

## 考前智慧 冠軍學習者的考試策略(下)



|| 陳怡嘉 金石堂愛書大使、  
臺北市立大安高工教師、  
作家、講師



### 一 考前的必勝絕招：錯題筆記

在瞭解如何製作錯題筆記之前，必須先確認自己的訂正是否有效。一般而言，訂正可分成三個層級：

#### 第一級：敷衍的訂正

為了應付老師檢查而匆匆完成，只是機械式地抄寫答案。

#### 第二級：自我感覺良好的訂正

這是大部分學生的誤區，雖然訂正了答案，但未經深刻思考與理解，訂正後也不會回顧，導致同樣的錯誤一再發生。

#### 第三級：有效訂正

準備一支專屬的綠色筆，回到課本標出考點，真正弄懂其觀念，並將錯題整理成筆記，方便日後複習。

錯題筆記在考前準備中扮演著重要的角色。首先，它可以幫助考生識別自己的弱點和易錯題型，從而進行針對性的補充學習。其次，透過反覆練習錯題，考生可以加深對知識點的理解，提升解題能力。此外，錯題筆記也是一種有效的自我評估方式，考生可以追蹤自己的學習進度，及時調整學習策略。

運用錯題筆記的方法有多種：

- 定期回顧錯題筆記，查漏補缺，確保對易錯題型有全面掌握。
- 將錯題筆記與模擬考試結合，模擬真實考試環境，檢驗學習成果。
- 與同儕或老師分享錯題筆記，進行交流討論，從中獲得更多啟發與收穫。

總體而言，錯題筆記是考前準備中不可或缺的工具，能有效提高學習效率，幫助考生取得更好的考試成績。厲害的學生會特別重視錯題筆記，因為在最後階段，拉高分數的關鍵不是狂刷題或重頭讀起，而是利用「錯題筆記突破弱點和盲點」。雖然製作錯題筆記會花費更多時間，但經過深刻理解後，記憶會更加牢固，未來也能有效避免犯錯。

### ▣ 精準複習刷題，才能事半功倍

掌握課後複習的時機，利用記憶

力最強的前 10 分鐘進行複習，能夠有效地查漏補缺，加強知識的連貫性。對於大考的複習，則需要採取具體的步驟，分為三輪複習：建立基礎知識、統整比較、精準刷題。

#### 第一輪複習：建立基礎知識

重點是熟讀課本，重新回顧課堂筆記，踏實掌握基本知識。這是打下堅實基礎的階段，需要對各科目的基礎概念和重要知識點進行深入理解。

#### 第二輪複習：統整與比較

透過參考書、筆記和老師的講解，將所學內容系統地歸納整理，增強知識的融會貫通。這階段注重知識的連結與比較，幫助建立完整的知識架構。

#### 第三輪複習：精準刷題

通過解題來建立知識的深度與廣度，同時找出複習中的盲點。這階段的重點是透過實戰演練，提升解題能力與應試技巧。

在刷題過程中，有幾個關鍵策略需要注意：

- 充分利用歷年試題：瞭解考試趨勢，避免偏離重點。
- 重質不重量：刷題不在於數量多，而在於質量高，注重題目的深度與準確性。
- 適時訂正錯題：確保每一道錯題都能徹底理解，避免重複犯錯。
- 善用詳解：仔細審視答案與思考過程，建立解題的思維脈絡與語感。

精準複習刷題不僅能幫助學生全面提升知識水平，還能提高解題能力和應對考試的信心，事半功倍地應對各類考試挑戰。

### 三 有限時間內， 提高刷題成效的策略

另一種在精不在多的策略是「用歷屆試題作練習，將同一套題目至少做三遍」。利用重複的特性，在壓力下鍛鍊答題速度和正確性：

■ **第一遍**：嚴格按照考試規定時

間完成，模擬真實考試情境。

■ **第二遍**：間隔 5 至 7 天後進行，並減少 30 分鐘的答題時間，提升答題效率。

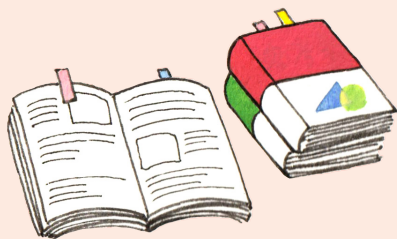
■ **第三遍**：間隔半個月進行，並要求 100% 的正確率，確保完全掌握題目。

此外，如何有效運用「詳解」也是提升學習成效的關鍵策略。

在學習語文的過程中，有些學生似乎輕鬆掌握閱讀測驗，答對率極高，而另一些學生即使勤奮練習，卻依然屢次失誤。這種差異的關鍵在於「語感」，雖然這個名詞聽起來很抽象，但實際上可以透過訓練加以培養。

每篇文章都有其獨特的脈絡，這些脈絡正是閱讀測驗的出題關鍵，也是語感的核心。除了平時的閱讀積累，更重要的是在訂正錯題的過程中找到鍛鍊語感的機會。

訂正錯題時，詳解能幫助我們通過對比，理解問題的核心思路。許多



人在閱讀詳解時，出於匆忙的心態，傾向於「盲目接受答案」。當看到答案是 C 而自己選擇的是 B 時，會不自覺地說服自己認同 C。然而，這種未經深思熟慮的訂正無法真正理解問題，也無法建立解題的邏輯脈絡和「語感」。

因此，在閱讀詳解時，應該保持懷疑的態度，仔細審視答案，釐清當時的思考過程和步驟。通過比對自己的答案和標準答案的差異，找出問題所在。這種逐題檢視的訂正方式，有助於我們發覺思考的固有模式，積累解題經驗。

#### 四 掌握應考訣竅，順利獲取高分

##### （一）用思維預熱，避免考試失常

為了在考試中表現更佳，大考前

的「時空模擬」或稱為「思維預熱」是一項有效的學習策略。這種策略基於心理學中的「情境依賴性記憶」和「脊髓反射」等理論，通過模擬考試情境和訓練思考模式，幫助大腦在考試時更有效地運作：

- **方法一：**在寫練習題時，仿效大考的作答時間，設定時鐘，以大考的心態認真對待。
- **方法二：**大考前一到兩週，完全模擬大考的科目複習順序，讓大腦在這段時間內習慣該科目的思考方式。
- **方法三：**通過感受預熱，提前熟悉考試場地、感受考試氛圍、穿上考試當天的服裝、使用考試所需的器材，有助於減輕緊張情緒，使身心更穩定地應對考試。

##### （二）避免陷阱，提高解題技巧

###### 1. 注意開頭陷阱

有些考卷可能在開頭設置困難的題目，目的是為了讓考生在一開始就感到手足無措。例如，國文和英文可

能會故意使用生僻字，理科可能會出現計算量大且答案奇怪的題目。若花費過多時間在這些題目上，不僅會影響自信心，還可能導致其他題目無法完成，加重焦慮情緒。

## 2. 解題技巧

- 文科題：習慣性地圈出題目和選項中的關鍵字，如「是」、「不是」以及「考題重點」等。同時，在答題時畫線或做記號，有助於提高專注力和加速檢查。
- 閱讀測驗：先閱讀題目，再閱讀文章；掌握重要人名、事件和轉折等資訊。答題時圈出關鍵字和轉折句，可提高正確率。
- 數理題：先花幾分鐘瀏覽整張考卷，圈出基礎題先行解答並驗算。對於困難的題目，不要陷入其中太久，可使用三角形做記號後先放一邊，待整張試卷解答完畢後再回來處理。

## 3. 應對焦慮

在考試過程中，如果遇到呼吸困

難或發抖等情況，首先要告訴自己：這些情緒是正常的，並相信自己有足夠的能力應對考試。透過深呼吸來幫助自己冷靜下來，選擇一個基礎題開始解答，逐步恢復自信心。基礎題在整份試卷中所占的比重最大，因此只要能確保這些題目做對，並保持良好的策略和心態，最終的成績仍然會令人滿意。而在考試結束後，無論成績如何，都應該迅速將該科目拋諸腦後，立刻投入下一科的準備中，避免討論答案。因為過度的滿足或沮喪可能會影響之後的表現，而討論答案也會浪費寶貴的準備時間。因此，務必養成「考完就準備下一科、不討論」的良好習慣，這樣才能更好地應對後續的考試挑戰。

## 4. 提高檢查效率，避免粗心失分

在考試中，「粗心失分」往往比不會解題更為可惜。因此，採用有效的檢查方法對於確保答題的準確性十分重要。首先，要保持答卷整潔和清晰，並用記號標記答案位置，有助於提高檢查效率。其次，應按照一定的順序進行檢查，對於文科科目，按照題目順序進行檢查；對於理科科目，則先檢查基礎題再逐步檢查複雜題

目。此外，多採用不同的解題方法和思路進行檢查，以防止盲點的出現。最後，在時間緊迫時，可以使用帶入法進行檢查，特別對於數學和理科題目，這能大大節省時間。透過帶入法，可以更仔細地辨別各選項之間的差異，確保答案的合理性。總之，精心的檢查方法能有效避免粗心大意而失分，確保考試成績的準確性和穩定性。

## 五 結語

在考試的準備過程中，「運用錯題筆記」和「制定有效的學習策略」是提升學習效率和考試表現的主軸。不僅要專注於知識的掌握，還要重視解題技巧的培養。透過精準的複習計劃和合理的應試訣竅，考生能在有限的時間內達到最佳的學習效果。記住，成功的考試準備不是僅僅依賴運氣，而是透過細緻的計劃和持之以恆的努力，最終在考場上發揮出色。因此，明智地利用錯題筆記和考前策略，能夠為考生的學習之路鋪平道路，助其在考試中脫穎而出，獲取理想的成績。✘

