



嘉新心泉

112年

5月

發行人：張家銘 編輯：潘慧綺



如何準備會考？最完整的 112 會考準備攻略

長年擔任國中導師的資深教師林淑媛老師建議國三考生們在生活上掌握「正常、規律」原則，才能備足體力及精神倒數應試，並給予 5 個面向的會考作息提醒：

- 生活作息保持正常：第一條鐵律，不熬夜
- 適合應考、健康營養的飲食：天氣漸熱，注意會讓腸胃不適的飲食
- 安排規律運動與適度休息：衝刺階段研讀時間，調整成「大鐘點」形式
- 設定獎勵制度：正向的心理建設，每達到一個目標，就給予「獎勵」
- 考試當天的作息安排：用餐規劃與休息地點要及早因應

112 會考時間將於 112 年 5 月 20、21 日登場，隨著考試時間逼近，會考準備需要更多有效的方法與安排，讓考生充分準備和複習，以確保能在考試中考出自己的實力。

以下《翻轉教育》將分享在做會考準備時需要注意的地方與準備方法，讓所有國中師生安心備考衝刺：

作息篇：生活作息、飲食規律外，也要為心理建設安排合適的活動或協助

裝備篇：會考必備物品、文具與衣著等清單提醒

各科衝刺篇：透過練習考古題與確實整理筆記，培養閱讀速度與圖文理解力，多關注「真實生活問題」

考前準備九步驟：考試前中後過程中，準備重點與安定心神的方法

會考準備心得分享：錯題本製作、讀書技巧與讀書計畫安排。

會考準備方法：裝備篇

會考要準備哪些東西？高雄市立光華國中資深教師宋維哲老師根據多年導師班、會考陪考經驗，整理出詳細且實用的迎戰會考守則，以下摘要會考必備物品清單：准考證身分證件以及與准考證同式相片、2B 鉛筆 2 支、橡皮擦、修正液（帶）各 2 個、黑色原子筆 2 隻（避免使用極細原子筆）、直尺、圓規、三角板、透明墊板（非選題使用）、透明筆袋、衣著避免過度清涼或溫暖（可備著薄外套） 衛生紙、面紙、口罩、酒精、酒精擦、手錶（不能發出聲響）

會考準備方法：作息篇

會考準備是每位國中生都必經的過程，而良好的時間管理對於考生而言尤其重要。以下是針對時間管理給考生的 6 個重點提醒：

1. **建立習慣**：建立穩定的學習習慣，如每日定時學習、定期複習、背誦等。也養成不盡量避免拖延、及時完成學習的習慣，以免耽誤複習計劃。
2. **制定複習計劃**：針對每個科目列出複習重點，並為不同科目分配合適的學習時間，避免偏科，也避免單一科目長時間學習而感到疲憊。（下載：[會考衝刺計畫表](#)）
3. **調整優先順序**：針對個人強、弱項調整優先順序，建議優先處理弱項及與重要觀念相關的學習任務。
4. **適當休息**：除了保證充足的睡眠，每學習一段時間後，也合理安排休息時間。可以試著在學習間安排放鬆的活動，例如散步、聽音樂等，以便恢復體力和注意力。
5. **定期檢查與調整**：每隔一段時間，檢查自己的學習進度與效果，根據實際情況調整讀書計畫與作息。

會考準備方法：各科衝刺攻略

國中會考即將來臨，考生們該如何衝刺準備呢？除了對課本閱讀理解、多做模擬考與考古題、檢查自己的弱點，掌握各科重點和為考題趨勢做準備也很重要。以下簡單列出各科會考準備重點：

國文：將題目分類，利用「複習講義」有效率的準備複習。

作文：開頭寫對作文就成功一半，掌握審題、運思、取材、組織、修飾 5 面向拿高分。

數學：用過往使用過的課本習作複習，掌握答題 5 步驟確保不失分。

英文：保有素養化、重視閱讀理解等特色，篇幅較長的題組題將是決勝關鍵。

社會：考題更聚焦「台灣」在地事，原住民文化、台灣地名由來、中學生參與公共事務等是準備重點。

自然：實驗、跨科題更多，解題關鍵藏在「問號前那句話」

會考準備心得分享

如何讀書更有效率？許多會考考生希望汲取學長姐的會考準備心得經驗，以安排更好的讀書計畫、了解不同備考階段的準備細節。翻轉教育也邀請老師分享會考準備心得技巧，並彙整考生們會考都是如何複習、讀書計畫怎麼擬定。

1. 整理考後錯題本

「考後整理錯題本」可謂不論國三老師或考生都推薦的做法之一。

錯題本的重要性，在於學習診斷的結果，讓答錯比答對更有意義！如何將模擬考等大小考的內容，做成自己的「錯題本」呢？蔡思怡老師分享詳細製作步驟，並回答「考卷雙面印刷怎麼辦？」等學生製作錯題本時的常見問題。

2. 讀書技巧與讀書計畫安排

畢業於台北市北一女中的未秧（筆名）於 YouTube 「[北一女十大讀書方法！全台灣人都看過！Winner 大贏家系列](#)」影片分享自己國中與高中的筆記，以及考高中、大學、甚至公職、研究所等考試都適用的讀書方法與計畫，高達 25 萬次觀看次數，許多會考考生、國中教師與補習班老師都留言推薦，覺得值得參考。以下為北一女 10 大讀書方法重點摘要：

- (1)大綱：建立課本的索引系統、考試大綱
- (2)範圍：把各科老師有的資源都拿到手
- (3)畫出來：圖像記憶，課本內容用看的易遺漏、忘記
- (4)比較：複雜、相似觀念比較，系列異同做成表格。
- (5)背單字：反覆背誦，背起來再換下一個。
- (6)教、被教：教很多次、或被教很多次（老師/同學）。
- (7)詳解：不擅長的題目，與其猜答案、不如看詳解，把不會的觀念騰在筆記本。
- (8)即時回想：讀課本翻頁時回想剛剛讀的重點是什麼。
- (9)習慣：自制力不夠的解決方法，慢慢養成不分心的習慣。
- (10)考前重點：整理考前重點筆記，彙整自己會忘記或必考的觀念。

當會考進入倒數階段，應該如何準備？「讀書計畫就是羅盤。不只是國文科要規劃讀書計畫，各科都需要這個羅盤的指引，讓會考戰士們清楚知道『我是誰，我在哪，我要做什麼？』」國中國文科教師蔡思怡老師也於〈[會考倒數 100 天 | 國文科準備攻略：對症下藥、記憶題](#)〉文章中分享「會考衝刺計畫表」模板提供師生參考。

3. 管理壓力與維持讀書動力

讀第一志願、國中會考和大學學測榜首們，其實和多數人一樣討厭讀書。畢業於台北市北一女中的未秧（筆名）與國中教育會考以 5A++ 成績高分錄取讀建中，畢業於建國中學的湛樺（筆名）接受《親子天下》採訪，分享到，升學最大的 2 個課題就是**管理壓力與找到讀書目標與動力**。

以上文章分享，祝福大家發揮實力、會考順利！

本文摘錄自 <https://flipedu.parenting.com.tw/article/008187> 文 施雲心