

# 教甄之殺戮戰場-只給自己一次機會

黃品瑞

體育系 94 級

台北市立中山女中教師

## 序

師大體育系畢業的我，完成碩士學位並順利的考上了博士班，在面臨繼續升學及實習之抉擇，雖然很多師長給我許多寶貴的意見，希望我把目標鎖定在大專院校成為一個學者、研究員，但我想轉換一個環境，嘗試激發新的觀念、思維，因此，我選擇了實習，加入了現實的殺戮戰場。

在實習學校接受最嚴苛、專業的訓練，讓我在面對教甄的重重關卡有不同的心境、態度去面對，今年六月，我證明自己的能力，順利考取二所公立高中之體育教師。本文依單元的方式呈現，主要是與大家分享在教甄的過程中，自己與自己心中的喊話，在面對問題時以一個樂觀、堅毅的態度去解決，重現當時之親身經歷…。

## 單元一

### 教師甄試的目標

#### 只給自己一年的機會

經過一年實習的訓練，無非就是希望在教甄時能金榜題名，剛開始實習時，菜鳥的我與一般人一樣向有經驗的學長姐請益，相關的考試內容、方法等，而許多實習教師最常談的話題就是規劃自己的人生目標，白話一點就是「你要花多久的時間考上正試的教職？」，而學妹認真的告訴我，今年的目標是要通過教檢，代課一、二年累積經驗，三年內應該可以考上正式教職；過不久教檢結束，學妹順利通過教檢，我們又談論著同樣的話題，但他的目標改變了，他希望二年內可以考上正式教職；隨著日子迫近紛紛報考學校時，學妹又改變了目標，他說：「我希望今年可以考上正式教職，但是我沒有把握可以考上」，而在這個話題中，我的回答始終堅毅，我只給自己一年的機會，今年我就要考上正式教職！

這個想法從決定實習到考取教職始終沒變過。在實習時，我閱讀了一本書「吸引力法則」，它告訴讀者要有正面思考，便會心想事成，而這個準則也時時提醒我要有正面思維，現在與學弟、妹分享教甄經驗

時，我第一句話都會問：「你給自己多久的時間考取正式教職？」

## 單元二

### 了解遊戲規則 – 知己知彼；百戰百勝

教師甄試內容的分類方式繁多，依科別分類我報考科目屬於體育科，又可分為國、高中教師以及獨招、聯招等，每一種分類所準備的考試內容又有所不同，記得還是選手時，教練在每次上場都告訴我們，比賽就像玩遊戲一樣，要鬥智不要傻傻的打球，要去享受比賽的樂趣，而在面臨各項的考試，我遵循著教練的鼓勵，更將她的精神發揚光大，告訴自己參加任何比賽、考試，都要將它當成是一個遊戲，首先，是了解遊戲規則，並享受每一個挑戰的過程，本單元主要介紹如何準備甄試內容。

#### 國、高中體育科甄試之分析

國中體育為了解各項運動規則、基礎技能等，高中體育主要是銜接國中體育，培養自我運動興趣達到終身運動之目標，國中體育因九年一貫實施需連接能力指標，在教案的呈現方式又有所不同。國中體育教師多半採聯招；高中體育教師則是獨招，在內容方面國、高中體育教師甄試均包含：一、筆試：教育科目、專業科目；二、口試：面試、試教，其中國中教師的筆試主要為選擇題，高中為申論題，相關資料整理如下表：

體育教師甄試分析表

國中體育教師甄試	高中體育教師甄試
筆試：教育科目、專業科目 (選擇題)	筆試：教育科目、專業科目 (申論題)
口試：面試、試教	口試：面試、試教(術科考試)

### 積沙成塔，積少成多

每一個人都有自己的一套讀書方法，但原則不便的是訂定讀書計畫，而成功與否在於其執行力，在筆試方面分為教育科目及專業科目，因為教育科目對我們來說比較陌生，所以，在準備起來會比較花費時間，更要提早準備，而當我們在面對比較陌生的科目必須把握一個原則，每天都要花時間去讀，每天固定的時間讀書比起你一次讀5個小時，可是中間卻休息了3天的效果來的好，不要小看每天一點一滴所累積的力量。

### 善用你的時間-在對的時間作對的事

我在實習學校非常的忙碌帶球隊又協助行政，但每週四還是會回師大參加讀書會，很多人會問我是如何安排自己的讀書時間，我一開始也是向大家一樣非常的迷惘，有時候讀書會讀到很生氣，因為昨天念的今天就忘了，後來才發現讀書的方法錯誤，經過反省之後發現，之前我會利用在學校瑣碎的時間唸書，但發現效率很差，而且又害怕被長官嫌棄，被認為：你是來實習的還是來唸書的？之後，我都是利用2個小時以上的時間唸書，而在學校有許多瑣碎的時間，則是利用來整理金筆獎資料、教案以及備課。

### 組織讀書會-三個臭皮匠勝過一個諸葛亮

一位遠自高雄的S學妹提前一週至台北準備教甄，當時學校的業務也告一段落，所以大部份的時間我們三人(我、J學妹、S學妹)一同在圖書館K書，當大家正意志消沉抓不到題型時，我臨機一動說：「我們猜題寫完之後在一起討論」，結果發現一樣的題目，但每個人解題方式卻各有其法，並且加以討論解題的緣由，並分享大家的獨門筆記，在那短短的一週卻像是累積一個月的功力，在那當下真的有那一種三個臭皮匠勝過一個諸葛亮的感覺。

## 單元三 - 殺戮戰場

### 把四月當成五月用

新的一年開始，大家都會買新的行事曆，寫今年目標、計畫，而我今年的目標就是考上台北市公立學校之體育教師，這幾個斗大的字，就刻在筆記本的首頁，現在看起來有革命的情感，特別有感情！除了訂定新年新目標之外，在每個月我都有安排讀書計畫，每個月都會給一個標題來勉勵自己，而對我最有幫助的一個標題就是「把四月當成五月用」，許多考試結束後，很人都會異口同聲的說，如果再給我一個月的時間！如果準備的時間夠長就好了！有鑑於此，我通常會提前將既定的事項完成，再給予自己一個空間做修正，而在四月份我就將教甄的準備達到85%，到了五月份就好像第二次參加教甄，看的內容是一再的重複，不知不覺的就有一種安心的感覺。

### 我要放暑假！

準備了將近一年的教甄，終於要驗收了，首先登場的北縣高中聯招，小心翼翼的填寫報名資料，由於太多人報名了，網路還一度當機，紛紛致電給主辦單位了解報名情形，我和學妹倆每天一打開電腦就是搜尋招考訊息，而北市聯招今年也是一樣沒有缺額，讓苦讀教育科目的我頓時間無法接受這個事實，也是趕緊致電詢問主辦單位，第二階段是否會加開名額，結果當然是不會！這晴天霹靂的消息，讓我覺得英雄無用武之地，但高中獨招也在同一時間發放消息了，中山女中、大直高中、內湖高中都有開缺，剎那間太陽公公又對我微笑了，趕緊在行事曆記下來各所學校的報名、考試時間，發現都沒有衝突，心中只有一個念頭，就是你們了，我要放暑假！（如果順利考取以上的學校，在六月中旬就可以確定教職工作了）

### 第一次覺得自己好渺小

填妥報考資料趕緊至中山女中現場報名，當天我記得是一個晴朗的好天氣，一進校門口就看到前方有一排像是師大的日光大道，心中想像自己以後上課走在這樹蔭下，是一件多麼美的畫面，但好景不常，一進入報考的會場，才第一天的早上已經有將近 60 人報考，看著報考者的姓名，裡面有許多有名的國手以及學長、姐，頓時間，覺得自己只是一個無名小卒、好渺小喔，要如何跟這些前輩競爭呢？中山女中約計有 200 多報考者，大直高中約計有 100 多報考者，要在茫茫人海中發現自己的名字談何容易呢？

### 我有不能輸的壓力

在報考學校接受了震撼教育，了解現實的殘酷，在學校教授們談起教甄，只是覺得教甄不容易，但親臨現場真的有上戰場的感覺，心臟不自主的急促跳動、很緊張，但我會問自己在緊張什麼？是怕筆試？怕學長、姐？還是怕自己？最差的結果是什麼？就是沒有考上而已嘛，這個世界不會因為你考不上而停止轉動。之後，我又告訴自己，我代表的是師大體育系，在師大體育系這屆的考生中，我的學、經歷可是名列前茅，若是連我都考不上，那…，不！優秀運動員不應該有這樣的想法，面臨挑戰是愈挫愈勇，面對艱困的挑戰更應該感到開心，因為這更能證明自己！於是我告訴自己我有不能輸的壓力，除此之外，我要將自己調整到最好的狀態迎接這場戰役！我要贏得這場艱困的比賽！

### 筆試當天的呼吸急促

我永遠會記得自己第一次走進中山女中的感覺，就是報考的那一次的震撼，而第二次走進校園是參加第一階段的筆試，考場人山人海，整棟中山樓擠滿了考生，而我們一群夥伴坐在禮堂的前排不發一語，似乎大家都被這個陣仗給嚇到了，而我發現我的呼吸不自主的急促起來，我告訴自己：怎麼又再緊張了？趕快轉換心情，才能準備考試阿！我望著遠方看到學生在練習扯鈴、排球還有其他的同學在慢跑，心中不禁感到欣慰，學生自主運動這不是體育人嚮往的大同世界嗎？心中暗許，我一定要來到這個學校服務，我有好多的抱負、理想要實現，我告訴自己我一定做得到！離筆試的時間也將近了，我們陸陸續續的到中山樓準備考試，才一上樓就發現 91、92、93 級的學長、姊，還有 94 級的同學，95、96 的學弟妹，彷彿就像是師大同學會，大家齊聚一堂來參加這個盛會，

場面壯觀如同師大的體育表演會，大家加油！

### 天使報福音

大直高中筆試當天也是中山女中筆試的放榜日，那天大雨磅礴讓人心情很浮躁，而且我去考場還騎錯路，到了考場已成了一隻落湯雞，還發現自己將准考證還放在辦公桌，整個心情盪到谷底，怎麼會這樣咧？趕緊打電話尋求協助試圖解決問題，當困難在眼前，若是你只是唉聲歎氣，那危機永為不會變成轉機！順利的解決准考證的問題後，此時，心中惦記著是否通過中山女中的第一關筆試，但大直筆試就在眼前，此時，告訴自己做好每一階段應該做好的事，心無旁騖的準備考試吧！考完大直的筆試，走出考場許多人紛紛向我恭喜，說我通過中山女中第一關筆試了！哇！那種興奮是我辦到了！我通過第一個考驗了！而在隔幾天，大直高中的第一關筆試也通過了，雙喜臨門的好消息，讓我好有活力準備第二關的考試！

### 術科考試見真情

通過第一階段的考試，接下來就是接受第二階段的挑戰了，通常試教有二種，一種是有學生，另一種是自導自演，很幸運地這次的教甄兩種我都有體驗過。在大直高中術科考試又分成三階段，第一階段是試教，第二階段是口試，第三階段是術科考試，在這次的術科考試，各個身手非凡，其中令我最感佩的事，考生對考官的尊重，以及考生彼此的敬重，術科考試分別測驗籃球的五點上籃、羽球對打、游泳 50M 測驗，進入每一項考試之前考生會給彼此加油打氣，出了考場大家會毫不保留分享各自的經驗，尤其在最後一個關卡游泳，大家都拼了命的使出今天的最後一點力氣，每個人都是氣喘如牛，但每一位考生在測驗的時候，在岸上的考生會幫忙加油打氣，考試結束後，較有考試經驗的學長，帶領著大家一同向考官敬禮致謝，結束了一場很有感情的教甄，這是我第一次參加第二階段的考試，我原本以為會很殘酷，大家會把彼此當作為競爭對手而有所保留，但是，在場內彼此的關懷讓我體會到溫暖，英雄惜英雄是這次我在這個考場覺得最有意義的事。大直高中的術科考試結束後緊接而來就是中山女中了，有了一次的經驗這次考試心理就比較輕鬆，所以，我建議要多報考學校，就算是累積經驗也是相當值得。

### 工欲善其事，必先利其器 - 共通性原則

術科試教你該如何準備教具?在考場時看到五花八門的教具的確很吸引人，但是我發現太多的教具，有時讓考生準備的手忙腳亂，有時更會是想要用到教具而更改教學內容，而不是符合教學目標來準備合適的教具，建議可以將項目分類，例如:持拍類共同使用的教具、暖身共通的教具，教具不用多，而是需要共通性，也較符合現實教學場域所需。而小白板以及各種項目的場地圖倒是必備品，在講解規則、分組配置是很實用的。

### 口試之中庸之道

在口試時，其實口試委員主要是在試探你的邏輯分析、口條、對事物的看法，很多題目並沒有所謂的標準答案，而是根據你的答題分析你的思維，所以，答題時要把握一個原則- 中庸之道，對事物的對、錯，你要說明其中之利弊，而在選邊時，則是秉持中庸之道，例如:你贊成學生請產假等這一類的問題，若是口試委員所提問之問題不清楚時，你可以有禮貌的再請口委提問一次，或是重複口委的問題請問是否問題正確?，寧可清楚，也不要回答的文不對題，而許多口試的題目，都是根據你所提供的書面資料、實習各項事務等，基本上這些問題都是你親身經歷過，所以，要有撰寫日誌的習慣，練習將思維整理歸納成條列式，這些在口試時都很受用!而在口試最重要的是清楚的表達出你的看法，對自己要有信心!

### 結語

今年很幸運的甄選上中山女高的體育老師，我很感謝在實習所培養出很多實戰經驗，讓我在教甄的過程中，有充足武器可以去贏得這場戰役，其中體驗如何面對恐懼、挑戰恐懼，練習和自己對話鼓勵、激勵自我，在心靈的部份更是成長了許多。感謝實習輔導組及體育系之大五返校小組，每一個月的刺激真的很有幫助，當你想要放棄或是鬆懈的時，每個月都有優秀的學長、姐分享時教甄經驗，不斷提醒你保持動力前往專業教師的旅途。進入職場才發現是學習的開始，實習的時候可以多嘗試，不管是實習教師的八千元或者正式教師四萬多元，肩頭上的責任是一樣重的!邁向教甄的挑戰，我相信大家都可以做到!