

## 洛津國小 113 學年度公開觀課 自我省思與改進

課程名稱	網路不沉迷
課程領域	健康與體育-健康教育
班級	六年丙班
時間	日期：2024-09-30 時間：9：30~10：10
地點	六丙教室
教學者	陳家耘
自我省思與改進	<p>在這次公開觀課中，我指導六年級學生使用 Canva 製作作息時間表，並結合討論網路使用情形，藉此教導學生如何妥善分配時間，避免過度使用網路。整體課程設計結合了數位工具與生活技能，學生們參與積極，能夠運用所學設計出個人化的時間表。</p> <p>然而，回顧這堂課，我發現可以進一步強化對學生的個別指導，特別是在時間表的實際應用層面。部分學生雖能完成設計，但對如何具體落實時間管理仍有疑問。未來，我會在課程中加入更多具體的情境演練，例如分配家庭作業與娛樂的時間，讓學生能更深入了解時間管理的實際操作。此外，我也應更多關注學生的網路使用習慣，透過數據收集與討論來協助學生養成健康的網路使用行為。</p> <p>這次的公開課給我許多啟發，未來將在實踐中不斷改進，提升教學品質。</p>