

《如何提升學習效能》

俗語有云：「少壯不努力，老大徒傷悲。」我們現在應該趁年青時努力學習，長大後才不會後悔。雖然勤奮學習是成功的一半，但是我們除了要努力溫習外，也應該選擇一些適合自己的學習方法來提升學習效能。我認為我們可以特別留意以下幾項：

第一，在上課前，我們要養成備課的好習慣，應該預早瀏覽一次老師將會教授的課題。如果我們先備課，當老師授課時，我們便能百分百地掌握老師所教的知識，而且可以積極回答老師的問題；如果我們沒有備課，老師授課時，我們便不能好好掌握老師所教的知識，上課時便會「一頭霧水」，十分迷惘，那麼我們怎能吸收到豐富的知識呢？所以，我認為備課是提升學習效能的不法二門。

第二，在上課時，我們應該要認真地寫筆記，寫筆記有助「喚醒記憶」，曾有名人說：「書寫就像鉤子一樣，可以幫你把記憶拉出來」。寫筆記時，我們可以用螢光筆來協助自己，將不同類別的資料用不同的顏色去歸納，這樣我們可以更輕易地將知識牢記在腦海中。寫筆記的好處多不勝數，真是「百利而無一害」呢！

此外，培養「凡事都問一個為甚麼」的習慣也可以提升學習效能。

我們應時常抱著「打破沙鍋問到底」的學習態度，不恥下問，虛心求教，敢於向權威挑戰，這便會有事半功倍之效。因此，我認為寫筆記和常常發問是開啟良好學習效能的重要鑰匙。

第三，在上課後，我們應該要訂立時間表，好好安排溫習的時間。而在訂立時間表時，我們要衡量自己的能力和時間，決定每天溫習的內容。這樣，我們才會有動力去溫習，成績自然會更好。所以，我認為在上課後訂立時間表是提升學習效能的重要元素。

總括來說，要提升學習效能並不困難，如果我們不想老來後悔，就要根據以上幾點去做。正所謂「世上無難事，只怕有心人」，我相信大家一定做得到的！