學生的狀況，也開始看見他們不只是讓人頭痛的孩子，而是有情感、有需求的個體。

角色的轉變：從傳授者到協助者

在實習過程中，我逐漸從觀察走向實際授課，對教學有了更深的體會。透過觀察惠文老師回應學生問題的方式，我學習到不直接告訴學生答案，而是引導他們掌握方法與策略。這讓我反思過去在偏鄉服務時，總希望替學生安排好一切，卻忽略了讓學生自己嘗試與學習的重要性。現在



▲ 教師利用大時鐘教具教學

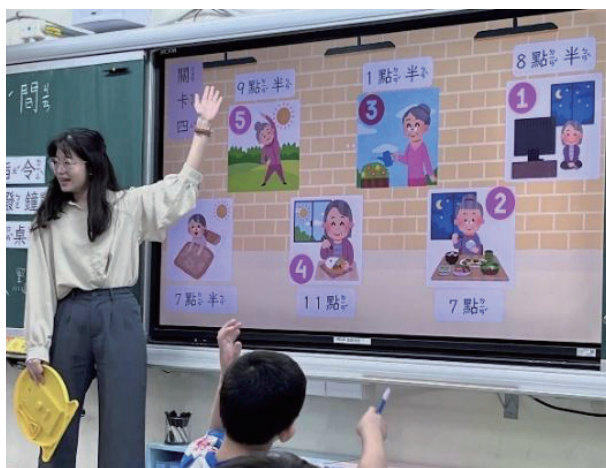


的我更能體會，教會學生方法，讓他們親自嘗試，才是真正的學習。

在備課方面相較大學時期已有明顯進步，能較快速完成教案並執行課程，同時也能在課堂中回應學生的問題。然而我也意識到自己仍需更加了解學生的學習歷程，並在設計教學活動時，思考所搭建的鷹架是否能真正幫助學生，在撤除鷹架後，能讓學生獨立完成任務。在教學設計上，我原本顧慮學生是一年級新生而常顯得畏首畏尾。但在觀察惠文老師的教學後，發現雖然過程中學生偶有混亂，但在老師清楚的引導下，仍能完成任務，這也提醒我不應該預設學生做不到，而限制他們探索與學習的機會。

教學的深耕：回顧與蛻變

近期我教學的單元是一年級康軒版第一冊第九單元〈小路〉。剛好這也是我在



▲公開課教學

大二時第一次正式撰寫教案，進行試教的單元。回顧過去我所撰寫的教案，發現那時的我對於一年級學生的學習程度並不熟悉，只是不斷地以華麗的教學活動塞滿每一節課。如今透過實習，我更能掌握教材細節，拆分教學歷程。除了細節，有了多次代課機會，我也更加重視同一概念在不同學習階段的連貫性。這使我能以更宏觀的視角掌握教學，不再侷限於單一單元，並能更精準地預設學生的回答。

結語：在現實挑戰中擇善固執

回想大學時期，要獲得現場授課的機會多麼的不易。如今在教學過程中，雖然也會感到疲憊與迷惘，可當我收到孩子們真誠的回饋，被師長肯定為一個「擇善固執」的人時。我猛然察覺即使在現實的挑戰中感到辛苦，只要所做之事是對孩子有意義的，就值得堅定地走下去。因此，我相信教育是以關懷為起點、以引導、陪伴為核心，在現實挑戰中擇善固執，延續自身被教育灌溉的生命經驗，協助孩子看見自我價值，並勇敢走向屬於自己的成長。感謝一路上給予我支持的師長。我的指導教授張純老師，以及在教育系中的所有師長和同學。感謝日新國小尚漢鼎校長、顧佩玲主任、輔導老師張惠文老師、蕭有泉組長與所有日新國小師長們的指導，讓我能具配勇氣與累積能力繼續未來的教育路程。

牽著孩子，也牽好自己：在生命相遇之間，慢慢成為一位老師

實習學校 | 新竹市立新竹幼兒園

實習指導教授 | 鍾雅惠教授

實習學生 | 劉桓瑜

實習類科 | 幼兒園

重新看見孩子的亮點

大學時期，我受到系上英熙老師的影響很深，老師在課堂上與書中不斷提醒我們：要學會「看見孩子的亮點」，從同理出發，再進一步以鼓勵的語言，去增強孩子的內在動機。實習初期的我，其實還像是一個「外人」，我在努力摸索班級文化、適應與班級老師的合作方式，以及試著和孩子相處又不破壞原本的秩序。在那段時間裡，我常常忙著調整自己，沒有餘裕真正把注意力放在每一位孩子身上，也因此對某些孩子產生不少不理解與挫折感。腦中偶爾冒出：「為什麼不聽我的話？」「我都已經這麼溫柔，為什麼還一直哭？」這樣的念頭其實並不少見。但隨著時間久了，我開始看見孩子之間的差異。有一些孩子天生就像小天使，很快就接納了我、願意跟我聊天、分享作品，讓我覺得很被信任；也有一些孩子在開學時看到我就大哭、完全不願讓我靠近，那時候的我其實滿挫折的。

直到後來，我才意識到，他們並不是不喜歡我，只是比較慢熟、或者還沒有和我建立起足夠的連結而已。於是，那些原本我心中的「小惡魔」，慢慢變成每天會主動來牽我、找我聊天、邀請我陪睡覺的孩子。這些改變都讓我很感動，也重新形塑了我看孩子的方式。葛妮（1973）在《教

師即陌生人：當代教育哲學》中提出著名的教育隱喻：「教育即陌生人」，亦即老師要像返鄉的旅人，再次以新鮮的眼光感受每天的教學與每一個孩子，重新賦予日常以意義。我也因此明白：身為老師，我應該抱持著沒有成見的眼光，去看待每位孩子。即使他/她昨天惹我生氣、挑戰我的底線，第二天依然要用新的心情去迎接他們、重新看見他們的亮點。因為孩子每天都在變，而老師也應在這樣的變動中持續成長。

「模仿」是學習的開始

模仿往往是學習的第一步。幼兒會模仿身邊熟悉的大人，而作為實習老師的我，也在這半年中不斷「模仿」班級兩位輔導老師，從教學技巧、待人處事、班級經營到親師溝通，每一面向都讓我深刻學習。真真老師像是一座源源不絕的教學知識庫。她總能提出我從未想到的引導方式與教學策略，專業度彷彿大學講師等級，讓我在探索教學的路上有了明亮的方向。我常常從模仿她的方式開始，慢慢地調整、練習，再逐漸發展出屬於自己的教學風格；而溫溫老師，給了我另一種力量。她像是一位溫暖又穩定的存在，支持著我的教學決定，也在放學後用輕鬆的聊天讓我得以放下緊繃的心。從她身上，我看見了老師在溫柔與堅定之間的拿捏：大部分時候柔軟、



陪伴，但在涉及幼兒安全時會果斷地展現教師的界線。這一點對我影響很深，也常提醒自己，不能總是被孩子牽著鼻子走，而是要帶著教育的初衷，適時堅定。

對我而言，這兩位老師在實習期間像是兩股不同的力量：一位帶我飛得更專業，一位讓我心安得更踏實。有時她們的角色交織，有時各自發光，但共同塑造了我在成為幼教老師道路上非常關鍵的學習與成長。

自我關照的重要性

有一陣子（約九月底到十月初）我的狀態很不好，從一個禮拜失眠一次，變成一兩天就會失眠一次，幾乎都無法入眠，也影響到了隔天到幼兒園實習的專注力，

我開始不想跟小孩聊天，只想好好安靜一下，中午也是如果不小睡一下完全無法撐到下午。這樣的狀況持續一陣子後，我意識到這樣不行，我得要向外尋求資源，所以我第一次求助身心科為了治療失眠的問題。與醫師討論後，失眠的原因應該是給自己的壓力太大，導致腦袋不斷運轉，無法讓大腦好好休息，醫師開了輕微的鎮定劑讓我服用，試試看效果如何。結果，我服藥的那一個禮拜，每天都睡的非常好，已經很久沒有這樣了。而那一週在學校的日子都很開心，開心看到小孩、看到老師、看到開心的自己。我事後回想，原來是那陣子我對自己太嚴苛了，我希望自己是零失誤的老師，不想在輔導老師面前出糗，所以一直兢兢業業的，不敢出錯，結果反



▲教師與幼兒一同觀察愛心洞洞葉（龜背芋）

而讓自己過於緊繃，什麼都做不好。這次的事件，讓我知道一定要好好照顧自己，自己的身心狀況只有自己知道，如果一有不對，就趕快去找人聊聊，或向外找資源，否則容易在實習最後一哩路上失去熱情，甚至是身體健康。願大家都能好好照顧自己、愛自己，適時的壓力沒問題，但請不要太苛責自己，請告訴自己：「你很努力了，明天再繼續加油！」

在一個充滿支持的環境下學習

最後的最後，我想深深感謝自己能夠在一個充滿支持與溫暖的環境中完成這段實習旅程。回想起初，若不是參加了由北市大舉辦的「2024 KDP 全國學校經營與教學創新國際認證獎」活動，我或許不會認識新竹市立幼兒園這所優質園所，也無法來到黑熊班，與真真老師、溫溫老師，以及所有在新竹市立幼兒園一路支持我的人們相遇。因此，我懷著最誠摯的心，想向這段期間每一位鼓勵我、支持我、給我機會嘗試與挑戰的老師們說一聲：「謝謝你們，有你們真好！」



▲教學演示後的全體大合照

結語

幼教這條路並不輕鬆，但我始終記得真真老師曾對我說過的一句話：「幼教老師雖然辛苦，卻是一份生命影響生命的工作。」這句話深深地烙印在我的心中。你們在我實習期間所給予我的教學啟發與專業榜樣，將成為我日後教學路上的珍貴養分。我會帶著這些被理解與被成就的感動，繼續前行，努力在未來的教育旅途中，將愛與溫暖傳遞給更多的孩子與家庭，成為孩子成長路上那個值得信賴的重要他人。



眾木成林：感謝在學校前輩的肩上，看見更專業的自己

實習學校 | 臺北市立桃源國民中學
實習指導教授 | 林燕玲教授
實習學生 | 吳珮瑜
實習類科 | 特殊教育中等學校階段身心障礙組

師徒共研：將 SEL 養分注入特教專業的萌芽

在過往的師資培訓過程中，我們不斷透過模擬與練習，學習如何成為一位教師；而在為期半年的教育實習中，則真正走進教育現場，將所學付諸實踐。於桃源國中特教班實習的這段期間，我逐漸意識到，自己過去多將教學重心放在學生的學科知識與基本技能培養上，卻也開始反思：教育是否還能為孩子帶來更多支持與力量。我始終相信，學生除了學會課本中的知識，更需要認識自己、學習情緒的覺察與管理，並在面對挫折或不安時，找到適切的因應方式。特教班學生在能力與需求上雖各不相同，但在實際相處與觀察中，我發現他們都有一個共同的渴望——希望被理解、被接納，並在學習與生活中獲得穩定的支持。透過多次與實習輔導教師的討論與交流，我們嘗試將 SEL（社會情緒學習）元素融入課程設計與班級經營之中，期望以有系統且貼近學生生活經驗的方式，引導學生逐步認識自己的情緒，並練習以更合宜的方式表達感受。在實際教學歷程中，我看見學生開始嘗試說出自己的情緒，也逐漸學會理解他人的立場與感受。這些改變或許細微，卻格外珍貴。這段實習經驗讓我更加確信，SEL 並非僅是輔助性的教學內容，而是支持特教學生學習與生活的

重要基礎，也成為我未來進入教育現場後，將持續實踐與深耕的方向。

在藝術課程中，我選擇透過繪本《大象艾瑪》引導學生理解個體間的多元差異，並學習「不一樣也很特別」的概念。透過閱讀繪本，學生能觀察角色的情緒變化與經驗，並進一步連結自身生活，思考自己有哪些特別之處。課堂中，孩子們分享自己的特質，也嘗試尊重同學的不同，最終創作出各自獨一無二的大象作品。看著孩子們用色彩表達自己，我感受到他們不僅在藝術表達上獲得成就感，更在自我認同與尊重他人方面有了小小的進步；在數學課上，我將社會情緒學習理念與「平面圖形的認識」結合，特別針對集中式特教班數學低組的學生設計課程。在特教班低組數學課程中，因有幾位學生無口語能力，



▲ SEL 融入特教班教學



我一直在思考如何在學習數學概念的同時，透過將平面圖形與表情符號相連結，引導學生辨識不同圖形特徵，並運用圖形組合表達心情，我覺得這不只是數學學習，更是一種情緒表達的練習；在國語文課程中，我教學集中式特教班高組學生，將 SEL 融入文本理解與語文練習中。透過閱讀故事，學生學習覺察與辨識角色的情緒反應，並運用情緒詞彙造句練習，把角色的想法和行為表達出來。我也運用「換位思考」句型，引導學生從角色角度說出感受，思考行為背後的原因。在課堂中，我觀察到孩子能慢慢理解角色的心情，也願意分享自己的想法。透過語文學習與情緒覺察的結合，學生不僅加深了對文本的理解，也逐漸練習同理心、情緒表達與人際互動。在語文、數學與藝術課程中，實習輔導教師

率先將 SEL 元素融入教學實務，而我則透過觀課的歷程，逐步思考如何設計更符合學生需求的課程內容。

反思扎根：接納不完美，淬煉更靈活的教學韌性

從教學發想到課前準備，再到實際上課的過程中，我一直依照學生的反應和自己的教學表現，不斷做出即時的調整。實習讓我明白，課堂不可能完美，但可以選擇把每一刻都用心投入。

當遇到教學卡關或挫折時，我會停下來想：哪裡可以更順暢？哪裡可以更貼近學生的需求？有時候，我甚至會在腦中反覆演練，嘗試不同的方法，想像如果換一種方式，學生會不會更容易理解或更有參與感。透過這樣的過程，我慢慢理解教學



▲數學課透過將平面圖形與表情符號相連結，引導學生辨識不同圖形特徵，並運用圖形組合表達心情。

其實就是一場不斷調整與學習的旅程。每一次的改變，看似微小，卻都讓我更接近學生，也更了解自己作為老師的角色。我學會用更靈活的方式面對課堂的變化，也逐漸感受到與學生之間的連結變得更自然、更真實。這段實習經驗，讓我知道，即使不完美，只要願意全心投入、反思與嘗試，教學就能帶來成長，也讓我對未來教學充滿期待。



▲每週固定與實習輔導老師進行教學討論與專業回饋。



▲國語文運用「換位思考」句型，引導學生從角色角度說出感受，思考行為背後的原因。

校園暖陽：從受光者轉身成為學生的溫柔之光

實習這段期間，我一直期許自己像海綿般，毫無保留地吸收教育現場的每一分養分。很感謝能來到一所溫暖、充滿關懷的學校，遇見許多願意提攜後輩的師長。他們在教學與實務上給予我大量指導與分享，每當我遇到困惑時，也總是耐心解答、細心引導。透過這段實習，我更加真切地感受到教師工作的酸甜苦辣，也逐漸釐清自己在教育這條路上的定位與期許。在教育現場，我期許自己能成為真正「看見學生」的教師，不只是關注學生的能力表現，更能理解他們的情緒、處境與努力的歷程。我深刻體會到，每一個孩子都有自己的節奏成長，而教師的重要角色，正是陪伴他們在這個節奏中前行，給予理解與支持。

在未來，我希望能持續精進專業知能，將教學與關懷結合，為學生營造一個安全、被理解、勇於嘗試的學習環境。即使前路充滿挑戰，我也願以耐心與同理心陪伴學生，與他們一同面對迷惘與不安，成為他們學習與人生旅程中，一盞溫柔而堅定的光。



走進教室的學習歷程

實習學校 | 花蓮縣瑞穗鄉鶴岡國民小學

實習指導教授 | 鄭錦桂教授

實習學生 | 陳爰安

實習類科 | 國民小學

從學生到教師的視角轉換

回顧這四年半的學習歷程，我對教育的想法在不知不覺中慢慢改變。剛進入大學時，我對教育的理解相當片面，認為自己當了多年的學生，怎會不懂如何上課，總覺得只要站在講台上，把課本內容教完，學生能聽懂、能完成作業，就算完成一堂課。

隨著課程逐步推進，開始接觸教育心理學、課程設計與教學原理後，我才逐漸意識到，每一個教學步驟與活動安排，其實都隱含著清楚的教育思考與目的，而非單純照流程進行。也正是在這樣的學習過程中，我慢慢理解到，教育並不是表面上看起來那麼單純規律，而是一門需要不斷判斷與調整的專業。

理論走進教室的實習經驗

進入教育實習階段後，當我真正踏進校園、站上講台，那些原本存在於課本中的理論概念，才開始與真實的教學情境產生連結。從備課時反覆斟酌教學流程，到試教時實際感受學生的反應，每一個環節都必須親身經歷，才能體會理想與現實之間的落差。

這半年的實習，讓我嘗試將所學理論付諸行動，也在挫折與成就感交織的過程中，慢慢摸索出適合自己的教學節奏。我也逐漸體會到，課堂最困難也最真實的地方，在於它充滿不確定性。即使事前準備得再充分，上課時仍需依學生的即時反應進行調整，是書中學得到，但需要在實務中不斷累積能力才能真正快速執行的能力。



▲與學生一起出外踏查



獨自實習中的學習與整理

實習期間，雖然沒有實習夥伴能即時分享教學中的心情與困惑，但這樣獨自面對的狀態，也促使我學會在每日課程結束後，靜下心來整理當天的教學經驗。我開始習慣回顧每一個環節，思考哪些地方進行得順利、哪些細節還能再調整，這樣的檢視逐漸成為日常的一部分。

在沒有太多外在干擾的情況下，我反而能更專注於自己的學習步調，也慢慢在反覆嘗試與修正中，建立起屬於自己的教學方式與處理事情的邏輯。

小型偏鄉學校中的學生觀察

我的實習學校是一所小型偏鄉學校，整體氛圍與過往對市區學校的印象截然不同。師生之間的距離相當親近，教師對每一位學生的家庭背景與學習狀況都十分熟悉，因此能在日常互動中給予更貼近實際需求的關心與引導。在這樣的環境中，學生較能自在表達想法，師生之間的互動也顯得自然且溫暖。

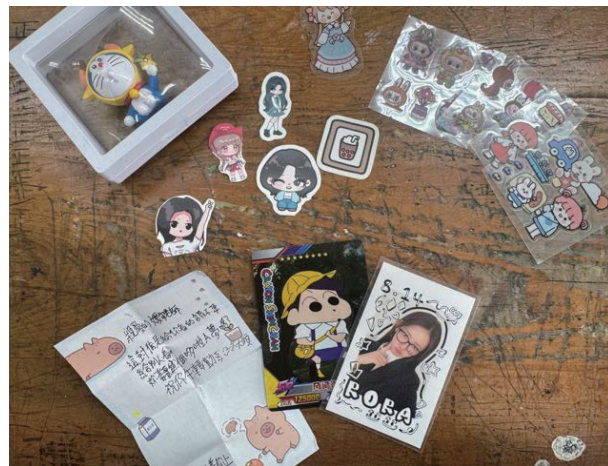
在小班制的教學環境中，我也能更清楚觀察到學生之間的差異。有些孩子表現較為主動，有些則需要更多的耐心與等待。隨著相處時間拉長，我逐漸理解每一位學生不同的學習習慣與個性，這也讓我在教學與引導時更有方向，並真正體會到「因材施教」在實際操作中的重要性。

學生在課堂上的小淘氣通常是為了吸引老師的注意力，實習過程中正好遇見類似狀況的學生。經過了解後，才發現學生是因為課堂內容學習上感到吃力。根據他閱讀困難的情形給予有注音的學習單，該生因為能夠參與到課堂，便不在課堂中破壞秩序，反而能在搶答活動中，看見他努力的身影。

實習總結

這半年的教育實習，讓我從原本較為被動的學習者，逐漸轉換為需要主動思考與回應學生需求的角色。透過實際進入教學現場，我更加理解教育不只是知識的傳遞，而是一段持續互動與調整的過程。

回顧這段實習經驗，我不急著替未來下定論，但能確定的是，這半年所累積的觀察與體會，已成為我繼續前行的重要基礎，也讓我對教育這條路，多了一份踏實而清楚的認識。



▲學生贈送的小禮物

教育實習省思

實習學校 | 臺北市和平實驗國民小學附設幼兒園
實習指導教授 | 鍾雅惠教授
實習學生 | 王楷禎
實習類科 | 幼兒園

課程寫在教案裡，學習卻發生在真實的師生互動之中

在半年實習以前，我對教學的理解多半停留在「完成教案」與「順利執行課程」的層次，試教時也常以是否依流程進行作為自我檢核的標準。然而，隨著教育實習期間的長時間陪伴幼兒與更多實務經驗後，我逐漸體認到，教學並非依序完成活動、按表操課，更不是預設好的答案，而是不斷與幼兒狀態對話的歷程，回應正在發生的學習。

以教學演示當天的情況為例，在教學現場中，當我觀察到部分幼兒在轉換活動位置時開始分心，或在戲劇遊戲中因過於興奮而失去焦點，便意識到此刻比起推進進度，更重要的是放慢節奏、重新整理引



導方式。這樣的經驗讓我理解，教師的角色不只是掌控流程的人，更是透過細緻觀察、耐心傾聽與專業判斷，理解幼兒當下的需求與學習狀態，並適時調整方向的引導者。教育實習的歷程讓我開始學習在變動中保留「彈性」，並相信學習會在適切的回應中發生。

看見個別孩子的特質與差異

在實習期間透過大量的現場觀察與教學實踐，逐漸學習放下對「理想學習表現」的預設，轉而學習看見每一位幼兒獨特的學習節奏與亮點。有的幼兒需要較長的時間進入情境，初期看似遊走或觀察，但一旦理解活動脈絡後，便能長時間專注投入；有的幼兒則在團體分享中較為安靜，容易被忽略，卻能在一對一或小組互動時，清楚表達想法、提出細膩而富創意的觀點。而也有的幼兒擅長口語敘說、有的擅長肢體表達、有的擅長圖像表徵。

這些差異性的展現，使我開始反思與調整策略，以更貼近幼兒需求的方式回應學習歷程。像是在教學演示時，針對不同特質幼兒，提供多元的表徵方式分享自身想法，如說出、畫出或演出自己對於「神奇床」的創意想像。

而當我學習「看見個別孩子」時，提供符合幼兒需求的支持與挑戰，幼兒能夠被理解與肯定，因此提升參與動機、自信，



讓教室成為一個能包容差異、鼓勵嘗試的學習場域。而我也在這樣的互動歷程中，更深刻體會到教師的專業價值，來自於願意為幼兒調整視角、創造舞台，讓每一位幼兒都能在適合自己的位置上發光、被看見。

教學的專業，來自願意調整的勇氣

此外，在這段實習的過程中，也經歷過許多挫折、不如預期、快要承受不住壓力的時刻，或許是教學過程中引導語不夠清楚明確，也可能是時間掌握失衡、幼兒專注度下降，抑或是無法設計出符合幼兒需要又豐富的活動。這些經驗，亦曾讓我對自己的能力產生質疑。

然而和班級教師的討論、與同儕朋友的對話，以及反覆回看自己的教學，逐漸理解這些「不順利」並非失敗，而是使自



己成長的重要養分與專業養成的一部分。教學並非一步到位的成果，而是在不斷嘗試、修正與反思中逐步累積的歷程。當我學會放寬心看待自己的不足，允許不完美的存在，並在其中持續調整、勇敢嘗試與前進，便逐漸建立起面對挑戰的韌性與信心，更有勇氣地持續走在教育這條路上。

一棵樹搖動一棵樹；一朵雲推動一朵雲；一個靈魂喚醒另一個靈魂

回首整段實習歷程，發現自己不只是影響幼兒的人，同時也是不斷被幼兒影響與改變的那一方。在陪伴幼兒探索、嘗試、表達、成長的過程中，開始更清楚地看見自己作為教師的角色定位，也更深刻地感受到教育工作的價值與重量。

教育的影響往往不是立即可見，而是在日復一日的互動中慢慢累積。每一次願意放慢的等待、真誠的回應、陪伴幼兒站上舞台表達想法的時刻，都可能發現幼兒的轉變與進步。而我，也在這樣的陪伴與學習中，被幼兒搖動、被現場磨練，重新檢視自己對教育的想法與熱情，釐清自己想成為的教師樣貌。

未來，期許自己能持續保有這份願意反思、願意調整、願意陪伴的教育初心，在教育現場中成為一棵穩穩站立、也能搖動他人的樹。即使力量不大，仍願意在孩子生命的某個片刻，成為那朵推動他們向前的雲，與他們一同成長、一同前行。

教育實習：在追光與沐光之間

實習學校 | 桃園市桃園區青溪國民小學

實習指導教授 | 吳淑敏教授

實習學生 | 李佳雯

實習類科 | 特殊教育國民小學階段資賦優異組

追光之始：實習的起點與定位

追光而遇，沐光而行。我覺得是我在半年實習時，最能概括自己所走過歷程的一句話。

對我而言，教育實習就是一段主動追尋專業、在指導中成長，最終帶著熱情踏上教學生涯的「追光之旅」。在這段旅程中，懷著對教師角色的理想前行，是為「追光」；而在實習現場裡，與教師、學生及各種教學情境相遇，並將所獲得的經驗逐步內化於教學之中，則是「沐光而行」。那些在課堂、研習與日常互動中累積的片段，成為我了解教育現場、調整自身的重要依據，也讓這段實習留下可延續、可帶走的養分。

走向相遇：在現場拓展教育視野

實習中的「遇」，並非偶然的際遇，而是主動尋求學習機會所累積的經驗。在實習期間，我並未只停留在被安排的角色與任務中，而是透過多走一步、多看一點，逐漸拓展自己對教育現場的理解。

這些「遇」，讓我得以看見同一教學目標在實務上可能有多種方式呈現。當觀看的焦點從哪一種做法較好，轉向為何在此情境中如此安排，教學開始呈現出更立體的樣貌。

「看見」逐步累積後，下一步便是回到自己的課堂，把大學所學的專業知識，與現場觀察到的教學相互對照、整合並實踐，這也成為我在實習中逐步建立課程設計依據與教學判斷的重要起點。

以終為始：有所本的課程設計

資優課程的發展與設計可說是資優教育中的核心工作之一，對資優班教師而言，更是一個能展現教學效能、也能發揮專業創意的實踐場域。課程設計的成敗，最終會回到學生在課堂中的反應與學習歷程，因此課前準備必須「有所本」，身為設計者要清楚知道本節課的目的為何、學生課後能帶走什麼、為何必須以此方式設計。與現場觀察到的教學相互對照、整合並實踐，這也成為我在實習中逐步建立課程設計依據與教學判斷的重要起點。

在創造力資優班實習的過程中，我負責的課程為高年級議題課，議題課的目標是希望學生能夠看見生活中的議題、理解問題的形成，將所學與技能課程結合，並以創作作品的方式傳遞訊息、分享觀點。

而這次的教學我以海洋污染為主題，將課程切入點放在學生有感的生活場域：雖然學校並不臨海，但校園旁的河川正是垃圾流入海洋的起點之一。當垃圾被隨意丟棄，它們會順著水流，最終漂向海洋，化為難以回收的微粒或碎片，成為海洋生態的隱憂，甚



▲帶學生前往學校附近的公園實地踏查

至影響人類生活。基於這樣的發想、連結，課程以「從小事撿起改變」為核心精神，希望學生從身邊最熟悉的環境出發，理解海洋問題並非遙遠的議題，而是與生活息息相關的責任。

在課程架構上我選擇以DFC的四階段「感受、想像、實踐、分享」為主軸，引導學生從生活經驗中發現問題、提出創意構想並付諸行動。六週的課程採取以終為始的方式進行設計，先回到最終學習目標，思考學生在課程結束時，應具備哪些能力，再依此回推前幾週所需累積的學習經驗。由於我希望學生在六週後能以具創意與互動性的方式分享議題資訊與觀點，因此課程重點並不放在創作技能的加深加廣，而是放在訊息整理、推測推論與觀點建構等歷程的培養。

帶著紀錄前行：滾動調整教學

在開始教學後，原先在課前所規劃的流程，必須隨著學生的理解狀態與反應彈性修正，才能真正回應學習需求。

這時學生的學習單與課堂表現的紀錄便是重要的回饋，透過記錄，我可以閱讀他們的理解脈絡與學習狀態。學習單不只是作業的形式，更是觀察學生學習歷程的窗口，從他們寫下的回答、畫出的圖像，可以看出他們的理解深度、對議題的關注方向。基於這些觀察，我會在每堂課後進行微幅調整。有時是重新安排活動的順序，有時是修正提問方式，或是適度簡化原先設定的任務目標，為學生保留更多思考與發揮的空間。這樣的即時調整，也促使我開始留意給予鷹架的節奏，當鷹架過多時，可能壓縮學生的自主發揮；當鷹架不足時，學生則容易無從下手，產出流於表層或空泛。

在六週的課程中，每週皆會設計課前任務引導單，以了解學生的先備知識與初步想

像；課程進行中，則透過學習單與數位工具（Google 文件）即時記錄學生的討論與回應；課後再回到學習單，檢核課前設定的學習目標是否達成。透過這樣前、中、後串連的紀錄方式，我得以更完整去掌握學生的學習變化，也讓課程調整不再僅憑直覺，而有具體的依據。

在這樣反覆觀察與修正的過程中，我逐漸學會在學生準備好適時放手，讓學習的主導權回到學生身上；同時也在尚未成熟之處，適度提供支撐，引導其持續前行。

沐光而行把光延伸到未來

回望這半年，我帶走的最重要養分，是建立屬於自己的教學設計與自我檢核的流程，以學生為本進行設計，透過教學證據檢視學習成效，整理學生回饋、保留教學省思的習慣，並持續記錄有效作法與待修正之處。這些看似微小的累積，逐步構成我專業成長的基礎。

實習半年一轉眼就過去了，完成教育實習之後，教師身分將不再有「實習」作為過渡。未來走進教學現場，需要獨自回應學生的多元需求、面對家長的不同期待，並在現實條件之中慢慢實踐心中的教育理想。這樣的前行，伴隨著責任，也帶著學習的延續。唯有在每日的教學歷程中累積經驗、適時調整作法，並持續保留對教師專業成長的期待，理想才能從心中的方向，逐步成為課堂裡穩定而踏實的行動。



▲根據學生產出內容進行個別引導



臺北市立大學
UNIVERSITY OF TAIPEI

▲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@utapei.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。

實習輔導通訊

2026
| Spring | 第 1 期



發行人 | 邱英浩 校長
總編輯 | 丘嘉慧 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.utapei.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