

學習
停•看•聽

榜首學習經驗分享 1

蔡沂儒 (台大、陽明、成大和長庚、北醫五所學校醫學系)



— 熟讀課本，打好基礎，多做題庫。

按考試時間練習，訓練作答時間感。

學測滿級分的蔡沂儒認為，準備學測最基本的，就是要把課本都讀懂，特別是文科的科目。因為出題教授帶進闈場的參考資料，就是課本，所以最少要把課本的內容看過一遍，而且看懂！

參考資料：優CARE雜誌【榜首K書秘笈】

學習
停•看•聽

榜首學習經驗分享 2

任書欣 (台大外文系)

— 專注使你讀懂，記起來！



「成功不是全壘打，

而是要每天、經常、密集的擊出安打。」

「專注」—是她提升唸書效能的秘訣。無論在唸什麼科目，「專注」就一定能讀懂且記得；不專注，就只是看過，不會懂也記不住。

精神
加加油！

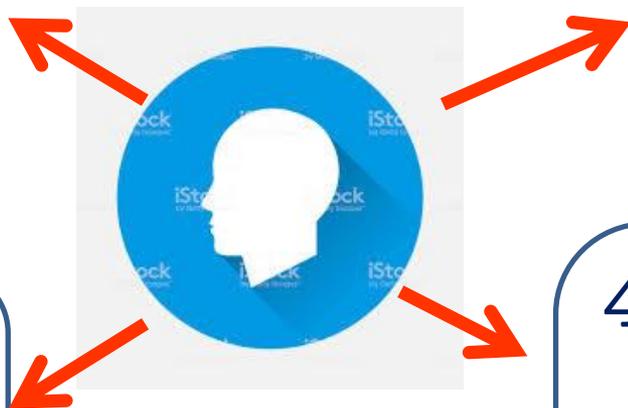
想堅持到底，
你要中斷負面心態！！

1. 今天只專注在「今天該唸的部分」

2. 感謝那些你曾經答錯的問題！

3. 許願將實力發揮到100%

4. 抱持兩種勇氣：
「去接受無法改變的事實」以及
「去改變那些能夠改變的事」。





《黑馬思維》—— 哈佛最推崇的人生計畫，教你 成就更好的自己！

「你渴望什麼，不渴望什麼，深深定義你這個人。當你在做的時情符合內在動力時，你會走得很精彩、滿足；若你搞錯或忽略動力，則會走得有氣無力，甚至放棄再走下去。」



輔導老師說：

想想，讓你此刻願意放棄娛樂、手遊、FB、IG，而埋首書堆的真正動機為何？

靜下心來，找出自己內心真正的渴望，才是你源源不絕的動力來源唷！