

德育護理健康學院附設進修學院
幼兒保育系 113 學年度第一學期
教保專業實習手冊



班 級	
姓 名	
學 號	
實習指導老師	

中華民國 113 年 9 月

德育護理健康學院進修部

幼兒保育系二技教保專業實習辦法

中華民國103年1月7日102學年度第1學期第6次系務會議修定通過
中華民國103年2月18日102學年度第2學期第1次系務會議修定通過
中華民國107年7月10日106學年度第2學期第11次系務會議修定通過
中華民國108年3月12日107學年度第2學期第1次系務會議修定通過
中華民國108年9月17日108學年度第1學期第2次系務會議修定通過
中華民國109年5月26日108學年度第2學期第4次系務會議修定通過
中華民國110年3月23日109學年度第2學期第2次系務會議修定通過

第一條 實習宗旨

藉由幼兒園現場情境之觀察與實習，驗證幼兒教保相關理論，深化幼兒教保專業知能，並涵養教保專業倫理情操，進而提升學生應用理論探究與解決實務問題的能力，使學生成為專業的教保服務人員。

第二條 實習目標

- 一、透過觀察、試教、團討與楷模示範，提升學生的幼兒教保專業能力。
- 二、學習在幼兒園省思教保現場的實務議題，以及應用理論探究發展優質教保活動的策略。

第三條 學分修習

本課程共 4 學分 4 學時，課程名稱為「教保專業實習」。

第四條 實習方式

- 一、實習期間，學生需由系上安排實習 8 天。依遴選辦法挑選績優合格機構及機構輔導老師。實習指導老師將於實習期間至機構訪視實習生之教保實務概況，並針對所觀察到的內容與同學進行雙向理論與實務的討論。
- 二、實習生進入幼兒園，在教保人員或教師的指導下進行實習 8 天，在職學生應自行請假以配合入園實習，以在非原服務之幼兒園實習為原則。若在原服務幼兒園實習則需簽訂切結書，並切結下列條件：

1. 實習期間須請假並不得支薪。
2. 原職務應有職務代理人。

三、實習規劃

實習期間，學生進入幼兒園，在教保人員或教師的指導下進行以下之學習項目：

1. 練習幼兒保育與輔導，並觀察、記錄及分析幼兒發展與行為
2. 觀摩與練習教保人員教學活動及班級經營技巧
3. 練習設計撰寫合適的幼兒學習活動教案

4. 練習帶領不同型態的幼兒學習活動

5. 學習幼兒園行政及進行教保專業人員倫理與省思

四、實習安全規劃

實習機構負責學生實習前之安全講習、實習場所安全防護設備之配置及相關安全措施之規劃。

第五條 實習出席規定與請假規則

一、依本校與本系實習請假規定辦理。

二、應於請假前告知實習指導老師始得請假。

三、實習期間請假超過三分之一（含）以上者，逾期未補實習者，實習成績以 0 分計。

第六條 實習考核

實習期間由甲方指導老師及乙方實習單位主管共同評核實習成績。乙方應於實習結束後將實習成績考評表擲交甲方，俾利核算實習成績。

第七條 附則

本辦法未盡事宜，依本校相關辦法或相關會議決議辦理。

◆ 機構實習備忘錄 ◆

實習前的準備	<ol style="list-style-type: none">1. 實習前一日請勿熬夜，睡眠應充足，以便保持最佳實習狀況，達到良好的實習效果。2. 實習前先確認實習機構之地點、交通路線，提早出門，避免因路線不熟或交通壅塞而延誤報到時間。3. 實習前請先熟悉各項作業的內涵及撰寫方式，期能在實習過程中順利收集各項作業所需之資訊及資料，以達到實習的目標。4. 隨時保持愉悅的心情並充分準備。
實習時的表現	<ol style="list-style-type: none">1. 實習時間均為全天，第一天實習時，請於上午八點前抵達實習機構報到，其餘天數之到園及離園時間則配合實習機構之規定，切勿遲到早退。2. 實習時間內不得任意離開實習機構，尤其是中午休息時間，違反此一規定者以當日曠課論。3. 實習時請著端莊輕便之服裝，並佩戴名牌以為識別。4. 觀摩任何教保活動時可做簡要記錄，但不可直接持手冊當場書寫作業。5. 若遇家長接送幼生，可微笑招呼，但不可代機構人員回答問題或與之攀談。6. 實習過程中如有任何問題，請利用放學後或機構主管、老師有空時再提出並討論，並避免任意批評實習機構之行政及教學事項。7. 使用實習單位之廁所時應注意保持衛生乾淨，女性生理用品請包妥後再投入垃圾桶中。8. 隨時保持應有的禮貌，並積極主動參與各項教學活動。
實習後檢討	<ol style="list-style-type: none">1. 實習結束後請準備謝卡致贈實習單位，將來若有意願至該機構服務，亦可先留下基本資料及聯絡電話。2. 建議實習結束後三週內即繳交實習作業，並與實習老師進行實習問題的研討（研討方式請自行與實習教師討論協商）。

教保專業實習作業撰寫重點與實習考核百分比

	實習作業項目	撰寫重點
作業一	每日實習工作內容說明及簽到	<ul style="list-style-type: none"> ● 注意左右欄位需相關聯 ● 本日主要工作內容 <u>請勿</u> 每日皆為重複之複製貼
作業二	實習環境簡介	<ul style="list-style-type: none"> ● 可圖示或照片呈現，須加上文字描述 ● 教室環境檢核表在劃記為×時一定要加以文字說明，在劃記為○時無強制規定
作業三	教保人員角色的省思	<ul style="list-style-type: none"> ● 請依題項誠實填答
作業四	幼兒行為觀察紀錄	<ul style="list-style-type: none"> ● 注意左右欄位需相關聯 ● 觀察記錄 <u>請勿</u> 做因果推論或個人判斷 ● 行為分析 <u>請勿</u> 過度推論
作業五	教學活動觀摩紀錄	<ul style="list-style-type: none"> ● 強調個人觀摩後的分析判斷或批判
作業六	試教活動紀錄	<ul style="list-style-type: none"> ● 教案要呼應幼兒園主題或幼兒學習重點，要先取得帶班老師同意並批改教案在安排試教，建議書寫詳案
作業七	實習日誌	<ul style="list-style-type: none"> ● 請根據省思重點描述個人觀點，著重理論與實務的結合或教學的改進，<u>請勿</u> 只抒發心情
作業八	實習總心得	<ul style="list-style-type: none"> ● 根據四項要點呈現整體實習之評估
實習考核百分比	<ol style="list-style-type: none"> 1. 出缺席與討論 10% 2. 試教 20% 3. 機構評分 20% 4. 實習作業 50% 	

【作業一】 每日實習工作內容說明及簽到

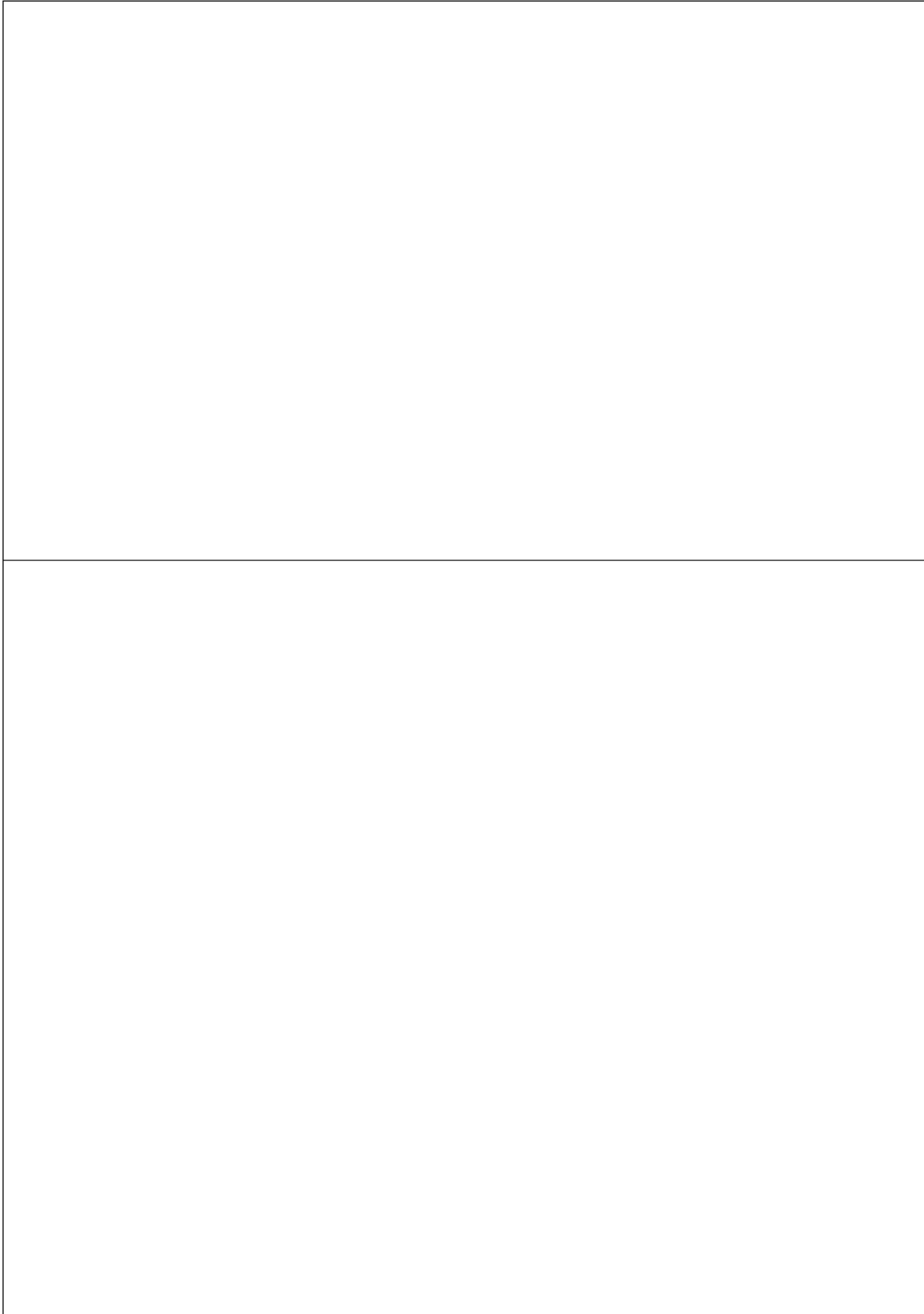
日期	我想再學習與再進步的重點 ★此欄位請同學預先填寫	本日主要工作內容	進園時間	離園時間	機構簽章
1					
2					
3					
4					
5					

6					
7					
8					

* 請依實際實習工作內容摘要確實紀錄。

【作業二】 實習環境介紹

1. 教學環境簡介：環境直接、間接影響幼兒園的教保品質，探討班級環境並加以分析有助於你對教學及幼兒行為的認識。請繪出實習班級的教室環境圖與空間規劃並做簡單的描述。

A large empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to draw a classroom environment map and provide a simple description. The box is divided into two horizontal sections by a single line, with the top section being smaller than the bottom section.

2. 教室環境檢核表

項目	檢核內容	畫記	說明
開放度	1. 教室內的動線安排妥當		
	2. 教室內有充足的空間讓幼兒自由活動		
	3. 戶外場地有充足的空間讓幼兒自由活動		
	4. 有足夠的設備讓幼兒自由使用		
	5. 教室室內或室外幼兒能自由地進出		
	6. 採用開架式的工作櫃、教具櫃		
秩序性	1. 以多元領域（例如：日常生活、感官、認知、語文、創作…等）做為空間規劃的原則		
	2. 教具的擺設依各領域性質做分類		
	3. 教具的擺置整齊有序（例如：由上至下、由左至右）		
	4. 各類教具有固定的放置空間		
	5. 教室內的動線經過設計		
真實性	1. 教室內提供的各種設備都是真實可用的物品，而不是仿造玩具		
	2. 提供幼兒照顧動植物的空間或設備（例如：室內植物、動物園、菜圃…等）		
	3. 提供幼兒觀察自然的實驗器材（例如：放大鏡、顯微鏡、觀察盒…等）		
	4. 提供日常生活中常用的物品教具		
環境氣氛	1. 環境佈置像家的感覺		
	2. 環境佈置簡潔有序		
	3. 環境佈置令人覺得舒適溫暖		
	4. 色彩搭配與選用明亮柔和		
	5. 戶外場地的規劃配置均衡（例如：動靜態區域、沙地與水泥地、日照與樹蔭…等）		
幼兒本位	1. 幼兒園中的設備符合幼兒的尺寸		
	2. 提供幼兒個人的置物空間		
	3. 教具放置方便幼兒拿取與歸位		
	4. 窗戶高度讓幼兒容易欣賞窗外的景物		
	5. 教具的設計符合幼兒的需要		
	6. 戶外場地有提供幼兒大肌肉活動的設備		
	7. 家具設備（例如：桌子、椅子…等）便於幼兒搬移		
	8. 教室內提供幼兒地板工作專用的地毯或墊子		
社	1. 幼兒園為一個混齡的（小、中、大班皆有）學習環境		
	2. 空間規劃有鼓勵幼兒彼此互動的安排		

會 互 動	3. 有提供幼兒群性活動的設備(例如：汽球傘、足球…等)		
	4. 教具與設備容易清理，方便幼兒養成使用後清理復原的習慣		
教 具 資 源	1. 同一種類教具的提供以一份為原則		
	2. 教具的設計能吸引幼兒的注意		
	3. 教具具有單一性(孤立性)的特質		
	4. 教具的設計具有自我校正的功能		
	5. 提供多樣化的教具		

【作業三】 教保人員角色省思

說明：每位教保人員選擇這份工作的機緣不同，在專業上的歷練和感受也不一樣，請透過這份自評表，檢視一下自己對教保專業的認知及角色知覺。

一、基本資料

填表日期：_____

1. 年齡：_____ 2. 性別：_____ 3. 婚姻：_____
4. 專科或大學畢業科系別： 幼保系科畢業 非幼保系科畢業：_____
4. 曾參加的專業訓練： 兒童福利人員訓練 幼教學分班 托育人員(保母)班
 幼兒園主管人員班 其他_____
6. 是否曾從事幼兒教保相關工作？
 是：年資_____年 否

二、對教保工作的專業認知

1. 你認為幼兒教保工作是不是十分專業的工作？ 是 否
2. 你認為成為一位專業的教保服務人員是不是一件困難的事？ 是 否
3. 你認為教保服務人員的專業職責中，最重要的工作是什麼？
 課程規劃及設計 幼兒行為輔導 幼兒生活照護 親職教育
 其他_____

*最重要的工作：

*說明：

4. 你認為從事幼兒教保工作最重要的條件是什麼？

專業知識及技能 教育 理念及理想 人格特質 興趣 其他_____

*最重要的條件：

*說明：

5. 你認為下列哪些特質是教保人員最需具備的專業特質？（請勾選五項，並依其重要程度排序）

人格特質	排序	人格特質	排序	人格特質	排序
1. 身心健康		7. 敬業精神		13. 樂觀積極	
2. 喜歡小孩		8. 穩定的情緒		14. 富創造力	
3. 具耐心及愛心		9. 自信心		15. 敏銳的心思	
4. 用心了解孩子		10. 幽默感		16. 誠實	
5. 好的人際關係		11. 溫暖、友善		17. 樂於助人	
6. 願意學習		12. 具應變能力		18. 其他	

*說明：

三、對自我的專業能力分析

1. 你認為目前的你是否算是一位幼兒教保的專業人士？ 是 否

*說明：

2. 與過去相比，進入二技後的你是否對個人的教保專業能力更有信心？

是 否

*說明：

3. 你所擁有的專業條件中，哪一部分令你最有信心？（A. 專業知識及技能 B. 教育理念及理想 C. 人格特質 D. 興趣 E. 其他_____）

* 說明：

4. 你認為自己 具備 及 缺乏 下列哪些教保人員應有的專業特質？

人格特質	具備	缺乏	人格特質	具備	缺乏	人格特質	具備	缺乏
1. 身心健康			7. 敬業精神			13. 樂觀積極		
2. 喜歡小孩			8. 穩定的情緒			14. 富創造力		
3. 具耐心及愛心			9. 自信心			15. 敏銳的心思		
4. 用心了解孩子			10. 幽默感			16. 誠實		
5. 好的人際關係			11. 溫暖、友善			17. 樂於助人		
6. 願意學習			12. 具應變能力			18. 其他		

5. 你認為教保工作對你來說 最容易 的部份是什麼？（教學設計、行為輔導、親師溝

通、幼兒養護、同事相處、專業成長、理想實踐等……）

* 說明

6. 你認為教保工作對你來說 最困難 的部份是什麼？（教學設計、行為輔導、親師溝

通、幼兒養護、同事相處、專業成長、理想實踐等……）

* 說明

7. 你在教保工作中是否曾獲得具體的成就感？ 是（哪方面，請舉例說明）

否（請說明理由）

* 說明：

8. 你在教保工作中是否曾遭遇十分挫折的經驗？ 是（哪方面，請舉例說明）

否（請說明理由）

* 說明：

9. 評估目前的你適不適合從事幼兒園教保工作？為什麼？

10. 你認為自己在幼保專業角色上尚有哪些需要改變或調整的地方？

～認識自己，你才知道自己能成為什麼；檢討自己，你才能變成自己想要的樣子～

▲ 與其他老師（或園長）的討論紀錄

說明：與其他老師（或園長）討論作業四內容之後，對該幼兒之行為修正看法或更深入了解幼兒行為之紀錄。

與帶班老師討論紀錄	修正看法或深入分析紀錄

【作業五】觀摩教學活動紀錄

說明：觀摩其他教保人員之一項教學活動，並針對活動過程進行觀察記錄及內容分析。

活動名稱		主領域		教學對象	
活動過程		可能的學習指標			
內容分析	<p>內容分析可包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 活動內容的設計與安排 2. 教師教學技巧的運用 3. 教材的準備及應用 4. 師生互動方式及拋話技巧 5. 幼兒的反應 6. 其他特殊表現等 <p>(上述幾點僅供參考，非標準格式，同學可自行歸納分析)</p>				

【作業六】教學活動設計及記錄

說明：於實習老師訪視時間舉行試教活動，並針對活動內容進行自我評量。

主題名稱		對象		設計者	
活動領域		時間		學號	
課程目標			學習指標		
先備能力 (或經驗)					
教學資源					
活動過程					
活動檢討與教學省思					

成長出自內在力量

—幼教老師成長的訣竅

國立臺灣師範大學家政學系 廖鳳瑞撰文

備註：本文僅供參考，繳交紙本作業時可不需列出

很多幼教老師常會抱怨，在從事幼教的幾年中沒有成長，並且把「沒有成長」的原因，歸諸於社會的不重視、專業地位低落，或家長壓力等因素，事實上，這些外來的壓力或阻力，雖然會令我們沮喪，但還不至於阻礙我們對成長的追求，個人成長大部分還是出自個人內在的力量。

我認為成長緩慢或遲滯的原因，是因為大部分的幼教老師，在受教育及就業的過程中，沒有學到如何反省自己所做的事及後果，也就是不知如何「省思」。

幼教老師有很多實務經驗，但就如杜威所說，人從經驗本身中所學到的，不如從反省該經驗中學的多，也就是說，我們有很多經驗，但如果不去思考經驗所帶來的意義、影響，經驗就無法深入、內化，進而促進成長。

相反的，如果一個人沒有實務經驗，卻只會思考，這樣的思考變容易淪為空泛或不著邊際，也不會帶來成長，因此，必須要經驗加上省思，才会有成長。

什麼是省思？杜威說「省思」指的是「把一件事情持續地在腦海裡作慎重且誠心的思考」。杜威認為，省思是一種有智慧的行為，能讓人從衝動及例行性，無思考性的活動中解脫出來，同時也能促使人去思考活動的意義，檢視他人或事情的不同觀點，再以審慎、有目的的方式行動。也就是說，經由省思，教室不僅可以知道發生什麼事、自己做了什麼，還可以瞭解是情是怎麼發生的，轉變的關鍵在哪裡，對有關人員的影響是什麼，同時也可以給自己未來的活動有所指引。

由「再經驗中」思考

以下便要介紹一套教授如何省思方法(Posnr, 1985)供幼教老師參考。

這個教授省思方法，是以寫日誌、日記或週記的方式進行，目的在協助幼教老師反省、思考教學時的行為。方法是由老師記下當天所發生的一些事情，但只詳細分析一、二件對老師有特殊意義的事件。以下詳述這套教授省思的步驟：

一・寫明日期及所帶的班級

就像寫日記一樣，日期是不可少的，班級也很重要，因為教大班或小班所獲得的經驗並不一樣，事件的意義也會有所不同。

二・簡述當天發生的事

將當天發生的事，依時間順序簡短記錄，不管當天發生的事是大是小，對自己有沒有影響，盡量將所有的事件列出。

三・詳細描述自己有特殊意義(或有影響)的事件

所謂「有特殊意義」的事，指的是該事件讓你困擾(例如，小朋友吵架後，你過去排解，卻發現小朋友越吵越兇，甚至踢起對方來，你很困擾自己是哪裡做錯了)，或該事件讓你興奮(例如看到一位兩個月來只會隨意拿塊長積木當槍的小孩，今天居然在自己的引導下，蓋了一棟比他還高的房子)，或者讓你重新思考自己過去的想法(例如以前一直都認為，老師的責任就是要教小朋友學很多認知的東西，不管他們喜不喜歡；但是最近卻常發現，當自己不教而參與小朋友的遊戲時，小朋友的學習反而比以前主動、快速)。不管在這件「有特殊意義的事件」中，自己成功了，或者失敗了，成功與否並不重要，重要的是，你從這件事裡學到東西。

選定「有特殊意義的事件」後，就要詳細描述這件事的始末、過程，就好像在回到同樣的情境，從這個「再經驗」中，可以思考自己當時的感覺與當時的想法。

領悟—成長的起點

四・分析

分析是整個省思過程中最重要的部分，在這個階段，要讓自己去思考下列幾個問題：

(1)「為什麼這件事對你而言很特殊？」你做了什麼？你怎麼解釋自己的行為？這個事件呈現了自己在信念上、行為上的那些質疑或問題？

(2)「你從這件事學到什麼？」這是省思中最重要的一步，也是成長所在，要思考這件事教了你什麼？在幼兒的發展學習、自己的教學或理念上，你得到了什麼教訓、看法？

新的領悟是一個人改變的關鍵，也是成長的起點。

(3)「你將來要如何做？」從這個經驗所學到的，要如何在未來的活動中去運用，或要如何去改變自己的行為。

向上、向前規劃

為使老師們對這個省思的方法有較清楚的認識，我以一位實習老師的省思日誌為例，加以說明。

例一・一位實習老師的省思日誌

(1) 日期與班級

日期：3月14日

班級：大班

標題：科學小組活動

(2) 發生的事

小組活動時間，有一組大班的小朋友圍坐在一張桌子旁，我發現每一位小朋友一包有各種種子的盒子，及一個有十二個空格的蛋盒。小朋友開給將種子分類放在蛋盒的格子裡，最後小朋友把想種的種子放入一個裝有泥土的紙杯子裡。另一組小朋友這時過來，我教他們做同樣

的事。

(3) 有特殊意義的事

今天並沒有那一件事引起我的注意或特別有意義，倒是我對小朋友們分種子的方法感到很有趣；除了小莎以外，其他小朋友每次都只分一種種子。

例如，他們會把所有的紅豆都挑出來，放到一個格子裡，然後再去挑另一種種子，再放入另一格。我當時並沒說什麼，但要是我的話，我會一次抓一把種子，然後把不同的種子放入不同的格子裡，再抓另一把，再放。小莎的方法與我的想法一樣，但沒有別人用這樣的方法。

(4) 分析

今天的教學結束後，我其實有點沮喪，因我真的不認為今天的活動對小朋友有多大的意義，活動老師提議的，而我也認為頗符合「植物與成長」的單元。

但我想這個活動實在很膚淺，雖然小朋友都很乖、很安靜的再分類，但我卻看不到他們臉上有喜悅的表情。

也許「分類」本身對這個年齡的幼兒是適宜的，但讓小朋友學到分類概念的方法可以不這麼呆版，但要怎辦呢？

雖然例子中的實習老師，因為經驗不足，最後並沒有想出，自己將來要怎麼作，但很肯定的是，他在這一段省思的過程中，學到許多東西，至少我相信以後，她不會再用同樣的方法來帶「植物與成長」，或者他會去問其他老師、查閱資料，然後用不同的方法、活動來帶小朋友，這就是一種成長。

如果幼教老師每天都能以這種「寫日誌」的方法省思、思考，相信不僅能更了解自己，也更能瞭解自己教學的優、缺點，更知道未來努力的方向。就是這份持續不斷的自我瞭解與向上向前的規畫、促進自我的成長與對幼教的喜樂。

紀錄讓思考更慎密

事實上，在開始學習省思時，老師不一定要每天寫省思日誌，可以在自己的心裏有所感動時(不論是快樂、痛苦沮喪，或是疑惑、氣憤)在當天找個時間省思，並寫下省思日誌。

這個省思方法的重點，在於老師必須把整個思考的過程寫下來，因為如果不強迫自己已書寫的方式，把所思考的紀錄下來，很多事情常常一閃即過，沒有在心裡留下痕跡，常以書寫紀錄思考的人也發現，其實書寫常會促進我們做更慎密的思考。

「探索中學習」的意義

當老師以第一個例子的形式，練習省思一段時日後，可以不再拘泥形式，只要寫下省思的重點(即分析事情所呈現的問題、從中學到的教訓或意義、將來要如何做)。

老師每天寫的教學日誌，內容可著重於描述當天活動時小朋友的行為、互動，

老師因應小朋友興趣、需求的行為，以及老師對當天活動的心得與檢討，這便是將省思融於日常生活中的一個方法。第二個例子是師大附幼林老師所寫的日誌。

例二：國立台灣師範大學附設幼稚園教學日誌(摘錄)

日期：八十三年十月二八日

班級：中班

是近幾天睡完午覺後，孩子便主動取出節奏樂敲打一番，幾天下來，孩子敲打得可說是了無章次，只是不斷的使樂器發出聲音，猛力的敲三角鐵、刮胡、響板、木魚，還真是令人難以忍受的噪音，不一會兒，其他孩子便嚷著「太吵了！」

今天，小錦、怡安、安安、小綠竟會圍個小圈，哼唱著兒歌，一字一字的敲了起來，剎時大家都覺得好聽極了。於是崧崧、明德也都加入，有很多人站在旁邊欣賞，口中也幫忙唱著歌，我們也不自主的跟著唱了起來，忍耐了幾天的噪音，今天卻意外的見到成果，真讓人驚訝！

很高興前幾天，自己沒有因為受不了孩子亂敲所帶來的噪音，或因為別的孩子抗議，阻止她們玩樂器。

有時，我們自認給了孩子自由探索的空間，但卻會拿各理由來限制他們的探索，我想，我們不正也是和孩子一樣，在嘗試和探索中學習嗎？今天孩子們自然發展出來的節奏感，讓我再次的體認孩子的能立及主動性，也增加了我對他們的尊重與信任，這兩天將在收集一些音樂帶，讓孩子來伴奏。

從林老師的省思中，可以看出一位在求學時期曾接觸開放式教育理念的人，如何再現實教學中掙扎，又如何從這份掙扎中去肯定開放式教育的價值，再如何更進一步的延伸孩子的經驗。從這份省思中，看得出他對自己這份領悟的快樂及所感受到的成長。

在我自己帶的實習課中，我都要求寫省思日誌，如果一個禮拜再幼稚園參觀或實習一次，就至少要寫一篇，而在師大附幼裡，我們共同以「教學日誌」的方式來從事省思，從剛開始的「寫不太出來」，到最後的「長篇大論」，我看到了學生與我們老師慢慢地在釐清他們對幼兒、對幼教、對幼教老師角色，更重要的，對自己的看法：看到他們從原來不太會表達自己深刻的一面，到不吝嗇表達自己的感受、情緒與思緒，看到他們從把到幼稚園教書當作是一種職業，到把來幼稚園當作是學習與快樂的泉源，我看到了他們的成長，現在要他們離開幼教已是不可能的事了。

參考資料

Dewey, J. (1933). *How we think: A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process*. Boston :D.C.Heath.

Posner, G. J. (1985). *Field experience:A guide to reflective teaching*. New York: Longman.

【作業七】省思日誌

說明：「請以成長出自內在力量」文中之省思日記為例，在實習的 8 天中，每天撰寫一篇省思日誌。

第一天：省思重點→對幼兒的生活照顧與輔導

日期		地點	班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天中對幼兒的生活照顧與輔導的行動中，最值得紀錄的一個事件：</p>				
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>				
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天執行了何種幼兒的生活照顧與輔導行動？有何想法？）</p>				

第二天：省思重點→班級經營與常規建立

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天的班級經營與常規建立行動中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天執行何種班級經營與常規建立行動？有何想法？）</p>					

第三天：省思重點→教學特色與課室管理技巧

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天教學與課室管理的行動中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天執行何種教學與課室管理行動？有何想法？）</p>					

第四天：省思重點→教學技巧

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天的教學行動中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的教學技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天執行教學活動的歷程？有何想法？）</p>					

第五天：省思重點→幼兒行為處理與輔導

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天的幼兒行為處理與輔導行動中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天執行何種幼兒行為處理與輔導行動？有何想法？）</p>					

第六天：省思重點→幼兒行為特質與差異

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天與幼兒（或其他人）的互動中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的欣賞與接納孩子特質技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天是否觀察到孩子表現令我欣賞的行動？有何想法？）</p>					

第七天：省思重點→與家長的溝通互動

日期		地點	班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天與家長的互動中，最值得紀錄的一個事件：</p>				
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的家長互動技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>				
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天與家長的互動行為如何？有何想法？）</p>				

第八天：省思重點→教學內容的設計與準備

日期		地點		班級	
<p>發生的事：請寫出今天一天的教學內容的設計與準備中，最值得紀錄的一個事件：</p>					
<p>對我的特殊意義（例如：在這件事情中，我發現或反省有哪些更好的或更新的技巧或者是待人處世的技巧？我從這件事情中，從孩子身上或是其他人身上，學到了些什麼？）</p>					
<p>分析與省思：可延續上述事件的分析與省思，也可寫今天一整天的省思（例如：我今天的教學準備與執行成效如何？有何想法？）</p>					

