

師夢踏實

公民教育與活動領導學系 101 級
新北市立雙溪高級中學 邱俐瑜

一、實習篇

(一) 大四教學實習

教學實習著重在教案的實踐，真正好的教案，必須注意「認知、情意、技能目標皆須達成」，不可以失衡，尤其在情意和技能部分，時常被忽略，故在設計教案時，必多加注意。設計教案的目的除了供教師本身教學使用，應該也為未來「推廣應用」而設計，故一份好的教案，是任何人看到都能教得出來的，教師之間強調互助合作，所以希望朝共享資源發展。教案並非死板板的劇本，必須「靈活運用」，在教案設計中，準備許多備案，以防不時之需，在時間控制上，置入許多時間富彈性的活動，視實際情況隨時做調整。

撰寫教案和實際上場大有不同，實際上場過程中發生許多教案中意料危急的突發狀況，有許多無法照著劇本演出的狀況劇，與指導老師和實習同儕討論後，記得迅速修正，接下來的每一堂課，都按照問題發現、檢討、修正、改善的流程，逐漸駕輕就熟，甚至可以直接從學生的眼裡，發現自己的進步。

在每一次的教學，都累積對教學場域的愛，與學生共同熱情奔放，共同自我實現，雖然並非每次都完美演出，但因為不完美而發現自己再學習的空間，過程中充斥的不是挫敗的沮喪而是進步的希望，珍惜每次教學經驗，珍惜指導老師給予的指正，珍惜實習同儕的回饋，每一次的經驗，幫助下一次表現得更亮麗。

新手教師的不同地方在於臨機應變的能力，從原本必須等到課堂結束後才能做修正，到後來在課堂中及時修正，到最後在過程中直接修正，當一位成功的老師，最基礎的訓練方式為經驗累積，經驗的多次累積，在遇到似曾相似的教學情境時，便能提取過去的經驗，迅速因應使用。

(二) 大五教育實習

教育實習著重不只在教學上，教學實習，導師實習，行政實習，研習活動都需兼顧，除此之外，學校教師的教學創新作法，教職員工間的校園人際互動亦是觀察重點，雖然只有半年期間，但片刻都需表現合宜、展現服務態度、敬業精神、積極參與、反思求知。

教學演示是教育實習中最奮力的一擊，教學演示前有一些重要預備工作，首先是教學觀摩，包括觀摩教學輔導教師、同科教師、同領域教師、其他領域教師、同儕實習夥伴；再來是教學模擬，包括教案撰寫、教具製作、試教練習、自我檢驗、行銷自己，接著就是重頭戲教學演示，做到最好、臨危不亂、感恩珍視、回饋反思。

但教學演示結束不代表可以鬆一口氣，這就像長跑耐力賽的行前賽，更大的挑戰還在後頭，帶著這次的經驗，準備好迎接下一次、再下一次的挑戰，必須不斷成長，才能正式站上講臺，帶給學生們更棒的教學。

教學演示之後，繼續進行教學觀摩不鬆懈，不斷汲取新知，提升專業知能、追求卓越。因為正醞釀著剛結束的教學演示的熱騰騰經驗，再次觀看師長們的教學，更覺得獲益良多，除了將焦點置於教學內容，更進一步觀察每位老師的教學風格，教師不同教學風格經營下，班級的上課氣氛也迥異，所謂教學是切實的「教」與「學」互動過程，在教學一來一往的互動之下，教學之美才得以體現，除了「熟悉」教學內容，更需要「精通」，教師之「專業」才能獲得，有了專業，「自信」自然油然而生，有了自信，再創造出獨一無二的教師「風格」，這是一個累進的過程，每一個步驟都必須扎實打穩才有可能晉升，苦功夫必須磨練，必須付出更多心力學習。

二、應試篇

（一）教師檢定與教甄初試教育科目如何準備？

教程學分非門檻，即使學分已經修足夠，也不因此滿足。以我要當全方位教師的心態浸漬其中，將責任轉化為使命，修起課來會覺得更充實。在能力範圍許可下，盡量修習各式教程，若實在超過負荷，亦可先向授課老師說明，經老師同意後，以旁聽方式學習。

教育實習時常有許多意想不到的事情發生，短短半年期間必須兼顧實習和讀書，很難確保讀書時間足夠，因此預先作準備是必要的，雖然會遺忘，但先將記憶存入腦中，即使忘記了仍有幫助，之後回憶起學習效率不但比較高，也能避免之後自學時，完全不知所以然的周旋苦讀無所獲。

（二）教甄初試專業科目如何準備？

依照不同學科、國高中，準備方向各有不同，以本科公民科為例，記得備課時就一併把專業科目也準備起來，一魚雙吃、一箭雙鵰，備課起來也比較起勁，教學生也教自己，疑惑的部分一定要釐清，站在臺上試教時亦比較有自信。

「凡讀過必留下筆記」，即便是簡單的摘要亦可，讓每次的讀書投入都有產出，反覆回顧自己是否真能吸收其中要點。讀書過程可以搭配一些口訣或記憶法，參考網路上資料或是自己研發，自己受用，未來在教學時亦能成為一大亮點。

（三）教甄複試試教如何應對進退？

準備試教時謹記，絕對不要抱持著僥倖的心態，根據莫非定律，沒準備到的或是準備不好的單元必抽中，試教準備時間不夠怎麼辦，建議以同心圓方式，一層一層的往上準備，先設定每單元的教學範圍，板書配置，簡單流程，簡單教案，教具，設置亮點，試教，詳細教案，錄影，熟悉...等，最好的方式還是即早準備，但是也注意不要本末倒置，筆試必須顧好，拿到入門票才有試教的機會，簡單來說門檻先跨入，試教的亮點才有機會被看見。

（四）教甄複試口試如何應對進退？

一定要清楚自己為什麼想當老師，具體來說，找到想留在教育現場的理由，且絕對是抱著比穩定薪水更崇高的理想和目標。從平常教學經驗中尋找愛與熱忱，面對教育議題，總是以正向積極的態度，好老師的氣息是培養出來的，使氣息油然而散發，不需矯情偽裝。

多多觀察教育第一現場長輩們所遇到的情況，以及其如何處理，處理過後結果又是如何，並且思考如果是自己遇到這樣的情況會如何處理，多方觀察比較，綜合出最適當且適合自己的模式，並找到教育理論作闡釋。

在教育理念中找亮點，找到自己的特色，並且清楚的定義，如果能夠結合一句經典座右銘更佳，例如：「帶一群有夢的孩子，有同理心的孩子，有實踐力的孩子，有生命力的孩子。」，並且找到相對應的具體實例說明。

（五）教學檔案瞬間產出？

平時養成習慣，隨時記錄下心得，隨時拍照，隨時整理照片，隨時分類，平時勤作功夫，不怕整理時毫無頭緒。不需要想的太困難，將其定義為教師日記，記錄下平常點滴，貼近真實。幫助未來教學，將教材歸檔，方便未來更新利用，不做白功夫。自我檢視的工具，幫助教師了解自己的教學，時時修正和調整。自我推薦的工具，凡走過必留下痕跡，將努力的成果保留。

（六）未進複試如何調適心情？

不需糾結於一次筆試而壞了準備下一場筆試的心情，心中保持著再努力的心態，並鼓勵自己一定可以在下一場筆試中通過進入複試，筆試注重的是實力累積，如果未進複試幾乎都是準備得不夠好，讀得不夠詳細，鑽得不夠透徹，再加把勁，放下遺憾，繼續念書就對了！

每個人的讀書方式不同，有些人適合組讀書會，有些人適合自己讀，有些人適合讀專書，有些人適合整理過後的筆記，有些人適合不斷做考古題，如果筆試失敗了，可以檢討是不是讀書方法不適合自己，又或只是粗心大意無關讀書技巧，若是如此，那麼則別動搖，再繼續堅持努力。

（七）備取時應如何調適心情？

準備好了就不需怨嘆，只是時機未到，再等待一下吧！複試與筆試不同，有很大的運氣成分，試教單元籤運、評審個人好惡、前後考生表現的情況等，皆有可能導致截然不同的結果，如果盡心盡力就毋須傷心自責，命運自有安排，持續努力和等待，會有屬於我們的位置，而且絕對是更適合的位置。

最重要一點，絕不喪志，老師是學生的陽光，如果自身黯淡了，將無法帶給學生希望，老師忍受挫敗的能力須強大，才能教導學生忍受挫折並積極正念。來吧，凡事最壞的打算，最正向的思考。

（八）再戰一年，選擇全職考生、兼課或代理？

不一定，依個人習性、學校性質、同事氛圍而有所不同，代理一年就考上大有人在，全職考生名落孫山亦比比皆是，只有一個原則，決定了就不要抱怨，並且預先訂好讀書計畫，讀書時間長短很重要，讀書讀得有效率更重要，另外別忘了教甄並非只有讀書應付初試筆試，在教育現場的經歷也是複試中試教、口試的一大亮點，或許在教育現場的某段經歷也能幫助在筆試時回憶，不論是哪一個選擇，用心全力付出，必定有甜美回報。

三、觀念篇

（一）珍惜生命中的貴人

一路提攜的貴人可能是親人、師長、同儕，甚至是學生，他們是人生最珍貴的資產，再多的金錢都換取不來，只能用真心一點一滴的儲存，「看背景不要看焦點，珍惜生命中的貴人」，時時滿懷感恩，刻刻惦記珍惜，上帝很公平，沒有人天生懷抱比較多的恩惠，之所以擁有都是後天珍惜累積來的，千萬別讓情緒壞了得來不易的貴人撲滿。

除了珍惜，更要懂得感恩，並期許自己也能成為他人的貴人，成為正式教師路上的成功者，往往不是選擇單打獨鬥的人，記得適時尋求資源，亦成為可供他人尋求的資源。

（二）不要怕缺少

實力備了，機緣到了，即使缺額只有一個也會是你的。一天教授來電「俐瑜妳去哪了？大家都回來練試教了，全系只有你一個人不見了！」，臺師大公領系第一名畢業，卻沒有馬上投入教甄戰場，而是跨界到臺科大數位所攻讀碩士，這個決定使我期待，卻也讓我倍感壓力，許多師長同儕並不認同，因為就讀研究所期間正好是大缺額年，許多人認為先考上正式老師比較重要，研究所之後再商討，大學剛畢業的我一心只想不夠還不夠，我要學更多，看著亮眼的榜單，既開心夥伴努力有成，卻也憂慮好景不常在。

研究所畢業後，看著銳減到較以往僅剩 1/6 的缺額，說不後悔是騙人的，但我始終相信，我可以做到，我能考上，我很感激在當時有這樣的信念幫助我成功上岸，心中的畏懼和預先否定才是自己最大的敵人。

（三）人生沒有白走的路

人生的每一個安排都有其道理，再無厘頭、再不相干、再沒邏輯的經驗，都有意義，或許在未來某個環節會恍然大悟，好險之前有過這樣的經驗，充滿驚喜的感激上天的安排。不須過於擔心，也不須過於期待，用心去經歷人生每一刻就好。

《一隻牡羊的金剛經筆記》：「遇到再倒楣的事情，裡面一定藏著一個寶物。同樣的，得到一個再好的寶物，裡面一定藏著一個定時炸彈。」有失必有得而且有得必有失，得一時便宜上帝會討回來的，失去上帝也會補償一些，所以並不需要因為一時得意或失意太開心或太傷心。好不會好到哪裡去，慘也不會慘到哪裡去，這就是人生，好不用太囂張，慘都能過得去，盡人事聽天命，不要擔心未來，上天會在適當的時機給予適合的能力去迎接適逢的挑戰。

（四）過程相同結果何來不同？

不需要羨慕別人的幸運，沒有人能瞬間變得很強，沒有人擁有唾手可得的奇蹟，都是慢慢累積訓練來的，背後的心酸不是沒有，可能只是沒看見。

過著與平凡人一樣的生活，怎麼能期待自己與眾不同；相同的人生製造過程，怎麼能期待自己特異非凡？翻轉能者多勞這句話，能力越強，責任越大？不是，應該是多勞者能，責任越大，能力越強，不接受訓練怎能有厚實有力的肩膀承擔，不堅忍付出何來甜美果實收成品嘗。

（五）將責任轉化為使命

「知之者不如好之者，好之者不如樂之者」，學生學習是如此，老師教學更是如此，教師是職業更是志業，考上正式教師不代表任務終了，如何在教育現場中保有熱情，如何莫忘初衷，如何堅持「我要當好老師！」更是一大挑戰，教師之路並非追求安逸人生之路，而是一輩子的志業之路，在設立以教師作為終生志業前，應該仔細思考與人生規畫是否契合，能否真心為孩子付出，為教育奉獻，否則入行後反而變成想放卻放不了的羈絆。

（六）臺師大是最疼惜我們的靠山

永遠記得臺師大是最疼惜我們的靠山，資源最多，人脈最廣，最溫暖的娘家，在學時期，臺師大培育我們如師，畢業後，臺師大幫助我們成師，考上教師後，臺師大風範是我們良師，一路上臺師大都是最可靠的避風港。

（七）我一定要當老師？

正式教師如果用游上岸比喻，不管用什麼姿勢都行，蛙式、自由式、仰式、蝶式、捷式、狗爬式，甚至不會換氣，一口氣用漂浮打水、水母漂、游泳圈也可以，奇怪的方法也行，漂流浮木、保特瓶、偷抓別人衣角跟著上岸，都行，也可以選擇在一個荒蕪小島暫時趴著，遠的小的，都行，再游到你要到島嶼，但或許荒蕪小島某天會變成 wonderland，離都離不開！

這說明一件事，泳游得再好、裝備再齊全、身上穿再多件救生衣，上不了岸一切免談，但一定要上岸嗎？說不定是深海魚，上岸反而活不下去，不如潛入海底找找更適合的世界！

（八）我一定要當老師！

我的座右銘，我總是這樣告訴自己：「永遠不要讓未來的自己憎恨現在的自己，永遠不要說早知道！」我珍惜把握任何學習的機會，勇敢跨出每個第一步；我也總是這樣告訴自己：「永遠要讓現在的自己相信未來的自己，永遠要說有機會！」，我相信自己，相信自己會有機會，以尋阿勃勒的教育理念，帶著教育心與愛與熱忱，期望遇見伯樂，也期望未來的自己能看見每個孩子，成為每個孩子的伯樂。

教師是職業，更是志業，下定決心，即縝密規劃，奮力一擊吧！成功後，記得繼續努力不懈，保有熱情，如果有懷抱教師夢和理想，努力吧，期待未來在教育路上遇見莫忘初衷且充滿熱情的妳／你，一起為孩子帶來愛與希望！