

知識探究之旅 7 初中適用

學習妙法

張東前 編著



香港教育圖書公司

學習方法

鳴謝

本出版社謹向下列提供圖片／文字資料的機構致謝：

香港特別行政區政府新聞處

本出版社已經竭力追溯所用圖片／文字資料之版權，惟尚未與部分版權持有人取得聯繫，我們在此亦一併致謝。如有遺漏，請有關之版權持有人與本社接洽，謹此致歉。

書名	知識探究之旅：學習妙法
編著者	張東前
策劃	黃燕如
統籌	江鳳思 邱雅芳
執行編輯	伍雁秋
裝幀設計	梁子健
出版者	香港教育圖書公司 〔商務印書館（香港）有限公司全資附屬機構〕 香港筲箕灣耀興道3號東匯廣場8樓 電話：2565 1371 網址： http://www.hkep.com
印刷者	中華商務彩色印刷有限公司 新界大埔汀麗路 36 號中華商務印刷大廈 14 樓
發行者	香港聯合書刊物流有限公司 新界大埔汀麗路 36 號中華商務印刷大廈 3 字樓 電話：2150 2100

2006 年初版

2007 年重印

© 2006 2007 香港教育圖書公司

ISBN-13: 978-988-200-500-6

ISBN-10: 988-200-500-4

版權所有，如未經本公司書面批准，不得以任何方式，在世界任何地區，以中文或任何文字翻印、仿製或轉載本書圖版和文字之一部分或全部。

學校查詢 香港教育圖書公司市場部
電話：2887 8018
電郵：sales@hkep.com
網址：<http://www.hkep.com>



簡介

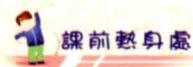
《知識探究之旅》系列乃參照香港課程發展議會與香港考試及評核局聯合編訂的新高中通識教育科課程建議而編寫，內容除涵蓋通識教育科三大學習範疇：「自我與個人成長」、「社會與文化」及「科學、科技與環境」外，亦包含獨立專題探究的主題，為學生銜接新高中通識教育科的研習奠下穩固的基礎。本系列亦參考由課程發展議會編訂的「個人、社會及人文教育」學習領域的課程指引(第三學習階段——中一至中三)，配合綜合人文科、社會教育、歷史、地理、中國歷史、經濟與公共事務、公民教育等科目，學校可按需要，靈活選用合適的單元。

為了提供一套真正能體現探究學習的教科書，各單元主要圍繞一個探究主題，其下分為多個專題探索旅程，集中探討不同的問題及議題，讓學生從探索旅程的起點至終點，透過課本提供的文字、圖像、剪報、數據等資料，以及大量的課堂活動和資料回應題，掌握不同的知識和視角，並培養自主學習的能力。

各單元所包含的環節包括：

課前部分：**概要**

單元腦圖



課前熱身處

簡述整個單元的重點，帶出全書的脈絡，引起學習動機。

以腦圖形式，展示整個單元的探究項目，並附有知識、技能、態度三方面的學習目標。

藉圖表、漫畫、剪報等資料，從生活引入課題，下附輕鬆簡易的預習問題，讓學生先作思考。

探索旅程：

起點 資料大檢閱



以不同類型的資料，如文字資料、時序線、剪報、數據圖表、概念圖等，帶出整個專題的背景資料及基本的知識點，讓學生對整個探索旅程有初步的了解。

學生可透過多元化的活動及資料回應題學習知識，掌握技能和培養正確態度。活動形式包括討論、角色扮演、問卷調查、心理測驗等；而資料的形式包括圖片、漫畫、剪報等。所有題目均配有技能標示，且提問有層次，由淺入深。



補給站

提供富趣味性的補充資料，並加以解讀。另外，亦包含涉及上一站的重要概念或詞彙，以增潤知識。



零點歸納

以點列形式總結整個旅程的重點，讓學生鞏固所學。

課後部分：

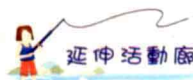
重點回顧室



學習評估班

以概念圖形式歸納課文，協助學生溫習。

載有「鞏固你所學」、「思考你所學」及「評估你所學」三個環節。前兩者以不同形式的題目讓學生重溫所學，「評估你所學」則提供一全面的評估表，以自我檢討學習效果。



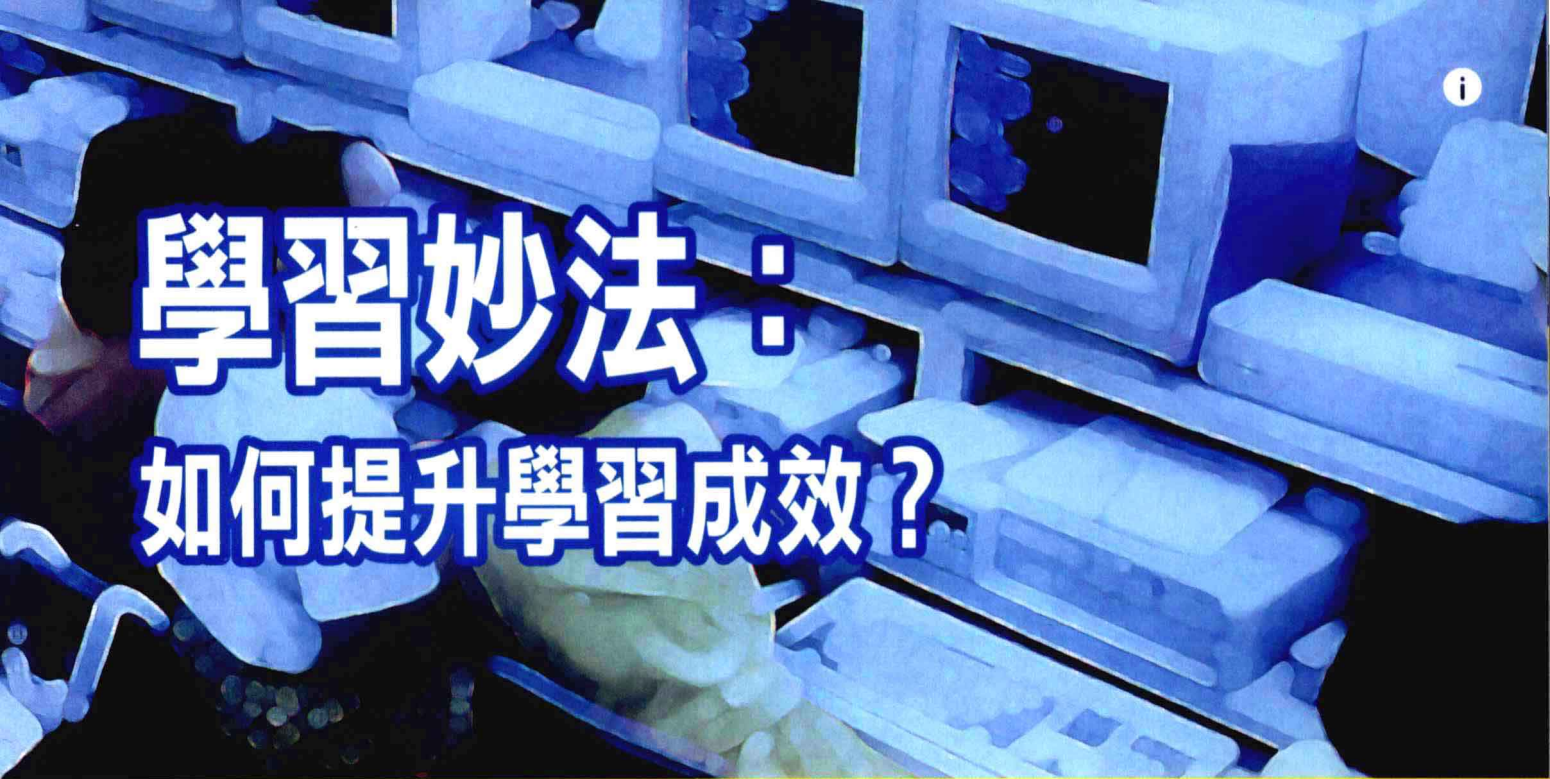
延伸活動廊

設計形式多元化之延伸活動，如專題研習及實地考察等，同時提供詳盡的活動目標、內容、步驟及指引，協助師生進行校本評估。



參考資料館

提供精選詞彙、閱讀書目及實用網址，讓學生在課後自學。



學習妙法： 如何提升學習成效？

概要

適當的學習方法，可以使我們的學習事半功倍，提升學業成績；同時更可提高求學的興趣，享受愉快的學習生活。在掌握學習妙法前，我們應要建立良好的學習態度，抱持積極學習的心態。若在學習上遇到困難，須主動尋求解決辦法，或求教於人。

學習的竅門，牽涉很多方面，同學們可以從提高讀書效率入手。因為不少知識是從閱讀得來的，若能加快閱讀的速度，並加強理解的能力，吸收知識自然較快較多。此外，若能按不同的需要運用不同的閱讀策略，亦會有助吸收知識。

在課堂上撰寫筆記，以及寫作讀後感，也可改善學業。寫筆記可以幫助記憶學習重點、方便複習與日後跟進問題，以及記錄學習進度，而寫讀後感則可培養並豐富分析與聯想能力、促進個人的閱讀和理解水平，以及提升個人的表達能力。

在接收到新信息後，若不能記在腦海中，也是徒然，所以，增強記憶力亦是不容忽視的學習之道。

至於怎樣才是有效率的讀書方法、如何寫好筆記及讀後感，以及增強記憶的方法，可說是見仁見智。別人認為合用的，對你未必有效，哪種才是適合你的學習方法，還是要靠自己摸索和體會。

所謂條條大路通羅馬，你不必局限自己的學習方法。不如現在就展開探索之旅，看看甚麼是你的學習妙法吧！

單元腦圖

認識常用的記憶方法，包括圖像記憶法、分類記憶法及聯想記憶法

知識

掌握多種記憶法如何有助在溫習時牢記內容

技能

比較各種記憶法的效用

技能

尊重不同人所採用的不同學習方法

態度

增強記憶的方法 (p.32)

④ 強力的記憶術 (p.32)

學習

了解撰寫筆記的優點及祕訣，並認識讀後感的寫法

知識

掌握利用腦圖幫助學習的方法

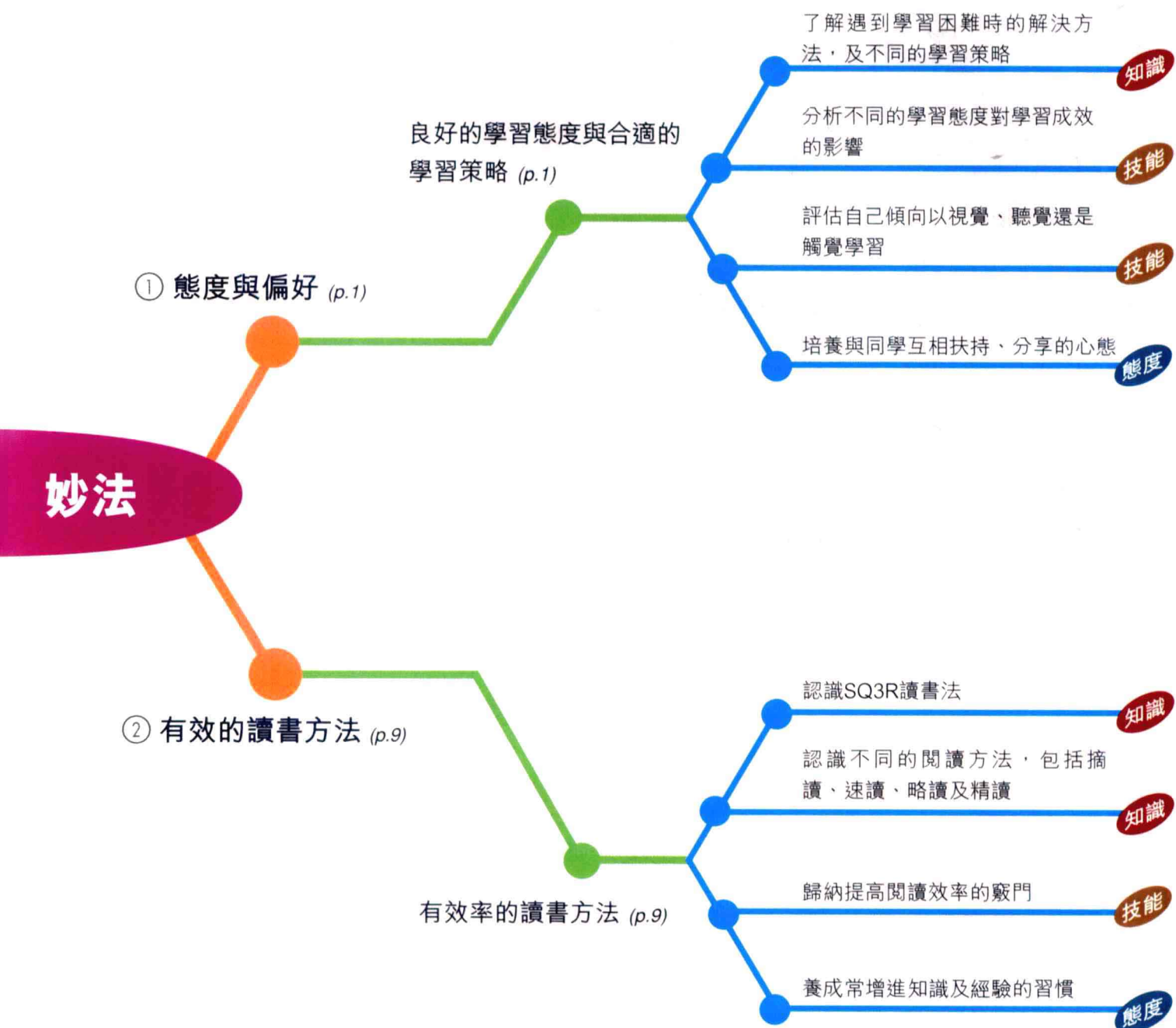
技能

分享前人寫作讀後感的經驗

態度

筆記及讀後感的寫法 (p.19)

③ 有助學習的寫作 (p.19)





課前熱身處

你認為志新的學業成績如何？

細閱志新的成績表，然後回答問題。

文進中學					
2005 - 2006年度成績表					
姓名： <u>李志新</u>		班別： <u>1C</u>			
科目	上學期	下學期		上學期	下學期
中國語文	55		操行	C+	
普通話	55		班主任評語	上課不太留心，較愛說話，對於比較着重課本知識的科目，明顯成績較差，宜加倍努力。	
英國語文	50				
數學	67				
科學	65				
地理	60				
經濟與公共事務	63		獎項	校內初中電腦應用比賽季軍	
歷史	48				
中國歷史	40				
普通電腦	A-		班主任簽署	陳大文	
美勞	B-				
音樂	C+				
體育	B+				
全班人數： <u>42</u> 名次： <u>25</u>			家長/ 監護人簽署		

1. 從志新的成績表中，你認為他的各科成績怎樣？

2. 根據老師的評語，志新在學習上出現了甚麼問題？試以四人為一組，討論志新可以怎樣改善學業成績。

問題	建議改善方法

一 學習應有的態度與學習偏好

專題探索：如何從態度和偏好着手改善學業？



以下為有關本次探索旅程中各站的資料，請細心閱讀，然後開始專題探索之旅吧！

主動應付學習上的問題

若你在做家課時遇到困難，你會如何解決？曾有調查發現，小學生會向家人、補習老師、同學或老師等求助，有人會自己解決，有人則會留空不做。

同學抱有「自己解決」之心是值得嘉許的，在尋求解決辦法的過程中也有機會令自己學得更多。但有時因能力、知識所限，同學未必能自己應付，在這個時候問其他人是應該的。最要不得的做法是留空不做，理由是未盡學生責任，亦不會令自己有所得益。

小學生做家課有困難時的解決方法

做法	人數	百分比
問家人	1409	29.4%
問補習老師	606	12.6%
問同學	1377	28.7%
自己解決	850	17.7%
回校問老師	273	5.7%
留空不做	232	4.8%
其他	45	0.9%

資料 1 小學生做家課遇困難多向家人及同學求助
(資料來源：香港大學教育系，1998 年)

學習與時間分配

在我們的日常生活中，要處理的事情很多，如何才能兼顧各式各樣的事情，使生活井井有條呢？

- ⌚ 首先，為自己的學習、休息、活動定下具體的目標；
- ⌚ 學習應放在最優先的次序；
- ⌚ 適當的活動及休息也十分重要；
- ⌚ 充足的休息，使我們的身心得到均衡的發展；
- ⌚ 編訂適當的時間表，有利我們檢查學習與活動時間分配是否適當。

學習偏好影響學習策略

一般人主要是藉視覺、聽覺及觸覺三種不同的管道來接收信息。在學習的過程裏，人通常會不自覺地把其中一個管道發展得較好，成為自己較優勝並較喜歡運用的學習模式，其餘的則作為輔助。學生若能進行學習偏好評量，知道自己傾向以視覺、聽覺抑是觸覺（或稱肢體運作）去學習，相信會有助提升自己的學習效能。

有效的學習策略

視覺學習者

顧名思義，這類型的人以「看」的方式來學習，對他們而言，有效的學習策略是閱讀課本、多運用圖片、將學習材料轉化為圖表和流程圖、用不同的顏色筆來標示重點、看相關的錄像等來理解課題及協助記憶等。讀書的環境最好不要有太多不相關的裝飾品，以防因外在事物而分散注意力。

聽覺學習者

這類型的人用「聽」的方式學得很好，上課時，須仔細聽，專注於老師講解的內容。聽輔助教學錄音帶、將要學習的內容錄下來然後播放、大聲朗讀課文等，都會有助提升學習效能。讀書時應遠離噪音，以免分心。

觸覺學習者

這類型的人較為好動，愛透過肢體的活動來學習，閱讀時喜用手指頭或拿着東西指着課本。他們宜用各種感官去認識新事物，多透過指手畫腳的方式記憶。若動手做實驗，學習效果會更理想。

思考點

1. 你把學習放在第幾位？
2. 你覺得怎樣學習較有效率？



第1站

你是怎樣學習的？

試完成以下問卷，看看你的學習態度及方法如何。

資料理解及反思

學習情況大搜查

請細閱下列各項內容，並在適當方格內加上✓。

	經常	間中	甚少
1. 上課時經常不明白老師的講解。			
2. 上課時遇到不明白的地方也不會提出。			
3. 上課時不會主動記下老師的講解要點。			
4. 上課前不經常做預習。			
5. 上課後不會複習。			
6. 測驗考試前溫習，總是記不牢內容。			
7. 考試時，對溫習過的資料像全忘記了。			
8. 考試時答題目明明是懂的，但分數卻很低。			

評分方法：每個「經常」代表3分，「間中」代表2分，「甚少」代表1分。

8-13分

很好！學習態度積極，而且似乎你已採用適合你的學習方法了。

14-19分

你暫時的情況尚算可以，但須提防愈來愈難應付學業，建議還是積極點學習。

20-24分

情況不妙！相信你在學習上遇到很大困難，是時候作檢討和改善。



三人行必有我師？

沒有人出世便甚麼都懂，每個學生總會在學習上遇到困難，所以我們向人請教時，不用感到不好意思，或害怕予人一個不好的印象。

正所謂「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」，同學們可組成學習小組，透過互相學習觀摩、互相支持合作、分享資訊知識、融匯不同意見、分擔所遇到的困難等，來改善學習情況。

要組成有效的學習小組，人數不宜太少，也不宜太多。人太少可能收不到集思廣益、集腋成裘之效，人太多則可能難於互相扶持，建議成員數目由二至六名不等。另外，須要建立學習小組的共同約定，以及確立小組的學習分享模式及目標。

三人行必有我師	
實踐：組成學習小組	
組員：	_____
目標：	_____ _____ _____
運作方式：	_____ _____ _____ _____

資料2 與同學組成學習小組，是其中一個改善學習成效的方法。同學在籌組時，可參考左表製作邀請信，以邀請其他同學加入成為組員。



怎樣才能有效學習呢？

細閱以下兩個個案，然後回答下頁問題。

個案一：
雅芳的學習情況



雅芳上課專心聽講，寫下筆記

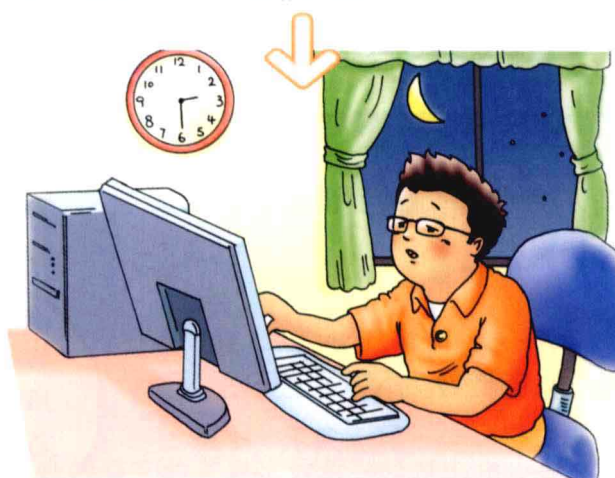
個案二：
浩然的學習情況



浩然上課時不專心，只顧繪畫漫畫



雅芳放學後回家定時溫習功課，並有適量的休息時間



浩然在家上網玩 ICQ 至深夜，沒有溫習功課



雅芳主動到圖書館尋找資料做功課



浩然抄襲同學的功課



1. 你認為誰的學習方法和態度較為適當？為甚麼？

比較及分析

2. 今天，雅芳和浩然的老師突然舉行突擊測驗！你認為誰的表現會較好呢？

分析及判斷

我認為_____的表現會較好，因為_____



補給站

甚麼因素影響學習成效？

有人說，學習成效受資質、努力及技巧影響。

資質

每個人的資質都不同，上天給了你多少就是多少，無法強求，不過，這並非學習成效的決定性因素，只是有助起步而已。

努力

這是不可或缺的因素，與學習成效一定成正比。

技巧

這個因素極具影響力，配合努力，學習成效可以迅速提升。

尖子談讀書成功之道

專心上課是讀書之道中最為重要

的。若同學在課堂中專心，便能容易明白老師所講解的內容，這能大大節省溫習時間，因為學生已在課堂時間內學到應有的知識。另一重要的是學習須着重思考與理解，避免死記硬背。雖然有些資料是需要背誦的，但同學需要作出選擇，並懂靈活運用記憶中的資料，否則只會徒勞無功。此外，分配時間亦為讀書之道中的重點。同學需懂得適當分配時間於不同科目上，以及分配時間於作息及其他活動上，才能提高學習的效率。最後，同學需時常對自己作出評估，每一次的功課、測驗和考試後，應找出自己的不足之處，並作改善，這才能使自己不斷進步。

資料3 一名優異生的讀書經驗，證明成功非僥倖，努力與技巧的重要性不容忽視。



你是哪類型學習者？

試完成以下的學習偏好評量表，看看你傾向以視覺、聽覺還是觸覺去學習。

反思

學習偏好評量表

請用以下從1到5的五個分點（等級）來回答每一個問題，並將答案圈起來。

1 = 不曾如此 2 = 很少如此 3 = 偶爾如此 4 = 通常如此 5 = 總是如此

1. 聽老師用講的會比閱讀課本能夠記得更多內容。 1 2 3 4 5 ■ _ ■

2. 我喜歡老師要求學生要考試的課。 1 2 3 4 5 _ ■ ■

3. 我喜歡在研讀時吃零食或嚼口香糖。 1 2 3 4 5 ■ ■ _

4. 當我專心聽講時，我不必寫筆記就可以記得重點。 1 2 3 4 5 ■ _ ■

5. 我喜歡書面的說明，不喜歡口頭的說明。 1 2 3 4 5 _ ■ ■

6. 我擅長於拼圖玩具與迷宮遊戲。 1 2 3 4 5 ■ ■ _

V A K

請將每題所選的數字寫在後面的黑線上；再將所有的黑線上的數字依照三個直排往下累加，從而得出三個數字，左起分別代表視覺（V）、聽覺（A）和肢體運作（K）的學習偏好指數。

視覺學習偏好(V)：_____

聽覺學習偏好(A)：_____

肢體運作學習偏好(K)：_____

（摘自「依納爵教學法」）

註：數值愈大，代表愈傾向以有關模式來學習。



要點歸納

來到這個旅程的終點站，請細閱以下要點，以總結所學。

⊕ 當我們遇有學習上的困難，應主動自行尋求解決辦法，或向家人、補習老師、同學或老師等求助，決不可置之不理，例如不問你不明白的問題、不做你不懂做的功課，因為這樣做既未盡學生責任，也無助於你的學業。

⊕ 成立學習小組有助改善學業，因為同學可以互相學習觀摩、互相支持合作、分享資訊知識、融匯不同意見、分擔所遇到的困難。

⊕ 我們要有積極的學習態度，上課時專心一志，寫下筆記，放學後定時溫習，作息有序並主動尋找資料做功課，以達致理想的學習效果。

⊕ 學習成效受資質、努力及技巧影響，其中以技巧的影響力最大，加上努力，學習成效可以迅速提升。

⊕ 學生若能因應自己的學習偏好採用合適的學習策略，例如視覺學習者用「看」的方法、聽覺學習者用「聽」的方法、觸覺學習者用各種感官，相信學習成效必會提高。



資料4 學習遇到困難，可求教於家人、補習老師、同學、老師等。

二 有效的讀書方法

專題探索：甚麼是有效率的讀書方法？



以下為有關本次探索旅程中各站的資料，請細心閱讀，然後開始專題探索之旅吧！

讀書的秘訣

學生生涯離不開讀書，學生若能掌握有效的讀書方法，學習當能事半功倍。

美國心理學家羅賓遜在 1941 年設計了「SQ3R」讀書法。所謂「SQ3R」，是首先進行概覽(Survey)——花兩三分鐘了解課文內容大意、主題、分題、圖表等；接着發問(Question)——就相關的資料標題或大題目自行擬定問題，使讀書的方向更明確；然後閱讀(Read)——仔細理解課文內容，以回答自己剛才所擬的問題；繼而背誦(Recite)——暫時不看課本，回想剛才所閱讀的內容，用自己文字以自問自答形式牢記課文內容；最後是複習(Review)——在每次溫習或讀書後，即時用數分鐘把剛才所學到的東西重溫一次。

SQ3R 讀書法面世後，多種以它為基礎而改良的讀書方法相繼誕生，當中包括超級 6R 讀書法，此法提倡在閱讀時可提問，在背誦後盡量以自己的文字寫下筆記，又多了反覆思考(把所學的知識不斷從不同角度考慮，並與之前所學的進行歸納)的部分，是更為全面的讀書法。

SQ3R 讀書法 VS 超級 6R 讀書法

SQ3R 讀書法	超級 6R 讀書法
概覽 (Survey)	概覽 (Reconnoiter)
提問 (Question)	閱讀 (Read)
閱讀 (Read)	背誦 (Recite)
背誦 (Recite)	筆記 (Record)
複習 (Review)	溫習 (Review)
	反覆思考 (Reflect)

為甚麼要閱讀？

每人有不同的閱讀目的，學生可能因為學習而閱讀，或因為考試而閱讀，有些人閱讀的目的在於消閑，拿起書來隨意翻閱。有些人想擴闊眼界而閱讀，也有一些人為增長知識而閱讀。

我們擁有的知識，有不少是從閱讀得來的。若能提高閱讀的速度，並加強理解的能力，吸收知識自然較快較多。如果想閱讀能達致好效果，達致過目不忘的境界，便需要運用一定的法則和策略，例如將資料有系統地解構，使複雜的內容簡化，這樣，我們對該課文的記憶和理解會更深刻。



資料 5 學生閱讀可能是為了考試，亦可能是為了消磨時間。

見多識廣有助閱讀理解.....?

閱讀理解能力有多高，很大程度視乎識字量、常識和經驗而定。

第一個因素不難理解，識字愈多，閱讀能力自然愈高。所以當我們遇到一些生字時，必須有立即翻閱字典查個明白的習慣；也可把新學的字記錄在小冊子上，以便時常溫習。

不過，若閱讀的文章所述說的内容過於艱深，或意思太複雜，也令我們難以領會其中的意思，這是由於我們的常識和經驗不足所致。因此，我們也應該多閱讀報章及多接觸新事物，從而拓闊自己的知識面，提升閱讀能力。



資料 6 閱讀愈多，常識愈豐富，學習能力便愈高。

思考點

1. 你在小學時行之有效的讀書方法是否已不敷應用？
2. 你看書的速度快嗎？平均多少時間看完500字的文章？