



目錄

(一) 整理書包技巧	P. 2-P. 5
(二) 學習技巧	P. 6
(三) 有效的閱讀策略	P. 7-8
(四) 高階思維策略	P. 9-16
(五) 數學解難策略	P. 17-18
(六) 考試技巧	P. 19-20
(七) 答卷技巧	P. 21
(八) 應付不同題型的方法	P. 22-23

資料來源：香港教育城
協康會

建議同學跟爸爸媽媽一起閱讀

(一) 整理書包技巧

- 把手冊內的課堂時間表放大影印，並貼在家裏當眼的位置。
- 可使用不同的顏色顯示不同科目，令時間表更清晰易明。
- 一邊參考課堂時間表，一邊把所需的書本或用具放在桌上，從第一堂開始，逐堂檢視所需物品。
- 檢查桌上的物品齊全後，將課本根據大小放好，先把較大的書本放在較近背部的地方，再把較小的書本放在前面。
- 先放功課袋，然後放課本，再放尺寸較小的練習簿及筆袋等物件。簿本書籍這種較薄的物品，靠著書包背面平整擺放，放的時候注意大小尺寸排序，大的往後，小的往前。
- 重物置中，兩側放瘦長的物品：像水壺、雨傘、鉛筆盒、圓柱形筆袋，記得要平衡重量。
- 善用書包分隔，將小物件(如：紙巾、水樽及口罩等)分類放好。
- 把整理好的書包放好在日常擺放的位置。

整理書包口訣：
「先放重，再放輕，方向要一致，奇形怪狀最後放。」




資料來源：協康會黃馬會「香港香識」計劃

書包清單



3

利用不同顏色的文件夾



大和重的書本放在書包後面， 細小的物品放在前面



4

重溫收拾書包的五個步驟

第一步：準備上課時間表及家課表



第二步：依次收拾書本及簿冊



第三步：檢查功課及通告後放入功課袋



第四步：檢查筆袋齊文具



第五步：留意特別課堂
(例如視藝科用品、Reading Lesson圖書及Reading Bag)



5

(二) 學習技巧

- 記錄和檢查家課，減少欠交家課的情況
 - 把家課項目抄齊，與同學互相檢查家課冊。
 - 把習作紙放入膠套(folder)內，方便交給老師。
 - 利用檢核表(checklist)監察進度。
- 把家課分成小部分或若干步驟完成
 - 分階段完成繁重或複雜的家課
 - 把複雜的作業分成較短、較簡單的「小型家課」。
 - 定下完成家課的時限和給自己獎勵。
- 營造良好的學習環境
 - 選一個安靜、舒適的學習環境。
 - 光線充足、溫度適中、空氣流通。
 - 在一個固定的地方溫習，桌椅高度適中。
 - 開始做功課之前，準備好所有學習所需要的物資，例如：文具、螢光筆、環保紙(用來練習默寫或用作算草紙)等。
 - 把跟學習無關的物件移開，避免分散注意力。

(三) 有效的閱讀策略

K-W-H-L 策略：

- K “What I knew”我已經知道些甚麼？
- W “What I want to know”我想知道些甚麼？
- H “How can I know”我如何可知道？
- L “What I learned”我學到些甚麼？

預測：

- 閱讀前：看看封面、書名和作者名等，然後預測一下故事的內容。
- 閱讀中：預測將會發生甚麼事，例如：猜猜究竟主角會怎樣做？
- 閱讀後：你有哪些預測猜中了？為甚麼你會猜中的？

認識故事結構：

- 故事的結構，主要可分為背景與事件。
- 背景：時間、人物與地點（時、人、地）。
- 事件：發生甚麼事、問題如何解決或其經過事件，最後是結果(起因、經過、結果)。

圖像化/視覺化：用圖表幫助記憶/組織

- 把故事或文章的文字轉化為圖像，令內容變得更生動、更具體。
- 用五個知覺系統（視聽味嗅觸覺）在腦中形成一幅圖，以反映文章的內容。

邊閱讀，邊問問題：

- 如問甚麼、何時、何地、怎樣和何人等事實性問題（六何法提問法）。
- 如問「為甚麼..」等問題。
- 如問「你認為…」「你如何得知…」等問題。

聯想：

- 嘗試把故事中的情節與你的生活和經驗拉上關係。
- 從故事中的文字中去聯想相關的文字和詞語。

推論/推理：

- 推測字詞之外，也可以推測文中的一些因果關係等。
- 閱讀後：推論主角的性格，有甚麼事情支持你的想法？

找出主旨及重點：

- 閱讀後：從文章或故事中找到你認為最重要的部份。
- 為甚麼這是最重要？有甚麼事情與這個重點有關？

檢視理解（高層次的閱讀策略）：

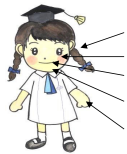
- 檢視自己在閱讀的過程當中有哪些地方不明白。
- 是甚麼原因以致不明白？是背景資料不足嗎？是字詞太深？
- 當找到自己的閱讀問題所在時，便應針對該問題而作出適當的解決方法，以提升自己的閱讀能力。

(四)高階思維策略(High Order Thinking Skills)

1. 五感觀察法

甚麼是五感觀察法 (Five senses)?

五感觀察法又名感官描寫法。作者通過各種感官的感受，包括視覺、聽覺、味覺、嗅覺和觸覺來描寫景物。



聽覺：聲音
視覺：顏色、體積
嗅覺：氣味
味覺：味道
觸覺：重量、質感

例子：請同學到菜市場去走一走，把四周觀察所得列寫出來，並運用所得資料寫作短文。

感官	相關字詞/句子
視覺	看到：肉販……
聽覺	聽到：討價還價的聲音……
味覺	吃到：又甜又多汁西瓜……
嗅覺	聞到：汗水味……
觸覺	摸到：滑溜溜的魚……

<<到菜市場去>>

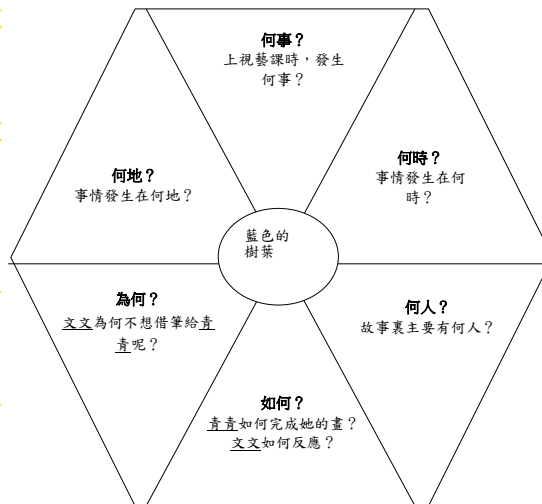
星期日，我跟媽媽到菜市場去。我_____

2. 六何法

甚麼是六何法 (6W)?

運用六何：何人、何事、何時、何地、為何、如何，以多角度探討事物/事件/問題等。

例子：請運用「六何法」，把《藍色的樹葉》的文章內容填於表內。



如果你是文文，你會借綠顏色筆給青青嗎？為甚麼？

3. 列表比較圖

甚麼是列表比較圖 (Tabular forms)?

那是以表列形式把兩項或以上的事物 / 文章 / 事件等進行比較，從而對有關資料作整理與分析。

例子一：

在《奇怪不奇怪》一文中，作者指出「我」在幼稚園是大哥哥，可是進了小學後卻成了小弟弟。試運用列表比較圖，說出幼稚園和小學階段不同的地方。

	幼稚園	小學
校服	✓	✓
功課	✓	✓
午睡時間	✓	
遊戲時間	✓	

或

	幼稚園	小學
上學時間	至	至
學校設施		
學習科目	共 科	共 科
功課量	多 / 少	多 / 少
校服	有 / 沒有	有 / 沒有

例子二：

根據《隱形心意卡》和《一張便條》兩篇文章，試運用列表比較圖說出便條和心意卡的不同之處。

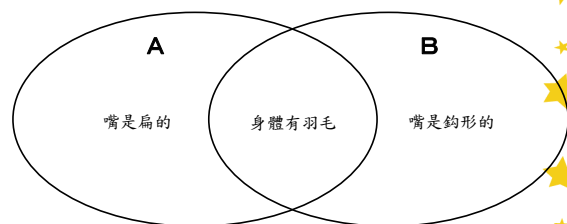
	便條	心意卡
目的	向別人傳達信息	代表自己對別人的心意。
格式	a) 收信人 b)	a) 收信人 b)
日期		
事件		

4. 溫氏圖

甚麼是溫氏圖? (Venn diagram)

溫氏圖能讓我們對人或事的相同和相異之處一目了然。它是由兩個圓圈組成，中間重疊的部分是兩者相同之處，不重疊的部分則是它們的不同之處，而且兩者所比較的项目性質必須相同。

例子：請以溫氏圖比較下列兩種動物的特徵。



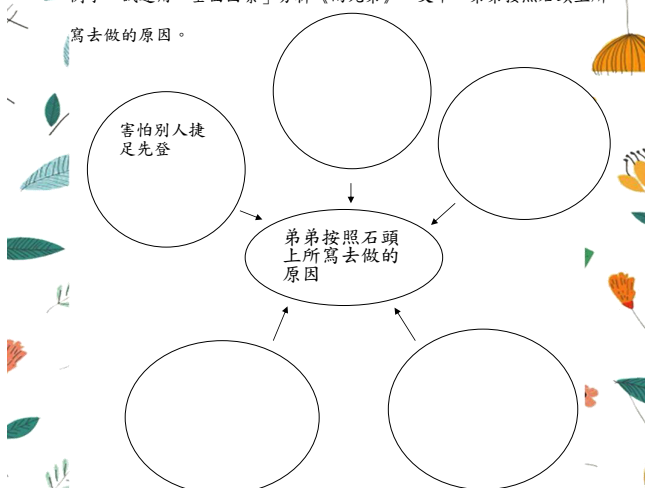
你認為圖A和圖B是同類動物嗎？為甚麼？

5. 全面因素

甚麼是全面因素 CAF (Consider All Factors)?

那是探究造成一個現象 / 促使一件事件發生的所有因素。重點在於窮盡所有因素，當中的因素有推測成份。

例子：試運用「全面因素」分析《兩兄弟》一文中，弟弟按照石頭上所寫去做的原因。



從以上的結果，你們認為弟弟是一個怎樣的人？

6. 兩面思考

甚麼是兩面思考? (From a different perspective)

那是設身處地地考慮及探討通常有著不同立場的兩方對同一件事物/事件或一個問題各自的看法或態度。看法可以分正面、反面；或不一定是正反兩方，也可以是男對女、家長對孩子、老闆對員工的看法等，即使是同一方的人，當中都可存在贊成或反對的聲音。

Example 1 : Are Dogs Really Our Friends Or Not?

同意/贊成/Pros	不同意/反對 Cons
 - good companion .	 - bite people .

Dogs are/ are not our friends because _____

例子：小朋友應該吃糖果嗎？

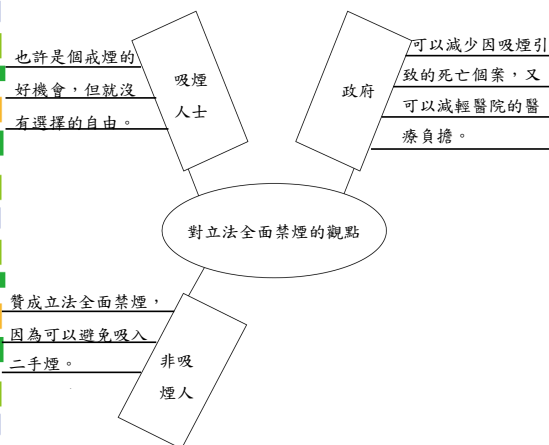
家長立場	小朋友立場
- 糖果對牙齒無益 - 吃糖果可能 .	- 糖果很美味 - 糖果對小孩子是一種獎勵 .

7. 多角度思考

甚麼是多角度思考 (Multiple perspectives)?

那是學習技能的一種，「多角度」必須廣泛包括：不同社群（例如性別、種族、階級、年齡等族群）、不同學科的概念（經濟、科技、語言、文化等）、不同層次的問題（六何）、不同時間（長、中、短時段）、不同地域（家庭、社區、國家、全球）等多方面角度。

例子：香港吸煙與健康委員會倡議立法全面禁煙，試用「多方觀點」分析不同人士意見。



你贊成立法全面禁煙嗎？為甚麼？

8. 六頂帽子思考法

中的紅、白、黃、黑帽

甚麼是六頂帽子思考法 (Six Thinking Hats)?

那是運用象徵不同角度 / 判斷的顏色帽子思考法去探討事物/事件/問題等。

白帽：代表思考中的事實和客觀資料。

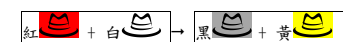
紅帽：代表思考中的情緒感覺。

黑帽：代表思考中的缺點或反面觀點。

黃帽：代表思考中的優點或正面觀點。

1. 有人提議：孩子每天交齊功課，都會獲得獎金，試用黃帽和黑帽評估這個提議。

思考過程：



1. 有人提議孩子每天交齊功課後有甚麼後果？你對此項建議有何感受？（白帽、紅帽）

2. 此項建議有甚麼好處？有甚麼不對？為甚麼？（黃帽、黑帽）

(四) 數學解難策略

1. 繪圖

- 透過繪圖可以把題目中的數字具體化，聯繫各項資料的關係，有助分析已知的資料，從而找出解決的方法和答案。



2. 綜合法

- 從題目中已知的資料出發，根據它們之間的關係和題目的要求，逐步找出未知的資料，最後綜合所有資料，從而找出答案。



3. 列舉法 (窮盡可能性)

- 根據题目的要求，有系統地考慮各種可能性，並把符合要求的結果列舉出來。





5. 簡化問題

- 把複雜的問題簡略，分成若干部分，透過解決小問題，綜合所有的資料，找出解題的方法。



6. 邏輯推理

- 用邏輯推理解答問題，先要掌握所有已知資料，再從數的性質或圖形的直觀性等方面尋找隱蔽性的資料，有條理和有序次地進行推理與分析。



7. 尋找規律

- 規律是指事物或數字有系統地出現。解答題目時，可以從兩組相鄰的事物或數字找出它們之間排列變化的規律，從而找出解題的方法。

18



4. 試誤

- 根據題目提供的條件，先作合理的估算，然後把全部組合臚列，再從中找出符合題目要求的一個組合，便可找出答案。

8. 逆轉思維

- 從題目的最後結果一步一步地向前逆推，找出之前各階段的資料，以計算出原數。



(五) 考試技巧

舒緩考試壓力的最佳方法，是盡可能做好準備。

平日上課：

- 了解考試安排，把相關資料寫在日曆上：
 - 這個學期會有多少次考試，多少次小測驗？
 - 每次考試所佔的比重如何？
 - 在甚麼時候舉行？
- 訂定計劃：根據以上信息，例如考試的日期和重要性，制定計劃，分配學習時間。
- 編排時間表：編排時間要明確知道自己應該優先考慮的事情，並切實執行，防止拖延。
- 定期複習：定期複習讀書筆記和課堂筆記。



考試前(衝刺階段)：

考試前一週或幾天，同學要集中精神、放鬆心情地進行考前複習。在這段時間的目標是讓大腦在考試的時候能迅速地回想起考試所需要的相關信息。

- 齊集複習所需的材料：齊集所有的複習材料，包括課本、課堂筆記、讀書筆記等。
- 制定時間表：
 - 先溫習重要和佔分比重較多的科目。
 - 要安排充足的時間，確保能複習所有的要點。
- 熟習所溫習資料：
 - 進行大量訓練、應用練習。
 - 向同學講解、製作重點卡和默寫關鍵字等。



19



自測：

- ◆ 背誦或者默寫
- ◆ 做考試模擬題
- 對付焦慮：減輕焦慮的唯一方法就是為考試進行充分準備

考試當日：

- 在考試前一晚準備好所有的考試用品，例如：足夠數量的原子筆、筆芯、鉛筆、改錯帶、替換帶、尺子、計算器及其他准許帶入試場的用品。
- 在考試前一晚有充足的睡眠
- 考試前幾個小時，不宜記新的知識。利用這段時間回顧並複述已經記過的知識。
- 要吃早餐，但不要吃得太飽
- 放鬆：既然已準備好了，就放鬆下來，盡力而為。



20

(六) 答卷技巧

- 快速閱讀試卷問題一遍，以便了解篇章內容大意。
- 再閱讀整份試卷一遍，包括所有指示，並查看須作答的試題數目。
- 決定揀選哪些題目作答，並劃上記號。
- 仔細審題：
 - ◆ 想清楚答案的類別
 - ◆ 把問題的關鍵字劃上底線，然後作答
 - ◆ 細心查看試題的用語，不要誤解試題
- 列出作答每題的時間：
 - ◆ 根據分值安排每個部分應花費的時間。如果考試時間是兩個小時，一道論述題是 25% 的分值，那同學在它上面花費的時間就不要超過半個小時。
- 要嚴格遵守每題的時間安排，有剩餘時間才返回未做完的部分。
 - 先答最容易的問題，有助建立信心。
 - 開始作答前記下關鍵字或分段的標題，並加上編號。
 - 用清楚簡短的句子，留意分段和標點符號的使用。
 - 字體要清晰。
 - 不要早交卷，完成後再翻看。
 - 校對：標點符號、遺漏、錯別字、語法等。

(七) 應付不同題型的方法：

(A) 多項選擇題：

- 先易後難。先做容易的題，其次是那些需要動腦筋的題目，最後再做那些基本上要靠猜測的題。這樣做可以確保在容易的題目取得分數，而且也可以增強作答信心，以應付後面比較難的題目。
- 仔細了解題幹和每題可選項，不要急於做出結論。
- 先排除明顯錯誤的選項，逐項排除，縮小範圍。
- 刪除贅餘信息，化繁為簡。
- 選擇最正確的答案。要是有些選項看起來很相似或者也說得過去的，最有效的辦法是直接選擇第一個看似合理的選項。
- 看清題目和選項，把關鍵詞、時態、複數等圈起來或劃線，作為線索。

(B) 是非題：

- 認真審視題目，圈出錯誤的地方。
- 先易後難，確保會做的題能得分。

(C) 論述題：

- 論述題的目的是測驗學生的邏輯思維能力、組織相關信息的能力和連貫表達的能力。同學作答時應注意：
 - 先列提綱：每次答論述題之前，至少要用十分之一的時間進行這項工作。假如有30分鐘，須花至少3分鐘來列提綱，思考要盡量全面，包括各要點。但是這也不要花太多時間於這部分，以免不夠時間答題。

- 要做到有問必答、回答到位、認真審題，並注意指令性的詞語，如：比喻、對比、討論、敘述、解釋、贊成與反對、差別、意義、評論、簡述、總結、證明、說明、證實等。
- 注意特殊要求，例如：是否要求舉例？是否要求根據特定原理或者事實解釋說明？
- 不大懂的題目都要嘗試作答，因為這些題目所佔的分數往往比別的題型為高。

