

附表 2

基隆市堵南國民小學 114 學年度學校辦理校長及教師公開授課 共同備課紀錄表

教學時間：2025/12/31 (三) 教學班級：五甲 教學領域：健體 教學單元：視力保健

教學者：許璉暉 觀察者：呂紫萱 觀察前會談時間：2025/12/30 (二)

一、教材內容：

康軒版第一單元健康樂活我當家

二、教學目標：

1. 近視成因。
2. 預防近視。
3. 與同學討論及分享，知道護眼重要性。

三、學生經驗：

1. 學生知道眼睛的重要性。

四、教學活動：

1. 利用國民健康署視力保健網站。
2. 覺察近視對生活的影響。
3. 認識促進保護視力的方法。

五、教學評量方式：

1. 發表
2. 與同學互動
3. 實作測驗

六、觀察的工具和觀察焦點：

1. 能否完整的說出內容
2. 能否注意傾聽同學發表

七、回饋會談時間和地點：

2025/12/31 星期三 中午 12:50 科任辦公室

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

觀課教師簽名：

附表 3

基隆市堵南國民小學 114 學年度學校辦理校長及教師公開授課
觀課紀錄表

教學班級	五年甲班	觀察時間	114 年 12 月 31 日 (三) 第四節
教學領域	健體	教學單元	視力保健
教學者	許璉暉	觀察者	呂紫萱

層面	檢核項目	檢核重點	優良	普通	可改進	未呈現
教師教學	1. 清楚呈現教材內容	1-1 有組織條理呈現教材內容	✓			
		1-2 清楚講解重要概念、原則或技能	✓			
		1-3 提供學生適當的實作或練習	✓			
		1-4 設計引發學生思考與討論的教學情境	✓			
		1-5 適時歸納學習重點	✓			
	2. 運用有效教學技巧	2-1 引起並維持學生學習動機	✓			
		2-2 善於變化教學活動或教學方法		✓		
		2-3 教學活動融入學習策略的指導				
		2-4 教學活動轉換與銜接能順暢進行	✓			
		2-5 有效掌握時間分配和教學節奏		✓		
	3. 應用良好溝通技巧	3-1 口語清晰、音量適中			✓	
		3-2 運用肢體語言，增進師生互動	✓			
		3-3 教室走動或眼神能關照多數學生	✓			
	4. 運用學習評量評估學習成效	4-1 教學過程中，適時檢視學生學習情形	✓			
		4-2 學生學習成果達成預期學習目標	✓			
班級經營	5. 維持良好的班級秩序以促進學習	5-1 維持良好的班級秩序	✓			
		5-2 適時增強學生的良好表現	✓			
		5-3 妥善處理學生不當行為或偶發狀況	✓			
	6. 營造積極的班級氣氛	6-1 引導學生專注於學習	✓			
		6-2 布置或安排有助學生學習的環境	✓			
		6-3 展現熱忱的教學態度	✓			

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：



觀課教師簽名：



基隆市堵南國民小學 114 學年度學校辦理校長及教師公開授課 議課紀錄表

教學時間：2025/12/31 (三) 教學班級：五甲 教學領域：健體 教學單元：視力保健

教學者：許聰暉 觀察者：呂紫萱 觀察後會談時間：2025/12/31 (三)

一、教學者教學優點與特色：

1. 學生對於視力保健 3010 明瞭。
2. 了解專有名詞，例黃斑部病變，眼軸——
3. 學生發表相當踴躍。

二、教學者教學待調整或改變之處：

1. 有些學生表達時，聲音太小，學生無法接受訊息。

三、對教學者之具體成長建議：

1. 多利用教學媒體宣導。

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

許聰暉

觀課教師簽名：

呂紫萱

附表 4

基隆市堵南國民小學 114 學年度學校辦理校長及教師公開授課
教學自我省思檢核表

授課教師姓名：許聰暉 教學班級：五年甲班 教學領域：健體

教學單元名稱：視力保健

序號	檢核項目	優良	普通	可改進	未呈現
1	清楚呈現教材內容	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	運用有效教學技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	應用良好溝通技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	運用學習評量評估學習成效	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	維持良好的班級秩序以促進學習	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	營造積極的班級氣氛	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	其他：	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◎ 教學省思：

1. 以分組的方法可以明白闡明視力保健的意涵，讓學生對視力保健有更深一層的認知。
2. 經由分組討論及上台發表各組間的腦力激盪，獲得更佳的效果。

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

許聰暉

觀課教師簽名：

呂紫蓮

附表 5

基隆市七堵區堵南國小 114 學年度公開授課成果表



照片說明：上台發表順序決定



照片說明：學生上台發表



照片說明：協助學生上台發表



照片說明：視力保健五大主題



照片說明：對議題提出質疑並討論



照片說明：老師做最後總結

基隆市七堵區堵南國小視力保健教學教案

領域/科目	健康與體育領域——健康生活、身體與環境		設計者/教學者	許璉暉
實施年級	五六年級		總節數	2 節
單元名稱	亮晶晶的眼睛—— 打造健康視界行動力：視力保健五大方向			
教學方式	探究式學習 × 小組合作 × 行動實踐			
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生認識近視的成因與預防方法，建立視力保健意識。 2. 帶領學生運用數位工具蒐集健康資訊，學習辨識可靠資訊來源。 3. 鼓勵學生以小組合作方式整理資訊，設計創意宣導作品。 4. 培養學生表達與回饋的能力，提升健康議題的溝通素養。 5. 促使學生從學習轉化為行動，規畫並實踐個人護眼計畫。 			
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解與知識面：能說出視力保健五大方向，並舉例說明具體做法。 2. 技能與應用面：能運用平板蒐集、比較並評估護眼資訊的可靠性。 3. 表達與合作面：能小組合作製作海報，清楚表達健康觀念。 4. 表達與反思面：能以條理清晰的語句發表成果，回答同儕提問。 5. 行動與實踐面：能制定個人護眼計畫並在生活中實踐與檢核。 			
能力指標	面向	能力指標說明	對應健康與體育學習重點	
	健康素養	能理解視力保健的重要性，並採取行動維護自身健康。	健康促進與疾病預防	
	探究與行動	能蒐集、分析健康資訊，並提出具體改善策略。	健康議題探究與決策	
	溝通與合作	能與同學合作完成任務，並有效表達想法與意見。	團隊合作與人際關係	
	自我管理	能建立自我用眼檢核與保健習慣，並持續實踐。	自我健康管理與責任感	

教學流程

教學活動及實施方式	時間(分鐘)	評量方式
<p>第 1 節：探索視力保健（使用平板找資料）</p> <p>一、引起動機播放短片〈護眼行動派〉或展示「近視率逐年上升」統計圖，引發學生關注。</p> <p>提問引導：</p> <p>「你知道台灣學童近視率這麼高的原因嗎？」</p> <p>「我們可以怎麼保護自己的眼睛？」</p> <p>二、發展活動--認識五大方向</p> <p>1. 教師以簡報介紹五大方向，學生記錄重點。</p> <p>2. 平板搜尋資料</p> <p>分組蒐集主題資料（定義、原因、預防、治療）。</p> <p>教師指導如何判斷資訊的可信度。</p> <p>3. 整理與討論</p> <p>小組歸納重點，完成學習單前半部分。</p> <p>三、延伸活動</p> <p>1. 小組分享新發現。</p> <p>2. 教師引導：</p> <p>「如果要讓全校都知道這些方法，我們可以怎麼做？」（鋪陳下一節課）</p>	<p>5 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	
<p>第 2 節：製作與分享（海報創作與口頭發表）</p> <p>時間：40 分鐘</p> <p>一、引起動機</p> <p>展示優秀宣導海報範例，引導觀察設計重點。</p> <p>提問：「什麼樣的海報會讓你想多看兩眼？」</p> <p>二、發展活動--製作海報</p> <p>小組整理上節資料，搭配圖片、數據、口號設計主題海報。</p> <p>小組發表（10 分鐘）</p> <p>每組派代表報告內容並回應提問。</p> <p>教師給予表達與資料整合回饋。</p> <p>三、延伸活動（約 5 分鐘）</p> <p>學生撰寫個人「護眼行動計畫」。</p> <p>教師鼓勵學生可延伸製作短片或電子海報，成為校園宣導素材。</p> <p>四、投票擇優獎勵</p> <p>五、延伸活動建議</p> <p>護眼行動日記：連續七天記錄自己是否遵守 3010 法與正確姿勢。</p> <p>校園護眼行動：將海報張貼於走廊或教室外牆，推廣視力保健。</p> <p>小記者任務：訪問校護或眼科醫師，撰寫短文介紹護眼觀念。</p>	<p>5 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	