

銘傳大學「好書分享」徵文活動

基本資料			
級 別	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部	<input type="checkbox"/> 碩士班研究生	<input type="checkbox"/> 博士班研究生
學 院	法律學院	班 級	財金法律系二年級甲班
姓 名	吳雨捷	學 號	03650450
書籍資料			
書籍名稱	資優生不熬夜!搶進名校的精準學習法	作者	史蒂芬妮·威斯曼 (Stefanie Weisman)
類 型	學習工具書		
出版者	如何出版社有限公司	是否為銘傳藏書?	是, 條碼號: <u>C0700036</u>
內容大綱			
<p>前言: 跟我一起搶高分吧!</p> <p>第一章: 找出往前衝的動力</p> <p>第二章: 資優生贏在時間管理</p> <p>第三章: 身體強健, 大腦才會好</p> <p>第四章: 校園裡的遊戲規則</p> <p>第五章: 無敵筆記, 請你跟我這樣做!</p> <p>第六章: 文科的閱讀密技</p> <p>第七章: 回家作業怎麼做?</p> <p>第八章: 出色的報告論文寫法</p> <p>第九章: 為考試做好萬全準備</p> <p>第十章: 出神入化考試的藝術</p> <p>結論: 以自己的努力為傲, 好事就會發生</p>			
閱讀心得分享內容			
主 題	資優生不熬夜!		
<p>資優生不熬夜! 在一般人的刻板印象中, 資優生為了拿到漂亮的成績單, 往往會花許多時間在課業上, 甚至會熬夜念書。不過, 讀完這本書後, 讓我大大的改觀, 其實, 表現亮眼的資優生, 贏的或許不只有成績, 還有優良的生活習慣, 他們可以不用熬夜傷身, 照樣可以拿到好成績。</p> <p>這本書和其他學習工具書最大的不同在於, 作者不但分享了自己的學習經驗, 還會分享其他同樣名列前茅的資優生的建議, 讓讀者能多方參考其他的成功經驗。另外, 這本書不像其他書一樣, 只著墨於讀書的方法與考試的技巧, 作者還從其他的角度著手, 讓我們知道, 要想成為班級中的佼佼者, 不單單只有考試技巧的影響, 良好的時間管理、強健的身體、堅強的意志..... 等等, 都是造就資優生不可或缺的因素。以下, 我將分享這本書給我的滿滿收穫。</p>			

想要拿到好成績，筆記絕對是勝敗的關鍵。因為老師本身是講者，同時也是出題者。在課堂中，如果仔細留意老師所說的內容，往往就能知道重點的所在，同時也能避免應考時的緊張與不安。本書作者有提到，好的筆記需要三大要素：速度、周密與清晰。大體而言，學生在上課時，應該試著記下課堂上每一個重點，無論它是大是小。但大部分學生犯的一個錯誤是，他們只記下「真正的大重點」。另外，當學生記筆記時，同時也應該思考，這些記下來的東西可能會如何出現在考題中。人物、日期、定義以及其他事證，都是選擇題與簡答題的主要出處；而在作答申論題時，除了重要觀念外，還需要列舉從屬要點與事證來支持論述。

除了把筆記做好之外，也可以嘗試將某些經過科學證明有效的讀書策略納入自己的讀書方法中。這本書就分享了三個秘技，其中，第一個秘技：自我測驗。部分同學可能會想，考試已經夠多了，連回家也要考自己嗎？事實上，自我測驗遠比想像中簡單，而且是經過研究證實的有效學習方法呢！自我測驗的方法有很多，本書中就有分享一位資優生的做法，在實際考試的前一天進行模擬考。利用舊試題當參考，或寫下認為會出現在考題中的題目。接著闔上筆記，給自己與實際考試一樣多的時間，回答所有的問題。最後，回顧模擬考並且訂正錯誤。這個階段就好像是演員在表演舞台劇前的彩排一樣，考生也是需要透過不斷的練習讓自己熟能生巧。

第二個秘技：間歇性離開。在一個時段的學習活動中，與其投入所有時間專注於一件事，不如在不同但相關的任務間轉換，對於理解力有奇特的效果呢！舉例來說，如果在學習英文，別一直埋頭苦背英文單字，可以混合閱讀一些英文的故事或報紙，並綜合英文寫作的練習與文法的複習。這個方法有一個很大的優點，就是讓念書這件事變得不再那麼無趣，同時，也能提醒自己別花過多時間在同一個主題而忽略了其他方面的練習！最後一個秘技：分段式讀書。曾有專家指出，學生分散讀書時間，比起把考試範圍全部擠在一次讀，其學習力與閱讀能力都相對的好。或許在下一一次念書時，我們可以試著將教材分成數個階段閱讀，再將每段複習時間相隔幾天，也許我們就會發現，每次讀書時都多吸收了一點，多串連了一些觀念，也對內容大綱越來越清楚。

讀完這本書後，我想成為一位更好的學生的念頭浮現在腦海中。另外，這本書也改變了我舊有的錯誤觀念，以前的我會斤斤計較於分數的高低，甚至為了區區幾分而悶悶不樂。現在的我認為，學習的吸收遠比成績單上的數字更為重要！我更加重視考試後的檢討與訂正，而我發現，當自己有確實做好這個步驟時，雖然表面上自己沒有獲得滿分，實際上我已經完全的吸收老師想要教我們的知識與觀念了！當我這麼轉念時，考試變得不再那麼令人害怕，同時，我也真正愛上學習這件事！最後我期許，自己也能真正落實書中的學習方法與技巧，像作者一樣，成為一位學習達人呢！