

# Hello！明年正取榜單見！

張舒鈞

95 衛生教育學系

師大附中國中部代課老師

今年是我頭次參加教甄。以結果論，我失敗了。但我心中卻為這一段毫無畏懼、勇往向前的自己給予最高的激賞！寫下這段慘烈悲壯戰史給明年一同並肩作戰的你們，更獻給我未來的學生們！2010 年我一定要當上正式老師！

個人背景簡介：師大衛教系 95 級(現已更名為：健康促進與衛生教育學系)，畢業後小小轉行至國立陽明大學衛生福利研究所，但仍在畢業後被爸媽壓著去實習，實習學校為台北市市立信義國中實習(舊制一年)。

98 教甄戰史：台北縣聯招筆試第一名(筆試第一不代表你就上了！這句話請切記！)最終備取一(不過話說回來，健教真的少得可憐，聯招也大多是 1 個缺)。高雄市聯招通過筆試，最終連備取都勾不上(但似乎是備取 N 後一名)。桃園縣通過筆試，但複試時間與台北縣複試相衝，只能擇一囉！最終落腳處就是師大附中懸缺代理教師。

綜合以上，看得出來我似乎比較會考筆試！是因為我比較會讀書嗎？記憶力比較好嗎？其實我個人覺得能熬到教甄關卡的你，從小到大在紙筆試驗的沙場上戰勝無數多人，所以我實力不分軒輊，只是有沒有用對方法、堅持到底而已！

**首先，請先為自己訂一個『不可能達到的目標』。**請記住教甄戰上只有『相對好』沒有『絕對好』，要嘛你就努力讓你的敵手變差(拉他去夜唱、夜遊…)，但這是不可能的！因為你從來不知道你的對手是誰！！有可能是你的實習同事，亦有可能是你同窗 n 年的手帕、內褲交，甚至早已是正式老師的大學長、學姊們！也正因不能確認是何方神聖，故我們只能並肩作戰，要求自己當教甄戰上的東方不敗罷了！

**第二，要當成東方不敗前請先熟讀『葵花寶典』！**而有關於教甄的必備考典，其實只要走一趟『師大書苑』，問一下哪一本賣最好，你就會知道答案了！不過我並不覺得暢銷書就等於是聖經，套一句廣告台詞：你不懂，我覺得好的就是『明牌』！所以，請注意！問完店員後請至各套經典前好好拜讀一『翻』，感受一下哪本是你能從頭到尾好好讀完一次的。而我個人是喜新厭舊的，所以我沒有辦法一本書 K 三次，讓自己完完全全記下來，所以我的做法是，讀完陳嘉陽後就買戴帥，讀完戴帥後就轉戰歐文！所以本本通、本本不精，對於我而言這是 OK 的，但對於你而言…我就不確定了喲。

**最後，讀書計畫的擬定與執行。**其實這部分靠的不是口耳相傳的技巧、方式，反倒是反求諸己：你瞭不瞭解自己？你能掌控自己嗎？如果你是一個『場地依賴型』的人，在家中讀書才有安全感又何苦逼自己去窩在圖書館呢？所以想你先回想一下，你人生中哪一次大考的結果是你最值得驕傲的？那一次為什麼會成功，你是如何讀書的，『請複製自己既有的成

**功模式』勝過於東施效顰！**但仍有些不良習慣會阻礙邁向成功的道路，所以**適時學習**

**他人長處以修正自我缺點**仍是重要的，例如：我發覺我從小到大總是臨時抱佛腳外加挑燈夜戰型的考生(真糟糕！不過更糟糕的是，總是行得通！)，這下可慘了！教甄的筆試可不是一科、兩科，更沒有固定範圍，所以自從打定主意拚教甄的那天開始，我就知道這仗一定是『長期抗戰』，所以以前應付考試的方式可能行不通了，沒日沒夜的讀書最多只能撐個幾天，於是我就聽從過來人的經驗-開始規律運動、並進行按表操課苦悶生活，以下是我從 2008 年 12 月開始日復一日的的生活…

時間	內容	說明
07：00~17：00	學校實習	<b>實習時用心學習不要 K 書</b> 不過也有些時間是該好好利用的，例如：早自習陪學生晨讀及晚自習跟班時，就潛心苦讀(亦是身教) 小提醒：在學校若無法專心讀書，就做考題！
17：00~19：00	休養生息	<b>三餐一定要吃！</b> <b>運動！</b> (每週三、五；約學生一起跑操場) <b>適度休息</b> (實習回來吃完晚飯就有濃濃的睡意時，就去小憩 30 分鐘吧！不過一定一定一定要用意志力醒來 K 書！)
19：00~22：00	全力衝刺	我的讀書方法： 1. 目錄寫下 <b>完成時間</b> ，隨時盯進度是否落後 2. <b>瘋狂計時器</b> (開始讀書就開始計時，每日紀錄讀書時間，分分計算的紀錄！) 3. <b>一定寫筆記</b> (預防打瞌睡；一般筆記、難題題庫&解析) 4. <b>解決疑難雜症</b> (PTT、圓夢網；限時 30 分鐘)
22：00~23：30	心靈補給	<b>支持系統</b> (家人、朋友、眾神明) <b>睡前讀課外讀物</b> (請選擇能成長的書、但不造成額外壓力；小說、雜誌、銷售 TOP10 書)

其實筆試的準備方式，真的就像是八仙過海(各顯神通)，就請大家一定要找對方法(適合你的)，接著就是 Just do it！

而接下來我要分享試教、口試部分，想藉由提供我失敗的經驗，讓大家引以為戒！先提綱挈領地提出注意事項：

#### 第一：要專情

若你跟我一樣同時通過許多地方的初試，請記得不要像我一樣貪心想兼顧兩個考場而趕場(除非是相當近；而且你又是趕場老手)，因為頭一次進複試會相當緊張，又是深怕備課不足、又是不熟悉考試方式，若此時又加上趕場的時間壓力，你絕對會落得像我一樣的下場---

兩邊落空！

而且請注意各地的複試考題範圍、方式與佔總成績比重都相當不同，請權衡一下你在初試的表現與自己的特質，火力集中在某一考區吧！以下是我的私藏秘笈(98 教甄健教科考試方式彙整)，請大家參考：

縣市	初試			複試	
	教育	專業	國文	口試	試教
台北縣	20%	20%	--	30%；10mins	30%；任一版本；10mins
台南市	30%	--	--	20%；8mins	50%；康軒 1 下；12mins
台中市	20%	20%		20%；10mins	40%；翰林 1 下；15mins
高雄市	40%	--	--	--	60%；翰林 1 下；15mins
桃園	15%	30%	15%	--	40%；翰林版指定某 4 單元；15mins
台中縣	20%	30%		20%	30%；康軒 2 下；15mins

符號說明 -- 無此考科

## 第二：穩紮穩打 or 出奇制勝

在試教時到底該穩紮穩打地教完(意指出差錯但也了無新意)，或是該冒險地出奇招呢？其實各有優缺點，主要決定關鍵在於你會遇到哪種評審！考官們一定多少有些個人的偏好與主觀看法，但試教也不全然是主觀的，也有好一大部分是客觀的，也就是試教時『內容正確、流程順暢、教學完整』。

## 第三：謹慎、細心、貼心

謹慎：A 注意禮貌：進場、退場時要向評審致意

B 教具補強：基本上在考試前晚你就要做好這個動作了，但若沒有至少在準備時間(試教前當場抽題，之後會有 10~20 分鐘的準備時間)內補強完畢！所以在進入準備室時一定要帶『工具箱』

C 服裝部分：一般而言男生就是要襯衫加西裝褲(或是卡其褲等較筆挺的褲子)；女生部分標準衣著方式是以淺色上衣與深色裙子為主！但其實只要穿出去讓四、五位的現任老師評論一番(年齡最好在 40~50 歲左右)，你就會知道自己是否穿著得體。另外，若有急救部分就有教 CPR 的可能性，所以請準備一套褲裝帶至考場。

細心：A 言語：音色要清晰、音量要足夠(基本上很少人試教用麥克風)

速度不要過快(緊張時有人會越說越快)

大忌是『頓住、呆住』(也許你只是一時緊張，但考官會認為是因為你沒有記熟，或是沒有準備好)

B 姿態：表情部分，不要忘記笑容；肢體動作要適當

C 教學技巧：穿插班經於無形之間；一定要有板書、問答技巧的呈現

D 教學評量：我最常忘記評量！我想這亦是大多數考生在試教時最易遺忘的部分

E 書面：若要提供教案、學習單者，請注意書寫方式要清楚、明瞭

貼心：這部分的面向太多了，就請大家好好多想一些。但有件事要跟大家說明一下，考官們看試考一整天(如果你是較晚上台者)必定很倦，所以不要苛求他們的臉色要和善。

#### 第四：盡人事聽天命

請相信我，教甄複試是需要籤運的！若前三點你都有完美的完成，而最終結果不理想，那就好好哭一場後好好整頓自己再出發！與你們分享一句讓我受益匪淺的經典名句：業患不能精，無患有司之不明，凡事反求諸己，跌倒就再站起來而已，不要再鑽牛角尖地埋怨唷。

#### 第五：感恩惜福

雖然教甄過程不盡平順也沒有獲得最理想的結果，但現在的我，回想這一整年的努力，我仍是感到很滿足、快樂，並感恩一路上陪伴我的師長、朋友們，尤其是衛教系郭鐘隆、蘇富美老師；信義國中的李思招、王淑芳老師，還有我最愛的學生們，是你們讓我有繼續奮鬥下去的勇氣！所以，我想明年正式教師榜單上見吧！我想我一定可以的！因為教甄不為別人，只為了完成自己溫暖人心的夢想。