



協助子女培養良好讀書技巧

適合初中和高中學生的家長

預備一項好的計劃和設立一個適合的環境能夠讓你的子女培養成功學習所需要的良好讀書技巧與習慣。專心聽和在課堂中參與、寫有效的筆記、複習筆記和猜想考題都是一些重要讀書技巧的例子。

自暑期開始

你雖然在放假但也不要停止學習與複習。暑期是為新的一學年做準備的好時光。這些好習慣可持續整個學年。

- 預先察看課程 - www.edu.gov.on.ca
- 每日用一至兩小時閱讀不同種類的刊物，例如故事書、資料和寫實書、報紙、雜誌等。
- 向附近圖書館借書或去「Chapters」書店。
- 自書店買不同科目的作習本，每項科目每週練習幾次。
- 每日寫作 - 日記、故事、閱讀心得、寫實、漫畫、詩詞和其他。
- 看電視的時間要有限制但要看教育性的節目-歷史電台、發掘電台等。
- 與子女討論電視節目與問題。
- 用電腦時間要有限制但要玩教育性的電腦軟件以激發思維與興趣。

學年的組織

- 做一個學年和學期計劃- 每學期不超過三個目標且要實際。
- 開學一週後做一個每日和每週的時間表，貼在書桌旁使子女每日都可看到。

- 找一個好的地方讀書，例如在子女房內放張夠大的書桌。
- 無令人分心的東西，例如電話、電視、噪音、音樂、電腦(若無需用電腦做功課)
- 足夠亮光
- 為每項科目編好作業

對功課有幫助的提示

- 仔細聽老師的指示 - 要做什麼；何時要交作業；何處找資料；並如何寫作課業項目。

「察問讀記背複」(“SQ4R”)方法

- 觀察 (S) - 讀章題、序言、摘要與作者筆記以得重點。
- 問 (Q) - 問自己希望在閱讀時得到答案的問題。
- 讀 (R) - 讀每一段，回答你自己的問題，並且選出重點。
- 記 (R) - 用自己的話寫下主要意思。
- 背 (R) - 遮住你的筆記用主要的字來記回重點。
- 複 (R) - 複習你的筆記並重複數字定時「背誦」

無功課時

- 複習你的筆記和課本的有關部份
- 改正錯誤
- 開始做下一個作業或閱讀下一個課題
- 閱讀老師所建議的補充教材
- 複習並操練數學和理科方程式
- 寫讀書大綱

最後…

- 每讀一小時可休息 15 分鐘
- 吃正當餐食和健康的小食
- 讀書時在旁邊放瓶水
- 定時做運動並保持健康均衡的生活
- 繼續保持前頁「自暑期開始」所提到的良好習慣。

此提示頁是由 Sandra Pong 教師所預備。