

成大教育輔導

教務處教育學程實習輔導室發行

88 年 6 月 1 日創刊

92 年 06 月 25 日出版

第十一期

成為「教育界的最愛」

陸偉明

從民國 84 年師資培育開放以來，我們成大的教育學程學生前三屆已有 80%、73% 及 90% 的應屆就業率。在漂亮的數字之外，我們師生更要砥礪向更多元、更精進的目標邁進，不僅讓成大是「企業界的最愛」，更是「教育界的最愛」。我個人從 92 年 2 月起，新任實習輔導室主任，我與兩位職員不斷地在「職前課程與教學」與「實習輔導」業務中，希望能提供給大家更好的服務，並與台南市地方教育能有更緊密的合作與協調。本室還另聘有兩位實習輔導老師——于富雲及董旭英老師，協助實習輔導業務。本室作為學生與實習學校的平台網路，每天受理許多電話、信函，無論抱怨、請求等各項訴求，我們都希望能圓滿處理，希望所做的一切，是朝著更好的師資培育方向去前進。

自九十二學年度起，因應新「師資培育法」的施行，本室將有組織變革與調整，將成立「成大師資培育中心」，新的

軟硬體規劃，希望能讓大家耳目一新。再來，我們也為第九屆新生提供更多的課程選擇，幫助他們準備新的實習辦法與應考資訊。同時，我們會持續為返校的實習老師與在校生規劃一系列的專業提昇。本室九十二學年度的實習輔導老師為饒夢霞及湯堯老師，他們為大家設計的活動有九月份的教師心理生、十月份的生命教育影展、視覺傳播實作課程、十一月份的學校總體課程發展研討會等。待教育部經費核定後，我們會盡快將議程公告在網頁。若有各項意見，也請多使用教育學程網頁 <http://140.116.223.233> 或 email 我本人信箱是(luhwei@mail.ncku.edu.tw)，請即時反映。我相信我們可以攜手走得更穩、更好，讓下一代的教育有更海闊天空的發展。

（本文作者為成功大學教育研究所所長兼實習輔導室主任）

目次：

* 成為「教育界的最愛」.....	1
* 教師情緒管理與壓力適.....	2
* 教學單元活動之設計.....	6
* 實習教師返校座談學長姐求職經驗分享	11
* 教師甄選之應試準備工作及口試模擬.....	13
* 關於實習二三事.....	14
* 實習教師教育實習計畫.....	17
* 教育學程學會一年之回顧與展望.....	21

發行人：高 強
指導：蘇炎坤、陸偉明
主編：于富雲、饒夢霞
文字編輯小組：林靜宜、李玖蓉
地址：成功大學光復校區東棟雲平大樓 8F
電話：(06)2757575 轉 50147~50149
傳真：(06)2763414
網址：<http://140.116.223.233>

教師情緒管理 及壓力調適¹

饒夢霞 副教授

時間：民國九十二年五月三十日

地點：國際會議廳第二演講室

主持人：陸偉明 主任

整理者：林靜宜 同學

主持人引言：五月三十日是實習教師們的最後一次返校，經過一年的實習學習，相信我們的準老師們已經準備好一切的「硬體」設備來面對未來的教學生涯。然實習輔導室仍貼心地為實習老師們邀請了EQ專家——饒老師來分享「教師的情緒管理及壓力調適」，祈使每位準老師備有最堅強的防毒「軟體」，可以悠遊於未來春風化雨的日子裡。

一、您的心理健康嗎？

以下列出七項身心健康的指標，提供各位做自我檢視：

(1)積極的自我觀念，能了解自己並接受自己。

(2)對現實有正確的知覺能力，能面對現實並可有效地適應。

(3)從事有意義的工作。有工作、動於工作並熱愛工作。

(4)良好的人際關係，能有朋友並有親密的朋友。

(5)平衡過去、現在和未來的比重。活在現實生活中，擷取過去之經驗，並策劃未來。

(6)能自我控制情緒與感受，真實且實際地感受與情緒，並恰如其分的控制。

(7)身體健康，健康的心理基植於健康的身體，方能在情感、意識、認知和行為上，運作正常。

心理健康很重要，各位同學剛結束實習且即將正式執教的未來一年的確是一個很大的「shock」，如果把青少年的兩個S用在各位身上應該也不過分，你有很大的「stress」和正在經歷一個「storm」。所以，「憂鬱量表」提到你有沒有常常頭昏、發生劇烈頭痛、出現天旋地轉和耳鳴、很難入睡、半夜常常會自己醒過來或是懶得跟別人說話，甚至是有想要自殺的念頭。如果有，我們應趕快做個別諮商與輔導。

而且我們也希望各位準老師們也可以輔導你們的學生，利用「憂鬱量表」或相關的量表來發現學生的問題，如果發現有這些現象的話就應趕快接受輔導或做一些轉介。所以，提醒各位同學出去教書後，教學成效固然很重要，可是也因為在此成果的要求表現之下而產生了焦慮與壓力。你的情緒調適與管理關係著你的身心健康，只要你青山留在，不怕沒柴燒。

你所付出的勞也要兼顧到你自己的身心平衡，以下的心理狀態也可提供各位做自我檢視：你一直覺得有壓力，沒有舒坦、你有沒有覺得你最近脾氣越來越壞，而且對週遭的人越來越感到失望、有沒有人工作得很賣力，為了興奮而工作得很努力以避免無聊，他覺得空下來不知道要做什么，這就是典型的工作狂，「工作狂」接下來的三個字就是「過勞死」、你生活中是否有些事情用盡了你的精力、你覺得和四周的人缺乏親密關係，好像大多是泛泛之交，見了面也

¹ 本文內容主要摘自「教師專業研討會暨實習教師第七次返校座談專題演講」

只是點一下頭、再者你是不是一旦拿定主意

就很因執、難以改變的人？因為固執的人通常都是EQ比較低的人，主因是他沒有空間做轉還、也較乏彈性、更覺得自己整天的作息和生命的意義都和一項項的活動相關，只要其中有一環搞砸，你就覺得很糟糕、很慘，這是理情情緒治療法中不合理信念的「災難化」「過度類化」，其實不會那麼糟糕那麼慘，你只要再加修正和調適即可。活動一定會有變化，世界上唯一不變的也是變，每天都在應變，你怎麼可能把活動安排得這麼好，息息相關然後它就都不變，所以凡事要懂得應變。另外，你一直在擔心如何保有自己的形像嗎？有的人非常在意，每天都花很多精神，給自己很大的負擔、你有沒有把自己看得很嚴重，就是非常的自我中心，什麼事都以自我為出發點。

以上的問題如果你寫了很多的「是」，那你的EQ就是比較低的，而你的壓力源也就跟著來了。所以，壓力一來受害最大的就是情緒，而情緒就分為高EQ和低EQ。所謂「高EQ」就是適應佳、較受歡迎、富冒險性、較有自信、獨立性強。這個通則適用在學生、成人，如果你自認是一個高EQ的人，你符不符合這些標準。

相對的，低EQ的人比較容易寂寞，其實獨處應該是EQ的前提，所以要懂得獨處、另外還有容易受挫、固執、在壓力下容易屈服及放棄、和不敢接受挑戰等。再加上急驚風的A型性格，所以比較容易造成自己情緒上的波動。你可以檢視一下，你有沒有因為很要求一個成就，很容易催促自己或別人，很容易不耐煩。我覺得現代人有一個基本的修養功夫：第一，耐煩；第二，耐（無）聊。接著，你有沒有常常因為別人的步調慢而生氣、你要求自己用最短的時間做最多

的事。著急會影響你的健康，人的著急是心理性緊張，但會變成生理性的毛病。你的急性子很容易傷害你的人際關係，你沒有辦法慢下來放鬆心情。其實，可以慢下來真是一種享受，不要說你沒有辦法放鬆做任何事，在於你自己要不要做。不能忍受無所事事的人也是急驚風的特色，有時候真的也可以只是放輕鬆就好。

二、情緒管理

你們如果在學校教書的話，大概最容易遇到的就是與「氣憤」的情緒，因為學生總是會讓你很生氣。對於氣憤，你最好只是表面的「怒」，不要到心裡的「動」，你只要一動氣就會傷身。你要疼惜自己，疼惜生氣中的自己，想想我這樣做會有什麼好處。然後你暫時的做一些處理，把那個氣暫時性的消掉，然後再真正的面對問題。甚至於你放慢腳步做一些深思熟慮的事情，還有平時就應該想好一萬一我生氣的時候我應該要做些什麼。

現在就針對「憤怒」和「生氣」做一些補充，因為這是你們未來在教學中最容易遇到的兩種情緒。憤怒是所有負面情緒中最具破壞力的，而且是許多衝突和不幸根本的癥結。在生理上會造成心臟血管破裂、潰瘍、氣喘、偏頭痛，甚至是皮膚的病變。在心理上，若不能控制它則將破壞人際關係。而實際上，它會破壞師生關係、摧毀婚姻，扭曲孩子成長中的人格特質。

而類似於憤怒但比較輕微的是生氣，生氣並非是理所當然的，有人說：我是女生啊！女生就愛生氣。這種說法是一種迷思，情緒本來就是學習來的。它是一種選擇與習慣，你要願意，內心才會有動機去努力消除它。而人會生氣，那是一種對挫折的反應，對被侵犯及不合理的對待的反應。若生

氣加上憤怒則記憶力、判斷力和精神集中力均會受到嚴重損害，然而要如

何冷卻你的生氣與憤怒，有兩個方法：第一，盡量壓低說話音量，如果沒有辦法，就做一些手勢或動作，例如：生氣前先握拳，然後再慢慢放開數 10 秒以後再發作，這樣發作的力道就很小了，如果有進步的話再慢慢增長時間到 30 秒。也有人說把你的手掌展開，伸直手指，你也可以學一些放鬆、冥想、打坐、瑜珈等等之類的東西。讓你自己在這個時候比較屬於「低聲下氣」型的，這樣就會吵不起來，你的氣就會比較發不出去。

第二，你可以用比較認知的方式，你試著延緩你的發怒，你試著用你的認知學習控制。告訴自己：我發怒，事情就可以解決了嗎？我贏了面子卻輸了裡子，我已經破壞了我跟他的關係。所以，怒火上升前的 10 秒鐘是關鍵期，一旦過了，怒氣常常可以消弭。然後下一次再延緩到 30 秒，以後不斷加長。

其實，這要告訴各位的是高 EQ 會帶來好心情。有幾個小秘方和各位分享：1. 每天起床必做大笑早操，讓自己每天都活在當下，2. 自製音樂急救箱，把你自已喜歡的音樂通通收集在一起，心情一不好就去放這些音樂，3. 三八快樂處方，一天三次，一次八分鐘，做自己喜歡做的事。有一段專屬於個人的快樂時光，例如：看看笑話、聽聽音樂、看看一些老照片...4. 設計自己的創意日，每個月一次，例如：不說話日、不戴錶日、睡衣日、騎腳踏車日、...，5. 製造睡前的乾淨心靈。

另外，對情緒我們也可以換個角度用對比法來看，比方說：外在的刺激給你的是生氣與攻擊的感覺，可是你可以把它想成我就是要用很平靜很平街的態度來看待它。明明對別人是

一種壓力感的事情，我就要用一種悠遊的態度放鬆。明明別人看起來就是一種敵意與競爭，我卻可以做一些讓自己自我滿足的事。所以，我們如何去控制或掌管我們的情緒，有四個重要步驟：第一，請你承認你現在就是有這種情緒。是的，我現在就是生氣。不必否認，因為否認就是強顏歡笑，那一定會傷身的。所以在不傷害自己也不傷害別人的情況下，就承認這種情緒。第二，去體會這種感覺，自我內言。為什麼我會有這些情緒，我現在為了什麼生氣。第三，就是理解，去理解自己的情緒，然後就會有兩個字出現——「難怪」。甚至你會透過自我分析而做到同理同情，下次再如此，你會知道為什麼會這樣，你該如何做。透過這一連串的訓練過程，最後你就懂得如何去調整，調整你的生理與心裡。

三、教師的壓力管理

壓力管理用在老師身上特別要跟各位提醒幾點：

教師的生涯有四個階段，我們稱為起、承、轉、合。「起」就是現在各位的準備期，你們的實習，而其中有一連串的嘗試錯誤。「承」就是勝任期，也就是你剛進入學校的這頭幾年，正式老師的前三、五年，你要勝任愉快，你要順手有成，你要好好準備教材，你要接受任何的考驗。「轉」是高原期，你可以獨當一面，甚至學而優則仕，你可以出來做個行政小主管。你開始在尋找生命和工作的意義，你可能會厭煩成或退縮，因為獨當一面的壓力很大。甚至於有人會辭職，但是若克服了，就會有所創新而變得更好。「合」是退休期，天人合一的成覺，但是仍有任務在，就是提攜後進。

所以，老師的生涯會有以下五點的困擾：第一，你如何在感情生活與

自己的工作之間取得平衡感。第二，你會不會覺得教育工作一成不變。如果你可以發展一些新領域和新的興趣

不知多好，所以，各位要做好時間管理。頭幾年先不要花太多心力在發展新領域或新興趣，開始時先把自己份內事做好，等到已經很勝任了，行有餘力時再去開發第二專長的領域。第三，請你要接受也要調適將來你出去所要面對的社會，因為你可能要自己去創造一個自己新的社會角色，不同於過去實習老師的角色。第四，請你認清老師的生涯有它的獨特性，你所接觸的都是學生，你教第一年被叫老師，當你教 30 年時還是被叫老師，所以你要尋求適當的對策來加以變化。第五，你要如何在教師生涯中配合自己的生活步驟與情緒管理，然後去追求自己幸福美滿與理想的人生。

所以，對教師生涯我們希望各位可以自己設定自己的生涯目標，認清自己現有的條件和能力，發揮自己的潛在能力，掌握自己的機緣並用心經營生活，努力促進身心健康。

而從老師的生涯去看壓力和情緒的調適一事上，在此給各位一些意見：

佛家說不要貪、瞋、癡，「貪」就是對自我太執著，「瞋」就是你對環境也太執著，「癡」就是你不能覺悟。所以，面對自己的痛苦時要採取實際的行動，找到自己原本的面貌，活出真實的你。你的特色就是你，沒有人可以取代，沒有人可以拿走。所以你要竭盡所能的利用機會去體驗生活的每一面，讓你的生活如眼前的活水，源源不絕，每天都期待遇見新鮮事。最近我看見阿勃樂花開得好漂亮，還有我家附近有一種紫色的小花也開得好美，我隨身都帶著照相機，想如果看到就把它們照下來。那是一

種感動，生命中需要感動，所以訓練自己分分秒秒的敏感度。

另外，我記得有位校長告訴我現在的老師都是關起門窗在教室裡面做皇帝皇后，他們都各做各的，不管外面，不配合學校的政令，也不配合行政。所以，保持一個老師的彈性和動態成是很重要的。希望你們可以在困境中和障礙中得到自我探索和自我了解，接納它和調整它，使能夠達到一個新的平衡點。另外，時間管理是調適壓力的最重要措施，如果你們可以駕馭時間，那你就可以駕馭自我了。也請各位不要怕挫折，正視你們挫折的來源，如果時間不夠用，就請調整時間。隨時用客觀的態度來看待生活中的點點滴滴和突發的事件，不要被它打敗了。我想 EQ 就是訓練我們的意志力，還有訓練我們的堅持度和忍耐力，學習等待等等。

最後，和各位分享一個理想教師的形象：你的眼睛要悲智，是看得到任何人優點的雙眼，每一個學生都有優點。你的鼻子要敏銳，分辨得出來何時該介入，何事不必多管。你的脖子要夠長，不但是愛吵的有糖吃，也要看見那群沉默的大眾，因為大部分的學生還是蠻沉默的，要看到他們的需求並關懷。你要有可靠的防水墊肩，這個學生哭完了，下一位還可以來哭，因為是防水的。所以讓學生覺得你是一個可靠的人。你要投入教育的工作，就表示你有一顆可以包容萬事萬物的大心。還有同理心，你們可以共穿一件衣服，學生是大號的，我們就用大的 size，學生是小號的，我們就用小 size。一起分享苦樂及秘密的雙肘，和學生培養幽默感，輕輕碰觸你和學生之間了然於心的超級秘密，都無須言語，那是一種默契。還有一雙堅固的腿，可以幫學生支撐麻煩事，學生需要你時，你就站在那兒，因為他們有了麻煩。

如此一來，你肯定會是位稱職教師，而且是深諳情緒管理與懂得調適壓力的高EQ老師。
祝福你們，ALL OF YOU！！

教學單元活動設計²

于富雲 副教授

時間：民國九十二年五月三十日

地點：國際會議廳第二演講室

主持人：陸偉明 主任

整理者：林靜宜

主持人引言：為輔助各位準老師們在未來的應試歷程中皆能過關斬將，順利地取得正式教職，實習輔導室也細心地為各位特地邀請教學設計高手——于富雲老師，針對「教學單元活動設計」之主題做專題演講，祈使每位準老師在即將來臨的大小甄試中，皆可從容不迫的設計出一份俱全且符合教學原理的教案，並將此重要技能活用於未來的正式教學生涯中！

動動腦時間

仔細論之，今天的主題對在坐的各位準老師而言，應該是再熟悉也不過的課題，從在學時期分科教學教法的一系列實習課程，加上過去這一年分派在各校的實地教學實習，大家應該有無數次思考與演練教學活動單元設計的經驗，故我將今天講演定位在提供各位一個經驗彙整與重整的機會，此外，也希望藉由一個模式的提供，讓大家有一個較具理論基礎的擴充空間，讓依循著格式的教學設計歷程中，仍允許你有個人創造與特色發揮的設計。

在針對今天的主題作介紹前，請大家先思索以下的問題：

Q1：有沒有所謂的制式、標準設計格式？

Q2：一般常見的教案設計中，有哪些設計要元是教師在教學進行前可先行勾勒與設想的，以期未來教學進行過程能更平緩與更有效？

Q3：在眾多可規劃與設計的教學要元中，有無最基本、必須一定要涵蓋的設計要元？

Q4：如何有效的整合與呈現各教學要元？

一、教學單元設計可包含的要元

參閱研討會手冊中老師所提供的各類教案範例，即可見教學單元活動設計是沒有所謂的標準設計格式的。根據設計者個人教學理念與偏好，每份教案強調的部分與包含的部分皆不盡相同，呈現方式也大相其趣，可能是表格式地將精要內容呈列，也有以分層項目方式將重點內容直接陳述的。

到底有哪些教學要元是可以在教學設計之前先擬定的，也就是說如果我們要做一個詳盡版的教案設計，除了單元名稱外，還有哪些要元：

1. 學科領域／科目：教案上除了將教學單元的名稱或主題直接標明清楚外，此單元到底是隸屬哪個學科領域或者科目之下也可一併註明。舉例來說，如果我們今天介紹的是台灣的河川，那它可能就是屬於社會科領域的地理。將教學單元的上層課程資料結構提示應較有利於學科內各知識主體間的連結與整合。

2. 教學時間／授課時數：此教學單元的約略教學總堂數、或總時間數估算。

² 本文內容主要摘自「教師專業研討會暨實習教師第七次返校座談」專題演講

3. 教材來源：此單元主要教科內容的參考資料究竟是南一版、康軒版、國編本或其他來源，註明其來源將有助於往後教材資料的更新或查詢。

4. 單元概要／教學重點／教材分析：這部分可詳盡或簡略處理，但至少需將單元內主要涵蓋的內容與所包含的各子題介紹。此外，也可以進一步針對教學編排或進行的方式做規劃，並將上課時應特別注意的要點標明出，甚至將此教材重要相關的原理與概念點出。以附件中高一音樂課的教案為例，教案中明白道出此曲目特別強調四分之三拍的運用，此外，教案設計者提醒老師教學時，應要特別注意音準、咬字等各點的指導，並進一步細部分析此曲目為四分之三拍C大調，最高音域和最低音域為何，旋律有哪些拍子哪些調半音等等。教材分析實可以把教材內容和所屬學科主題的關係做好連結，讓教師或學生了解其定位點，這樣的分析與提示將有助於未來學習的轉化與遷移，輔助學生在遇及其他類似類型的主題時也能舉一反三，有較整體的了解。舉例來說，國文科針對李白的靜夜詩教學，學生也應能了解五官絕句與李白的一般作品風格。

5. 適用對象年級／階段：一般教案設計者只會標明此單元所配合教科書特定冊數內的特定課數與年級數，建議教師可以將之調整為此單元可以適合的所有對象，而非依據教科書編排的順序來走，以擴大此教案的使用時機。以輔導領域論之，國一、國二或國、高中教育階級的標明就相當合適。

6. 相關領域／議題：此單元與其他相關領域或六大議題間的關係直接標

示，以突顯跨領域與學科整合的教學單元。

7. 學習者背景分析：這個部分可以巨細靡遺，舉凡學生的性別、喜好、相關經驗、態度、學習動機、智能差異與分佈概況、學習成就、曾修過的課、認知風格、學習偏好等等皆可為分析的標的物，唯在教案設計中，教學設計者會比較強調學習者先備能力的分析（prerequisite skills analysis）先備能力意指與教學主題的學習有非常密切的關係，必須是須先習得的技能，以作為標地能力的重要學習基石。同樣的，以附件中的參考教案為例，針對國二理化科原子量、分子量和莫耳的單元來說，此教案將第七章第三節和第八章第一節的內容定為先備能力。提醒各位，比較明確的先備能力撰寫方法是直接用能力指標或行為目標的轉寫方式，而非主題的標示。

8. 教材／教具／媒體：輔助教學實施所需要的硬體設備與設施，以及搭配硬體使用的必要軟體與其需求格式。

9. 教學實施場地需求：單元實施時場地的限制，燈光設備、座位安排、電力等等。

10. 教案關鍵字：現在教學較注重協同教學的理念，針對單元設定關鍵字，將有利於教師間的交流與教案檢索。

11. 教學時程安排：在授課總堂數之下，如何區別不同的教學目標或教學主題在哪些課堂內來涵蓋所做的事前規劃。

12. 教學方法。

13. 教學目標。

14. 教學活動流程。

以上所討論的是詳盡版的教學單元設計要元。理論言之，可以根據個別教學設計者的需要為限延伸，然而，實務論之，這樣巨細靡遺的設計方法實在窒礙難行。所以，進而建議教師應把握基本教學要元的設計，以求教學有效化的實踐。在此以教育部針對九十二學年考入教育學程的學生取得合格教師的必要檢核考試科目之一——教學單元活動設計的規定內容，介紹於下。

二、教學單元活動設計之基本單元

按照教育部規定，學生應考時需依指定主題編寫教學活動設計，而其中所要包含的教學單元設計基本要元應包含教學目標、教學過程及內容以及教學資源等三大部分，茲針對各點簡要介紹。

1、教學目標

教學目標一定要在教學設計之初就先擬定好，這樣學習才具方向性，也就是說所有的教學活動，包括：教學方法、核心教學內容、內容順序編排、評鑑方式與內容等皆應以教學目標為主要依歸。此外，還應注意以下各點——

- 行為目標的撰寫格式：運用能力指標、具體可觀察到的行為字眼，例如：計算、寫出、說出、設計、撰寫等，避免解析、掌握、感受等難明確評鑑目標達成與否的字眼。
- 兼顧認知、技能、情意不同領域。
- 多層能力的同時看重：除了各領域的兼顧，也應注重學生在每個領域內各階層能力發展可能，舉例來說，在認知領域中，你不要只停留在知識層面，盡量提升到分析、綜合、評鑑等高認知層面。

- 單元目標和具體目標的相互呼應與配合。

2、教學過程及內容

教學過程及內容主要涵蓋四個部分，分別為準備活動、發展活動、學習活動、綜合活動。此四部分是有程序性的，先準備活動再發展活動再學習活動，最後是綜合活動。

(1) 準備活動

準備活動包含哪些東西？多數老師會將備課或是教師課前教材、教具的準備以及學生課前的預習當成準備活動的核心，事實不然。準備活動，就理論面論之，應是強調學生與教學內容互動前的心理準備(mental readiness)，亦即學生是否準備好處理即將要呈現的訊息內容。針對此，引起動機、教學目標告知以及類化經驗(prior knowledge)的提示皆佔有舉足輕重的地位。

學生開始進入課程的核心內容前，如何利用短短的幾分鐘，運用相關性(relevancy)、意義性(meaningfulness)、挑戰性(challenge)、觀念衝突(conceptual conflict)、控制(control)、新奇(novelty)、認知不協調(cognitive dissonance)等策略來引起動機，吸引與維持學生的注意力，進而告知此堂課的主要教學目標和其他相關之類化經驗，學生才會有較充足的心理準備，處理接下來所接受到的外來刺激。此外，以文字條列式或圖形、流程等方式呈現此單元的教學大綱、與其他課程或單元間之關係、或此堂課的教學流程等策略，也都應有利於學生的心理準備。

(2) 發展活動

發展活動應涵蓋教學內容的呈現 (information presentation) 以及學習輔導 (learning guidance) 兩部分。一般老師在上課時可能完全是以教科書為依歸，不過一個有經驗的老師會針對比較複雜或學生學習比較有困難的地方，提供他們操作說明、檢核表、流程圖和圖畫等的學習輔助。任何學科領域都有學生「必背」的知識，但往往學生在這個記憶的過程中就會遭到許多的挫折或無助感，建議老師適時運用記憶術 (mnemonic)，幫助學生此類任務之達成。例如：八國聯軍的國家，

俄、德、法、美、日、澳、義、英，利用記憶術則可為「餓的話每日熬一鷹」。如此，學生在記憶的過程中不但會覺得比較有趣，記憶的效果也往往來得較持續與長久。此外，發展活動的設計應同時注意到以下各項：

- 教學目標、教學內容、教學方法以及評量方式等要元間一定要符合一致性 (coherent & consistent) 的原則。
- 教學方法多元化，演譯與歸納的交互運用：教學的實施不要只用單向的講述法，可能的話參酌一些其他的教學方法，如講述、討論、角色扮演、實驗、辯論、參觀旅行、影片欣賞、訪談、調查、團體作業、成品設計與製作、示範等。然而教學方法的選取應符合有效達成教學目標及足夠的教學資源條件兩項考量因素。
- 評量方式多元化：紙筆測驗、實作評量、軼事紀錄、口語評量、檔案評量、遊戲化評量、動態評量等皆是可考慮運用的評量方法，唯仍與教學方法的選用一樣，一定要謹慎評估此方法的適當性，確保此評鑑

方法是教學目標達成與否以及時間和場地限制下的最佳方式 (optimal method)。簡言之，多元化與活潑化的目標很容易做到，但適切性與最佳性的目標才是身為教師期欲達到的境界。

(3) 學習活動

在我們所見的許多範例中，似乎都沒看到過以學習活動為標題的設計。根據參考文獻推敲，我歸納了兩種可能性：第一是指蓋聶教學模式下的練習與回饋要元。第二是教學活動的相對應概念——教學活動強調教師的行為與活動，而學習活動則是強調學

生的行為與活動，這部分還有賴往後教育部更明確的說明以更明朗化。

(4) 綜合活動

綜合活動大致可涵蓋六部分：1. 經驗整理，一個單元可能會涵括好幾堂課，所以有必要在最後一堂課時幫學生做個總整理或總結。2. 強化效果，通常是在總結部分針對學生比較容易混淆的地方做重點的強調，或是常考題補充。3. 擴充效果，就是蓋聶的遷移效果，讓學生知道今天所學習到的技能還能如何應用於生活或其他的情境中。此外，礙於教學時間有限，在課堂上可能只能鎖定認知層面的習得，也可利用此階段讓同學利用活動擴充情意和技能的目標。4. 綜合評鑑，偏向總評量性質。5. 補救教學，根據評鑑結果來針對需協助的學生做個別教學與能力增進。6. 作業指導，讓學生進行複習或預習的活動，

這六項活動皆應視教學目的而定，選擇合適的活動加以融入，並非缺一不可。再者，雖較常見的綜合活動為整理經驗和綜合評鑑，但只要教學時間許可，還是可以顧及其他四

項。最後，綜合活動內的活動也不是一定都要由老師主導，舉例而言，總結部分讓學生來做，或以其他多元方式代之，利用活動、問答、遊戲、...等方式來進行，擺脫傳統教師為主、一定要用說和寫的方式，效果可能更佳。

3、教學資源

教學資源包含有參考書籍、網路資源、教具或任何媒體、軟體（錄音帶歌曲）...等等，以配合教學目標之需要，輔助學生對課題的理解與學習。

謹在結束之前，提醒同學以下注意事項。

第一、教學單元設計時各基本要元應

具全。

第二、基本要元是針對一個教學單元設計而言，而非每堂課皆須具備所有的基本要元，亦言之，如果你的單元只有一堂課，當然所有的基本要元都應呈現，然如果你的單元需要好幾堂課，那就不一定在每節課內皆可見到所有的要元。例如：學習動機一般多會在單元開始的第一堂課營造，而教學內容、學習輔助、練習與回饋應該在每堂課內穿插出現，反之，綜合活動則多在單元結束前的最後一堂課提供”

第三、能力指標教學設計的運用：抹用行為目標的撰寫格式。可能在教學目標設計中呈現，可能在發展活動中的能力指標和教學活動之間的連結。

第四、一致性：設計的時候不要只注重多元，一定要注意到一致性，注意教學目標、活動設計和評量方式間是否符合一致性與適切性。

第五、連結性：注意教學內容與能力指標之間的相關性，利用表格的方式

呈現應有利於連結性與一致性的審視與查對”

第六、多看、多搜尋、多收集：現在網路相當便捷，希望大家都能利用時間，廣為熟習授課領域內的各類教學素材多吸取他人的智慧，去蕪存菁，自創屬你的教學單元活動設計表單。

- 教育部學習加油站

<http://content1.edu.tw>

- 英特爾 c 教師

<http://itfice.ntnu.edu.tw/>

- 亞卓市夫子館

<http://www.educities.edu.tw>

- 思摩特 <http://sctnet.edu.tw>

台灣活力網 <http://www.idea.tw> , www.twnet

- K12 數位學校

<http://ds.k12.edu.tw>

- 探路者數位學園

<http://pathfinder.ntntc.edu.tw/>

- Discovery

<http://school.discovery.com/>

- PBS <http://www.pbs.org>

- Apple Learning Interchange

<http://ali.apple.com/>

- Education word

<http://www.educationworld.com/>

- Ask ERIC service for Educator

<http://ericir.syr.edu>

實習教師返校座談 學長姐求職經驗分享

時間：民國九十二年三月二十八日

地點：國際會議廳第二演講室

主持人：于富雲 教授

主講人：謝祥永 老師 謝依真 老師

康一欣 老師 陳聯儀 老師

謝孟蓮 老師

整理者：林靜宜同學

一、前言

這次的返校座談可以說是這屆實習老師出征前最後一次的座談，為了讓實習老師們佩帶好全副軍裝，做好應戰率備，實習輔導室特別邀請了上一屆甄選上正式教師的學長姐們回來分享寶貴的必勝之道。他們分別是光華國中國文科的謝祥永老師、曾文家商商經科的謝依真老師、枋寮高中歷史科的康一欣老師、安南國中健教科的陳聯儀老師及崇明國中英文科的謝孟蓮老師，他們分別針對甄試前的準備、筆試、口試、試教及建立教學檔案等方面，給即將面臨甄試的實習老

師們寶貴的意見。以下就綜合五位正式教師的分享，分別針對甄試前的準備、筆試、口試、試教及建立教學檔案等方面應做的準備及注意的事項，以列點方式呈現。祈使每位準老師可以藉此獲益並在未來的戰場上百戰百勝。

二、甄試前準備

- (1)工欲善其事，必先利其器。準備一個甄戰前的百寶箱，裡頭裝任何報名甄試會用得上的東西，例如：實習教師證影本 n 份、畢業證書及影本 n 份（記得要蓋上學校關防）、照片 n 張、信封、郵票、剪刀、雙面膠、膠水、履歷自傳、.....。把可能需要的證明文件都裝進去，如此你就可以無後顧之憂的出征了。
- (2)甄試報名前要注意你的實習教師證影印本是否蓋上實習輔導室的證明章，否則可能會遭到刁難或種種阻撓。
- (3)多和以前的學長姐保持良好的關係，在這條甄試的漫漫長路上，他們會是你的一項的祝福。
- (4)做好出征前的心理調適，不要一失敗就放棄，找到釋壓的社會支持，越挫越勇。

三、筆試

- (1)筆試可以說是整個甄試過程中最重要的一關，如果這一關通過了，整個甄試可以說就成功了一半。記住不管你的能力多強，經驗多豐富，如果沒有通過筆試，一切都是徒然的。
- (2)若是要考國中教師的甄試，教育相關專業科目要多讀，因為很重要，一定考。另外有些學校單位會考鄉

土教材，可以利用縣市的文化中心或文化局去找尋相關資料，例如：縣誌或地理誌。

- (3)如是考高中教師，則要多熟悉高中教材中的任教科目內容，有些學校會拿該校的高三模擬測驗試卷給甄試的老師考，以了解老師的專業能力。
- (4)甄試有分聯招和獨招兩種，而各縣市獨招可能也各有所偏好，以我參加過的北市獨招為例就偏向九年一貫的問題，故多收集分析考題有利掌握準備方向。

四、口試

- (1)大致有分為兩種，一是專業口試考試者會問一你的專業科目中的知識，例如：何謂史觀？（歷史科）。另一是行政口試，他會問你一些行政上的流程問題或行政事務，也會問一些班級經營的問題。
- (2)表現你的專業及自信，務必讓你的言談舉止看起來像個老師。
- (3)高師大實習輔導室網頁有提供甄試中等學校的口試題目彙整，大家可以上去看看，做個參考。
- (4)如果你是英文科的老師，口試的部份多是用全英文的方式進行，要穩住自己，態度落落大方，堅持到最後。而最常被問到的問題是關於班級經營的，所以要多充實這方面的經驗。

五、試教

- (1)多聽多學習學校老師的上課方法，以吸收良好的經驗和教學技巧，並記下重點以備將來試教時使用。
- (2)試教的時間約 15 分鐘，所以輪到你試教時，你務必呈現你所教單元的最精采部份，最後不管你教到哪裡，一定要做個總結。至於你如何在 15 分裡呈現最精采的部份，那就要依靠你在實習期間有多努力了。
- (3)台風很重要，準備一個萬用開場白和一個萬用笑話。肢體語言要放得開，一個好的開場不但拉近彼此的距離，也緩和自己的情緒。
- (4)當你在試教時，台下可能會有

「職業」學生在聽你上課，如果你和他們互動而他們毫無反應時，千萬不要楞在那裡不知所措，你要假裝他們有反應，自編自導自演的完成這齣戲。套句時下用語，就是你在試教時要自己「莊笑維」。

- (5)試教時不要準備太危險的的道具，例如：單槍投影機，因為很容易有問題發生，短短 15 分的試教，如果你的機器搞不定，勢必影響你的心情及準備，如此就大勢已去。如果你一定需要用這項教具，千萬準備其他配套措施，以防萬一。

六、教學檔案

- (1)在實習期間即應利用時間和機會撰寫教學檔案。
- (2)實習期間多收集學生的作品，這也是教學檔案的一部分，它會展現出你實習期間的努力成果，也是你能力的證明及證據。

- (3) 你可以將教學檔案分為兩個部份，一是履歷自傳，儘可能的豐富多樣，你成長過程中的任何正向事蹟都把它做成檔案。另一是你實習或在學時的任何成果，記得把最精采的部份放在最前面。

現在，在了解學長姐們的甄試葵花寶典之後，你們是否對未來要面臨的甄試信心大增呢？現在就趕快想好你的萬用小故事、萬用笑話、萬用開場白及準備好你的應考百寶箱，相信你將成為考場上的常勝軍。你也不妨時常瀏覽全國教師會的網頁，裡面不乏應考資訊，掌握資訊就是掌握機會也就是邁向成功。最後預祝各位準老師知己知彼，百戰百勝。

教師甄選委員會

運作實務及應試

準備工作、口試模擬

時間：民國九十二年三月一二十八日

地點：國際會議廳第二演講室

主持人：于富雲教授

主講人：蔡玫芬主任

張淑霞主任

整理者：林靜宜同學

您是否爲了即將面臨甄試的挑戰而煩惱？教師評審委員會如何運作？口試又會考些什麼題目呢？在三月二十八日的實習教師返校座談中，復興國中蔡主任玫芬及光華女中諮商中心張主任淑霞將爲各位解答這些問題。以下是針對這些問題所做的節錄。

甲、教師評審委員會運作

教師評審委員會是民國八十五年教育部設置的辦法，之後各校皆有此教評會的成立，它的主要任務是處理關於教師評任的審查事項。評分委員大致分爲三，一爲專業教師，一爲評議委員，一爲學生。而方式採階段性的評審。第一階段是書面審核，其中包括履歷自傳、教案設計與實習心得、班級經營實務之心得，另外還有研習證明及其心得，其中你可以寫你學到什麼？你可以做什麼？還有給自己什麼樣的期許及建議等，最後還可以把其他的特殊才能，如社團經驗、得獎紀錄、帶隊經驗...，做成書面資料以利審核。

第二階段是筆試。範圍包括專業題目、行政題目、輔導理念和教育政策及趨勢。其中輔導理念請特別注意

目前教育部所重視的是什麼，兩性、生涯發展... 等主題。

第三階段是試教。請各位把您最拿手的教案呈現出來，在試教之前要準備教案給評分委員看。另外，試教的題目是採用抽籤的方式進行，而且要自備教具，硬體、軟體皆自行負責，注意其實用性及安全性。

第四階段是口試。口試的內容包括教師的人格特質、工作態度、對教師角色的期許、實習經驗的意義、專業理念和其他。這個其他包含服裝儀容、口齒清晰、自信與禮節...。以去年光華女中聘請一位輔導老師爲例，書面審核 20 %、筆試 20 %、個別諮商 20 %、試教 20 %、口試也是 20 %。

乙、教師甄試口試參考題

- 在你的教學生涯中，有什麼值得一提的特別貢獻？
- 請問你的專長是什麼，對你的教學有何幫助？
- 你經常進修嗎？心得如何？
- 你擔任過導師工作嗎？對班級經營心得（感想）如何？
- 如果你是專任教師，如何維持良好的上課常規？
- 國中階段你覺得哪一領域最重要？
- 通常你都如何準備教學活動？
- 你常使用電腦嗎？對你的教學有什麼幫助？
- 學校有沒有安排指導團體活動（聯課活動）什麼組？有什麼感想或心得？
- 你在評量命題方面有沒有比較新的作法？
- 如何做一個好老師？
- 你對九年一貫課程的看法？
- 你對小班教學精神計劃有何看法？
- 對教訓輔三合一整合方案的看法？

關於實習二三事

李玖蓉、林靜宜

採訪整理

你為未來的實習煩惱嗎？要如何選擇實習學校呢？與輔導老師間的互動模式為何？和學生互動的過程中，該如何定位自己的角色？和輔導老師之間若產生意見相左的情況時，要如何解決？……此篇文稿是編輯組針對一些常見的問題，訪談現在正在復興國中及新興國中實習的林家屏與侯玖如學姐所做的心得分享。希望能協助目前尚在教育學程修課的同學及早做好準備，並從中找到將來實習準備的方向。以下分別就二位學姐寶貴的意見加以呈現。

實習教師：侯玖如

實習學校：新興國中 實習科目：英文

我當初選擇實習學校的考量？

大致上可以歸納三點。第一點，我先以國中和高中來區分，我覺得我會選擇國中是因為國中可以累積較多的經驗，因為它必須要有帶班、行政以及班級經營的實習工作，而高中就比較少且比較偏重教學部份。另外，國中生比較不好帶，他們屬於叛逆期階段，比較具有挑戰性，因此，也必須花更多的時間和他們相處。而且很多都會覺得你帶過國中，之後你再去帶高中會更好。第二點，可以針對大學校和小學校來考量，如果你今天想要學很多，也就是要貢獻你所學到的教育理念或者你想做很多行政方面的工作，那你可以選擇小學校。因為小學校的實習老師不多，你勢必要做的事情就更多，加上一個學校如果只有

二、三個實習老師，那麼各處室就需要你的幫忙或是教學、班級經營等，你都有機會接觸到許多這方面的實習。最後的一點就是可以考慮離家近的學校，學校離租屋的地方近就可以了，但最主要的還是要交通方便。因此，我就是以這三點做為實習學校的考量因素。

與輔導老師之間的互動模式？

其實我和我的輔導老師相處算是不錯的，原因是我們之間的默契吧！首先，你要先了解你的實習輔導老師他是以什麼心態來帶你，像他一開始就希望我可以多學，有空就多準備教師甄試，而且他也很認真為我的將來著想。因為他有這樣的心態，我就會很認真的學習，會謝謝老師這樣提供機會給我，畢竟，他帶你實習的這一年，他也必須多撥出心力來帶你。另外，我覺得溝通很重要，你可以適時讓他知道你這一整年希望學到什麼，而且和老師學習很重要的一點是謙虛。另外，一些基本的問候、小卡片或是老師交待你做的事情就盡量去做，這些都是很重要的。

和學生互動的過程中，該如何定位自己的角色？我覺得和學生互動的過程中，我會比較扮演亦師亦友的角色。但是這樣的說法可能比較籠統，因為其實一開始，我們和學生之間的年齡差距就比他們原本的老師小，學生會很高興和你接觸，我覺得這一點是你的優勢點，你不必做任何事，他們就會很喜歡來找你。可是，我覺得這一點要小心，因為像我的輔導老師是比較嚴肅的老師，但也因此較能夠掌握整個班級的狀況，而我也

會傾向採取相似的方式來帶班。例如我一開始在面對學生時，大概維持一個星期較為嚴肅的神情，如果一開始就和他們很好，則要維持秩序就很難了，所以一開始我寧願嚴格一點，規矩就要訂清楚，該處罰就要處罰，該獎賞就要獎賞，而且要說到做到，不要讓有學生討價還價的機會。另外，我一開始不會私底下和他們嬉鬧，漸漸地才和他們很好，因此每次到學校我很高興見到他們，而且他們也會很期待你的出現，但是還是不能失去老師與學生之間的界限，雖然可以和他們是朋友的關係，但仍要以老師或大人的身份告訴他們什麼事情該做、什麼事情不該做。

與輔導老師之間若產生意見相左的情況時，要如何解決？就教學方面而言，由於我本身是教英語的，加上現在的英語教學都強調全英教學，且要活潑化，另外亦強調英語的聽說讀寫能力，但是學校仍非常重視考試取向，而我們實習輔導老師都是帶升學班，因此，他們的教法都是非常升學主義導向，就是較為機械式、填鴨式的方法。當我的輔導老師會給我一些時間試教，我就會產生一些衝突和矛盾，因為我會產生到底要按照你的方式教還是用我自己的方式教的困擾，而輔導老師在口頭上都會很客氣的說如果你是要做教學觀摩或是你要去教師甄試，你必須要活潑，要全英教學。然而，雖然他給我一些教學空間，可是我在教學時仍會產生一些矛盾，畢竟學生已經熟悉他們原本老師那套記筆記的方式，不可能一開始全英教學或做活動就可以完全拋棄舊有那套做筆記的方式。所以，我仍必須要先用

原本他們做筆記的方式，讓學生可以銜接舊有的上課模式。因此，你不可能只用自己的那套教學方法，只能抹取折衷的辦法。所以，我覺得教學前的溝通是很重要的，但是溝通的有效性仍要看你的輔導老師是否能夠接納你不同的意見。值得一提的是，無論如何，實習輔導老師的教學或帶班的經驗都是非常寶貴且值得我們用心學習的。

實習教師：林家屏

實習學校：復興國中 實習科目：輔導
我如何選擇現在的實習學校？

其實一開始也曾考慮選擇離家（台北）近的學校實習，但是教育實習的跨區實習規定是必須結婚有配偶或是家裡有父母重病需要照顧這二項條件才行。另外，在實習期間常常有返校座談，如果離台南太遠，這樣也是很辛苦，加上自己其實也滿喜歡台南的環境而同學也都在這裡。此外，在試教期間，輔導類科的試教學校通常都是復興、後甲和中山這三所國中，而我覺得復興國中的老師都很不錯也很和善，所以，在這些因素的考量下，我便選擇了現在實習的學校。

與輔導老師間的互動模式？其實人和人之間的互動是相當微妙的。有時我們給他一張小小的卡片或一句很溫暖的問候，老師都會滿高興的。而且，我覺得很重要的是，在學校除了要和自己的輔導老師相處融洽之外，和其他的老師見了面也要點個頭，微笑一下，而不是當作陌生人一樣，擦肩而過。所以，我覺得很重要的是你的微笑和你主動的關心或者是偶爾的一張小卡片都可以增進你和輔導老師之間融洽的相處。

在和學生互動的過程中，該如何定位自己角色？因為現在自己在上課，就會發現導師班比較會有這樣的問題，例如我帶三年級的課（非導師班），雖然我是個實習老師，但他們仍會尊重我是個老師，比較不會和我打哈哈。但是一年級班，因為是導師班，所以私底下我會很關心他們，可能吃飯的時候會和他們一起吃，會關心他們的日常作息。所以，他們會把我當作是他們的姐姐，很多事情都會跟我講。相對的，你私底下很好，在你上台後，他們多多少少會覺得和你很熟，開始和你哈拉，可是我會告訴他們說今天我在講台下，我可以當你的姐姐或是一個朋友，你可以跟我講很多事情。但是今天上了課，我在講台上，我就是一個老師，而你們就必須要遵守一切上課應該要遵守的規範。也就是等於要和學生講清楚，因為其實孩子並不是很清楚，尤其是國一的學生，他們可能會覺得老師怎麼台下是一個樣，台上又是一個樣。所以，我是屬於那種會和學生講清楚關於我上課的要求是什麼的老師，這樣比較可以避免那種沒大沒小情況產生。

如何在實習期間準備未來教師甄試？在時間分配方面，我覺得其實在學校會有一些瑣碎的時間，像我在復興國中實習，通常是暑假在處室實習，然而開學之後，其實我們還是有滿多屬於自己的部份時間。所以，可利用瑣碎的時間看一些書，還有利用晚上好好做個規劃，其實我覺得教師甄試應該不難。從暑假開始你就要開始做準備了，例如實習一開始，你就要準備教學檔案，每次參加活動都要寫一些心得，每次都寫一些，等實習完，彙整起來變成一份實習心得，然後附在你的檔案夾裏面，而且每次參加研習都要有記錄。另外，你幫

學校做任何一件事情時，記得要照片存檔，例如你參加研習、你協助學校舉辦哪些活動，甚至你只是做個小小的佈告欄看板，就盡量都用照相機把它照下來，證明你有做過這些事，而這些都有利於你將來的教師甄試。否則你空口說白話，無法證明且讓別人知道，可是如果你有相關的照片、檔案資料，就可以讓別人知道你是否有真的做過這些事情。

在面對新的校園環境與學生時如何調適自己的情緒或壓力？我覺得調適自己的情緒或壓力其實滿重要的一點是你和你的輔導老師之間的溝通，因為他是跟著你一起走過來的，他有他過往的帶班經驗，他可以告訴你當你遇到學生上課一直說話，你要怎麼辦？你可能會自己氣得半死，可是老師會以他過來人的經驗告訴你應該要怎麼樣做會比較好。然後你自己的朋友或同事都是可以互相分享的對象，也就是你要有個可以舒解壓力的管道。就像我們平常唸書一樣，如果你的情緒很不好，壓力很大時，其實會影響到你的身體狀況或是你做其它的事情。所以，當你發現自己有一些不太愉快的時候，就要想辦法找人說話，或是想辦法做點其它事情來轉移你的注意。然而，在帶班的當中，如果你遇到任何問題，其實你的輔導老師或是其它的老師都是可以幫助你的。我覺得多問多學是很重要的，尤其是當你在實習時，不要認為你是被壓榨的或是被強迫做很多事情，我覺得做每件事情都是一個學習。因此，我建議大家要抱持著凡事多學習的心態，如此才能在實習期間吸取更多的寶貴經驗。

實習教師

教育實習計畫

實習教師：陳東慶

實習科目：社會科學概論

實習學校：台南高工

當每位準實習老師進入實習學校開始實習時，需要在開學之初向該實習學校提交一份實習計畫書，這份計畫書的擬訂將為實習老師在未來的一年實習中提供方向與指引。經過精挑細選，本編輯組特獲陳東慶學長熱心提供他的實習計畫書，內容主要有前言、教育哲學觀、實習期間擬達成之目標及具體做法和實習內容及進度等四大部份。在此感謝陳東慶學長的分享，讓學弟妹在草擬及規劃實習計畫書時有所概念。記得要先有好的事前規劃，才能預見美好的未來。

壹、前言

社會學科在一般職業學校常常是受到忽略的科目，但其中的知識內容卻是一般學生必須具備的，何以這樣重要的學科卻讓人不重視，我個人認為是受教育體制的方向與升學主義所影響。在目前教改中不難發現，國內的社會科學教育正慢慢的受到重視，教學內容與方法也朝向生活化、活潑化，以引起學生學習興趣，這與傳統填鴨式教學的差別是學生有機會實際體驗社會科學，而不只是背社會科學的內容，有機會把所學的社會學科應用於生活中，而不只是紙上談兵，寫寫考卷而已。因此，希望透過這一年的實習，能在實際的教育體系下接觸班級學生，進行教學演練，將社會科

學的生活化與活潑性落實在未來的教學生涯中。

在研究所的求學過程中，除了社會科專業科目的學科知識外，也學習了不少教育專業理論，在這一路走來的過程中，讓我瞭解身為一個好教師的基本態度：具有熱誠的心。因為老師的態度會影響學生的學習意願，而學生的程度不一，在教學中教師除了要有耐心的為學生解釋科目內容外，讓學生了解其來龍去脈也很重要。畢竟社會科學不是無中生有，讓學生了解其歷史背景將有助於學習。我想，我扮演的教師會較類似於導遊的角色，為學主們介紹這趟社會科學之旅的目的地、中間會經過的地點及其歷史典故，這些地點好玩在那裡及需要攜帶的裝備等。重點放在引起學生學習的興趣，讓學生對此趟旅程回味無窮，帶著這份回憶面對未來接觸的生活。

貳、我的教育哲學觀

我基本的教書座右銘是「只有不會教的教師，沒有教不會的學生」。我認為與其要花時間將知識硬生生的灌給學生，還不如一開始花點時間教他們如何自己學習，在沒有教師的環境下亦能成長，因為教師的知識也有限，若硬規定學生只能學教師知道的知識，或許對那些有能力多學一點東西的學生是一件不公平的事，而對那些不喜歡老師教導的內容的學生，這麼做意義也不大。因此對於教育，我的觀念或許較傾向於教學生如何釣魚，並了解釣魚的樂趣，知道釣到魚時的喜悅，在任何他想釣魚的時刻都

能釣，而不是在他肚子飽飽時還要吃我釣的不好吃的魚。

參、實習期間擬達成之目

標及具體做法

(一)、教學實習

1.於實習之初，當個觀摩的角色，一方面學習實習輔導老師的教法，另一方面了解南工特色、學校辦學理念及實習班級學生特色。

具體做法：於實習指導教師授課時旁聽，記錄其上課內容，並觀察學生聽課反應。就開學以來與學生相處及之前在教務處時得知，南工學生素質不錯，上課至少沒有太大的秩序問題，但我實習的班級有體育班，如何調整上課內容使體育班學生與一般學生具備相同的學習進度；此外，有些體育班學生可能將來想從事體育路線，在課業上似乎較不重視，這兩個問題是我目前較需思考的。

2.熟悉教材內容，研讀相關教學題材，了解高職學生的學習需求及其程度，進而與同科教師研擬任教單元的教學計畫，準備教學資源。

具體做法：南工用的社會科教材是東大版，其內容排排與其它版本有較大的出入，目前打算透過與同校實習教師及它校實習教師之間的合作，針對特定任教單元討論教學計畫，共享教學資源。

高職學生的需求及學習心態與高中生不大相同，針對這點，我打算將社會科學溶入生活中，從實例及實用的角度切入，簡化其理論背景，以免學生失去學習動機。

3.觀摩實習輔導教師的作業設計

及評量方式，更希望能參與至少一次學校段考命題，並做一次學校段考試題分析。

具體做法：藉由觀察輔導教師的作業設計及收集歷屆考題，來調整教學的方向，在未來的計畫中，想嘗試讓學生依據本身程度自己設計作業。如此，可得知學生程度，亦可藉由這過程，讓學生學會自行掌握學習重點。

希望在得到社會科教師的指導下，參與（或輔助）學校段考命題，並選擇於其中一次段考試題中做試題分析，以幫助學生學習。

4.漸近加重每週教學時數，並於教授該單元一週前與指導教師討論教案內容，並於教學後與輔導教師進行討論，接受輔導教師的指導，調整教學方法。

具體做法：藉由實際上台時磨練教學技巧，學習如何分配、控制時間並適當的將教材呈現，並於上課後與輔導教師進行討論，調整教學方法，並將之做成心得摘要，併入實習歷程檔案。

5.於上、下學期各舉辦一次教學演示，並邀請實習輔導老師、同科先進及學校指導老師蒞臨指導，期使教學能力更進一步。

具體做法：希望能多進行教學演示，邀請實習輔導老師、同科先進、學校指導老師及同或它組同學蒞臨指導，修正自身教學上的盲點。

6.藉由上課的過程中，培養學生尋找資料的能力，並視學生情況與同科實習教師進行合作教學等不同的教學法。

具體做法：由研究所的學習經驗

中得知收集資料的重要性，藉由上課時與班上同學編製的教材中，選擇與課程內容相關者進行教學，並試著讓學生也能利用上網或查閱書籍的方式收集特定的主題，利用小組合作的方式為自己所收集的資料做一簡要的分

享。

對次合作教學的部分，一開始打算藉著開放性問題先讓學生養成敢發言、會討論等習慣，等討論風氣到一定程度後，再試著由較快理解上課內容的學生教導理解較慢的學生。等到學生學會分享自己的學習經驗時，再針對某些教材試著以分組合作教學的方式進行教學。

7.針對不同學生營造不同學習情境，打造班級上課氣氛，逐漸消除學生對數學的恐懼感，最終目的是讓學生喜歡數學。

8.引導學生了解國外學生對相同教學單元的學習方式，培養國際觀。

具體做法：由於現今網路發達，藉由上網或就之前及陸續收集的資料，讓學生也能了解國外學生對相同單元的學習方式，增進學習動機，並培養其國際視野。

（二）、導師實習

1. 實習科別的特色，實習班級的各科教師教學特色，收集學生基本資料，包括興趣、專長、家庭背景及人際關係。

具體做法：藉學生早自修及打掃時，與學生做訪談，了解其背景，並藉著週記，了解學生的學習狀況。

2.認識導師工作，熟悉班級分工及自治組織，學習主持班會及偶發事件之處理。

具體做法：於班會時間觀察學生自治組織的運作情形，並在輔導老師的指導下學習主持班會，針對特定主題擬定班會之大綱。

3.學習對學生作綜合表現之考查，對學習進度落後之學生了解原因並幫忙解決。

4.整理這一年的導師實習心得、問題及處理方式。

（三）行政實習及研習活動

1.參加南工舉辦的研習及進修活動，回校參加實習教師座談。

具體做法：於每次固定時間回校參加實習教師座談，並繳交實習心得。

2.列席參加數學科教學研究會。

3.學習教務單位安排學年規劃。

具體做法：目前在訓導處進行行政實習，藉由觀察學習訓導業務安排學年規劃，及訓育組、衛生組、教官室等各組之業務和其運作流程。

4.輪流至各處室學習作業流程。

具體做法：到目前為止得知南工並無提供這樣的實習方式，只能藉由與其它處室或它校的實習教師相處中得知各處室的作業流程及其業務。

肆、實習內容及進度

以下是暫定的實習內容及進度，希望在向訓導主任及各實習輔導教師請益後，接受其指導並根據南工行事曆做進一步之調整。

	實習內容	
--	------	--

實習 進度	教學實習	導師實習	行政實習 及 研習活動	注意事項
7 月 至 8 月	1. 熟悉教材內容，研讀相關教學體材。 2. 認識學校辦學理念、實習班級學生特色及指導教師的教學理念。 3. 熟悉教學單位的教學資源提供情形及學校地理環境。	1. 了解實習科別的特色。	1. 參加實習機構舉辦的研習活動，了解學校背景。 2. 回校參加實習教師座談。	1. 將碰到的問題 post 至網站與同學及教授做交流。
9 月 至 10 月	1. 觀摩指導教師的教學方法，作業設計及評量方式。 2. 與學生打好關係，了解各個學生在數學方面的需求。 3. 與同科教師研擬任教單元的教學計劃，準備教學資源。	1. 收集學生基本資料，包括興趣、專長、家庭背景及人際關係。 2. 認識導師工作，熟悉班級分工及自治組織。 3. 學習主持班會及偶發事件之處理。	1. 參加校內舉辦的進修活動。 2. 輪流至各處室學習作業流程。 3. 列席參加數學科教學研究會。	2. 實習心得之整理。 3. 與其他同事做教學經驗分享，更期待有合作的空間。
11 月 至 1 月	1. 漸進加重每週教學時數。 2. 於教授該單元兩週前與指導教師討論教案內容。 3. 試著與同校實習教師合作，視學生情形使用合作學習。 4. 安排一次教學觀摩。 5. 培養學生尋找資料的能力。	1. 學習批閱學生作業。 2. 學習對學生綜合表現之考察。 3. 對學習進度落後之學生了解原因並幫忙解決。	1. 繼續至各處室進行見習。 2. 於 12 月底之前參觀同科教師之教學演示。 3. 了解課表編排之流程。	
寒 假	1. 放鬆心情，讓自己喘一口氣。 2. 對下一學期之教學單元進行設計，尋找相關主題。	1. 了解學生的寒假生活作息	1. 了解學校機構寒假的行政事務。	
2 月 至 3 月	1. 試著針對不同學生營造不同學習情境，打造班級上課氣氛。 2. 逐漸消除學生對數學的恐懼感。	1. 在指導教師協助下，從事導師實務工作。	1. 學習教務單位安排學年規劃。 2. 學習校內社團活動之辦理。	
4 月 至 6 月	1. 安排一次數學科教學觀摩。 2. 試著讓學生了解合作的重要。 3. 引導學生了解國外學生對相同教學單元的學習方式，培養國際觀	1. 學習如何處理個案之輔導 2. 整理這一年的導師實習心得、問題及處理方式。	1. 參觀實習單位所辦理的實習教師教學演示。 2. 整理這一年的實習心得。 3. 回校參加座談。	

顧客導向的經營成果

教育學程學會一年

之回顧與展望

朱默庵

成功大學金業管理研究所

成功大學教育學程學會會長

教育學程學會自成立後，一直致力於提供學程同學所需之服務。自上任會長宜樺、資訊長恩哲建構一個屬於學會的網站，並以電子商務（e-commerce）的概念經營分散全校各系所同學後；今年，我們以更貼心的服務，運用顧客關係管理（Customer Relationship Management）的理念，透過問卷調查、深入瞭解同學之需求，並藉由發行電子報（e-paper）到每位師長、同學的 e-mail 信箱（主動媒體），並輔以網站 24 小時的經營模式（被動媒體），讓每位忙碌的同學，幾乎不用出門，就可以瞭解教育學程的資訊，舉凡課程動態、停（調）課通知、相關活動公告、教育時事新聞等發燒情報；學會更貼近顧客（同學）的服務，也讓我們教育學程的會員從開學初的六十幾人，一下子增加到近二百人，足足成長了二、三倍。

回顧過去一年，學會製作並舉辦了許多莞爾一笑、輕鬆活潑以及兼具知識性、歡樂性的活動。以下則依照時間軸加以整理，也讓同學再次回憶過去教育學程一年來的點點滴滴：

一、從新生報到開始(91 年 9 月)

還記得新生報到時的菜鳥樣嗎？經過一年的洗禮，加上學長姊們親切地回答學弟妹每一項問題，相信各位都已經蛻變成經驗豐富、甚至都有屬於自己一套如何在教育學程過得更充實的生存之道囉。

二、新生茶會(91 年 10 月)

為迎接新生到來，活動部舉辦史上第一次的迎新活動，由活動長政儀籌劃一場教育學程新生茶會！瞧，當天可是吸引百餘名學程同學與師長。

三、實習教室座談會(91 年 11 月)

繼新生茶會後，學術部長珮綾針對了文學院同學舉辦了第一次實習教師座談會，會中邀請到中文、英文及歷史老師與同學分享實習甘苦談！

四、教育學程校外活動參觀

期中考後，教育學程綜合活動學習領域（91/12/02）與特殊教育導論（91/12/12）分別至後甲國中（圖 4）及崇明國中（圖 5）進行校外參觀。

五、實習教師座談會(91 年 12 月)

12/15 學術部又針對職業學校舉辦第二次實習教師座談會，會中邀請台南高工、台南高商的實習老師與學弟妹進行經驗分享，場面十分熱鬧！

六、教育義工的一天

本學期有二次教育義工的活動，分別是 12 月 16 日協助台南市復興國中

七、Merry X'mas

耶誕節到了，學會也商請教育研究所各位師長頭戴耶誕帽、手拿仙女棒、耶誕鈴鐺、耶誕襪，向同學說聲 Merry X'mas。

八、Happy New Year

中國農曆新年前夕，學會更商請師長們拿著春聯、紅包等應景飾品向各位拜年，祝福同學「羊羊得意」。

九、課程動態與課程介紹

爲了將教育學程的上課情形介紹給教育學程同學，甚至讓日後想投考教育學程的學弟妹認識，本會也精心挑選一些課程，製作「揭開 XX 課的神秘面紗」，這項報導也廣受同學喜愛！

十、實習教師座談會（92 年 3 月）

中的吉他教學（圖 7）與 12 月 25 日協助台南高工的英文競賽活動（圖 8）。

三月，本會繼續針對成大畢業生最熱門的二所實習學校，復興國中、後甲國中，邀請輔導科、國文科、生物科、歷史科等四位畢業的學姐返校與學弟妹們介紹實習環境並分享實習經驗！

十一、溫馨的園地

回顧過去的活動，有沒有喚醒你些什麼？衷心希望每位同學除了帶走知識外，更包括那些令人會心一笑的成長回憶，讓我們一起珍惜你所擁有的—那些非正式課程的寶貴經驗！

十二、展望未來

期許下屆會長在推動會務時，能同時考量「同學師長的滿意度」、「組織運作流程」、「學會財務狀況」及「創新與學習」四項觀點的平衡，創造兼具知識性及歡樂性的教育學程園地。

