



TWGHs S. C. GAW Memorial College

😊 S6 & S7 Students

😊 2011-2012 😊





東華三院吳祥川紀念中學

考試技巧

考試的意義

教育家的理論

(參考自：鍾鎮明 著《學習有方》香港：明窗, 1999)

1. 掌握所學的知識

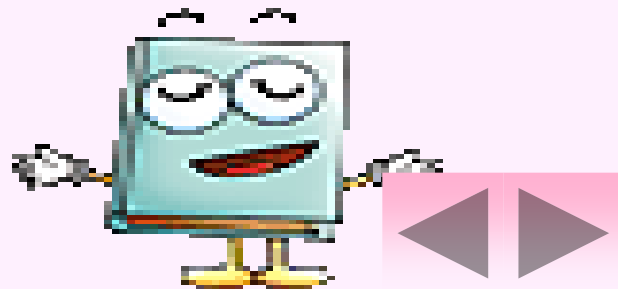
透過考試，可以知道自己掌握知識的程度，深入了解是哪些部分，最困難的又是哪些部分。



教育家的理論

2. 增快學習速度

- 考試可以說是一個學習階段的總結，而這總結可以用評分及名次來表達。
- 依據這些評分及名次去制訂學習的目標，
- 有了全面的學習計劃，學習的速度自然增快很多。



教育家的理論

3.

公平的評核準則

所以同學都是準備相同的考試範圍，大家都是以相等的時間及方式去答同一份試卷，可以說是較為客觀及公平的成績評該準則。

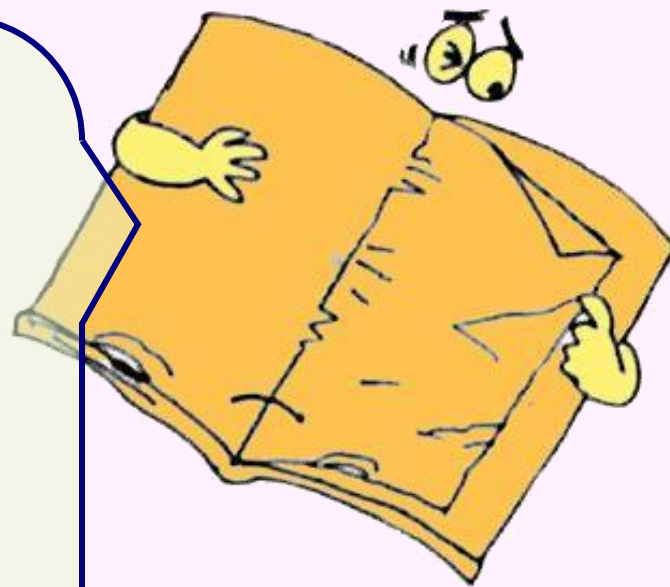


一般學生的看法：

(參考自：陳頌恩 著《學習必勝心理攻略》香港：明窗, 2001)

• 考試不過是一場嘔吐

- 對一些學生而言，唸書的目的就是爲了應付考試
- 考試往往製造了一個讓同學「嘔吐」的機會，只是他們將一知半解知識囫圇吞棗，然後在試場上「大吐特吐」。



積極的態度

■(參考自：陳頌恩 著《學習必勝心理攻略》香港：明窗, 2001)

- 如果能有效地掌握其中技巧，考試不一定是一場嘔吐，考試也可變成學生努力得來的輝煌匯報。



積極的態度

思前想後

■ 考試前

- 從老師教授課文到你接過試卷這一段期間都算得上是「考試前」。



積極的態度

思前想後

■ 考試中

- 考試進作期間，身心都處於作戰狀態。要懂得如何利用心理戰，讓自己發揮出最佳狀態。



積極的態度

思前想後

考試後

- 考試後必須學習收拾緊張心情，使身體和腦筋得到充足的休息，一為應付餘下的「戰役」，二為保養健康。



考試前

1. 暫別歌壇

- 流行曲像一隻毒蜘蛛，往往在不知不覺間，便侵佔了你的思想，以致當你打開試卷，正應全神貫注發揮時，腦中便會在「開演唱會」，那麼下場可想而知。
- 所以在考試前兩至三星期要禁聽流行曲，免得受其影響。



考試前

2. 考試前在家張貼海報

- 臨考試前，若將已明白的重點張貼在牆壁上。這樣做有幾個好處：
 - 證明已成功地消化了資料
 - 有助加深記憶
 - 隨時意識到考試逼近，提醒自己勤有功，戲無益。



考試前

2. 考試前在家張貼海報

- 使你會對自己的溫習進度有滿足感，利用這種滿足感推動自己更進一步。
- 重點內的文字會不經意地溜進你的記憶系統。



考試前

- 3 考試前聽清楚
- 要好好緊記和寫下老師在試前特別重溫的課題或提示。



考試前

4. 考試前最後綵排

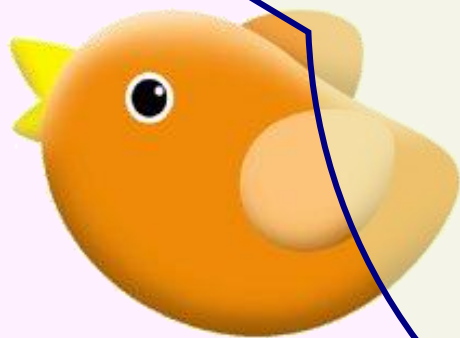
- 考試前可以找一份舊試卷，以最貼近真正考試模式應付。做舊試卷，模擬考試，是考試前最佳的最後綵排。



考試前

5. 考試前堅拒討論考試範圍

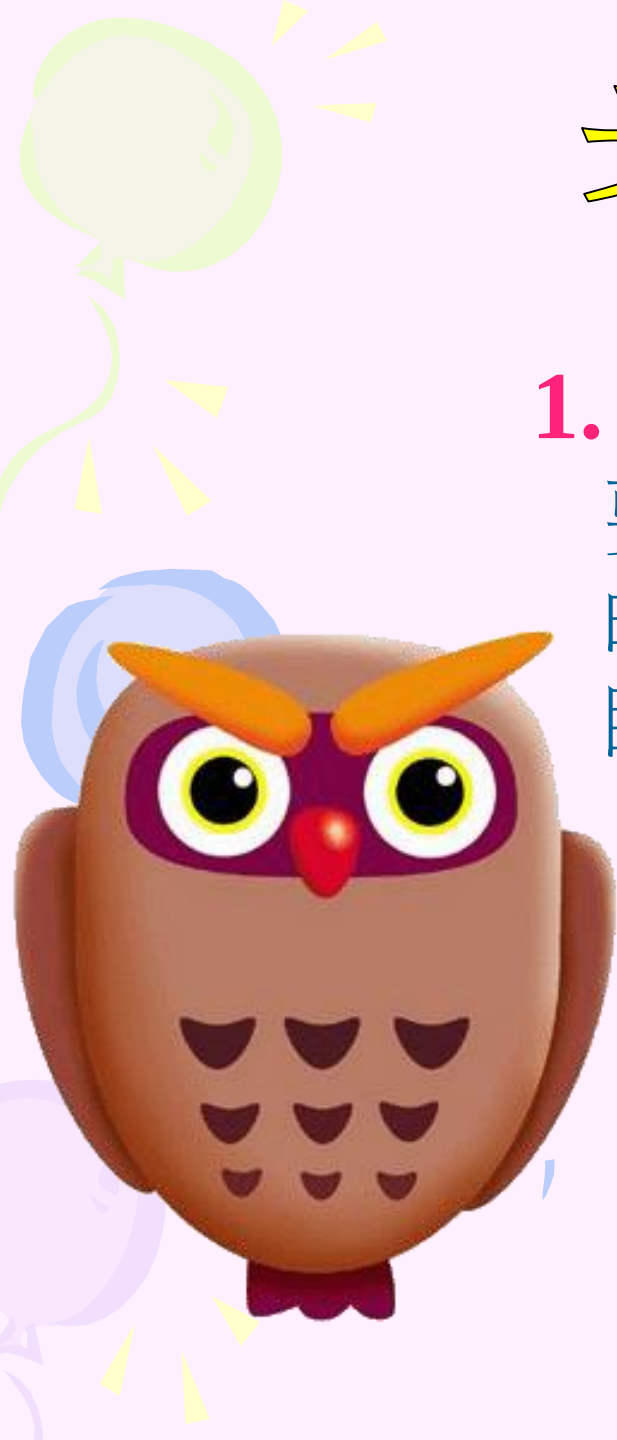
■ 不要在進入試場前討論，因為若發現自己有錯漏，就會失卻信心；或是將已經熟讀的內容從腦中的資料庫中抽出，可能有骨牌效應，更會前功盡廢，一敗塗地。



考試中

1. 不要東張西望

要將所有注意力集中在自己面前的試卷上，要對旁邊的人視若無睹，一心一意的考試。



考試中

2. 辨清優先次序

答題時應該是先易後難，先回答有把握的問題，便可免在考試將完前因時間不足而無辜失分。可以在試卷畫上不同的符號，以表示題目的深淺程度及作答的優先次序。



考試中

3.自我心理輔導

如果在考試中有心跳加速，手心冒汗，可以深呼吸來紓緩緊張；亦要提醒自己盡力而為，能夠多取一分也就取一分。若時間不足，也不要驚惶失措，在餘下的時間繼續努力就是了，可能有人也不能完成呢！



考試中

4. 時間控制

在考試前參考舊卷，先分配好每一部分能用多少時間，可幫助解決「不夠時間」的難題。

此外，亦要勸加練習，寫字要快，也可節省不少時間。



考試後

1. 嚴禁翻查答案

不要浪費時間在翻查正確答案，因為考試的安排通常都是很緊密，一科緊接一科，因此應該分秒必爭。完成了的科目就由它過去吧。



考試後

2. 放自己一馬

考完一科後，可以放自己一馬，吸吸新鮮空氣，散散步和吃一點甜的東西補充體力，或是甜睡一覺，也可以重新振作，重新投入溫習，準備接著而來的其他考試。



考試後

3. 忘記背後，努力面前

若是考得很好，不要自滿而阻礙進步；反之，亦不要被不理想的陰影纏繞，而無法突破。所以，每一次考試也是一個新開始。





考試必殺技

修煉大法

◆ 第一層：

念書之外
也不要忘了休
息。

(參考自：慕衣 著《上學威龍 - 99招快樂讀書法》台北：
幼獅文化 1996)



考試必殺技

修煉大法

◆ 第二層：

預先設立實際可行的
目標。





考試必殺技

修煉大法

◆ 第三層：

假裝自己是老師，想
想看考試時老師會
出些什麼題目。



考試必殺技

修煉大法

◆ 第四層：

溫習時多留意作業
及試卷曾答錯的地
方。



考試必殺技

修煉大法

◆ 第五層：

不要漏了課本或參考書的附注或小方框的文字也很重要。





考試必殺技

修煉大法

◆第六層：

把最容易弄錯及需要時間背誦的公式或重點字寫在小卡片上，可以隨時隨地複習；在進試場前也可以拿出來念。



考試必殺技

修煉大法

◆第七層：

繳交考卷前一定要
從頭到尾檢查一遍，
以減少粗心大意的
錯處。





考試必殺技

修煉大法

◆ 第八層：

考試發回來後，不管
是答對的或是答錯的，
要仔細核對每一題，
以找出那些是「蒙」
對的。





考試必殺技

修煉大法

◆ 第九層：

如果對老師的評語有疑問，要禮貌地請問老師，記著分數並不是最重要，要避免再錯才是最重要。



大功告成

