



# 東山晨曦



05期

發行人：王沛清 校長  
發行單位：臺中市立東山高級中學  
地址：臺中市北屯區景賢六路200號  
閱讀網址：[www.tsjh.tc.edu.tw/page/p1-5/p1-5-7/index.html](http://www.tsjh.tc.edu.tw/page/p1-5/p1-5-7/index.html)  
編輯群：圖書館、國文教學研究會及各班導師  
中華民國九十八年十二月一日創刊  
中華民國九十九年十二月二十日出版  
承印：昇揚印刷事業有限公司  
電話：04-24360997

刊頭校長漫畫照的作者：高二五 許佳汎。

眼睛手術後的校長，要睜一隻眼、閉一隻眼上班，真辛苦！  
東山高中全體師生 祝校長的眼睛早日康復！！



## 數學科的學習方法

## 學習方法

數學專任教師 劉曉倩 老師

### ※學好數學要訣：

#### (一) 平時階段：

##### (1) 上課專心

數學首重理解，上課50分鐘專注的學習，先去理解定義及定理的由來後再背；一來是理解後較容易吸收，也不容易背錯；二來是較容易理解它可以用在哪方面。所以上課專心，才能將老師所強調重要的觀念或常考的題型，深入腦海，這樣一來，回家複習時會發現很多觀念經由理解之後，其實已經在上課時就記得八、九成了，事半功倍。

##### (2) 每天另外做20題或40分鐘數學

老師出的作業一定要寫。功課不要用抄襲的，認真寫作業才能打好數學的底子，需每天按時寫完。在寫作業的時候，如果遇到不會的題目，「務必」先想5~10分鐘，假設還是不會，就先做個記號。一定要勇於發問，不會的題目若當下發問而獲

得解答，一定會印象深刻；若因不好意思而作罷，問題往往一直存在而在考試時呈現出來！

##### (3) 畫好重點、做好記號

段考前是沒有足夠時間將教材中的所有題目均重算一次（因範圍太大），平時第一次做錯而自己重做，發現沒問題的題目不必做記號。重做後又錯、老師講解後才會的題目，一定要做記號，因為這可能是你的弱點，段考前一定要重算。

##### (4) 每次小考後，確實訂正！

要有「勝不驕、敗不餒」的精神！無論分數是好是壞，都要堅持到底，考試中做錯的題目，突顯了這題可能不太了解或粗心大意，所以考完後的訂正是很重要的工作。如果可以，最好把錯誤的題目統整在本子裡，以便下次考前翻閱。

- (2) 考前再次檢視自己訂正本子上的錯誤是否已無問題。
- (3) 困難的題目適合平時訓練，考前不適合研究難題。
- (4) 大考數學的前一天晚上睡眠要充足。

#### (三) 考試階段：

- (1) 題目至少閱讀兩遍，順便把關鍵字（重點字），容易犯錯的地方圈出來。
- (2) 看過且熟悉的題型，算完後再看一下自己的計算過程，如果無誤，在題號上打×，等一下不用再檢查。
- (3) 看到沒看過的題型，不要被嚇到，先理解他要求的是什麼？或是觀察題目有什麼已知條件，想一些可行方法，然後勇於嘗試。
- (4) 思考超過3分鐘還未想出的問題可先跳過，選題能力也很重要。

※數學要用「想像」的，擁有「想法」很重要！

#### (二) 考前階段：

- (1) 考前再次確認自己做記號的部份已無問題。

高中部化學專任教師 陳淑樺 老師

3. 常見的反應類型：碳氫氧化物的完全燃燒會產生二氧化碳和水、活潑金屬與酸的作用會產生氫氣與金屬離子...等，這些反應型式與產物皆視為常識，題目中不會說明與提示。

### 高中生學習化學的方法

1. 上課一定要專心聽：一節課最多上4、5題，是全世界最慢的進度，當天想辦法理解完畢。
2. 作業、考試的題目不會：不論是和同學討論或是請教老師，一定要問到完全理解。
3. 短間隔、短時間的複習勝過長間隔、長時間的複習：盡量做到每節課理解、每周末複習。
4. 不藏私：當別人的小老師學習更紮實，因為回答問題時一方面可加深印象、一方面也可能找到自己的盲點。
5. 不是化學不好，是中文不好：訓練將題型畫成圖型的技巧。



※保護眼睛小口訣--「眨眨眼、轉轉眼珠、看看遠方」。若出現常揉眼睛、眯眼、看電視或看書時不正常的姿勢以及易流眼淚等，這些情形都是視力不良的警訊，記得要儘早讓眼科醫師檢查，以確保眼睛的健康。

## 化學科學習方法



部分孩子選擇自然組的原因是不喜歡背，但其實選擇自然組的本質應該為更喜歡理解，也因為這個『不喜歡背』的迷思和自我設限，導致於化學學習上的障礙。

化學英文為『Chemistry』，在許多大學化學系也常以『chem is try』當作系服的標語，沒錯！化學是實驗的科學，所以現今書上的知識都是歷代科學家辛苦的結晶，每一個定律的背後可能都是一個科學家一生的歷史。

常有學生在課堂上直接反應：「這要背嗎？」，當時我會告訴學生，化學需以記憶為基礎，有三個層面需要記憶：

1. 定義：定義一定要清楚，不能模糊帶過。
2. 化學式：化學中涉及計算的題型，幾乎都是探討反應物與生成物之間的關係，所以解題的第一步，便是寫出方程式，而此刻能否寫出正確的化學式對於學生來說就是一大問題，身為老師的我也常在試卷上看到許多未來的諾貝爾獎得主，因為他們寫出的化學式無奇不有，如果真能寫出來就合成的出來，那便會讓化學理論有了很大的衝擊。

# GO 高中階段學習英文須知

## 一、英文重要性

1. 各類組有多科系加重英文分數。
2. 上大學後(或出國)讀原文書較輕鬆。
3. 往後許多重要考試均要考英文，如全民英檢、多益、托福等。
4. 學電腦、上網要用到許多英文。
5. 有助吸收最新資訊。
6. 多學一種語言，就等於多了一顆腦袋，開啓另一個新視野。
7. 多學一種語言，了解同樣的idea可有不同的表達方式，能學得客觀的多元思考。

## 二、學習內容

1. 課本內容、老師所授、課堂上所學，永遠只應是你學習的一部份，不是全部。
2. 日常吃喝玩樂所遇到的英文都是學習材料。
3. 英文報紙：CNN / BBC(網路上)

Taiwan News 台灣英文新聞  
Taipei Times  
Bilingual Weekly 雙語週報

### 廣播雜誌：

Let 's Talk In English 大家說英語  
Landmark Live ABC/互動  
Everyone ' s English 普及美語  
English for You Time for Students  
Ivy League Analytical English  
常春藤解析英語 Studio Classroom  
空中英語教室 (Basic \ Advanced)  
英文電視影集、電影、新聞報導  
(Discovery \ National Geographic \ 民視  
晚間英語新聞)  
英文廣播(International Community Radio  
Taipei—ICRT)  
4. 英文(線上)百科全書、小說故事、童話、  
漫畫。  
5. 各相關CD、DVD (English Songs or  
Movies)或小短片如電影預告片。

## 三、學習態度

1. 英文(語言)是一種技能，老師只能教我們「學習英文的方法」，而不該是教我們「英文」。「給他魚，不如給他一枝釣竿」(魚要自己去釣，釣竿不用自己製作；至少我們要知道別人的釣竿長什麼樣，再自己模仿製作)
2. 學習語言要靠自己去摸索、去練習、去歸

- 納、去糾正、去背誦、去接觸、去使用。
3. 自己能主動學習、主動吸收課外知識，永遠勝過被動學習。
4. 老師可推薦我們參考書，但我卻不應該只知道那些書；真正適合我的參考書要自己去書店找。
5. 有問題一定要儘快解決。越早養成此習慣越好。

## 四、有效地、充分地利用字典

1. 每人自備一本字典。太大太小皆不適宜。(保護眼睛莫要選字體太小的字典)
2. 每天帶，勿覺麻煩。(字典是知識最豐富的隨身老師)
3. 做好查閱記號使翻查迅速，才會更願意查字典。
4. 查過的字做記號，日後翻到可複習。一段時日後，可產生成就感。
5. 絕對不用電子字典，因為費電、擔心遺失、容易摔壞、無法做記號、例句少、螢幕小。且電子字典的功能主要是方便查閱，沒有藉以學習的功能。

## 五、單字、片語→文法→句型 每一環節都要能兼顧

1. 日常生活，中文用得到的相對英文單字、片語就背，善用單字卡、小手冊，隨時登錄、複習。
2. 熟背課本及雜誌上的片語即可。
3. 課本句型，務必熟練並會運用。

## 六、如何加強閱讀

1. 養成閱讀英文課外書籍雜誌的習慣。否則，平時不做閱讀，「加強閱讀」要從何加強？
  2. 選定一自己感興趣的英文報刊雜誌。既可享受閱讀，同時又可學英文。
  3. 時間多，可查字典，確實了解每個單字、片語、文法、句型用法。
- 時間少，可以對不懂部份用猜測的技巧，或無理會，做速度訓練。



## 七、如何加強口語英文

1. 聽唱英文歌。
2. 隨時用英文思考。
3. 用英文自言自語。
4. 邊聽邊講。
5. 臉皮厚一點，平時大膽使用英語與人對話。
6. 錄下自己講唸的英文，比較發音、重音、語調。

## 八、如何加強寫作能力

1. 用英文寫紙條、日記、週記、信件或部落格，一個單字、片語、一句話都是練習。
2. 將學習內容寫出大意或心得。
3. 有好的文章、佳句隨時隨地背誦，有備無患。

## 九、如何加強聽力

1. 平時自己大聲朗誦。聽懂別人的英文之前要先聽懂自己的英文。
2. 聽廣播英文，每天至少三十分鐘(另加十五分鐘預備及複習)，絕不間斷。有趣的、或聽不懂的可重複聽n遍。
3. 挑選喜歡的英文電影或電視影集(DVD)，先看無字幕的，接著有英文字幕的，最後再看有中文字幕的，或順序改變也可以，英文必能突飛猛進。

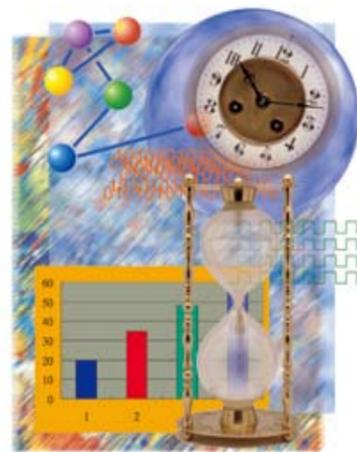
## 十、每天學英文

1. 養成每天聽說讀寫英文的習慣，即不覺得困難。
2. 利用零碎時間，背單字、翻閱筆記卡。
3. 生活即英文，英文即生活。

## 十一、背英文單字的方法

☆背單字是「有心的」、「積極的」學習活動  
→動力(機)是成功的要素☆

在所有方法單字記憶法中，最重要的二個方法是透過廣泛閱讀及字源分析。廣泛閱讀指的是大量、快速、持續的閱讀，保持閱讀的興趣，不管是讀英文報紙、雜誌或小說，並試著抓出內容大意。字源分析指的是透過字首、字根、字尾了解生字的意義，字源分析之所以重要的原因在於英文字彙的來源多為外來字，有其形成規則可循。懂得字首、字根、字尾再加上生字的上下文，我們可以很容易地不須查字典就能猜出單字意思。以下並將記憶法做整理，同學可選擇適合自己的方法，加以運用，以收事半功倍之效。



# 物理學習方法

高中部物理專任教師 陳俊清 老師

在物理這個科目的學習路途上，同學常常顛簸、充滿挫折而灰心喪志。老師將個人求學經驗分享於大家，希望能對於同學學習物理有些許助益，不再霧裡看物理，而是真正能體悟萬物之理。

我以為要學好物理，需有多方面的訓練。如勤於思考、廣泛閱讀、問題討論、題目練習、作答技巧...等，以下將逐項說明

1. **勤於思考**：物理觀念需要理解，而非只背誦口訣及公式，一味追尋速解法，針對上課內容，提出3W (what、how、why)，這是什麼？如何來的？為什麼會是這樣？另外，對於日常生活事物，也要長存好奇心，思考萬物運作之原理及規則。學習沒有捷徑，我思考一個問題常常花上半天，但問題解決的剎那，卻有無比的快樂與成就感。
2. **廣泛閱讀**：閱讀物理相關書籍、影集或網站，有助物理觀念的連結，書籍方面可參閱如觀念物理、大學普物、物理之美...等刊物；影集方面如Discovery及流言追追追等科學電視節目；網站方面如台灣師大黃福坤教授—物理教學示範實驗室。
3. **問題討論**：在學習的歷程中，這是重要的一環，從問題討論中你才會發現自己是否是真正的理解其中的內容，或僅是一知半解罷了。討論的對

象，可以是同學、老師甚至是學術網站的網友，都是個很不錯的選擇。

4. **題目練習**：若要追求更高的成績，就必須不斷的練習題目。大家可以去尋找不同層級的題目，而來源有課堂練習題、坊間參考書、補習班講義、各高中網站一段考模擬考試題、網站搜尋一各區學測指考模擬試題、學科能力競賽試題、奧林匹亞初選試題等，可以依據程度，稍作取捨。
5. **作答技巧**：在練習題目或考試當中，最重要的是作答技巧，掌握住了，才能攻城掠地，得到高分。在作答技巧中，首先、要看懂題目，不要答非所問。第二、找出重要文字(線索來源)。第三、將文字轉成圖形。第四、將圖形再寫成數學方程式。第五、解數學方程式，最後、判斷解得的答案是否違背常理。希望同學們看完這篇文章後，能在物理迷宮中找到一線出路，體驗物理之美，而真正的享受物理。

# 學習座談會心得

## 《視聽座談會心得》

高一三班 石津寧·導師 王珮紋

最近這幾週，學校舉辦了許多視聽座談會，目的是想讓學生們對各個科目有所認識，以及對一些同學覺得較難的科目提供一些解決的方法！這次我參加其中三場，分別是英文科、數學科以及國文科，這三場座談會真的是讓我受益良多。

首先，第一場座談會是英文科，這一場座談會是我參加的三場中，人數最多的一場，也是我最有興趣的一場！英文，是目前世界的通用語言，學好它是必要的！但往往會有很多人，因為想快速學好而用了錯誤的方法，這就是所謂的「欲速則不達」，想學好英文，是沒有捷徑的！只能按部就班來學習，並且從最根本的英文單字做起。

當我們看不懂一個單字時，可不是只有上網或查英文字典來瞭解意思就不了了之了，想要完全的記住它，一定要學會去「念」這個單字，而不是用「死背」的方式來記這個單字，因為死背只不過是個暫時性的而已，到最後還是會忘記的。在記這個單字時，拿例句來做輔助是個很好的選擇，尤其是自己造的句子印象會更佳的深刻！學習記單字，看似很麻煩，卻也是真正學會單字的要訣，另外，多看英文雜誌、國外影集或是多唱英文歌曲這些都能使英文有所進步，只要能夠持之以恆，想學好英文是指日可待的。

再來，第二場座談會是數學科，這是最需要去認識的一場座談會，想要不被數學難倒的重要關鍵就是「熟練」。起初，我

不太了解演講老師的說法，經過他的一番說明之後，我才發現這就是我的漏洞之處！對於數學而言，多做題目只有好處沒有壞處！只要每天利用一點時間做個10道數學題，一個禮拜就能做個70題，當然，遇到不會的題目一定要記得做記號拿去問老師，而不是一旁當裝飾品！之後，在遇到類似的考試題目時，並非看不懂而跳開而是能立即利用熟悉的公式來解題。

最後一場座談會是國文科，是我印象最深刻的一場座談會！國文的範圍可說是十分廣闊、沒有限制！不是只讀個課本、習作或是參考書就可以應付所有的考試，所以國文在所有科目中，算是最難掌握的！想要能掌握好國文這一科，最重要的一點就是把它變成「習慣」，把它與日常生活做連結，演講老師講的這一點使我恍然大悟！雖然習慣需要經過時間的磨練，但所謂的「天下無難事，只怕有心人」就是要用在此時此刻，只要有心，就不怕做不到！另外，作業或是考試的題目遇到疑問時，一定要記得去詢問老師，最好是「今日事，今日畢」而不是那種「三天打魚，兩天曬網」的不上進行為。

我真的很高興學校能舉辦這種活動，也很感謝演講的老師願意花這些時間來對我們進行說明。經過這幾次的座談會後，使我對這些科目有了許多的自信，獲得的知識有如醍醐灌頂般，這讓我在面對高中的這些科目時，漸漸由消極轉為積極，恐懼漸漸變少，取而代之的是更多的自信！希望學校以後，也能常常舉辦這種類似的活動，對於我們這些學生真的是好處多多！



## 學習座談會心得

高二三班 柯沛嫻·導師 陳淑樺

面對龐大的升學壓力，每天該讀的書似乎永無止盡，要溫故又要吸收新學習的，即使努力卻可能得不到好結果，這何嘗不讓人灰心喪志？死讀書，不見得能夠帶來好的成效，用對方法並找到適合自己的讀書方式，才能事半功倍，得到滿意的結果。

經過每一位老師用心準備講座後，其實循序漸進、按部就班、腳踏實地的讀書，才是不二法門，課前預習、課後複習更是基本的學習方法喔！

<p><b>1. 文科</b> (EX: 國文、英文)</p>	<p>一、語文的學習無邊界，唯有大量閱讀，才能從中吸收課本所學習不到的知識。</p> <p>二、了解每個單字、生字的意思，再試著翻譯句子，最後擴大至整篇文章。把文章的架構建立起來，閱讀更容易。</p> <p>三、文言文的單字解釋、古人的背景時代或是文學的流變都是非常複雜，若能逐一比較，亦或是表格化，學習更容易也清晰了解。</p> <p>四、英文的聽、說、讀、寫都是相當重要的，聽力的訓練可以從英文雜誌中練習亦或是從電影中學習，都是很好的辦法！</p>
<p><b>2. 理科</b> (EX: 物理、化學、數學)</p>	<p>一、大量的計算，每天至少算五題題目，保持手感，既可以訓練速度，也可以溫故知新。</p> <p>二、不懂的題目一定要在考試前搞清楚，問老師、問師長、問同學都是很好的方式。在考試前，一定要算過一遍自己錯的題目，若仍不會，表示那是自己的弱點，要特別標記註明。</p> <p>三、理科是無法用『看』而學會，是要用『算』的。</p> <p>四、考試前一天晚上，不要熬夜。太晚睡，則會讓隔天的自己更疲倦，而無法發揮應有的實力水準。</p>

想要學好任何事物，必定先苦後甘，大量的練習加上永不放棄、不屈不撓的精神，才能嚐到甜美的果實。

## 學習座談會心得

高一三班 周立煒·導師 王珮紋

這次學校為高一、高二的同學舉辦了學習座談會，雖然我只是高一的學生，演講只聽了三場，但真的受益良多。

國中時根本不可能會有這種講座，所以我國中的成績起伏不定，陷入兩年的膠著，直到國三才逐漸悟出屬於自己的讀書方法。真的很感謝輔導室在一開學就舉辦了這場座談會，使我在很短的時間內找出高中的讀書方法。

首先是英文科的學習座談會講授的老師，以非常風趣的方式講述了英文科的學習方法，聽起來雖然容易，但做起來卻蠻花時間的。例如：要把課本生字找出來並查出意思，對我而言，不懂的生字超多，全部查完一個小時是絕對跑不掉，但還是要查，因為不懂。

說起來我很感謝我得高中英文老師，因為上高中的第一堂英文課老師就告訴我們高中學英文的方法，讓我們先習慣，現在也漸漸看見成果，我不會的生字也變的少一點。

其次，數學科的學習座談會，老師完全點出我的問題，我國中的數學不好，原本想高中的數學完蛋了，但老師鼓勵我們只要認真練習、多累積，總有一天會有效果出來。雖然不是立即性的，但付出一定會得到代價的。

最後是國文科，國文是我的母語，當然不能漏氣，雖然有自己的一套方法，但老師的方法也提供我做微調的參考。國文重理解，只要理解文章中的文意，並知道作者想要傳達的東西，最後再用自己的話把文章大意回想一遍，這樣這篇文章將來就是你的永遠的財產，永不失去。

學習座談會的立意真的很好，讓我學到各個學科達人的經驗，也舒緩剛上高中的徬徨。如果要每年舉辦這樣的活動，我一定舉雙手贊成，甚至更希望這個活動能變成東山高中的傳統。



# 學習座談會心得、讀書方法

## 學習座談會心得

高二三班 張庭琪·導師 陳淑樺

還記得剛升上高中時，有如釋重負的感覺。因為才經歷過人生的第一次大考—基測，所以高一面對課業並沒有全力以赴，日子也過得很僥倖，成績因此起伏不定。看到自己的排名落後時，才有奮發向上的衝勁，發現自己進步時，卻又忍不住鬆懈。

升上二年級只有短短的兩個月，但我卻對『光陰似箭，歲月如梭』這句話有了更深層的領悟，一個恍神，一節課便結束；一眨眼，新的一星期便開始。尤其身為自然組課業更是繁重，因此想藉由參加這次專題學習正確的讀書方法，經過各科老師的演講，我有了一些心得，我覺得各科的教學內容雖然不盡相同，但學習方法卻有幾個不變的共通點。

首先，最重要也是最不容易的『態度』，其實不只是求學，在做好任何事前，擁有正確的態度，是最基本的事，卻也常常被忽略；再來課前的預習，上課專心和課後複習是事半功倍的捷徑，因為我們太容易因為惰性而養成臨時抱佛腳的壞習慣。最後是課外學習，雖然我們現在是以升學為主，但若我們能有遠見，視野就不該只侷限在課本，可以透過網路和雜誌增廣見聞。

我覺得一個人的成功絕非偶然，即便是天才也需要努力。當考驗接二連三迎面而來，唯有改變自己的心態，才能隨時處於備戰狀態。

## 學習策略座談會心得

高二四班 賴盈如·導師 蘇月雲

在座談會的一開始，窮“物”之理，是主任先告訴我們學“物理”的重要觀念。剛剛才考完高二第一次物理段考的我，只覺得被一大堆的公式給壓垮了，還有什麼時間去想“窮物”之理。但是接下來俊清老師表演了許多物理的魔術、讓大家可以了解學物理的好玩之處後，讓原本的睡意也全都消失了。

接下來老師進入重點告訴我們念物理的大秘訣：



### 第一點就是要勤於思考：

念物理就是要勤於思考，雖然思考一題可能要花上一、兩個小時的時間，但是在這一、兩個小時中，你會不斷的進行整理、統合，這樣的訓練雖然漫長，但卻會成為考試的最佳利器。

### 第二點就是要多問問題：

在上課時常常問(why/ how/ what)，不會的就是要問，我想這不管是什麼科目都一樣重要。

### 第三點就是多與同學討論問題：

討論問題這個在化學講座裡淑樺老師也有提到，不要吝嗇於與同學討論問題，與同學討論問題，不僅可以使自己對題目更加了解也可以了解自己是否還有哪些是需要加強的。

### 第四點是作答技巧：

- (一) 看懂題目
- (二) 從題目中找尋重要文字
- (三) 把題目轉換成圖形
- (四) 把圖形轉換成數學式
- (五) 求出答案
- (六) 最後就是要檢查答案是否違背常理

### 第五點就是多多做題目：

我認為第五點是以上五點中最重要的一點，我想這次物理會考不好就是練習的過少，以至於自己少思考問題，少思考問題，當然就不會與老師與同學討論問題，當然在考試時會考不好，而導致惡性循環。經過這次的講座感覺收穫良多，也讓我收起那想放棄的心，拾起那想把物理念好的衝勁，往下一段的段考邁進。



## 我的讀書方法

高二六班 楊青霖·導師 劉曉倩

「課前預習、課後複習」，想必大家都已經聽到爛了吧！雖然說這是一句老掉牙的話，但如果你真的可以活用在你的學習裡，那對你在課業上的幫助可說是無窮。

### 以下是我對各科的準備和方法：

(1) 國文：一般學生大概最頭痛的就是文言文，那我就針對這個來講。當我做題目時，難免會遇到文言文的閱讀測驗，這時我會先看題目，瞭解題目的主旨然後找答案；如果遇到是全篇大意時，那就多看幾遍，因為每看過一次，對整篇文章的感覺就會不同，如此一來便可選出你認為對的答案。一字多義也非常重要，常在文言文上出現重複，卻不同意義的字，這時若你會辨別，你就比別人吃香。

(2) 英文：在背單字時，可以先拆成幾個字根、字首，瞭解它們的意義，然後多補充幾個衍生字，如此累積，你便擁有豐富的單字庫。

- (3) 數學：上課認真聽講，理解是最重要的！回家多做題目，遇到有深度的題目可以試著解解看，就算花上半小時，只要解出來了，就會很有成就感。
- (4) 自然：物理著重理解，化學則是運算和背的成分多，生物也著重背的方法。物理和化學建議可以多做题，因為它們的題型有很多變化，生物部分可以多看看一些科學雜誌，來增加自己的見聞。
- (5) 社會：社會三科如果要讀好，最大的成效就是做筆記。自己動手做筆記不但可以增加背誦的效率，將來要複習時也較方便。我的習慣是一個章節教完時，課本和筆記一起看，再把筆記沒有而課本有的部份抄在筆記上，這樣就不會有所漏失。

### 最後提醒各位同學，在讀書時應該要

- 一、選擇良好的讀書環境
- 二、瞭解各科的讀書訣竅
- 三、訂定計畫並利用時間讀書
- 四、保持充足的睡眠
- 五、善用休閒的時間



## 有效的讀書方法 讀書心得

書中提到，每個人一天都只有二十四個小時，在最有限的時間內做最有效的分配是致勝的關鍵。那如何達到呢？

**第一點：**在讀書時，要以周遭環境來決定讀的科目。例如：在吵雜的環境下，可以選擇只需動手不必太費腦筋的事情，這樣可以避免思緒受影響而使效率變差。

**第二點：**盡量避免在飯後三十分鐘內從事比較需要思考的作業，這樣容易使身體感到疲勞，做事效率也無法發揮得淋漓盡致。

**第三點：**每個科目在大腦都有使用特別頻繁的部位，同一科念久了，特定部位會因使用

過度而疲勞，只要讓該部位休息，使用另一部位這樣不但可以達到休息的目的，還可以提高讀書的密度。

除了妥善分配讀書時段，善用零碎時間也是不可或缺的。每天的下課時間、通勤時間等零星的時間加起來少說也有一、兩個小時。長期累積下來，成果將會忠實的展現在成績上的。

看完這本書，讓我獲得很大的啟發，我決定要把我從這本書學到的讀書方法實際運用在日常生活中。同學們也不妨跟我一樣，讓讀書變得事半功倍吧！

國中部三年五班 劉芳綾  
指導老師：黃再賢老師

閱讀完這本書，令我驚訝的是，雖然我以短的時間即閱覽完畢，但其內容卻使我獲益匪淺，並發現原來自己的讀書方式還有很多需要改進的地方呢！書中作者一再強調，只要用對讀書方法，庸才也能突飛猛進。書中有好幾個單元，其中，我想和大家分享的主題，是關於如何善用時間以達到讀書的最大效率，這部分是最欠缺的能力，也希望和我一樣同學看完後會有不一樣的啟發。

