

# 從跌倒中蛻變：勇氣與反思，走向教甄的成長旅程

英語學系 112 級  
桃園市立桃園高級中學 彭于珊

準備教師甄試是一場需要長期堅持的耐力賽，過程中即使身邊有許多伸出援手協助的老師、共同應戰的同伴，但更長時間是個人獨自練功。每當夜深人靜或面對無數未知時，我常被孤寂和無助感壓得喘不過氣。因此，我想透過這篇分享文讓此刻可能也有所同感的你，能感受到一些同理與支持。就像有一句英文諺語說的，“A problem shared is a problem halved.” 希望我的分享能減輕一些你的焦慮，帶來片刻的溫暖，一同走過這段不易的旅程。

由於成為教師的路上，不同階段的學習都充滿著養分，本篇心得文章將會分成以下階段逐一續寫：在校修習教育學程期間、教育實習期間、代理期間、教師甄試衝刺期間，和你分享應該注意的事項以及我的心得所感。

## 一、 背景介紹

### 從華語文教學轉戰英語教學

我大學主修華語文教學系應用華語文學組，輔系英語系。修英語輔系必修課程時，我發掘自己對語言學的興趣，特別是句法學。將複雜的句型解構，從 deep structure 到 surface structure 的演變了解不同文法規則的由來，這讓我對英語學習有不一樣的想法：原來文法觀念不需要死記硬背，可以從背後的理論了解。我希望應用所學，清楚地向學生解釋英文文法，因此萌生當老師的想念。

### 持續進修：研究所與教育學程

為更深入了解語言學，研究所我就讀英語所的語言學組。兩年半的就學期間，同時取得了「中等學校語文領域英文科」和「外語群—英語專長」的教程認證。額外加註外語群的原因，就是希望往後教師甄試時能更加順利。從歷年紀錄就可以看到英文科及應英科報名人數的巨大差距，例如 113 年新北聯招英文科 425 取 13、應英科 11 取 1。而且加註的條件其實相當容易，只需要加修幾門課。因此，非常推薦現在還在修課的學弟妹們將此納入考量。

### 初探教育現場：教育實習與代理

我在母校國立中央大學附屬中壢高中完成教育實習，豐富的觀課機會、導師班參與、校內活動，讓我獲益匪淺。期間的返校座談、在校的實際觀摩、演示機會讓我更了解教師甄試的準備方向。後來得知桃園市立武陵高中徵選代理教師，在學長和老師們的鼓勵下，經歷了人生第一場的教師甄試。最後幸運的在 2 取 1 之下，成功錄取！

在此鼓勵學弟妹，實習完的下學期勇敢報名代理教師。通常下學期開的代理缺報名人數較少，因此勝算是很大的。也許你會擔憂代理工作讓自己無暇準備 3 月底開始的教師甄試，我想以過來人的經驗請你放心。實際教學給我們上台的大好機會，大幅降低緊張感，有機會修正教案設計、培養教學的時間感。這種實戰經驗是看分享、觀摩得不到的。教甄進入複試，還能在學校利用空教室練習，拜託科內老師協助看試教、行政口試。你可能會想，那筆試呢？扣除教學工作之後，每天剩下的時間不多，因此會提醒你要更抓緊時間努力準備！而且在備課的過程中，我們每天會大量接觸英文、閱讀新的雜誌文章、解題、出考卷，這些都會成為筆試的養分，加快考試時的出題速度、讓你寫申論的時候能信手捻來實際案例。最後，可能你會擔心上課時間和教甄時間衝突，事實上只要提前做好進度、有禮貌詢問學校調課安排，老師們都非常願意協助。所以，這些擔憂都可以完全拋開。**總結來說：超級推薦下學期積極找代理機會，只要時間分配妥當，對教甄準備只有優點，滿滿的優點！**

### 初臨戰場：重摔與希望

我抱持著第一年參戰當炮灰的心態，報名了師大附中 3/30 的教師甄試。和我的預期一樣沒有進入複試，但我的初試成績竟然只差通過標準 4 分，這提升了我的信心，也了解自己的準備方向、答題方式應該是對的。在 4/12 松山高中的教師甄試，我以最低分 63 分通過了初試。驚訝與感恩的馬上開始瘋狂準備教案，請託中壢高中老師們協助看試教，最後在考場抽到了我自覺有把握的課次 B4L5 Irena Sendler: A Holocaust Hero。行政口試幾乎沒有準備，許多題目都回答的很模糊。接著三天後，得知了連備取都沒有的慘痛消息。第一次的經驗重重打擊了我的信心，但很幸運地得到了非常多壢中、武陵老師們的關心，陪伴我找出缺點，鼓勵我繼續努力。**代理的好處再加一：教甄遇到挫折，可以及時找到老師請教**

之後還經歷大同高中（距離初試標準 5 分）、板橋高中（題號從第二題開始全寫錯、也沒有寫完，印象中距離初試標準 30 分左右）。接著倒數兩間 4/27 上午的基隆女中、下午的桃園高中，再次點燃了我的希望。兩間學校都幸運地進入複試，經過第一次松山高中的經驗，這一次更有方向、也正視口試準備的不足。感謝壢中、武陵老師們的協助與鼓勵，最後我成功錄取了兩間學校。

	筆試	口試	
		試教	行政
基隆女中	77	89.60	83.50
桃園高中	62	89.80	87.33

透過今年教甄的經驗，讓我體驗到重重的摔落也看到了希望。想特別跟大家分享我的實習指導老師和我說的：「**我們要有勇氣看待自己經歷過的事情，需要強心臟，需要哭一哭再回過神的堅強。只要不放棄，下一間又是一個新的目標！**」這句話當時好好的接住了我，如果你也面臨了一樣的處境，希望他能帶給你力量。

## 二、 各階段的注意事項與建議

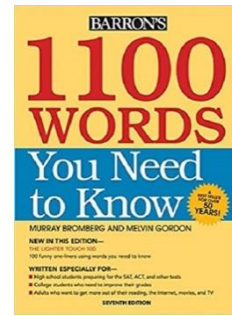
	注意事項與建議
修習教育學程期間	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 確實了解教育心理學、班級經營等概念，不僅能協助教檢，教甄申論題和口試都可以引來支持論述，讓你的回答更使人信服。</li> <li>2. 學科專業課程建議可以找到自己有興趣的方向，例如文學、語言學等，精進自己的功力同時增加亮點。</li> <li>3. 英語教材教法、教學實習等課程，關注、認真了解老師介紹的趨勢、教學法，對教甄非常非常有幫助。例如在今年的教師甄試，筆試和專業口試都有「<u>多模態 multimodality</u>」相關的問題，這是曾俊傑 老師常常提到、要我們注意的。</li> <li>4. 英語教學實習課程，確實練習寫教案的詳案。撰寫逐字稿需要花費非常多時間，但它能幫助你釐清課堂脈絡、檢視自己解釋地夠不夠清楚、熟悉課室英語、更好控制時間、降低緊張感。我在實習時準備教案都一直遵循這種方式，深感它的優點。</li> </ol>
教育實習期間	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>拿書</b>：實習期間能接觸到書籍廠商，可以詢問看看是否能拿龍騰版、三民版一到五冊用書、註冊網路帳號。今年的複試龍騰版還是比較多學校使用，但全國聯招的範圍是三民 B4，也有不少學校是兩個範圍的 B1-B5。因此最好是兩個版本都拿到，並熟悉內容。</li> <li>2. <b>觀課</b>：教學實習是我們有最多機會入班觀課的時候，請一定要好好把握。禮貌詢問科內老師觀課機會，並在觀課的時候注意各種細節，例如：單字怎麼解釋、複雜句型的引導方式、不同活動之間的連結、分組活動進行時老師如何照顧到低分組.....等。</li> <li>3. <b>教學演示、上台機會</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1 可以詢問指導老師常作為複試的課次作為選課參考。</li> <li>3.2 準備教案可以練習寫全英詳案，一方面減低上台焦慮感、另一方面增加全英授課經驗。因為複試的試教基本上都是要全英進行，我認為從實習就開始練習這個模式之後會比較輕鬆。</li> <li>3.3 準備學生回饋單，透過實際的回饋思考待改進之處。</li> </ol> </li> <li>4. <b>代課</b>：有代課機會要好好把握，即使是協助看自習，也</li> </ol>

	注意事項與建議
	<p>會有學生單獨來問問題。解題是很好的訓練，可以檢視自己的專業程度，並透過學生的回應反思改進。</p> <p>5. <b>導師實習</b>：積極融入班上，觀摩老師怎麼<u>建立班規、分配打掃工作和座位表</u>。行政口試的時候，常常會詢問跟<u>打掃相關</u>的問題，實際觀摩可以讓自己的回答有實例佐證，比較有說服力。</p> <p>6. <b>行政實習</b>：觀察學校運作方式，了解各個處室的業務指掌，有機會幫忙的時候一定要好好學習。如同導師實習一樣，要實際參與才能回答好問題，有實例回應好過「我想像的.../我看到的」。</p> <p>7. <b>把握空閒時間</b>：教育實習從八月一日開始，整個八月其實有非常多時間都可以讓實習生自習。平常沒有觀課、行政輪值的空堂，也都可以自行運用。</p> <p>7.1 <b>筆試</b>：建議你可以開始背單字、寫考古題。教師甄試的單字量龐大且艱澀，最好早一點開始背。練習考古題的摘要、申論，還可以請教科內老師。</p> <p>7.2 <b>試教</b>：和廠商拿到課本後，就可以開始準備試教教案。兩個版本各五冊，不算每冊 3 篇的 Review，總共還有 84 課要準備，及早開始為上策。可以先從較常出的 345 冊開時準備，記得一定要看完整篇課文、了解當課核心句型。</p> <p>7.3 <b>口試</b>：可以趁在校時間，請教常常擔任行政口試委員的老師。</p> <p>7.4 <b>三折頁</b>：實習期間期間可以累積很多經歷和照片，是開始做三折頁的好時機，做完還可以請教老師們。先有個架構，後續只需要在內容上修改而已。如果得知進入複試才開始做，時間很趕會非常慌張的。</p> <p>8. <b>注意禮貌</b>：實習學生入校學習會為學校帶來其他的工作業務，行政老師們需要安排實習事宜、教學和導師實習的指導教師在原先繁雜的課務及業務下，需要額外花心力指導，科內外的老師也會受到實習老師的觀課請託或請教。因此，我們一定要懷著感恩的心，把自己的事情做好，注意禮貌。這也連帶影響到之後的教師甄試，大家都希望和有禮貌、懂感恩的人當同事的！</p>

	注意事項與建議
代理期間	<p>1. <b>提早做好教學準備</b>：教師甄試考季大概從 3 月底開始到 6 月底結束，為了讓自己在這段時間能有更多餘裕準備，建議你可以把握寒暑假把一整學期的教案、講義設計好。自編講義可以找廠商直接印成一本，省去開學後的準備時間。</p> <p>2. <b>科技融入教學、議題探討、SDGs</b>：設計教案的時候，在適當的情況下嘗試科技融入、探討議題、結合 SDGs，有真實的教案設計案例、實作經驗，可以讓你在筆試的時候如虎添翼，信手捻來就能舉出好幾個例子。親身的經歷也才能夠體會到優缺點或難點。</p> <p>3. <b>練習試教架構</b>：我常在試教的時候用 <b>graphic organizer</b> 複習或引導閱讀，因此在課堂中我會刻意用當課練習。在黑板上畫出 <b>GO</b>，可以練版書、學生的回應也讓我應該如何修正。如此一來，同時完成了課程教學和試教練習。相信在這樣的 <b>trial and error</b> 下，會有進步的。</p> <p>4. <b>練習複雜文法全英講解</b>：關係代名詞、假設語氣、分詞構句等常讓學生頭痛的文法，建議可以先用中文好好的講清楚。後續再碰到，就可以練習怎麼用全英簡單明瞭的解釋文法。一樣可以從學生的反應檢視自己講的如何，逐步修正。</p> <p>5. <b>練習出題</b>：透過小考複習卷練習出題技巧，段考協同出題的時候，可以請教科內老師改進之處。另外也建議好好觀摩每次的段考卷，學習老師們的出題方式。熟悉出題之後，教甄遇到就比較不緊張了。</p> <p>6. <b>準備筆試</b>：教學工作之餘，要把握時間準備教師甄試筆試，背單字、寫考古題等。和實習期間一樣，寫考古題遇到困境可以請教科內的老師們。</p>
教師甄試期間	<p><b>筆試</b></p> <p>1. 單字：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 推薦書單：和許多學長姐推薦的一樣，我使用的是 <u>Barron's 1100 words you need to know</u>、<u>字彙的力量 1</u>、<u>字彙的力量 2</u>（如下圖所示）。</li> </ul>

注意事項與建議

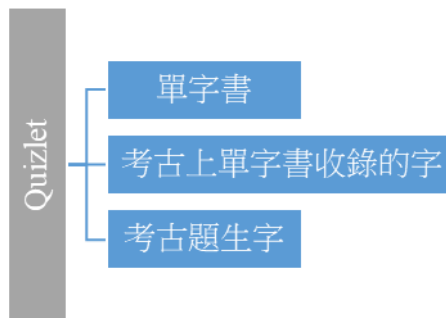
Barron's 這本每篇都有一小段文字可以看，從上下文可以推敲出字義，最後有填空練習句。頁面最下方還有 today's idiom。每週會統整當週單字讓你做配對練習，給你一篇新的文章練習填空。他的安排讓讀者可以熟悉單字使用方式，比較容易記住。



我很喜歡字彙的力量的書寫方式，作者很像在跟讀者聊天。單字不只介紹字義、搭配詞，還會點出發音常錯的地方，或是不同種人會選擇的讀音方式。此外，作者還會深入淺出地介紹一些詞源學的概念，加深我們對該單字的認識。



- 背單字神器 Quizlet: 我平常會使用 Quizlet，把每天看的單字輸入進去，用自己習慣的方式寫下定義。建議可以分成一般的單字和考古出現的單字兩個資料夾，我喜歡記下考古題上看到這三本書也有收錄的單字。訂正考古題的時候，我會再開一個資料夾，把看到的單字列入，要求自己整份試題的單字都要了解。平常有空的時候，就利用單字卡複習。



- 翻譯：有些學校的試題會有翻譯，我會依照時事整理單字表，例如 0403 的地震之後就整理了一系列跟地震相關的字彙。

	注意事項與建議									
	<p>2. 閱讀：建議可以多看科學人雜誌 <i>Scientific American</i>、經濟學人 <i>The Economist</i>、紐約時報 <i>The New York Times</i></p> <p>3. 摘要：寫 <b>Summary</b> 不需要整個重新改寫，可以簡單濃縮、改述就好。閱讀完上述推薦的文章後，建議可以練習把內容摘成 250 字的摘要，學生使用的雜誌也是很好的練習題材。另外題目有的時候會規範難度，可能要你寫成適合高一學生的程度，就要記得斟酌用字。</p> <p>4. 出題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 文意選填：可以利用寫好的摘要練習，挖出五個空格、設計題目。出題時盡量不要都考一樣的方向，可以考詞義、轉折詞、介系詞、搭配詞、文法等</li> <li>■ 閱讀測驗/混合題：可先建立一個自己常用的題庫，要有 global (E.g. What might be the best title for this article? / What might the author's purpose be in writing this article?) 和 local (E.g. According to the article, which of the following statements is NOT true?) 的問題，混合題可以結合 <b>graphic organizer</b> 或 <b>summary</b> 等等。建議出題的題庫可以參考手邊有的試卷，考試的時候有題庫好套入會節省非常多時間。</li> </ul> <p>5. 申論：常見的題目像是多元選修教案、AI 融入課程、手機使用規範等，可以整理考古題出現過的題目，確實完整寫好每一篇。教案需要設想週數、學生程度、評量規準等，其他申論題目可依循 <b>OREO</b> 寫作原則，記得舉例支持你的論述。（這個時候，實際的教學案例會比想像的好寫很多）</p>									
	<p><b>試教</b></p> <p>1. 教案：如同許多學長姊們的分享，可以拿一張 A4 紙，縱向折成三等份，再橫向的折成三等份（如右圖）。一個橫排就當作一個黑板分成三塊，這樣可以寫的字數和黑板上差不多。設計教案的時候可以寫在第一排，下面的兩排當練習邊講邊寫。</p> <div data-bbox="1129 1547 1313 1809" style="border: 1px solid black; width: 115px; height: 117px; display: flex; flex-direction: column; align-items: center; justify-content: center;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse; width: 100%; height: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> </tr> <tr> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> </tr> <tr> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> <td style="width: 33%; height: 33%;"></td> </tr> </table> </div> <p>2. 脈絡：我通常會照 review-warm up-reading-vocabulary-sentence pattern- assigning homework- review 這個順序，可以依照個人習慣調整。</p> <p>3. 內容：選擇試教段落的時候，我會盡量選擇有當課句型</p>									

	注意事項與建議
	<p>的、好畫 graphic organizer 的。建議整個課文都要清楚知道內容，以利後續作業設計，另外在專業問答時，也可能會被問到之後的課程安排。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 活動設計：可以呈現不同分組方式，交代任務的時候指示語要清楚。</li> <li>■ 單字：可以選兩個單字，用不同方式教學（synonyms/antonyms; collocation...），記得都要提供例句，可以用唸的就好。</li> <li>■ 句型：清楚說明使用方式、使用時機，可以點出常錯的地方。給出例句後，讓學生造句。可設計出錯環節，展現糾正的能力。</li> </ul> <p><b>行政口試</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 三折頁和教學檔案：可否提供 學校的簡章會寫，如可以建議準備三份左右。上面的內容都要有把握可以回答得出來，有些評審老師會問。（也因此，可以放自己有信心、想被問的主題上去）</li> <li>2. 自我介紹：聚焦教學理念、教學/帶班經驗。</li> <li>3. 口試題目：以下收錄一些今年有遇到的題目供參考 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 自我介紹</li> <li>■ 學生不打掃怎麼辦</li> <li>■ 對教務處工作內容的了解</li> <li>■ 選一份行政工作，會想去哪個處室，為什麼</li> <li>■ 你可以提供給學校什麼資源，選修課想開什麼</li> <li>■ 學生程度差異很大，怎麼辦</li> <li>■ 你對我們學校學生的了解如何</li> <li>■ 三個我們一定要錄取你的原因</li> <li>■ 分享一個最挫敗的經驗</li> </ul> </li> </ol>

### 三、 總結

成為教師是一條需要不斷耕耘、充滿挑戰的道路。還記得一位老師曾告訴我，學校錄取的不一定是最優秀的老師，而是最合適的。因此，我們只需要專注做好自己，耐心等待屬於我們的那所學校出現。祝福讀到這裡的你，未來一切順利，希望這篇分享能給予你一些幫助。

*As Winston Churchill once said, "Success is not final, failure is not fatal: It is the courage to continue that counts."*