



香港傑出學生 - 心得分享

2008-09年度的「香港傑出學生」得獎者都是名列前茅的精英，他們不僅讀得、玩得、做得，多才多藝，更經常參與各類課外活動和社會服務，參考他們的「學書秘訣」及「分配時間心得」定能獲益良多。

李翹綺 聖公會莫壽增會督中學

讀書秘訣

- 專注上課，可加強記憶。
- 找尋各科獨有特色及樂趣，有助提高學習成效。

分配時間心得

- 平均分配每科溫習時間。

姚詩韻 聖公會林護紀念中學

讀書秘訣

- 有效率地讀書，充足精神不可缺。
- 化學習為興趣，此乃最大的動力。

分配時間心得

- 以學業居首，課外活動為次(約佔1/4星期時間)。

范蔚琛 聖保祿學校

讀書秘訣

- 理解課本比盲目背誦更重要。
- 勤做練習，從錯誤中學習。
- 考試測驗時要保持冷靜。

分配時間心得

- 充分利用等車、轉堂等零碎時間。

梁學翹 喇沙書院

讀書秘訣

- 先速讀課文，找出重點，再精讀。
- 在腦海中以圖畫把重點記好。

分配時間心得

- 為每天訂好要完成的合理工作量，並全力以赴。

黃兆謙 拔萃男書院

讀書秘訣

- 溫習模式因人而異，不要硬套別人的讀書方式在自己身上。

分配時間心得

- 不宜「開夜車」，“Early to bed and early to rise, makes a man healthy wealthy and wise.”

黃雅麗 妙法寺劉金龍中學

讀書秘訣

- 不怕多，只怕少：多看課外書，多了解與課題相關知識。
- 分享收穫：與同學分享自己的心得、解題方法，互相學習。

分配時間心得

- “Work hard, play hard.”



趙樂施 拔萃女書院

讀書秘訣

- 敏而好學，不恥下問，發問是進步的起點。

分配時間心得

- 今天的事今天做。
- 每天保留時段，讓自己靜下來，保持閒適從容的心境。

譚衍恩 皇仁書院

讀書秘訣

- 每溫習45分鐘，便休息5分鐘。
- 適當的運動，以保持身體健康。

分配時間心得

- 預留休息及娛樂時間，可平衡生活和減壓。

戴卓穎 聖士提反女子中學

讀書秘訣

- 及早準備，不要臨急抱佛腳。
- 平時多思考。

分配時間心得

- 不同時段溫習不同科目，可以靈活運動腦筋。

羅安宜 拔萃女書院

讀書秘訣

- 適當地獎賞自己，例如在完成一天工作後看一下電視，放鬆心情。

分配時間心得

- 每週或每月訂定仔細時間表，並嚴格跟從，檢討成效和作適量調整。
- 向沒有興趣或不能兼顧的自願性工作說「不」。

歐鎧淳 嘉諾撒聖心書院

讀書秘訣

- 上課做筆記，把重點記下，方便溫習。

分配時間心得

- 寫下每天要做的事情，並應安排先後次序實行。
- 分配好讀書和休息時間，不可過份疲倦。