

# 教師創意教學 學生創價學習 以學生為中心的品味教學

## 評審的話

國北教大實小可以稱得上是名符其實的百年老店，在歲月的鍛鍊下，樸素但實在。教師的教學務實，但卻能在素樸中展現創新活絡的教學內涵，並以有效的方法來展現其內涵，呈現在學生學習上的是積極正向的具體成效。

學校善於創新運用教學資源，例如將學校的工程有創意地轉化為課程，深獲親師生之認同與肯定。另耕耘精緻而有意義的境教來提昇學生的學習成效。這些教學上的優勢均奠基在學校能以豐厚而多元的專業學習活動來提昇教師的專業能力，以優質化學校的教學。學校教師已能反思自身的教學經驗，若能進一步於反思後再回饋於教學調整並持續反思，將行動研究的精髓更普遍地深藏在日常教學，則成效必然更斐然，而其過程也更具推廣價值。

tion Experimental Elementary School

國立臺北教育大學附設實驗國民小學

## 國立臺北教育大學附設實驗國民小學

林進山 林正鳳 郭明玉 吳佩琳 羅財德 郭志弘

### 團隊介紹

本方案在林進山校長的帶領下由教務處正鳳主任帶領旗下組長－明玉老師、佩琳老師、財德老師、志弘老師一同撰寫方案內容，研究處、學務處、總務處、輔導室與全校教師，針對教師創新教學，蒐集相關佐證資料與照片並協助各項的支援，共同完成此方案。

### 得獎感言

國北教實小是一座百年老校，自創校以來長期肩負教育研究、教育參觀與實習指導的重任。本校秉持以專業化的行政領導觀點，教師團隊在學校行政的完整規劃下，認為現代的「教師專業發展」應超越傳統「在職進修研習」的觀念，更是「繼續教育」的展現和「持續精進」的展能。教師專業發展的終極理想是希望透過相關制度與資源的協助，激發出教師的自我省思、研究能力與專業成長，並透過同儕的專業互動，使教師們彼此激發教育專業能力，以帶好每位學生為己任，在創意教學的歷程中，展現了「特殊性課程」、「奈米科技課程」、「工程變課程」的創意教學，而達成創意精緻教學和創價品味學習。



## 摘要

本案以【教師創意教學 學生創價學習 -- 以學生為中心的品味教學】為主題，以「專業教學成長，合作教學分享；創意精緻教學，創價品味學習；創新 e 化環境，豐富教學資源；師生關懷互動，溫馨接納氛圍；多元教學評量，學習創造價值。」為本案五大目標。並以「行政專業支援；活化教學資源；有效班級經營；教學觀察對話；教學專業社群；教學研究省思」為六大基礎，提升教師專業教學素養，

展現有效教學品質，創新教學成果，達成學生創價學習目標。

**關鍵詞：**優質學校、教師教學、國北教實小

**網址：**<http://www.ntueees.tp.edu.tw/>

# 壹、申請書內容

## 一、基本現況

### (一)、設校歷史

1. 本校創立於民國前四年，校名為「大龍峒公學校大安分校」招收台籍小學學生，民國 34 年台灣光復更名為「臺北師範學校附屬小學」，首任校長王鴻年先生於民國 35 年舉辦全省教學觀摩會，開台灣省觀摩會教學之先河，陸續舉行各科教學觀摩會促進全省教師間專業的交流。此為教學觀摩時期：開啓教師教學觀摩，促進教師專業交流。
2. 民國 44 年由譚達士校長接任，擴大舉行作文教學、閱讀指導及速讀教學研究會；民國 66 年蔡義雄校長接任，繼續辦理全省性各科教學觀摩會；民國 79 年鍾靜校長接任，辦理國民小學數學新課程實驗教學發表會、承辦全省省立附小校長主任會議，增進彼此的專業成長與學習。此為教學研究時期：進行教師教學研究，深入開發研究教材。
3. 民國 87 年黃嘉雄校長接任，辦理九年一貫課程試辦教學經驗分享發表會，全面進行教師教學檢核；90 年陳碧祥校長接任，參與教育部試辦教師專業發展評鑑方案，提升教師教學素養。此為教學專業時期：著重課程分享反思，精進教師專業成長。
4. 民國 94 年改名為「國立臺北教育大學附設實驗國民小學」；民國 96 年林進山校長接任後，除參與教育部正式辦理教師專業發展評鑑方案，更全面推動教師創意教學，透過教師多元教學風格，設計適性精緻、創意活潑的教學活動，讓孩子學習再創知識價值，豐富學習內涵。此為教學精緻時期：教師創意教學、學生創價學習—以學生為中心的品味教學。

## 二、社區環境

本校位於台北市文風鼎盛的大安區和平東路二段，緊鄰國立臺北教育大學、國立台灣大學、國立台灣師範大學等，各項教學資源豐富；鄰近又有大安森林公園、黃氏古宅、自來水博物館……等，社區資源豐富，融合學術與科技、自然與生命，是師生教學資源豐富的學校。

北小校園經過整體規劃，提供給師生良好的教學環境和幽靜的學習廊道；行政極力支援教學，使各項教學活動順利進行；持續推動校園 e 化，提高行政及教學效率，學校得以創新經營，教師得能創意精緻教學，學生習得如何去探究知識，建構知識，運用知識，進而展現創價有品味的優質學習成果。

## 三、學校規模

自民國 34 年抗戰勝利，台灣光復接收之初的 20 餘位員工，13 班的學生班長敬啓級數發展至



今 44 個班級，學生人數亦由 500 餘人增至現在的 1185 人。在歷任校長經營及領導下，全體教職員工盡心付出與奉獻教育，在日前少子化的社會結構問題發酵中，本校仍是少數公立學校學生人數額滿的小學之一。目前學校規模：

- (1) 班級數：計有普通班 36 班，特教班 4 班，幼稚園 4 班。
- (2) 學生數：學生合計 1038 人。
- (3) 教職員：合計 98 人。

## 二、優質目標

### (一) 背景分析

本校創校至今已逾百年，在大安區一直扮演著培育民族幼苗、教育專業優質領航的重要角色。近年來，在歷任校長和教職員工的努力經營下，引進家長及社區資源，將學校由具傳統的實驗小學，蛻變成高度發展的專業學校，透過教師優質發展的教學創意，使學生有高品質的創價學習，形成以學生為中心的品味教學。

本校教師教學專業發展歷程，由光復時期的「教師教學觀摩期」，迄今全面推動的「教師創意教學、學生創價學習…以學生為中心的品味教學」階段，不斷的精進學習、律動試探，促使學校「集體領導、整體帶動」，深化每位教師的教學思緒。其目的在透過教師參與精進學習社群，激發教師教學能量，優質的教師教學是自發的、內省的、整體的、全面的。

同時，輔以教師行動研究解決學校、行政或教學問題，配合教室觀察和回饋會議，提升教師教學內涵和教學品質，最後再藉由與大學合作研究教學議題(instruction issue)形成攜手計畫，促進教師教學本能，肯定自我成長。配合教育整體政策、學校行政運作及運用社區資源和教師專業承諾，以求展現學生學習表現，茲就本校教師專業發展的精進歷程分析如下：

#### 1. 國北教大實小教師教學精進歷程

- (1) 教學觀摩時期：教師教學觀摩，促進教師專業交流民國 35 年已開辦台灣省教師教學觀摩之先河，促進全省教師專業教學交流，以提升教師教學能力和教學品質，功不可沒。
- (2) 教學研究時期：教師教學研究會，深入開發研究教材在民國 44 年至 86 年間，舉凡速讀或閱讀研究會，新課程標準實驗教學發展會，皆在促進教師專業學習與成長，讓教師增能，不但改進教學，也在證明績效，並深入教學研究，開發研究課程教材。
- (3) 教學專業時期：課程分享反思，提升教師專業成長適逢民國 87 年九年一貫課程暫行綱要實施，學校以「專業發展學校，展現專業行爲，帶好每一位學生」為教育願景。更彰顯教師專業發展的啟航，不但要促進教師專業發展，更要展現專業作為，而其最終目的在帶好每位學生。
- (4) 教學精緻時期：教師創意教學、學生創價學習 - 以學生為中心的品味教學。在民國 95

年迄今，學校正式參加教育部「教師專業發展評鑑」，整體帶動學校專業發展，以「精進學習社群 律動專業發展」為主軸。至 98 學年度全校教師全部參與「教師專業發展評鑑」，藉由教師教學檔案、教室教學觀察、教師教學輔導、學年領域會議、教師週三進修、專業學習社群、攜手合作計畫、科技教學研發和行動研究團隊等實作內涵，展現專業成長，以觸動教師教學歸屬律動教師教學喜悅，進而感動教師教學價值，呈現以學生為中心的品味教學。

## （二）具體目標

本校屬國立臺北教育大學附設實驗國民小學，具有豐厚的專業基礎，在「行政創新經營、教師創意教學和學生創價學習」目標下，展現教師專業、建構以學生為中心的品味教學。

值此之故，學校透過教師教學檔案、教室教學觀察、教師教學輔導、專業學習社群、行動研究、攜手合作計畫、學年領域會議，建立激勵回饋機制，提升教師卓越專業素養；以創意精緻教學，提供學生創價學習，發展多元智慧，培養身心靈的健全發展。本著「教師創意教學、學生創價學習 --- 以學生為中心的品味教學」展現北小百年學校的專業內涵。茲就依教學素養、有效教學、創新教學、班級經營等四個面向擬訂本校教師教學的具體目標如下：

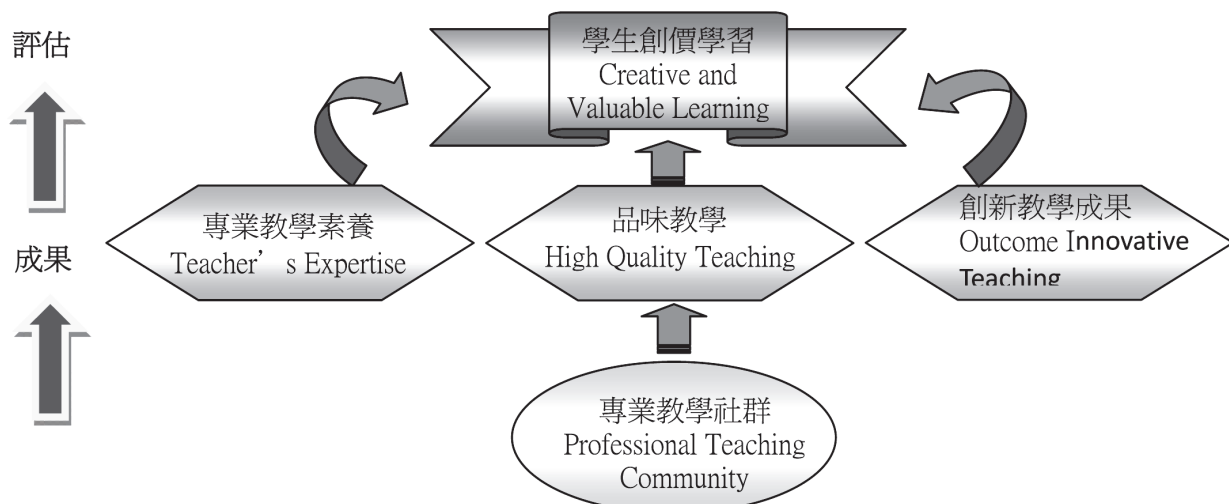
### 1. 本校教師教學的五大目標

(1) 目標一：專業教學素養，合作教學分享。(2) 目標二：教師創意教學，學生創價學習。(3) 目標三：創新E化環境，豐富教學資源。(4) 目標四：師生關懷互動，溫馨接納氛圍。(5) 目標五：多元教學評量，學習創造價值。

### 2. 本校教師教學的六大基礎

(1) 基礎一：行政專業支援(2) 基礎二：活化教學資源(3) 基礎三：有效班級經營(4) 基礎四：教學觀察對話(5) 基礎五：教學專業社群(6) 基礎六：教學研究反思。

### 3. 本校教師教學「教師創意教學、學生創價學習... 以學生為中心的品味教學」發展圖像如下：



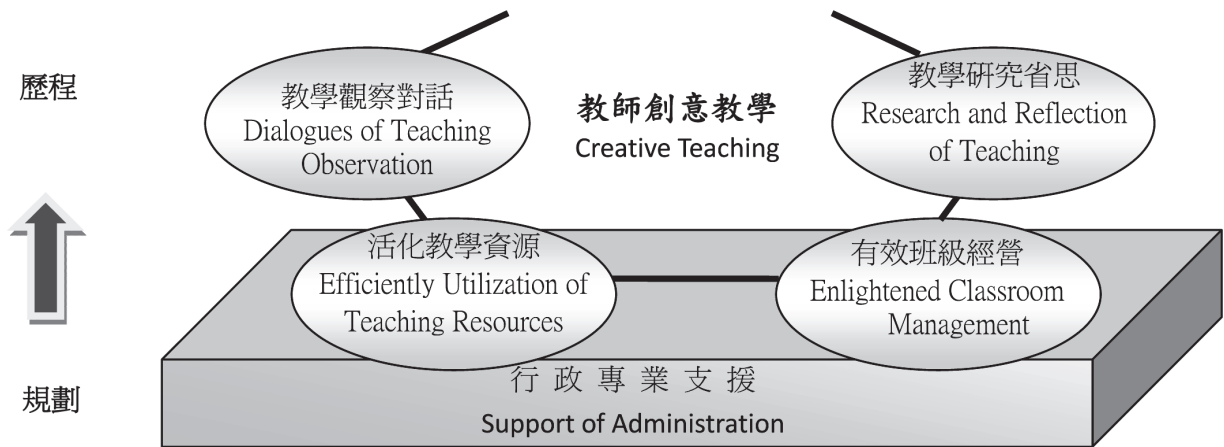


圖 1 國北教大實小「教師創意教學」發展圖像

### 三、具體做法

#### (一) 實施內容

1. 教學素養—專業教學素養，合作教學分享：教師能反思的自身教學經驗，並具有適足的教學知能與合作分享的態度。
2. 有效教學—創新 e 化環境增進教學生動活潑：能營造有利於教師教學、學生學習之教學環境並有效運用各項教學資源。
3. 創新教學—教師創意教學，學生創價學習：教師具有專業的教學能力與創新教學的素養，營造有創意的教學環境，展現創新教學成果。
4. 班級經營 --- 師生關懷互動，溫馨接納氛圍：展現系統性的班級教學經營，營造溫暖的班級氣氛。

#### (二) 創新做法

1. 進行多元融入的創意藝術教學活動：落實藝術創作教學活動，設計學年藝術教學活動，落實藝術真善美真諦，開闊心胸欣賞，展現特色。
  - (1) 設置校園藝術牆，供師生共同創作。
  - (2) 舉辦畢業美展，提供藝術展演空間。



北小藝術牆



畢業生共同創意



藝術創作與欣賞

- (3) 融入生活中的藝術創作教學
- (4) 學生參與各項藝術創作比賽，皆有優秀表現。



學生以大自然素材創作出的鳥巢



學生透過自我的創意，結合大自然素材創作出的臉譜。

### 2. 辦理兒童 EQ 情緒課程：

成立校園 EQ 志工小組，系統規劃情緒教育課程，進行 EQ 課程教學，並進行志工同儕觀課，教學前後有準備會議及回饋會議，引導志工專業成長平時 EQ 愛心志工協助輔導室提供個別、小團體等輔導工作的協助。

### 3. 進行經典教學活動：

五年級學群及二年乙班辦理溫世仁經典教學，透過經典學習傳承中華文化精髓；期末辦理「進京趕考活動」，通過會考頒發秀才獎狀。辦理親子讀經班，邀讀經志工帶領誦讀四書五經，透過親子互動誦讀，加強學童對歷史與人文的關懷。



EQ 志工團入班上情緒課程

### 4. 奈米科技融入教學研究創新教學活動

- (1) 本校自 95 學年度起，應當時奈米人才培育計北區總召集人—台大應力所沈弘俊教授邀約，開始參與奈米科技課程開發計畫：a. 探討國小奈米科技現場教學。b. 修訂奈米科技實驗課程。c. 建構國小階段奈米科技能力指標 d. 編製國小奈米科技教師教學使用手冊 e. 建置完整的奈米科技教學材料包。
- (2) 本學年已邁入第 5 年，計畫包括建構奈米課程學生學習能力指標，開發教學材料包及完成奈米教材教師手冊，達到推廣奈米融入各科教學目的。
- (3) 奈米科技融入教學社群成員每月聚會二次，研發並分享教材及設計教學活動想法與成果。
- (4) 完成教材設計會進行試教、初步修正，進行觀摩教學，修正後再逐步推廣發表，奈米科技融入各領域之創新教學活動。



皇帝和監考官準備敲鑼囉



五年級同學啓卷默寫經文

### 5. 「工程變課程」的發展性教學活動

- (1) 登月樓建於民國 59 年，也就是美國阿姆斯壯登月的那一年，依此而命名為登月樓，期

許學生在學習的歷程中，能有堅定追求理想的意念。

- (2) 為提供師生有更完善、安全的學習環境，學校於 100 年 2 月起進行登月樓改建，工程在校內，是學習的一部分
- (3) 「工程與課程結合」，以「課程引導工程，工程發展課程」為理念，締造教育與生活的結合，展現探索教育的精神。
- (4) 辦理「戀戀登月樓」徵文及照片徵稿活動。
- (5) 登月樓拆建前，辦理告別登月樓大會，做最後的巡禮歌頌，並引出新登月樓的期待，夢幻登月樓系列等待展開。

#### 6. 種稻體驗課程：

在都市裡種稻是很新鮮的事，學生在北投農會資深農夫指導下，在校園內種植盆稻，先從認識稻子的



全校師生一起見證登月樓的歷史



工程變課程

的課程開始，到放土、澆水、插秧，之後的每日照顧、觀察、紀錄，都讓學生有許多的驚奇發現；盆稻種植畢竟和真實種稻有落差，因此學生們又到關渡農地實地體驗，在農夫的示範後，實際捲起褲管、挽起袖子，走下稻田，感受田裡水的冰涼，土中殘餘稻梗的扎腳，種種滋味在學生的臉上顯現。收割日期到了，學生們學習拿起鐮刀割下自己的心血，深刻體會種稻不易，收穫困難。再赴關渡收割時，學生學著彎腰採收和打穀的辛勞與喜悅。



農糧署協助關渡種稻體驗



農糧署派員指導紮稻草人



校園盆稻欣欣向榮

## 四、優質成果

本校自創校以來，一直是教育大學附設的實驗型態小學，本校秉持以專業化的行政領導觀點，教師團隊在學校行政的完整規劃下，漸漸形成優質的專業學習社群，致力個人的專業成長，並將所得內化為個人的知識理念，進而運用於發展課程與教材，展現出高品質高效能的教師教學，以獲得學生最大的學習效果。茲就優質成果之目標達成和創新成果分述如下：

## （一）目標達成

本案校師教學的具體目標，涵蓋五個主要面向 (dimensions)，茲就這五大目標綜述目標之達成。

### 1. 專業教學成長，合作教學分享。

教師教學專業素養應涵蓋教學專業認同、教學專業能力、專業認知和專業成長。在專業認同 (PC) 應包含學校認同、教育熱忱、人際關係和品德行為。在專業能力 (PA) 應包含教學技巧、創新教學、行政能力、特殊專長、班級經營和輔導能力。在專業認知 (PC) 應包含知識學養、政策認知和教育理念。在專業成長 (PG) 則涵蓋行動研究、研習進修和著作發表。

本校在行政組織經營及教師團隊專業熱忱的努力與合作下，各方面的專業表現成績一直是持續且優良的。

### 2. 創意精緻教學，創價品味學習

「教學觀察」與「教學回饋」是教師在專業發展歷程中，最足以驗證教育家杜威所說：「從做中學」的意涵。教師可以透過「課程評鑑」的實作，提昇教師專業省思能力，更使教師具備課程檢核的能力，進而促進學校課程之發展；「教學回饋」最能貼近教師的「第一教學現場」，老師們透過這個歷程，可以從中「反思」，發現自己平時沒有注意到的，並且從彼此的教學觀察中看到自己的「盲點」，加以修正改進，更能精進其教學能力，提昇教學品質，促進學生學習效果。

- (1) 本校透過同質性、主題性、專業性、任務性、研究性、發展性和實踐性的學習社群，展現教師專才和創意教學。同時藉由行動研究解決現場教學問題，提升教學技巧，營造優質教學。
- (2) 以校內的行動研究團隊，解決教學現場問題，以校外的攜手研究計畫，開展教師研究能力，藉以提升教師專業研究能力。
- (3) 與國北教大實施攜手計畫辦理英語村教學，與世新大學辦理媒體素養種子教學，與台大辦理奈米科技教學豐富教學資源與應用，促進永續專業發展。

### 3. 創新 e 化環境，豐富教學資源。

- (1) 全校實施電子白板教學：包括所有的班級教室與專科教室、特教班 & 幼稚園，都安裝電子白板。
- (2) 結合「電腦資訊—實物投影」：每學年購置 2 台數位實物投影機，課本作業單直接投影使用，更能有效掌握教學情境和教學資源。



教師利用電子白板互動教學

#### 4. 師生關懷互動，溫馨接納氛圍。

透過有效深入的親師懇談會的辦理，班級網頁的經營，體驗活動的辦理，品德教育的學習，弱勢學童的關懷與扶助，有效經營班級是有效教學的奠基石。

- (1) 導師期望形塑的班級兒童的願景
- (2) 班級導師溝通家長自己的班級經營理念、策略
- (3) 各科教學、學生學習請家長須配合
- (4) 無空間障礙的電子聯絡簿、電子公佈欄、電子相簿，多元便捷溝通管道
- (5) 班級體驗學習活動，創造學童高峰經驗
- (6) 關懷弱勢學童學習活動，營造友善溫馨的班級氛圍

#### 5. 多元教學評量，學習創造價值

以「生活 - 生態 - 生命」的教育資源，尋求學生互動探索的價值學習，如多元社團活動藉由探索價值，建立學習信心，培育學生自我專才。教師專業成長最直接最主要的目的在於提升學生學習成效，本校教師活力充足，經營多元的教學活動，展現學生卓越的學習成效，並利用教學成果發表日、兒童朝會提供學生全方位的展演舞台。



電子白板使用教育訓練

## (二) 創新成果

本校在「行政創新經營，教師創意教學和學生創價學習」的辦學理念下，透過課程發展推動創新教學。其課程結構，以教師創意教學和學生創價學習的基礎上，研發「奈米科技教學的創意性教學」、「工程變課程的發展性教學」、「特殊性課程的專業性教學」、「教師教學評鑑的反思性教學」、「教師教學群的自主性教學」、「EQ 課程活動的系列性教學」和「教師教學展能的有效性教學」，為就其創新教學成果分敘如下：

#### 1. 奈米科技課程的創意性教學

- (1) 融入式課程 (inclusion type curriculum)

配合國小各領域課程，進行奈米科技概念融入之教學，例如：運用繪本教學將微觀、巨觀概念讓孩子體驗。

- (2) 主題式課程 (topic type curriculum)

將奈米之重要主題或概念，設計單一主題式之課程於課堂上教授，進行 2~4 節課的教學，或辦理專題演講。

- (3) 系列式課程 (series type curriculum)

針對奈米科技教育完整概念設計系列課程，運用社團活動選修專題課程形式進行一學期或一學年的課程，課程內容可包含講授、實驗、參觀、觀察、實作等多元活動設計之課程。



學生透過實際操作體驗神奇的表面積效應



實地觀察蓮葉效應

## 2. 工程變課程的發展性教學

### (1) 以建築工程轉化成爲課程巡禮

- a. 藉由本校百年紅樓轉化爲古蹟巡禮課程，透過校史室的歷史延續脈絡，讓學生習得懷舊感恩和歷史傳承的教育思維。
- b. 透過本校登月樓的建築改建，讓師生共同探究登月樓的由來，歷史脈絡和回憶想像，以激發學生學習意願。



設置校史室文化傳承



告別登月樓，感謝您從 1970 年陪伴我們到 2011

### (2) 以古建築風貌開闢藝術廊道成爲發表教學

- a. 結合百年紅樓拱門規畫藝術廊道，提供師生發表與欣賞的契機。
- b. 善用古建築的特色，讓學生學習「生活 - 生態 - 生命」的永續發展課程。

### (3) 以雨水回收系統進行自然生態教學

- a. 將行政大樓規畫爲斜屋頂並進行雨水回收系統，使建築與教學結合。
- b. 透過硬體工程變軟體課程，使學習有創意和活潑，以激起學生學習樂趣。



藝術廊道



教師解說生態池的設置與規劃

### 3. 特殊性課程的專業性教學

本校爲了提升教師教學品質和學生學習成效，特別成立「特殊性課程教學申請專案」，提供教師或學年進行規畫特殊性教學活動。同時結合領域課程的發展，讓教師或同學年可申請「專業性講師」至校進行特殊性教學，以補足在文化差異」或「專業不足」的情況下，讓全校學生皆能獲得充分的學習效果。另外，也特別編列「特殊性教學的預算」供教師申請，以求學生獲得完整性和有意義的學習。



體驗活動～口足畫家

### 4. 教師教學評鑑的反思性教學

- (1) 全校實施教師專業發展評鑑，除了「教師自評」、「觀察前會議」、「教室觀察」和「回饋會議」外，最主要是同儕教師給被觀察者的「I see」、「I think」和「I wonder」，由教師自行檢視和反思。
- (2) 教師透過反思教學流程後，重新整理有關「教學活動」、「教學技巧」、「班級經營」和「情境佈置」，然後調整教學，其目的在透過教專評鑑的歷程，進行反思性的教學活動，以提升教學品質。



觀察前會議



教室觀察



透過回饋反思自己的教學

### 5. 教師教學群的自主性教學

本校透過領域學習社群，開發研究性、主題性、任務性、專業性、實務性和發展性的學習社群。尤其各學年開創主題性教學，例如「五年級的進京趕考」，全校性「兒童讀經」。而健體學習社群，更發展其特殊性和專業性的學習社群。

### 6. EQ 課程活動的系列性教學

本校推動 EQ 課程教學係透過家長志工結合教師教學，共同開發 EQ 課程教學活動，讓親師、師生互動更頻繁，更能願意彼此尊重、傾聽對方的意見。

- (1) 透過 EQ 課程活動，營造班級氣氛，提升學習效果。
- (2) 藉由 EQ 課程教學活動，締造「正向管教 - 正向學習」的友善校園。

## 7. 教師教學展能的有效性教學

- (1) 本校每年度編列「教師展能預算」十萬元，提供教師在專業領域發表，開啓同儕同步成長機制，讓教師展現長才，增進有效能的教學。
- (2) 全校以主題性的展能方式，並以「集體塑義」分享教學內涵，班級經營技巧及批閱作業和評量方式，做為全校性有效教學之創見，進而回歸到學生有意義的學習。

## 貳、申請書特色

### 一、理念特色：專業北小

本校具有百年豐厚的專業基礎，在教學素養、有效教學、創新教學、班級經營四個面向，擬訂教師教學的六大基礎、五大目標，達成「專業發展學校，展現專業行爲，帶好每一位學生」的願景。

### 二、過程特色：創新教學

「創新教學」包括「多元融入的創意藝術教學活動」、「兒童EQ情緒課程」、「經典教學活動」、「奈米科技融入教學研究創新教學活動」、「工程變課程的發展性教學活動」、「種稻體驗課程」，引領學生進入「價值性、創意性」的學習情境，品味學習真正內涵。

### 三、結果特色：優質成果

本校在「行政創新經營，教師創意教學和學生創價學習」的理念下，建構以學生為中心的品味教學。透過課程發展推動創新教學，研發「奈米科技教學的創意性教學」、「工程變課程的發展性教學」、「特殊性課程的專業性教學」、「教師教學評鑑的反思性教學」、「教師教學群的自主性教學」、「EQ課程活動的系列性教學」和「教師教學展能的有效性教學」。

## 參、未來發展

在「教師願意教、學生願意學」的機制下，以有效班級經營、活化教育資源、及教師觀察對話和教學研究反思，形塑專業教學社群；以「彰權益能評鑑」進行「發展與界定任務 - 現況評估 - 規劃未來」三階段建構教學架構。同時依「單元目標 - 課程指標 - 融入課題指標」實施創意教學，改變教學技巧和教學內涵，讓學生透視、體認和領略不同學習領域，進而探索、思維和想像，掀起另類的品味學習。