

高中讀書方法經驗談

新竹高中第 68 屆 315 班 劉沅鑫

一. 自我介紹

大家好，我是 104 年於竹中畢業的劉沅鑫，我很幸運能在應屆指考考入中國醫藥大學醫學系，跟大家分享一下這三年的讀書方法以及心得。

以下是我的學測以及指考各科成績

學測：國:14 英:13 數:14 自:15 社:13 總級分:69 級分

指考：國文:59.7 英文:85.5 數甲:84.4 物理:88.5 化學:84.6 生物:84.0

醫學系採計科目英數物化生總分:427.0 平均:85.4

(我指考直接放棄準備國文，因為學測國文已達頂標門檻 13 級分)

回首過去三年我看了不少類似此篇的讀書方法分享，但大多數的心得文都是為了吹捧補習班老師，或是一些天才型的放屁文，對讀書方法實在毫無幫助，因此我決定親自打一篇血淋淋(?)的文章，將這三年的收穫全無保留的告訴大家，為的也是希望學弟妹能夠得到一點幫助，追求到自己的理想校系。

二. 高中的歷程

1. 學習步伐

我想貫徹我三年的方法就是：**設定目標，擬定計畫，堅持到底。**(by 推甄上台大醫科的竹中曾家承學長) 從國二以來醫學系便是我的目標，我很願意為了這個極度難考的校系放棄我的玩樂時間，多花一點時間在書本中。說起來容易，但要能完全實踐是一件非常不容易的事，因為每次段考後我通常僅容許自己有 3 到 4 天的玩樂放縱時間，4 天之後，除非是社團或班級活動，我會在學校圖書館開始唸書。**建立計畫表**便是讓自己穩坐在書桌前的方法，高一高二，我通常將自己的計畫都只訂一個禮拜，而每天睡前我會將明天要念的書詳細的配合時間規畫好，EX: 8:00~9:00 國文第 4 課

9:00~10:00 數學講義 p. 225~230 等等之類的，安排方法是文理科交錯排，避免大腦疲倦。當我隔天到圖書館時，看到如此緊密的計畫表，我絲毫不敢鬆懈，精神便可全力集中在書本上(沒做完沒差，那表示排太緊了)。到了高三，我的計畫表才將計畫擴大到一個月、甚至半個學期。而這三年來儘管我的成績跟醫科生始終有一段距離，但我不怕老師同學的懷疑的眼神，努力將我手上能有的資料盡可能灌進我的腦袋之中，雖然我不是那種每次都 3 類組排前 30 的學生，但我可以很驕傲地說這三年我徹底實踐的「**堅持到底**」的精神。

2. 高中三年

以下，我和大家分享一下各階段的讀書心得

(省略高一二寒假，因為寒假=玩!)

升高一暑假

因為國高中的英文差距非常大，我認為學弟妹此刻最要緊的就是增進自己的英文實力。如何增進？第一種，買英文雜誌強迫自己一天念一篇，把文章中所有不會的字都查出來，並且努力將那些背出來，讀完之後試試直接用雜誌送的CD聽聽看自己能不能聽懂那篇文章的每一個字。第二種，去補英文。其實我升高一時就有去補英文，跟著他每次週考要考的內容去念，一個暑假下來我的英語實力大大強化。此外，多試聽一些補習班，可以當作一種賺麥當勞券、電影票、以及零用錢的方法~(學長以後想拿也拿不到阿!!XD)

高一

高一可說是高中三年最無憂無慮的一年，我在這一年花在書本上的時間相對高二高三少很多。我認為身為一個小高一最要緊的事多去參加社團活動累積經驗，也多去大學博覽會像台大杜鵑花節、清大紫荊花節、…等去找出自己未來想考進哪個科系從事什麼行業，除了可以確定自己高二想選哪個類組，更能為自己訂下一個目標(EX:台大化工系)進而努力念書。在學科方面，高一最應該加強的就是國英數三大主科，未來不論是哪個科系都參考這三大科，我回想起來自己高三複習此三科相較輕鬆的主因，便是自己高一花了超多時間在這三科上而建立良好基礎，尤其是國文。

(畢業前夕，我的英文老師曾問我們班一個問題，「如果高中三年可以重來，你會怎麼做？」結果幾乎每個人都這麼說：「X!我一定從高一就開始認真念書，都是我高一太混讓我沒考好!」雖然我自己沒這麼說，但我希望學弟妹別再重蹈覆轍了，高中真的不像基測會考一樣一年準備就可以一飛衝天，更需要的是前兩年所打的底子，高三衝刺時才能大放異彩!)

升高二暑假

這個暑假多多去參加各大學舉辦的科系營隊，這真的是認識未來科系的一個好方法，像我就參加北醫舉辦的醫學營，讓我對整個醫療體系及醫學院有更深刻的理解，更確立我想走醫學的路。此外，我也去新竹馬偕醫院的急診室擔任學生志工(網路報名，幾乎都用搶的)，不僅可以加添自己在學測自傳上的服務時數(雖然我最後根本沒參加申請入學)，更能深入體會在醫院的模樣以及急診室的繁忙。等到7月底輔導課開始之後，生活會變得非常繁忙，尤其當快要開學時，身為生研社美宣的我必須製作出社團博覽會的布置及傳單但也必須要同時兼顧開學考，讀書時間一定會被壓縮，時間規劃便顯得十分重要，但是請千萬不要放棄此次開學考，多多少少要念

一下，以本校物理來說，考的就是運動學，這可能是往後高二高三再也不會這麼簡單的考卷了！

高二

到了高二上，此刻便是高中三年最多采多姿的生活。如果接手社幹之後，真的各種雜事會迎面而來，此刻需要的便是良好的時間管理，此外，本校高二的各種報告作業實驗記錄會像海嘯一樣湧入你的計劃表，我猶記得自己有 5、6 次熬夜到兩三點打報告，原因不外乎自己的個性喜歡將事情擱置到最後一天來做，我期許學弟妹能在平時就將作業按時完成，因為遲交作業一天就是扣十分，分數真的很貴。！另外，若學弟妹是自然組，高二開始的物理才是你高中真正應該學會的難度，高一的基礎物理其實就是你國三所學的理化+一些新的似懂非懂的新觀念且因為很難全懂只好硬背。其實原因就在於如果你想要全懂，你就必須要將高二高三的物理全部學會。因此千萬不要捨棄在物理的時間上，很多人在第二次段考已經完全放棄物理了，原因有很多，天賦是一種原因(解決→補習)，但大多數人都是段考太晚念且物理這一科連貫性太高了，舊的不懂新的也來不及學，只好放棄該科或轉一類組。若你剛好也是竹中的三類學弟，本校三類從高二就開始慢慢教高三選修生物了，這種細細的教法不論是學測或指考(雖然我指考生物考爆)都有極大的幫助，學習選生其實也是一種高一基生的複習。到了高二下期中時，社幹大部分都已交給學弟妹，此刻學校會開始鼓勵複習學測，本校高二下就有一個寒假開學模擬考，鼓勵我們開始學測複習。我在此大大的建議各位：**先顧好高二下的進度**，除非你已經有每次都穩拿班上前三名實力再同時進行學測複習。學長我那時就是自以為很猛開始複習，結果複習不好，課業也跟不好，讓我學測失利！我想若當時的進度我讀得很好，高三上就不需要花那麼多時間去補漏洞了，只好多花半年考指考！

(這其實驗證了我們學校一個地理老師的名言：「高一把高一的書讀好，高二把高二的書讀好，高三把高三的書讀好。」雖然聽起來很無厘頭，但事實就是如此，把現階段該念的東西念熟就好嘛，其他時間可以用在娛樂也可阿！)

升高三暑假

畢業旅行完，此刻就應該收心拚學測了，不要想說還有 100 多天等到剩 100 天再念就好，我誠心誠意地告訴你，除非你以前學得很好或是你超聰明的不然你等著考指考或重考吧！**從 7/1 到第一次模擬考這段期間將是你唯一不為外物所擾且能全力拚學測的時間**，我記得自己在那個月每天 8 點起床，9 點到圖書館一直念到晚上 9 點半再回家，一整個月就把學測物化範圍全念完了（之後物化也只有寫模考題沒再回來複習了），雖然社會

三科我沒念完，但 1、2 冊也幾乎念完了。等到暑輔課開課後，新的進度一來，複習時間雖然相較開學時間仍來的多，但時間必定被壓縮，所以再次強調，能念盡量早點念，越晚念也越難消化！此外，進度一定要顧好，高三各類組的課業都是重頭戲，你就算再強也沒辦法知道自己指考當天的狀況，唯有顧好高三課業才能確保你還有考指考的實力。

高三上一準備學測

到了高三上，全班都有那種決一死戰的氣氛出現，很多人開始硬拚起來，每個人都希望自己是學測就上的幸運兒，高三下絕對不要碰到任何書本而盡量地玩玩玩！我建議此刻的讀書態度就是：上課認真聽，平日讀複習，假日留時間給進度，且進度：複習應該調整從學期初(9~10 月中)的 5:5，接著學期中(10 月中到 11 月底)的 3:7，一直到學期末(12 月初到學測)的 1:9(更甚者 1:99)。我想此刻大家要有個概念就是上課會的就直接先學起來，不會的該節下課馬上問，問題千萬不能拖！等到段考前一個禮拜再狂念段考即可，想要全讀熟讀懂指考複習再說，這裡先為指考打個地基，以防止不幸發生。當然我也有認識將高三課業全部擺爛，全力拚學測結果考很好的人，但他曾語重心長地說：「如果我學測沒上就不讀指考直接重考明年學測！」我想除非你也有這種魄力，不然千萬別放棄進度！（人真的不能太鐵齒）其實我的高三上生活比較慘淡，因為自己雖然物化生是強科但必須合併地科才成為一個「自然科」，偏偏地科是我弱科且我的社會一直不見起色，再加上國文作文一直寫得不好，整個對我就是很不利。我雖然四次模考分別是 66/69/66/67 級分不算低，但眼見別人從 50 幾級分一路衝到快 70 級分而自己一直在原地踏步，這種感覺十分的差。尤其離學測僅剩 20 幾天時，我仍發現自己寫社會模考題仍有極多東西都不會，讓我十分沮喪，竟然決定放掉社會科，全力攻英數自，這也注定了我之後社會科的失敗。此外，由於我高三上覺得不用背第五級單字也造成我在學測上的失常，因此如果你是竹中的學弟，中單要背熟是必定的，更重要的是高單的前半本也要背，就算學測第一大題都出中單裡面的，閱讀測驗還是有高單的單字，何況現在學測趨勢越來越難，第一大題也有可能出現(去年指考還考一個超出 7000 單的單字)

高三寒假

其實學測前我已經跟父母講好決定要考指考了，學測僅能看我運氣會不會很好！我認為學測考得好的人真的是實力+運氣，因為當自然社會科都考得不算難時，運氣好的人容易一飛衝天，且用前 1%的分數劃分成 15 個等級難免會讓有些人卡在邊邊，如果在邊境之上當然很好運，但若在邊邊之下就實在是夠慘，像我的國文差 0 點多分 15 級、英文差剛好 1 分 14 級、社會差一題 14 級，我們班有不少人有這種慘況，所以運氣真的也是

考試的一大部分，對我而言考指考的好處在於：你的實力是多少 100 分裡面就拿幾分，不會因為那 1%讓你受罪，此外，由於今年指考採計科目改成最多採計 5 科，醫學系(除了中山醫)放棄採計國文(但有綁學測國文要頂標 13 級)，可以全力攻其他五科，因此考完學測沒幾天我就去清大圖書館念書了。我深知自己學測很大部分是「英文」考太差，便硬逼自己一天新背 40 個單字再回去背昨天的 40 個單字，雖然我也有幾天耍廢不背，但這個寒假下來，我背了快 20 回單字(一回就是 40 個)，瞬間超越學校老師的單字複習進度許多！因為我也知道開學有個期初模擬考，在寒假我先把基礎物理 2B 和選修數甲上做過的例題大致複習一遍。其實如果你是學測可以上的人，這個寒假可以先準備備審，這樣開學之後會輕鬆許多；至於如果你是跟我一樣志在指考，此時的寒假便是超越別人的好時光呢！

高三下一指考衝刺

學測成績是在開學後兩天放榜，當天大約 7:30 時大家的簡訊陸陸續續收到自己的分數，當我收到時自己真的有些難過，畢竟我怎麼預估自己都至少有 70 級分，竟然僅有 69 級分！但是我告訴自己指考也剩 100 多天了，若想要考得好，心情一定得平靜面對考試！我重新布置了自己的房間成一個指考生該有的樣子，排定自己的指考計畫表，抱著破釜沉舟的決心迎向指考！前文有提過我高三下的計畫表是排一整個模擬考為範圍，接著把每周能念的總小時數再依自己的程度分配給各科，再分配這些科目給每一天。我開始很在乎自己是否有跟上計畫，每晚都會去檢驗自己有沒有到達計畫再適時修正。學測前我心中總是擔心自己被別人超前，而埋頭苦讀；到了準備指考時，我變得比較樂觀，心中想的是「如果我一直這樣念下去，指考當天一定嚇死人」。而比起學測進度複習兩頭燒的困境，指考並沒有，因為段考的進度指考也會考！因此此時的進度：複習也必須是 1:1 絕對不可以荒廢，另外，段考不能像學測時只剩一個禮拜再準備，平時就必須念好，計畫表不能因為段考而中斷複習，頂多留 3~5 天進行觀念整合，請注意，我這裡特別強調是「段考觀念整合」絕非「段考開始準備」，表示平常已經唸完了！因為段考比起指考來說根本算不了甚麼，因此複習計畫仍須繼續邁進。從 4 月中開始到 5 月初，考學測的人會開始放榜然後各種耍廢，班上會很明顯的分成兩派：學測耍廢派跟指考衝刺派。我們班在最後的一個月裡讓所有考指考的坐到前面去，其他學測上的就坐後三排。雖然我本來就不太會受到同學影響，但眼見那些人上課都可爽滑手機，而我還是得面對指考這個大魔王，心中不免有些低落，但通常這時我就會提醒自己是因為我還有夢要追，絕對不能放棄！其實待在我們班還不賴，那些學測上的人定期都請我們吃東西喝東西，鼓勵我們再堅持下去。從 5 月開始就是真的指考衝刺期，在我們學校 5 月底仍有一個畢業考，因為進度我平時都當週複習完畢，我僅在段考前一天觀念做整合，此外，不論模擬考的範圍怎麼考一定要扎扎實實的在 5 月中前將指考範圍全部念完，以便在 5

月中後開始大量掃題目。5月中到6月中我將自己的時間幾乎分成一半，一半的時間複習不熟的物化觀念、統整生物筆記、讀英文文章或背很棒的作文、翻一翻以前的數學講義，另一半全部都在做全範圍的模考題，因為我5月初已經將計畫完全排完，因此我只要確實做計畫表上寫的東西即可！等到6月中開始，我8成的時間都拿來衝題目，其他時間則是讀生物筆記和英文作文及統整物理實驗成筆記，到了剩5、6天時，我才開始看化、生實驗，實驗這種為考試而設計的題型最後幾天看最有用，平時看真的很容易忘(同理我指考模考前一天都只念實驗)，當然我大部分的時間都是在衝題目，畢竟此刻應該要完全熟悉大考題型。在最後一個月裡，我選擇參加補習班的衝刺班，養成了良好作息，雖然最後一個禮拜我決定回學校圖書館念，仍精準的配合大考作息。在指考最後一天睡前我告訴自己：「你已經盡你最大的能力了，將一切交託給神。」便安然入睡。

我的3次模擬考平均為：68分(組排33) 71分(組排15) 72分(組排6)
我也懷疑自己為什麼能在最後一個月衝到指考平均85分，進而考上醫科？除了運氣很好之外，我想就是因為有「堅持到底」的毅力使然。

三. 各科讀書方法+製作讀書計畫及讀書態度

前面那些話應該算是我的讀書心得，以下才是工具文章。請特別注意，每個人都有剛好適合自己的讀書方法，我的讀書方法並不是每個人皆適用。

國文

國文這個科目應該是理工男生最頭痛的一科，因為感覺天賦佔的比例比努力來的大很多！其實大考國文準備可以分成多個面向：

形音義：

我自己是有一本形音義的書，他的編排方法比較像改錯字。我的念法是我班上同學教我的：先把正確地的字用手遮起來，自己寫一遍正確答案，如果一次就寫對就在題目前面打一個勾，寫錯就罰寫五遍並在前面打一個叉。隔一天就再遮昨天打叉的字，如果會了就勾錯了再打叉，我會把打四個叉以上的字重複複習，直到我真的牢牢記住。因為我從小形音義都是爛到不行，所以才需要這種如此暴力的讀法，畢竟大考形音義是必出的題目，會就是會，不會只能用猜的。

國學常識：

準備方法就是一個字「背」。如果你想要牢牢的背熟，從高一開始每次課本或老師講義有關於國學常識就是得乖乖背，不要想說這些東西高三再學就好，因為學測指考國學常識頂多1、2題而已，而且很多都跟學校課本有的文章有關，國文這科想要考得好就需要慢慢累積。我高三只有看搶救國文大作戰裡面的國學常識，其他參考書我就沒看了。事實上我這一年學測考的國學常識是包含在30篇古文之中的，並沒有獨立考出我念的那些國學常識，證明投報率也是蠻低的，但跟形音義一樣，不會就是不會，還是得念。

閱讀測驗：

現在選擇題佔最多分的就是閱讀測驗了！從高一開始註釋就必須超級認真的背，因為那些註釋將是你往後解閱讀測驗題的關鍵，線索越多，全篇文意就越容易搞清楚，正確率也提升。到了高三，建議去買一本那種古文閱測 300 篇的書，一天練個 2、3 回，去提升語感和速度感，我發現自己如果在考國文之前有先寫 1、2 篇閱讀測驗，考試做題目時的正確率幾乎都會提升。

其他選擇題：

剩下還有修辭跟靠天賦的題目了。基本上國中只要有念，高中的修辭考來考去也是那樣，不太會寫錯。剩下的國文題目就是那種字詞填空的魔王題目了，如果要填的詞你剛好都很懂，那這種題目就直接秒殺；但倘若他考的是蠻艱澀的詞，而且你從小到大也沒有背過他的註釋，這時只能用猜的了！我曾經很認真去問過我們班的國文大神他是怎麼解這種題目的，他說：「我覺得這個選項我比較有 fu 我就選了阿！」可見語文天賦的確是決定國文成績的一個因素。我還要提醒一點，國文選擇請要求自己一定要在 30 分鐘寫完，因為一旦超過 30 分鐘，接下來就是壓縮你作文的時間，作文常常是決定你國文成敗的關鍵！

30 篇古文與文章分析：

我自己在準備 30 篇古文時有買兩本書，一本是像課文一樣的參考書，因為我選了和課本一樣的出版社出的書，跟課本一起搭配念，我自己覺得還不錯。裡面會幫你統整每篇古文的形音義、修辭、相關國學常識…等等，其實已經很夠了。至於另一本是教你怎麼寫古文分析，其實我們班沒甚麼人買這種書，但是我真的是大推！因為古文考來考去也就那 30 篇，如果手邊有一本書把文章分析的很透徹，寫起來真的是事半功倍。我學測前幾乎把 30 篇古文的分析都寫一遍，學測時就不會害怕了！另外，從我這一年開始學測非選第一小題改成看圖作文，我沒有特別去練它，因為我的國文老師上課會不定期的發這種題目讓我們寫，我覺得這樣已經很夠了。如果你覺得自己這方面很不足，就多找些題目來寫寫。

長文作文：

我想理工男生最頭疼的莫過於作文怎麼寫都寫不好，總是得不到老師青睞。我建議各位高一高二就多讀一些文學的作品，雖然我自己最痛恨那種書，但仍強迫自己勉強吞下去，去看看別人怎麼把文章寫得好、寫的美。到了高三之後，你一定要強迫自己一個禮拜交至少一篇作文給老師改，這裡要注意的是：不是改完就算了，要跟老師一起討論自己文章的缺點矛盾，然後要怎麼寫會比較好，把改寫過後的再給老師改一次。一開始文章先要求自己「寫得好」，先不要去管時間；等到距離大考越近，再要求「自己寫得快又好」。而以下是教大家如何將文章寫得好：關鍵就是「背文章」。以我為例，我自己有去書局買一些範文集、佳句精選並上網印大陸高考滿分作文，我都是在沒事的時候看看別人怎麼描寫、怎麼敘述，我找到自己有共鳴的句子時（就是你也有相同

感覺但你不可能寫這麼猛)，就把它們抄在自己的筆記本，沒事就翻翻那本小本本的句子，然後盡可能背起來。等自己收集到一定數量的美文時，去找找看一篇作文題目能運用你抄的美文，確保要能組合良好且符合題意，這樣一篇好文就被你做出來囉！多組合不同類型的題目，讓自己更有機會猜中大考作文。你可能會說：「怎麼可能猜中大考題目阿？」在這裡，我也要說說變換題目的彈性。這種作文是適用那種模稜兩可的作文題目像：遠方、圓一個夢，不適用今年指考的死板板題目：審己以度人。以我自己多次寫模考作文為例，我很喜歡寫我努力讀書考大學的內容：在「堅持」裡我寫自己讀書的堅持；在「舞台」裡我寫在人生舞台上每個人努力扮好自己的角色，所以我身為學生的角色就是努力讀書，在人生舞台上發光發熱；最後學測的「獨享」我寫我獨享一個人念書的時光。這種變換同一個內容的作文讓我學測長文得到不錯的 19.5 分，至於指考我真的運氣很好半年沒練作文也拿了 18 分(選擇題就遭報應啦)。但平時一定要勤練作文，因為這樣自己才有能力對付完全沒看過的作文，免得遇到很死的題目就欲哭無淚了。對了，請特別注意：如果你的文學造詣和文采本身就很優良，就千萬不要用這個方法，因為這只會窄化你的創作天分和思想，此方法適用於像我一樣寫作文都非常白話的人。

英文

單字片語

我覺得如果高三大考英文想衝到八、九十分，那高一開始就必須十分認真的背單字。我在高中的單字量有 2 大進步期：第一當然是準備指考的那半年，第二則是高一一整年了。我記得自己高一每當有空時，就翻翻書商送的單字小本，逼自己在老師上某課之前，把所有單字都牢牢記熟。而且不管是甚麼教材的新單字，我都盡量背，一整年的程度真的大大提升。反倒是我高二就一直靠高一立下的老本，沒有高一那樣的努力，直到高三上我才驚覺同學都已經追上或超越我了，此時想再超越他們許多也有些太晚了。前文我已經有大概描述我如何背單字的，基本上就是溫故知新。我高三的暑假可以那麼猛一天新背 40 個單字的主因就在於自己高一建立的背單字習慣。我高一一開始不能背太多單字，一天的極限大概就 15 個，但我會回去複習前天的 15 個和前前天的 15 個，來加深印象。背久了之後，我能接受的單字也逐漸提升，快到高二時，一天可以背 30 個了。當然，我並沒有過人的記憶力，因此有一些單字還是記不太起來，但藉著學校的一張張測驗卷和雜誌的文章，這些字偶然會出現，又可以再加深腦袋中這些字的印象。至於片語的話我覺得把課本每一課的片語都背熟已經很夠了，因為最近的大考我都沒有看到很冷僻的片語，都考常見的那些。

克漏字

大考克漏字會融合一些單字題、文法題、和文意題…等等。在此處我要特別說說「文法」。我國中時文法很爛，常常搞不清楚用法，所以我高一真的很認真把文法書讀到精熟，想說之後大考這是一個可以贏別人很多的籌碼。我段

考時文法題幾乎都可以全對，但直到高三寫模考題時我才發現現在考試制度文法真的考非常少、有時根本沒有！但高一要念書量真的比較少，大家可以趁那時就把文法精通擺起來放，之後就不用多花點冤枉的時間去念他了。準備這一大題的方法就是練題目而已，因為一切的關鍵都在於高一二的你願不願意多讀點文章多學點用法，因此，再次強調，國英數真的超級重要！！

文意選填

篇章結構

學測會出 10 填 10 的文意選填，指考變態一點則出 12 填 10 的文意選填並多了篇章結構。作文意選填有幾個要點：1. 選項幾乎都要會，這就看你累積的單字量了，不多說。2. 先看看格子要填的詞性，用詞性去推去刪，從高一開始就會依直寫這種題目了，習慣久就會 3. 根據前後文意去推就大致可以找出答案。篇章結構就只有一個關鍵：扣緊前後一句的題意。這兩大題真的有點靠天賦和感覺，所以每當模考或大考前，我都會先各寫兩題培養自己的英文感覺，然後再上場考試，提升自己正確率。

閱讀測驗

閱讀測驗從高一一直都是我在英文考卷的障礙，感覺很難很快就找到整篇文章的重點，而且很多字都不會，更增加了瞭解完整題意的困難度。我高三上因為被錯得慘兮兮的第一次英文模考嚇壞了，便下定決心要每天練閱測。就這樣，我每天午餐都 11 點下課吃完，然後 12 點準時在圖書館出現去練 3、4 篇閱測，再趴下來小睡一下。我經過一個月的訓練之後，發現自己的答題速度真的變快許多，但正確率並沒有提升多少。直到高三下時我才真實明瞭自己的問題出在哪。前文我有提及自己在高三寒假背了許多單字，結果開學後我真的發現許多以前學測模考時閱測都有偷出第五集單字、甚至出到第六級，多背了這些單字對解題意的正確率自然提升。此外，除了每天一定都要看文章(建議以模考閱測、空英雜誌的難度為主)之外，我建議學弟妹在英文模考或大考前一個小時，先做 1、2 篇閱讀測驗及自己常錯的大題，這麼做的用意是要先「開啟你的英文題感」，接著再上場考試。我自己有實驗過，只要這樣做，閱測錯題率通常都會下降，我考指考英文前 1 小時也這樣做，閱測僅錯一題。

數學

其實數學這一科是我國高中唯一完整補六年的科目，所以原諒我真的不知道沒補習該怎麼念數學。國中時，數學這一科基本上可以靠題海戰術去提升成績，講白一點，就是「背題型」。然而，高中數學真的千變萬化，題海戰術僅能作為算到熟練的輔助，唯有精準掌握「觀念」，才能對完全沒看過的題目迎刃而解。然而，要如何牢記觀念呢？我自己不是那種上課一聽懂了之後就學起來的人，所以我每次補完習後，一定會在下次上課前把上一堂課的觀念先全部讀一遍，並把老師上課帶的題目全部用白紙遮起來自己重新想一遍並算

一遍，會的就讓它過去，不會的打個勾並看老師的算法，想想自己是哪個環節沒想到，不懂一定要去問。段考前幾天我會再把整本講義再用白紙遮起來、再算一遍、不會再打勾一遍以再精進自己的觀念。由於本校有個不知道算好還是不好的傳統，就是每學期期末考數學都會考全冊，因此我期末考前一個禮拜又會在把之前整個講義再重新遮起來、算一遍、再勾一遍。至於每個寒暑假開始都會有開學考，數學又再考上個學期整冊，於是…我又遮起來、算一遍、再勾一遍。每冊在升高三要準備學測前，我已經有完整三遍的印象了。這使我高三數學複習真的很輕鬆，雖然我還是有報補習班的總複習班，但裡面教的東西超過九成我都沒忘掉。再來就是我本人數學考試的一個嚴重問題—粗心。粗心有分很多種：算錯、看錯、抄錯。算錯是很容易犯的錯，而後面兩個只要認真讀題、不要每一題都用狂飆的，基本上就不會發生。學測指考考卷一題動不動就5、6分，非常傷！以下是我用來防止算錯的方法：首先，我必須先介紹自己的數學考卷做題方式。我是單選→填充(→計算《指考才有》)→多選，因為多選往往一題都要算很久、扯到很多觀念，所以我都最後算，寫不完還可以猜一下。通常單選選填寫完我都會在每題前面做標記，如果那種計算很簡單的我會馬上驗算，答案一樣就在題目前面打個勾；如果是那種一看計算就很難算的、或是不完全確定算法的，算完我會打個「check」；如果是個人每算必錯的題目(我的就是線性規劃跟數據分析兩大單元)，算完我會打個「必check」。等到多選算完，我會馬上去檢查計算(指考才有)，接著趕快去算「必check」題，再去算「check」題，然後行有餘力，再去解那些沒想到的難題(不要花時間鑽研，先守住分數再進攻難題)。這種做法會有個缺點：如果沒時間，多選都不檢查。因此寫多選前，我會快速掃一遍所有題目，從難題寫到簡單題，以防前一題簡單，下一題突然太難，一緊張容易粗心並卡題，就沒辦法檢查了。聽起來似乎有點複雜的解題流程，因此我建議學弟妹要多印數學模考卷來實戰演練一下。我推薦「賴老師數學教室」(<http://web.tcfsh.tc.edu.tw/jflai/>)這個網站，裡面免費收錄各區模考題，真的蠻用心的。我指考前幾乎把近3年所有的指考模考題都寫完了，為的就是培養自己減少粗心的方法、以及解決沒看過題目的能力。順帶一提，雖然中模真的很難，但如果想練自己的計算能力，倒是挺有幫助的。

物理

我在前文有提過高一物理讀不懂是正常的，在此段我就不贅述了，我直接進入高二高三物理。在此刻，我一樣要說：我是有補習啦，但我們學校的物理老師幾乎都很認真也教的不錯，如果都有好好學好好寫作業，應該問題不大。但為什麼許多人都覺得物理很難呢？因為感覺就是「這一條條物理公式，一直無法內化進腦袋中的對於整個大自然的運作模式的概念」，換句話說，就是太抽象了→這才是我去補習的原因。在我補過的所有科目中，物理是我認為最值得的科目。補習班的老師的厲害之處就是讓你有「哦~原來這個世界的運作竟是這麼有規律且統一」的fu。(當然我不鼓勵每個人都去補習，我們學校

裡也是有名師的，當你學的一直很不好再去補）我自己讀物理的方法跟數學很類似，一開始當然就是讀觀念，然後就是前文提到算數學的那招「遮起來、算一遍、再勾一遍」，但是比起冷冰冰的數學式子，在算物理時我會一直去想「Why?為什麼要想到這個公式?」，我會看看題目給的條件，把我所有想到可以用的物理公式全部寫下來，再根據條件去列出應該出現的公式。舉例來說，現在有個題目是力作用一段時間，我會馬上想到衝量 J ，因為有個公式 $J=F\cdot t$ ，但如果題目給的是變力，那我此時就會畫 $(F-t)$ 圖，然後求圖形面積，因為 $J=F\cdot t$ 是在 F 是定力時才成立，換言之，我們學物理不只要對每個公式理解清楚，更要去想它的使用時機，才能得高分。我讀物理的時間大部分都花在「想題目」上面，只要有想法，便跟老師討論，為什麼應該那樣算不是這樣算，聽聽老師對於解題的經驗，真的會有幫助。物理比數學更吃重「想法上的觀念」，想法對了，不論遇到甚麼題目（當然扣除一些難題），基本上都迎刃而解。通常將老師上課教的那幾題經典例題裡面的想法都搞透徹了，講義後面附的題目寫起來應該就不會難，但我在此特別強調，所謂的透徹並不是把解法默背起來然後拿去後面題目偷用，而是你一個式子到下個式子能夠完全明白為甚麼接下來要這樣做，並在下次遇到時能自然而然地想出來，也就是說，你要背的應該是「想法」絕非「遇到某種題型的解題模式」，唯有如此才能真正理解物理，而非成為一個會解題的考試機器。等你真的理解物理後，你不禁會驚訝「物理，吾道一以貫之。」物理這一科要到完全懂真的不容易，我自己覺得也還沒到完全理解。很多人大學4年修完才有fu，更有人碩博士讀完才有，所以學弟妹千萬不要灰心，堅持到底並且千萬不要放棄，有努力總有一天必有所成。

化學

化學比起物理簡單但某種程度卻也比較難。因為化學這一科都是別人把完整的化學概念整理出來，然後變成這門科學。因為這是靠整理的科目，因此免不了死背，甚至連解法都必須背起來，所以它不像靠物理能夠由觀念做推導的科目。我認為化學真的除了把公式跟老師上課說的例題記一記之外，必須輔以大量題目做演練。尤其從高二下到高三上這期間所學的化學是高中最難的，每個單元衝個兩、三百題去記題型也不為過，然後每錯一題都要確實檢討確實訂正才行，把不會的、常忘掉的化學概念做成筆記以作紀錄，才能牢牢記住不忘掉。有些人喜歡這種靠記憶、靠努力就可以高分的科目，但對我而言，這個過度繁瑣的科目不像物理一樣能一通百通，比較困難。而高三下的無機化學和有機化學又更是一大挑戰。首先有機化學的高中教法也比較靠死背的，但如果能學一點反應機構的話，對記憶有很大的幫助。至於無機化學真的全部靠死背，沒有任何簡單的方法，只有背背背！但大考不會考太偏的無機，所以也不用去背一些冷門的東西。我準備化學的方法，基本上仍是數學那一招，「遮起來、算一遍、再勾一遍」，但因為那些速率定律式、平衡常數都是人訂出來的，真的沒辦法自己去用「想」的，所以我遮起來一直

都是默背解法，然後算學校老師的講義題目(也就是前面在物理我說的那種《偷背》法啦)。其實若嫌題目不夠也可以去買那些試題挖挖挖、月考王等題庫去衝題目，再把常錯常忘的特別做成筆記。我到了高三之後用的是詮達的總複習整理跟測驗(參考書我後面會詳談)，它的量應該是市面上化學指考參考書最多了，三本整理寫完幾乎都會把以前不懂得全部搞懂了，此外它的測驗題很多都是抓各區模考的題目來出的，題目量非常多而且很多難度很高，我常常錯的一塌糊塗，不過經過這些題目的摧殘，我的化學實力也不斷提升，更成為模擬考上的強科了。(但指考考差沒90)

生物

生物是我從國中以來全科最喜歡的科目，這也是我選擇醫學系的原因之一，就是多學一些醫學知識。我覺得喜歡生物的主因是想多了解人體各器官的機制與作用。回想自己為什麼從小生物就學得好，我認為利用「圖形記憶」和想像力真得是不可或缺的一環。首先，你必須要想像你身上真的有這些細胞在生動得管理你這個人，然後都用圖形去背它們，你會發現那比課本死板板的文字好背許多。印象最深刻的是在國中時，很多人第一眼對心臟的運輸方式感到很頭疼，但自己卻馬上就記起來了，因為我「想像」這個課本的心臟真的「碰碰 碰碰」在跳動，然後再「想像」那些血管裡血的流動方向，一切都再自然不過了，根本不需要去硬背。高中的生物也是同理，許多觀念自己都可以用一張圖背起來，一些要記的要背的都標在圖上就好了，至於真的非常細瑣難背的東西，建議就做成筆記特別記一下。其實生物科真的就只有背而已，端看我們要怎麼輕鬆一點的背起來。想要段考讀熟的方法當然就是多讀幾遍、多做題目這樣，想讀熟高一基礎生物這樣念學測幾乎就可以了，只是要把一些常錯的做成筆記即可。但是選修生物想要全部靠多讀幾遍來記，幾乎不太可能！因為每章的範圍那麼多，各章連貫性也非常差，這樣根本不可能完全記起來。此時，「作筆記」就是非常重要的事了。我平常段考都讀我學校老師發的生物講義，每次段考最少也讀3遍，自然再熟悉不過了。我高三下準備指考時，就把老師講義統整成自己的筆記，每章皆如此。我的筆記都是以圖為主，然後再以文字做輔助，進而發揮「圖形記憶」的功用，真的很瑣碎的部分我就整理成表格。做這個筆記花了我不少時間(半個多月)，但真的有把之前常記錯的背起來了，寫模考題真的順很多，實在是相當推薦。其實生物的題目也可以多做，因為很多題目會就是會、不會就是不會，不像一些拐彎抹角的物化題目要想很久，寫起來速度非常快，也可以很快抓到自己的弱點在哪。但我自己的習慣是先把內容讀到很熟了，才去做題目，寫起來比較不會卡住，這個習慣因人而異，不分優劣。

歷史.地理.公民及地科

我必須要說我的社會科真的很爛、爛得要命，因為我自始自終都沒有搞懂讀社會科的方法，對我而言，讀幾遍就算幾遍，所以其實各位可以跳過這段啦。我對社會科的態度就是「死讀書」。歷史我就單純多讀幾遍(每次段

考至少三遍)，求多一點印象，但我的腦袋好像一直都建立不了完整的時間軸，讓我的歷史讀起來就很不順。地理這一科我認為是最沒範圍、最考常識的一科，因此我把高一的地理讀得很熟，至於難度無限破表的高二地理我真的準備不來，只能考運氣了。公民我認為是三科最好準備的，雖然高二上的法學跟高二下的經濟學感覺蠻難的，但前者就是認真記專有名詞就有分，後者弄懂他的數學原理其實也不算難，比歷史和地理親切許多。

至於地球科學則是我自然科的大弱科。這是因為我們學校太重視生物輕視地科了，導致我們有半冊地科是自學，讓自然組的學生幾乎都蠻怕它。我覺得地科是個由瑣碎知識組合起來的科目，東背一些、西背一些，沒有比較完整的概念。對我而言，天文學是一大瓶頸，後來寫了無數題目後，我覺得還是要用「想像力」跟作圖才行，不過學弟妹不用擔心，地球科學其實有許多理論都沒有架構清楚，所以考試真的不會很難，不需要鑽研的走火入魔。

讀書計畫

要如何訂讀書計畫？這真的是一大問題，我自己學了三年，直到高三才大概有點方向。高一二的我計畫都只訂一個禮拜，就大概覺得自己會讀多少，就排多少，但每到段考前我覺得好像都念不完。到了高三，我會精算一個禮拜自己總共有幾個小時可以唸書，然後進而分配給強弱科，弱科時間排多一點，再訂一個月的總表，每天固定好文理科交錯排，以準備一次模擬考為單位。接著將個月要讀的各科的量下去每天排好，計畫表用鉛筆寫，比較容易更改。一個科目至少讀1小時最多2小時去排，避免科目疲勞。然後，一個禮拜挑一天固定檢討計畫表的落實程度，再做增修。再來除非你跟我一樣真的補非常多科已經沒時間了，不然我真的建議：一個禮拜要留至少3、4小時拿來補進度，因為人往往都太理想了！像我幾乎每個禮拜都會落後進度，又要再往後面調，因為我習慣把計畫表排的非常緊密，但真的改不了。讀書計畫要試著自己做，才知道問題所在，也不會有那種今天想讀哪科就讀哪科的心態出現，因為你知道現在不照計畫走，到時又延後，考試又再度讀不完了，所以這也算一個強迫自己專心的方法。

讀書態度

很多人說自己已經很認真了，但為什麼成績一直沒有起色？第一，當然是沒有找到正確的讀書方法，這也是我撰寫本文的主因。第二，就是沒有到所謂的「很認真」。學校裡有許多人會到圖書館念書，但很多人是考前1、2周才開始念書，這絕非正確的讀書態度，上課認真，下課立即複習，這樣才能確保那些知識是一層一層的堆入你的腦中，如果考前2周複習，就算考得很好，其實也只是靠短期記憶，考完真的很容易就忘光了。再來，很多人就算在看書也沒辦法擯棄掉那些手機遊戲、FB、IG、PTT…等的誘惑，高一二段考前看其實還好，但高三如果你自己跟我一樣會忍不住看那些東西，那你就必須把

該刪的刪一刪、該關的也全部關掉，沒有什麼動態跟資訊你沒看到是真的很可惜的，如果你真的那麼在乎你未來的大學跟科系，就必須要有所犧牲。講真的一、兩百天轉眼就過了，一考完，你想幹嘛就幹嘛，也沒有人要管你了。最後，高三的你們或許覺得目前的生活真的痛苦不堪，但是你們還是可以再更認真一點。我曾經看過一篇北一女重考上台大醫科的分享，她說：「我根本不管午餐吃什麼或是我穿了什麼衣服要去圖書館。一天睡六小時，讀十六小時，那也是我第一次明白了什麼叫拼搏。」大家不妨拿出「跟它拚了」的努力，在這青春年華中為自己的夢想而奮力一搏！

四. 參考書選擇

首先我必須要說，參考書非常多且雜，自己挑最喜歡的才是最適合的，所以真的僅供參考。

1. 各科用書

學測用書：

國文

翰林古文 30 篇大講堂→推

康熹古文非選 book→大推 我都背它附的詳解

龍騰搶救國文大作戰

吳岳國文形音義寶典(別人送我的)→非常好用

吳岳國文作文寶典(一樣別人送我的)

網路上的大陸高考滿分作文

學測指考作文範文

英文

晟景英文字彙中級(竹中中單)

康熹新必背英文句型

陳鳴弦英文教材→不好

詮達英文總複習測驗中→閱測難度很夠

數學

陳立數學學測總複習教材

新竹高中 1~4 冊複習

詮達數學總複習測驗上、中

物理

詮達物理總複習整理上→不太好 可以選別出版社的

化學

詮達化學總複習整理上→以學測而言過難 但對指考頗有幫助

生物

翰林學測新導向→以學測而言相當合適 推

地科

詮達地科學測總複習焦點→題目很難 但整本寫完幫助頗大

可以考慮別出版社

歷史

弘理社會歷史勝經→大推 重點整理非常清楚 但老師教很雷

地理

詮達地理學測總複習焦點→還算可以 但可以選別出版社

弘理社會地理焦點手冊→老師很推 筆記很優 但這書就還好

公民

詮達公民學測總複習焦點→整本量很多 題目很少 但如果整本念完實力會大幅提升 但必須花不少時間去念

題本

詮達考前 60 天搶分題庫→大推 建議五科買下

指考用書：

英文

李奇英文教材→大推

晟景英文字彙高級(竹中高單→一定要認真背 閱測不會的字會驟減

詮達英文總複習測驗中→不錯

英文妙妙卷→閱測難度有時太簡單

數學

詮達總複習整理測驗下→推

陳立數學指考複習教材

賴老師數學教室網站收錄的各區模考→一開始寫真的很挫折都不及格
等越寫越多份 熟練度會一直提升 印越多幫助越大

物理

詮達總複習測驗中下→很多很難 但寫越多真的越順手

宏泰物理指考複習教材

化學

詮達總複習整理跟測驗中下→化學科是詮達全科編最好的 我幾乎全寫完了 幫助真的很大

吳宗翰化學指考複習教材

生物

新竹高中林清和老師講義→編的真的非常好 被他教到是件非常幸運的事 但他沒有想自己出書的意思

詮達詮達總複習測驗上中下→普通 但題目真的非常多 寫完也幾乎是神

題本

詮達考前 60 天搶分題庫→一樣都大推

上網印各區各科模考

2. 詮達文教

前面我有不少參考書是詮達出版的書，到底詮達是什麼？真的好嗎？

(雖然詮達有給我獎學金，但我保證以下都是我真實的感受，沒唬爛啦!)
詮達出版社是一個一次訂全科的出版商，如果你是竹中的學弟，在高二下會從輔導室那裡拿來一疊他的廣告單。你會覺得感覺榜單上的學長姊都極度推薦它的，但我身為一個三類組學測指考一起的方案(就是裡面最貴的)的使用者，我可以老實跟你們說我自己親身使用後的感想。詮達的參考書有分學測跟指考的，說句實話，如果要我重買，我絕對不會買「學測總複習焦點」這一系列，因為我認為各科都有更好的參考書讓我作選擇，此外，物化的總複習整理前面就有高一部分了，多兩本物理化學完全沒用到，最後還不是丟掉，真的很浪費錢。至於總複習整理的部分，物理化學生物編的非常好，若要考指考，我真的很推薦。數學編的不錯，英文編的怪怪的。至於國文，裡面都是各種古文，除非你對文學非常熱愛，不然我真的覺得它編的超級爛(總複習測驗也很爛)。但是詮達的總複習測驗就編的不錯，除了國文各科都值得一寫，只是每科都有上中下而且不便宜。至於它一直很愛宣傳的通訊期刊，裡面都說是依據時事出題，但事實上是…今年根本沒命中學測指考半題！最後，它都會出學測指考考前 60 天題庫，我個人認為這真的蠻值得全科買的，因為題目創新、難度仿大考、解答超級詳盡。總而言之，要用詮達文教的書，建議不要訂一整套，去書局一本一本選最好。

五. 新竹區補習推薦

如果你仔細看我的參考書的話，你會發現我真是個補習狂！是的，高中三年我補過的科目及補習班非常多，我覺得自己蠻笨的，就去補一堆習，中間遇到的問題不少，可以當作各位的參考，但選補習班就像選參考書一樣，沒有最好的，只有最適合自己的，建議學弟妹一定要去各家補習班試聽比較看看才行！（雖然我指考後領到不少補習班獎學金，但以下的看法我也都是發自內心的，沒有要特地吹捧的意思~~）

小編說明：因此部份內容有學長對於各補習教師的見解與心得，為了避免涉及補習班的商業問題，網上公開的檔案不放置內容，只列出了學長曾待過的補習班，若有需要內文的同學，請至輔導室找老師閱讀全文喔！

英文

陳鳴弦英文(高一~高三上)

李奇英文(高三下)

數學

陳立數學(高一~高三)

林彥(升高一~高一初)

應漢(高一上~高三)

物理

張源隈物理(升高一、高一下)

宏泰物理(高二~高三)

詹宏泰(高二)(離職)

王宏泰(高三)

化學

孟軒化學(升高一、高一上)

陳明化學(高一下~高二上初)(離職)

楊明化學(高二上)(離職)

吳宗翰化學(高三)

社會

弘理社會(高一下~高三上)

六. 結語

首先我必須要說，謝謝你願意把這篇將近 2 萬字的文章給看完，希望能對你們真的有幫助。8 月初寫這篇文章的用意，主要是因為自己 3 年前找不到任何一篇能夠真實地分享自己 3 年以來的讀書心得及方法，我看過太多太多補習班充滿吹捧的經驗談，卻沒有一篇能確實的描寫自己讀書、補習遇到的難題及解決方法。如今我這一篇可說是自己毫無保留的分享，我不想保留什麼獨門訣竅，因為我自己是靠努力苦讀來的，讀書根本沒有捷徑。我在高一時曾經很羨慕學校裡面那些資優班的、不怎麼讀書成績卻超級好的人，因為自己再怎麼努力，校排總是卡在前 50 名之外。到了高二之後，因為我物化補了一堆習，自己也很認真地把補習班跟學校兩邊的書都看，讓我成績更有起色，組排跑到前 20、30 名。後來，我才逐漸理解到一件很重要的事：天賦是父母親給的，我能做的事就是把自身的努力發揮到極限。我永遠記得自己從高二開始每天中午就一個人匆匆忙忙地跑去圖書館，在黑黑的圖書館中一個人開著個人位的小燈努力地念書，直到 12:50，我再趴下來睡個 10 分鐘，起來之後再趕回班上上課。我也一直記得自己高三下每天除了早自習拿來補眠之外，其他的每一節下課若不是去上廁所，我都在位子上看書。我也始終記得多少個模擬考完的下午，我跟同學都帶著被大力打擊的心情，出去吃個晚餐放鬆心情後，我們一同繼續堅持下去。我也記得自己跟父母約定好，沒上醫學系，我不管親戚老師的嘲笑，我重考也要考上。太多太多諸如此類的回憶了，我真的慶幸自己能夠幸運達成自己的夢想，因為這證明了自己的努力終究沒有白費。最近有很多人問我究竟是如何考到的，我再次強調：我不是資優班的學生，總成績也不是班上前 3 名(我們班僅屬三類中段班級)，組排更不是每次段考模考都前 30 名的人。但我的努力程度應該是班上第 1 名，全校可能有前 10 名，因為我幾乎抓緊每一分每一秒在念書→這才是考上醫學系的關鍵。「夢想是被荒蕪掩覆的瘠壤，若滴下奮鬥的汗水，那片枯涸會綻放美麗繁花。」祝學弟妹都能達成自己的夢想。

劉沅鑫 2015/8/31