

附表 2

基隆市 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：四年甲班 教學領域：健康教育

教學單元：「愛護眼睛，讓視界更清晰。」

教學者：賴志萍 觀察者：蔡佳吟 觀察前會談時間：2025/12/24 (三)

一、教材內容：

1. 自編教材 PPT 簡報 (護眼行動-預防近視，保護眼睛健康。)
2. 影片「為什麼要戴眼鏡？為什麼會近視？」樂樂 TV【身體小知識】
3. 圖片-姿勢對比圖、一尺一寸一拳頭姿勢圖
4. 影片《眼鏡公主》健康律動操—眼球體操
5. 學習單

二、學習目標：

1. 知道造成近視的常見原因。
2. 說出正確的護眼方法。
3. 實踐良好的用眼習慣於日常生活中。

三、學生經驗：

1. 人體五官基本認識
2. 有親身「眼睛疲勞」的經驗
3. 曾被提醒「不要太靠近電視」或「姿勢要正確」。

四、學習活動：

1. 「矇眼」遊戲
2. 為什麼會近視？
3. 「找出壞習慣」情境遊戲
4. 正確姿勢小比賽-「一尺一寸一拳頭」
5. 護眼方法
6. 「護眼操一起動」
7. 「我的明亮視界」海報設計

五、學習評量方式：

1. 口頭問答
2. 實作觀察

六、觀察的工具和觀察焦點：

1. 能說出兩個以上護眼方法
2. 能示範正確看書姿勢
3. 願意自我檢視用眼習慣

七、回饋會談時間和地點：

2025/12/31 (三) 下午 13:15 四甲教室

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：賴志萍

觀課教師簽名：

蔡佳吟

附表 3

基隆市 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	四年甲班	觀察時間	114 年 12 月 31 日 第四節
教學領域	健康領域	教學單元	「愛護眼睛，讓視界更清晰。」
教學者	賴志萍	觀察者	蔡佳吟老師

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

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	✓			
		2-6 使用有助於學生學習的教學媒材	✓			
	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	✓			

授課教師簽名：賴志萍

觀課教師簽名：蔡佳吟

附表 4

基隆市 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： 賴志萍 教學班級： 四年甲班 教學領域： 健康領域

教學單元名稱： 「愛護眼睛，讓視界更清晰。」

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	☐	☒	☐	☐
2	運用有效教學技巧	☐	☒	☐	☐
3	應用良好溝通技巧	☐	☒	☐	☐
4	運用學習評量評估學習成效	☐	☒	☐	☐
5	維持良好的班級秩序以促進學習	☐	☒	☐	☐
6	營造積極的班級氣氛	☐	☒	☐	☐
7	其他：	☐	☐	☐	☐

◎教學省思：

本次視力保健課程從學生生活經驗出發，透過圖片與提問引導學生認識正確用眼習慣。

學生參與踴躍，能理解護眼重點並實際練習正確坐姿與用眼距離。

本次教學中，發現自身對器材設備操作熟悉度仍有提升空間，影響部分教學節奏。未來將提前進行設備操作演練，以提升課堂應變能力。

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名： 賴志萍

觀課教師簽名： 蔡佳玲

基隆市 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： 四年甲班 教學領域： 健康領域

教學單元： 「愛護眼睛，讓視界更清晰。」

教 學 者： 賴志萍 觀 察 者： 蔡佳吟老師 觀察後會談時間： 2025/12/31(三)

一、教學者教學優點與特色：

- (一)語調和語速適切，教學指令清楚。
- (二)適時給予學生正向回饋。(包含即時糾正學生坐姿)
- (三)清楚、正確顯示課程內容，有效達成目標。

二、教學者教學待調整或改變之處：

器材設備的使用可更熟悉，或即時更動教學內容，以維持教學節奏。

三、對教學者之具體成長建議：

活動設計多元，轉換流暢，建議開場的暖身活動開始前，先向全班要求秩序目標，會讓活動更順利！

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名： 賴志萍

觀課教師簽名： 蔡佳吟