

悅讀心視野

第一課 找連結

壹、攻略介紹

攻略一：找連結

「看到這個讓我想到…」

- 步驟 1.找出相似的_____。
- 2.找出生活中_____。
- 3.找出讀過_____。



貳、關卡

關卡一：影片欣賞”三個讀書方法翻轉學習效率”

一、看到關卡一的影片標題”三個讀書方法翻轉學習效率”，讓我想到…

二、請根據影片內容回答下列問題：

- 在影片中，阿滴設定自己的專注時段時，會特別注意什麼事情？
 - ☐休息是不必要的事情
 - ☐讀書時，一次能讀越久越好
 - ☐紀錄容易使自己分心的事，休息時再處理
 - ☐讀書時偶爾滑一下抖音，不要太久就沒有關係
- 根據影片所述，你認為哪個場地最適合當讀書專區？
 - ☐放著三隻玩偶的床
 - ☐周遭空無一物的小桌子
 - ☐擺滿手機、平板的書桌
 - ☐人聲嘈雜的咖啡廳
- 下列何人的學習態度最符合阿滴所謂的主動學習？
 - ☐對歷史很有興趣，主動去找三國志相關漫畫、小說來讀的小新
 - ☐在上生物課之前，事先預習接下來要教的光合作用相關知識的風間
 - ☐為了考試拿高分，回家主動將國文課本的解釋一字不漏背完的正男
 - ☐主動將作業寫完後，才開始看電視連續劇的妮妮
- 以下哪三個讀書方法是阿滴於影片中要分享給大家的？(複選)
 - ☐設定專注時段
 - ☐找到讀書專區
 - ☐轉盤子記憶法
 - ☐嘗試主動學習

三、說說看，看完這個影片讓我想到……

關卡二：常見三招記憶法，讓你記得久也記得清楚

一、請說出當你看到「記憶法」，想到什麼？

常見三招記憶法，讓你記得久也記得清楚

一、轉盤子記憶法：學習後就棄之不理，資訊便會隨時間流逝而快速遺忘。

因此，就像馬戲團小丑在好幾根竹竿上轉盤子，在盤子快要停止時再推它一把，就能維持旋轉動力一樣，時時溫習，便能讓記憶黏貼在腦海裡。在學習後 10～15 分鐘，進行第一次複習，接著實施「1 的法則」，在 1 小時、1 天、1 周、1 個月、1 季這 5 個時間點，重新檢視記憶的狀態。

二、螺旋記憶法：與其一次投入大量時間從頭到尾硬拚，不如縮短時間，將資訊切塊，然後再以迴圈式地、由淺入深地反覆記憶，不僅能加快記憶速度，也能加深理解程度。

三、聯想鏈記憶法：在記憶的過程中，一定要設法先理解內容的邏輯性，最好能夠形成一個故事，將各項訊息串連成一條鎖鏈。

資料來源：2011-01-04MT《經理人月刊》

二、影片：台灣河川有趣的背法屬於三招記憶法中的_____記憶法。



三、讀完這篇文章，讓我想到了……(自身經驗/身邊事物/書本資料))