



腳步輕鬆上講台

鄭東文老師
化學工程與材料工程學系

不匆忙保持輕鬆愉快，教師的好心情是會感染學生的

很高興能獲得教學特優教師，首先感謝系及院的推薦，也感謝遴選委員會的支持。教師在學校的工作包含有教學、研究、及行政與輔導等，其中教學應是最重要的部分，獲得教學特優是一種肯定，也是鞭策。學校的運轉始於課堂裡的知識傳遞，每次上台就是肩負責任，期許大家腳步輕鬆，啟動學校運轉。如何腳步輕鬆上講台，個人的想法有：

課前準備

不管是新課程或是教了多年的課程，教室裡的學生絕大部分是的一次面對這些內容，上課前要構想好講授進度及方式。

腳力訓練

隨著年紀增長，體力會滑落，養成固定運動習慣，是維持體力的好方式；運動可訓練肌耐力，也有緩和情緒的效果，其中腿部肌力的強化，隨著年紀增加要特別注意。

準時進場

要求自己每堂課打鐘前進教室，不匆忙保持輕鬆愉快，教師的好心情是會感染學生的，當然準時上課重要，準時下課也是學生的期待。
