

# 「學習達人」經驗分享活動

## 基本資料

學院	管理學院	班級	企四丙
姓名	林雅玲	學號	06112224

## 學習經驗分享內容

主題 讀書學習策略、時間管理、語言學習技巧、筆記簡報秘笈

讀書學習策略，通常我都是分成以下幾個步驟來進行：

### 一、制定總目標

首先訂出明確想達成的目標，目標不要訂過高避免中途因覺得不可能達成而放棄，目標盡量訂在自己能達成的範圍再高一點點較能夠突破自己，例如多益之前都是考到 600 分下次再考的時候就制定 750 分，也較好達成，慢慢的進步。

### 二、制定每日完成事項

有了目標後再制定每日所要完成的事項，每天慢慢完成一些小事項累積起來後就能夠達成到總目標。為什麼要制定每日的事項呢？從總目標拆成每日所要達成的事項後，每日所需要完成的相較總目標每日只須完成一些些事項，較容易達成避免中途放棄。而有了每日目標後也較不容易偷懶，往往目標太遠距離太久就會容易懶散，往往等到了前一、二個禮拜才要準備這樣目標就很容易失敗，每日目標一點一點慢慢完成，累積到目標前就會很龐大。

### 三、每日時間規劃

規劃出每天完成事項的時間，並在時間到的時候就去執行，還有規劃出休息的時間例如讀書一小時，休息 10 分鐘，適當的休息能夠使目標更能夠達成，避免倦怠。

### 四、運用學校資源

讀書的話能夠到學校圖書館，在家的話誘惑太多，容易分心。在做練習題時有錯誤不懂的地方做記號與老師約時間將不懂的問題搞懂，多多運用在校資源，像是學校圖書館的電子資源也有很多資料能夠查詢。

### 五、定期回頭複習

定期規劃念到一個階段即回頭複習，若是沒有回頭複習，容易忘記前面念過了什麼，回頭複習加強印象，後面如有做到類似相關題目也不會一錯再錯。回頭複習加深印象到考試時也能夠很快想出答案，只有讀過一遍兩遍印象不會那麼深刻，定期回頭複習的話能夠複習三、四遍以上，熟能生巧。

### 六、總結

制定目標很重要，有了目標才有動力，自制力也很重要，避免被其他事情誘惑，每日完成所需完成的目標，一步一步慢慢完成，久而久之累積起來的效果很龐大，目標也不要一次制定太高，慢慢一步一步往上打好基礎。多多運用學校的資源，學校所提供的資源非常多只是沒有多被運用到，學校老師也很樂意幫助同學。以上就是我的讀書策略計畫。

備註：本表單蒐集之個人資料，僅限於教務管理及校務分析使用，非經當事人同意，不轉做其他用途，亦不會公佈任何資訊，並遵循本校資料保存與安全控管辦理