

Knowledge Q&A
wledge Q&A in Stella Matutina Girls' High School
Matutina Girls' High School Knowledge Q&A
Knowledge Q&A in Stella Matutina Girls' High School in S
Stella Matutina Girls' High School Knowledge Q&A
h School Knowledge Q&A in Stella Matutina Girls' High School
in Stella Matutina Girls' High School Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School
Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School
Knowledge Q&A
a Matutina Girls' High School in Stella Matutina Girls' High School
Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School
Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School



創 校
52年7月11日
校 址
40462台中市北區中清路一段606號
電 話
04-22921175
傳 真
04-22960518
網 址
<http://www.smgsh.tc.edu.tw>
E-mail
stella@mail.smgsh.tc.edu.tw

Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School

Knowledge Q&A
in Stella Matutina Girls' High School

[illegible]



[A]

KNOWLEDGE Q & A
INSTEAD OF NO TUTORIAL
GIRLS' HIGH SCHOOL

+ 編輯群
EDITORS



[1] 林威辰

畢業國小：霧峰國小
就讀學系：台灣大學醫學系
人生座右銘：不要為明天憂慮！



[2] 吳昕平

畢業國小：九德國小
就讀學系：台灣大學財務金融學系
人生座右銘：The world is not beautiful.
Therefore, it is.

[3] 吳婉寧

畢業國小：忠信國小
就讀學系：政治大學中國文學系
人生座右銘：Flectuat nec mergitur
(拉丁語：飄盪卻不沉淪)



[4] 詹予欣

畢業國小：南投縣康壽國小
就讀科系：清華大學物理系
人生座右銘：
Never forget to remember,
never stop looking forward.





[5] 吳岱容

畢業國小：國光國小

就讀學系：台北醫學大學牙醫系

人生座右銘：只要內心不亂，
外界就很難改變你什麼，
不要羨慕他人，不要輸掉自己。
簡單的事情重複做就是專家。

[6] 王謙毓

畢業國小：中港國小

就讀學系：
成功大學工程科學系

人生座右銘：
勇敢去追，永不放棄！



[7] 李雅慈

畢業國小：大明國小

就讀學系：臺北大學法律系財經法學組

人生座右銘：只要熱愛自己所做的一切，
人生永遠不會消失——賈伯斯



[8] 莊於庭

畢業國小：大仁國小

就讀學系：國防醫學院醫學系

人生座右銘：高中的努力可以作為享受
大學自由空氣的養分。



[10] 陳庭榕

畢業國小：彰化縣埔鹽國小
就讀學系：陽明大學醫學系

人生座右銘：Only those who risk going
too far can possibly find out
how far one can go.



[9] 許銘心

畢業國小：不能說的秘密
就讀學系：台灣大學醫學系
人生座右銘：

Take pride in how far you've come.
Have faith in how far you can go.
But don't forget to enjoy the journey.

[B]

KNOWLEDGE Q & A
INTELLA MATUTINA
GIRLS' HIGH SCHOOL

+ 學科篇 自然組 社會組

SCHOOL WORK

NATURAL SCIENCE SUBJECTS
SOCIAL SCIENCE SUBJECTS

自然組

[國文]

撰文／莊於庭

國文科最重要的是平日累積實力

高一、二每週的語測都要認真準備。

・閱讀測驗可以在每次讀完文章後，先試著用自己的話解釋文章大意，接著寫題目，最後才讀文章解析，如果每一篇文章都這樣認真練習，相信閱讀理解的能力會無形中提升許多！（想想看，考學測、指考的時候，大考中心怎麼可能好心附上文章解析呢？還是練習自己判斷吧！）讓多數人較頭痛的是古文的閱讀理解，我熟悉古文的方式是逐句自己解釋一遍，有註解的特殊字、詞，我會把註解抄在該字詞旁邊（大考幾乎沒有註解，所以練習自己看懂古文很重要！）看到重要作家（Ex. 唐宋八大家）可以多加留意，瞭解作者的背景也能幫助迅速抓到文章重心（例如：歷經貶謫、流放的作者，通常作品中多少會流露歲月流逝而志業未成的感傷，有時候還會來個心境轉換，然後豁然開朗的後段）

・成語的部份，可以背多少就盡量多背！一般人在背過了一個禮拜後，不可能記得上禮拜背過的每個成語，但也不至於全部忘記吧！像看故事一樣瀏覽一遍成語的典故，這樣讀會記得更持久，讀起來也更有趣喔！

・至於詩詞曲，我建議學妹們先花點功夫讀詩、詞、曲的國學常識（例如：別稱、押韻、字數、格律、限制、是否入樂、相關派別、常見作者等等），也可以比較詩、詞、曲間的差異。當你開始讀作品時，除了瞭解作者創作的背景、心情、作品大意、特色，還可以配合國學常識一起讀，非常充實吧！

（自然組的學妹，建議語測每個禮拜不要讀超過2個小時，你還有大量的數學、物理、化學科的作業和考試，是吧？但是讀國文不可以隨便喔，否則大考逼近的時候，你會很想坐時光機回去海扁自己。）

課文當然要更努力的唸，尤其是古文重點40篇（唐宋八大家的作品是重點中的大重點），每一篇都要練習逐字逐句的翻譯，（大考的手寫部分有幾次出現翻譯題）其中要特別注意特殊字、多義字的意思（例如：一、以、向…），多選題考出來的機會相當大！可以多翻翻課本後面附的文章賞析，近幾年大考手寫題幾乎必考重點文章的賞析（Ex. 廉恥、赤壁賦、始得西山宴遊記都考過），由此可知其嚴重性吧，呵呵～最好養成做剪貼簿的習慣，把重點文章、作者、重要字詞、作品特色都整理起來，順便把不會的題目一併整理吧！

語文高手是平常字音、字形、字義、修辭、國學常識、作者比較……等等基礎的累積，古今文則補充了許多與課文相關的文章，也時常節錄出現在考題當中。

作文除了多寫也要多背，如果原本作文實力薄弱的話（像我），我會找前幾年大考的優良範文，挑當中特別有感覺的幾句背下來，多背好用的典範人物（例如：海倫凱勒、史懷哲、蘇軾…），也要準備一些個人的經驗、體悟，方便出現類似題目的時候靈活套用！寫完的作文可以請老師幫忙改，老師們都很nice，還會給你建議、方向。大考前2個禮拜，維持每天練習一篇作文，手感、速度才能掌握好！

[英文的讀書方法]

撰文／許銘心

英文學習的第一步，是把英文當作認識世界的工具，而不只是一門學科。如果能自己創造學習的動機（不管是方便和外國朋友聯絡、上網看最新影集等），以積極開心的態度面對英文，相信對於學習是會有正面幫助的。以下針對課內、課外英文的學習方法詳述。

・課內

英語學習在曉明是十分受重視的一塊，因此英文課內實力的養成，只要跟緊學校腳步、紮實學習，就能有不錯的成果。

(1) 高中教材——累積單字量、理解文法規則

學校已經為高中部挑選完整的英文教材，涵蓋單字、文法、句型等，不用自己傷腦筋購買。只要記得所有的教材使用，都忌諱為了考試臨時抱佛腳，只有紮實的理解記憶，才能長期累積英文實力。

(2) 作文——勤加練習

高中學測、指考作文都是搶分的關鍵，高分的祕訣不外乎是勤加練習。高一高二記憶的句型、單字，在此時亦可派上用場。除了高三課堂有作文練習，私下也可以自己找歷屆試題練習，請老師幫忙批閱。Practice makes perfect！

・課外

課外的英文學習，可以視個人聽說讀寫能力做不同的規劃，英文相關的檢定、活動，也是學妹規劃高中生活時可以思考的面向。

- (1) 檢定——英文檢定除了了解自己英文實力，更重要的是能在申請各項活動、大學申請入學時達到加分效果。現在許多大學都注重英文能力、設有畢業英文檢定門檻，如果具備相當的檢定成果，也可以免修英文。全民英檢、TOEIC、甚至是TOEFL，有意願都鼓勵學妹考考看，以備不時之需。
- (2) 活動——包含英文演講／作文／拼字等比賽；或是像亞太科學營、新加坡南洋女中參訪接待、模擬聯合國會議等交流活動。
- (3) 校內——曉明可以申請英文自學，於英文課時到閱覽室自主學習。另外，報名人數足夠時假日會開設英文加深加廣班，老師活潑有趣，補充許多時事、可以訓練英語簡報能力。
- (4) 其他——如一開始所說，英文是工具、而不只是一門學科！學妹有興趣的雜誌、影集，都可以是課外學習的一部分。像是Time、Reader Digest……只要你喜歡，沒有什麼不可以。

【如何念數學？】

撰文／吳岱容

高中數學和國中數學最大的不同是，國中數學是計算的推演，高中數學是觀念的跳躍，所以高中數學不是單靠算無數的題目就有用的！

觀念的整理是最需下功夫的，至於題目的練習倒還是其次，因為題目的變化無法掌握，改一下觀念的組合又是新的題目，所以千萬別有考前算一萬題之類的想法喔！

・整理觀念要點

- (1) 好好學習每一章節，讀熟每個定義和公式，並將各種能求同種類型的方法列下來
- (2) 從題目的閱讀中找關鍵字，想想學過的方法哪些能試著解解看
- (3) 太過酷炫的解法不要背下來或背題型，應該著重本題的核心概念，把題目用來當捕捉漏網觀念的漁網！

舉個例子來說：

高中求極值（關鍵字）的方法條列出來共有：

- ① 一元二次配方法
- ② 一元二次判別式法
- ③ 算幾不等式
- ④ 科西不等式
- ⑤ 畫圖法
- ⑥ 參數式
- ⑦ 微分

每當碰到求最大最小值題型時就把這七種方法搬出來，看看題目有沒有提供其他線索告訴你適用哪種解法，像是看到兩數皆大於零，用算幾的機率就很大，看到平方和，可能是用科西，看到二次，可用配方或判別式等等，慢慢地你就會發現，很多題目即使是第一次見到，也能抽絲剝繭地慢慢理出頭緒，而其中整個觀念的統整是大關鍵！

・題目練習要點

練習題目切勿像讀參考書一樣練習範例底下的類題，寫好幾題同樣的題型。建議找大範圍的混合題目，練習審題（注意喔！不是算題目，是閱讀題目！）——閱讀每個題目圈關鍵字，搭配自己整理的方法數，在腦袋想想適用何種方法。其實，審題練到後來可以不需要解出答案，只要列出式子你便可知是否解出本題，練題目的重點在於看到題目後考題觀念的破解，解出答案是其次。因此，能快速大量閱讀不同題型的要點，即是審題加上方法數的統整！

最後，我覺得最最最重要的是，有一群能和你一起學習及訂正的好朋友。我認為學習每一樣東西有伙伴很重要，我很慶幸自己有好多很棒的朋友，樂意一起討論不會的題目，互相切磋、毫不藏私。每次考試，即使是做得出來但花很多時間解的題目，也能在考試後問問其他同學的作法，會發現你整理的方法數又多了好多種！

【生物、化學】

撰文／林威辰

俗話說：「生化本一家。」生物和化學有許多觀念互通的部分，簡單來說這兩科其實是相輔相成的！生物和化學最讓人頭痛的部分，應該是有許多細碎的小重點，感覺投資報酬率很低，以致於不想花時間背誦。但其實這些小重點就是生化最重要的背景知識！不像物理或數學可以用一個公式、一種基本觀念

打遍天下無敵手，生物和化學是需要累積的學問。擔心自己腦容量不夠嗎？以下提供幾個幫助記憶的方法：

・善用口訣與諧音

例如：

- (1) 人體內元素含量多寡順序：氧>碳>氫>氮，用諧音記就是「氧看輕氮」。
- (2) 眼睛構造由外而內依序是：神經節細胞、雙極細胞、視細胞，就是「截擊式」。
- (3) 濃硝酸遇到鐵、鉻、鋁有鈍化作用，可記為「take a look」。

通常老師會告訴你這些好用好記的口訣，當然也可以自己想。就算想不到也不必緊張，多念幾次，讓舌頭熟悉這串音調，久而久之腦袋也會慢慢熟悉這個觀念！

・單元概念圖

製作單元概念圖可以有效抓住每個單元的大重點，以及每個重點之間的關聯性，這也是檢視自己是否弄懂每個觀念的好方法。注意單元概念圖著重於大重點之間的關係，也就是「架構」，至於每個大重點的內容、零碎的細節，在心中默想即可，或是自己另外整理。

・聯想法

若說單元概念圖是幫助記憶大觀念，聯想法就是針對小重點的方法。以化學為例，索耳未法回收階段的產物有氯化鈣，看到氯化鈣就聯想到乾燥劑分為酸性、鹼性、中性，其中中性乾燥劑就包含氯化鈣；接著又能繼續聯想，乾燥劑有兩個重點，其一是能脫水，其二是不可和目標物酸鹼中和，鹼性乾燥劑有氫氧化鈉，酸性乾燥劑有濃硫酸和五氧化二磷；緊接著聯想到五氧化二磷的結構式……。聯想法有點像接龍遊戲，試試看自己從一個化合物、一條方程式、一個觀念、一種製程，可以聯想得有多遠，聯想到多少個小重點。不像傳統的複習法是「讀完一個單元，弄懂一個單元的內容」，這種統整複習的方法，適合用在跨單元的觀念整合。

・善用小便條、筆記紙

準備隨身攜帶的便條紙，抄寫一些小重點，在等公車、排隊、吃點心等零碎時間就拿出來背誦，建議用少量多餐的方式去記憶，多背幾次才能加深印象，讓這些重點內化成為長期記憶。

[物理]

撰文／王謙毓

不管是物理或數學，理科最重要是觀念的建立與理解，從基本的定義開始延伸發展。進一步推導重要的公式，再來就是培養「分析」的能力，千萬不要只是將範例的解題模式或步驟背下來，不然兩個月後就都忘光了。腦中剩下的可能只有公式，但卻完全不知道代表著什麼、該如何使用了。

另外，多問問題或是與同學討論都很有幫助。在討論的過程中，能讓思路更清楚，也能使盲點解除，更能加深印象、不容易忘。

・建議

- (1) 穩紮穩打，每天至少花1-2小時算題目。（高二自然組）

- (2) 英文代號有很多，要記清楚中文解釋。Ex. 萬有引力當向心力 $\frac{GMm}{R^2} = m \frac{v^2}{R}$ （前者為距離，後者為軌道半徑）

- (3) 九九新課綱力學部分學很多（高二上下學期）。當遇到力學題目時，第一個動作是分析運動狀態（也可以畫力分析圖），先去想想它是如何運動的，去思考那個畫面然後想一下要求的東西在哪裡，把所有已知的式子列出來（通常都是合力為0、動量守恆、力學能守恆）就能解出來了。高中物理通常不會用很難算的數字刁難計算，都是代數（有些人覺得很難，但其實代數可以避免掉很大的計算錯誤的機會）。

- (4) 運動獨立性：有些題目適合x, y分量，有些適合用斜面去分。

- (5) 有些題型會有速解法，建議在練習時，基本方法一定要很熟練，再開始使用速解法，不然大考很容易忘。

- (6) 在每個單元結束時，用一張A4的紙把重點都列出來，再整理出重要的題型。對未來複習時很方便也能節省不少時間。

[地科]

撰文／詹予欣

我們這屆高二自然組沒有上地科，可想而知，高三再度拾起地科課本，腦子裡根本一片空白……不過學妹們的情況應該和我們不一樣了，好好把握高二的地科課嘍，這樣高三就不會有像我們一樣的撞牆期了。（當然國中時就把地科紮實讀起來，對高中生活大大有幫助！因為高中有許多內容都是國中延伸過來的，現在懂了以後也會比較好懂；啊！要是現在採取「不懂就背起來」的策略……嗯！那以後大概會更加辛苦喔……）

地科大概是學測自然科裡面最神奇的一科了，有別於自然組的物理、化學、生物，在高二的難度和社會組逐漸拉大，地科是唯一一個大家平起平坐的科目（老實說我們這屆社會組的地科搞不好還比較強一點XD）。所以說自然組在學測自然科的搶分關鍵反而往往是神奇的地球科學，在衝刺學測的期間，千萬不可將其等閒視之！

我高三讀地科的方式很笨，就是把黑皮書（註：一本高三常用的學測地科總整理，學校統一訂的）整本一頁一頁仔細地啃完然後吐出重點整理的筆記。最後衝刺時期再買一本什麼地科衝刺三十天之類的，用十天快速翻完，然後就上戰場了。

我自己整理筆記的要點在於把不必要的枝微末節刪掉，然後少一些文字敘述，多一些圖表比較。當初這份筆記的目的是要在考前快速瀏覽用，所以才會拼了老命塞在一起，因為我覺得這樣看起來比較方便不用一直翻頁。

方法雖然很陽春，可是效果卻還不錯。除此之外，學校都會訂一些練習卷，要好好寫，題目的練習真的很重要，我覺得地科的題目還滿多變的，常常已經讀過的東西在遇到考題時卻顯得綁手綁腳，表示熟練程度不夠，不然就是腦袋轉得不夠快。諸如：地球的演變、颱風的形成、岩石的交替等等，許多流程都有前因後果，參考書加上老師的講解已經十分足夠，剩下的就是自己要把它們弄清楚，面對考題時才會得心應手。

地科的單元之中，天文部分比較龐雜也比較難，建議跟著老師的複習進度走，地質相對來說就較為簡單，自己複習的時候可以先從這裡著手。

[社會科]

撰文／陳庭榕

· 地理

其實對於自然組來說，地理應該算是比較輕鬆的科目，理解重於背誦，而且能以一貫之。高一的通論地理一定要先理解，並且要非常熟悉，因為學測超愛考！弄懂通論地理之後，讀區域地理的時候會輕鬆很多！在讀區域地理的時候，我個人會先記熟地圖，熟悉那個區域的國家、地形，之後找出各個國家的特色（經濟發展狀況、宗教信仰、人口結構等）。地理非常重視圖表的判讀，而大量作題可以迅速培養這方面的能力，也可以找出重點、自己的弱處。

· 歷史

我高一、高二讀歷史的時候，會先把課本像讀故事書一樣讀一遍，先掌握事件發生的原因、結果、造成的影響，再開始背誦細節。課本各章節之前會有導讀，可以透過導讀了解章節的重點在哪裡，而課本裡面的大標題絕對是不能錯過的大重點，一定要背熟！到了高三，除了老師提醒的重點要熟記以外，時間感的培養也很重要，一定要懂得連貫臺灣史、中國史、世界史。臺灣史的部份各時期的政策是重點，中國史則是要知道各朝代的特色，世界史事件因果關係要清楚，哪一個世紀發生的事情也要弄清楚。歷史的話作題目也很重要，可以快速的抓到重點，也能夠訓練判讀題幹的能力！歷史的題幹通常都滿長的～要學會從中抓到重點！

· 公民

其實學測公民沒有考得很細，反而比較像是考常識，所以太過瑣碎的東西不需要記，複習講義裡面老師提示的重點背熟、注意時事。我覺得公民讀熟之後做歷屆試題可以很快的熟悉考題出的方式，寫完之後會發現考來考去幾乎都是那幾個大重點，就把自己不熟悉的重點、一考再考的東西好好的複習，再加上掌握時事就OK！

■ 社會組

[主科準備]

撰文／吳婉寧

國英數三主科的準備方法沒有竅門，最主要還是每次練習的累積。在這方面不能怠惰，相對來說，只要付出時間它也會給你回報。尤其主科對社會組而言特別重要，絕對不能鬆懈。

· 國文——多讀多寫，培養「感覺」

上課一定要認真聽講。國文聽起課來或多或少會單調，形音義的講解更無趣，但這部份是絕對要把握的分數，因為有讀就有分。將不會的形音義抄成一本，不論是大考或是學校考試時都很有用。

接下來是文意分析及作者相關資料，前者著重在個人理解偏多，後者則是有讀有分。文意分析除了筆記，也可以在課後溫習時，用自己的話試講，只要通順且有抓住重點，就不會有問題了；作者相關問題要作統整與分類，補充講義要讀過幾遍，較重要的人如八大家必記，其餘的訂正時重新翻過即可。

國文的補充資料上有老師講義、語高、古今文選跟高三時的搶救國文大作戰。前面三者中段考比較重要，段考的準備這三項必讀一遍，講義和語高是手寫題出題方向要讀熟，古今文選則弄懂文句意思即可。搶救則是三年來所有重點的整理（文意、作者、修辭、國概……），學測指考等大考一定要讀到倒背如流。

作文著重在課後的自行複習。除了多寫以外就只剩多看，趁著寒暑假、課餘時，多讀課外書，一方面培養語感、一方面也增廣見聞，能夠運用的材料除課堂古文作者，還有時事名人，只要材料多了，分數也會跟著提高。

· 英文——背熟單字、弄懂文法、步步紮實。

請緊跟曉明老師的步調吧！老師們的教法都能抓住要旨，按部就班慢慢累積實力，到該發揮的時候就會有成果。

英文的第一重點就是單字，這也是它唯一一個真正需要努力去付出的地方。4000單、7000單、課本單字，每次的考試都要好好掌握，因為單字不只考在選擇題，作文要是有進階的單字幫忙，也會比較高分。

文法部分，除了老師的上課講解和發下來的講義外，可以自己整理一份介系詞的筆記（to、at、on、of……），配上易混淆的句法（what、which……），段考時可以翻，大考前更是必備。

課外則可以多看看原文書，對原文書裡查到的單字，會比平時讀的更有印象。若不想花太多時間，學校的英文雜誌也是閱讀的選擇，還有題目能練習；把自己認為優美的文章剪貼在筆記本裡，無論名句或單字往後作文都能用上。

· 數學——勤算、訂正是不二法門

這科一直都是社會組最頭痛的科目，可是只要付出，收穫也很大。我在高一時沒花太多時間在數學上，功課往往是抄同學的解決；一上高二，開始認真算數學後，從中得到很多成就感。學妹千萬別因為一時失利而放棄它！

數學在段考上算是比較好應付，相較於大考的全範圍考試，段考因為有個明確的目標，把那個範圍的主題算熟，記好公式、重點，基本上就能得心應手。但也要記得，數學有分「背」跟「算」的主題，背的像三角函數、統計，算的像排列組合，都要算清楚。

高中常常會有一件困擾的事，就是一天到底要分多少時間給數學。我認為這要看你自己的狀況，如果這單元比較不熟，就給多一點時間；要是寫得順手，就可以不用花太多時間。不過，在學測指考等大考前，建議還是每天寫數學一個半到兩個小時，甚至更多，以培養手感。當然，這方面希望不會壓縮到其他科，然後自己也要有足夠的休息時間來安排。

最後，學習數學的一大要點——訂正。每份考卷，先懂錯在哪裡，接著找出正確的方法，再遮住答案，重新算一遍。一方面增加印象，一方面也能練手感。

· 結語——找出屬於自己的方法

事實上，讀書最重要的，還是要有習慣的步調。幾年下來，多少會對本身的狀況熟悉一些，這個時候就要開始走出自己的路。

國英兩科首重活用，沒有固定範圍，能夠整理出筆記最好；數學則是有付出就有收穫，在大範圍考試時也會有多個單元融合的題型。如何去準備，各人有各人的方法，建議還沒有方向的學妹可以嘗試一些方法後，自己再創出獨一無二的訣竅。

[自然科]

撰文／吳昕平

社會組的學生大多認為自然科難以應付，排斥它，甚至視之為天書。確實自然科所學的知識絕大部分與我們未來想就讀的科系較無關聯，但以實際面來說，學測的自然級分就算不採記，也會直接地影響總級分，千萬不能放棄。

認真聽講，跟上進度

儘管陳腔濫調，卻是免於耗費大量課堂外讀書時間，而能掌握自然科的不二法門。社會組的自然科其實並不會太深奧，如果國中理化觀念清楚、基礎打得好，在高中便能得心應手。

無論有沒有自己安排讀書計畫，絕對要跟上老師的進度，包括所上的內容和指定的作業。跟上進度代表的不只是看完、寫完，更是確實弄清楚內容和訂正錯誤。與其寫大量的課外參考書，不如確實理解課內題目的觀念、檢討自己的盲點，否則做再多題目也沒用。自然科所重的是觀念理解，若是一時不懂卻不即時理解，只會愈累積愈沉重，最終難以補救、很想放棄。

觀念建立，圖表記憶

自然科並非背了就有分的科目，因題目變化較大，必須抓住其中心觀念。而基本定義、生物、化學、地科等該背的仍必須花時間去記憶。多畫圖或利用表格來比較、背誦相似的分類或名詞會更有效果。

在高三複習結束，進入全範圍考題練習時，我會開始製作一份大考筆記，將寫錯的題目所提及的觀念重點統整在筆記本上。要寫下來的不是題目和解題過程，而是像講義那樣的觀念筆記，例如溶解沈澱表、克卜勒定理……因為練習到最後會發現，錯的往往是同樣觀念延伸出來的題目，每次錯就再看一次筆記，記憶會更加深刻。儘管最終可能只有少少幾頁，卻是大考前最適合自己的精華筆記！

學測難免會出現社會組沒學到的，因此把握住應該要會的題目就更為重要！熟悉所學，即使不會也能試著從已知的推測，大大提昇猜題的命中率。考試當下，抱著「身為一個社會組，對於自然科能多拿一些分就多拿！」的樂觀愉

快心情應考，不要給自己太大的壓力，好好發揮，社會組的自然科得到高分絕對不是夢！

[社會科]

撰文／李雅慈

社會組可以花很多心力在社會科上，但並非背下來就好，有方法的記憶模式才會讓你無往不利，以下提供幾個小秘訣：

· 地理——空間感為學習地理的第一步，畫地圖是不二法門

自然地理主要包括地形與氣候，因此高中第一冊概論是最重要的基礎。地形方面除了了解該地形的成因及分布外，等高線判讀更是必備能力，而氣候則要熟記全球氣候類型、季風及洋流的分布。第二冊人文地理最怕的就是名詞的混淆，因此對於觀念的理解是很重要的，製作表格比較或者記得代表性的例子是較容易的判斷方法。三、四冊區域地理透過地圖來記憶最不會忘記，畫地圖的要點包括：

- (1) 重點城市位置及特色
- (2) 主要河川和山脈
- (3) 農作物及礦產分佈
- (4) 季風與洋流

· 歷史——掌握時間順序以及因果關係，歷史事件不再混淆

臺灣史跟我們切身相關，且大考比重也不小，是投資報酬率最高的部分。其中，主要重點在於清領及日治時期的建設及經貿部分，將各時期的異同點做表格比較，會有助於觀念的釐清。中國史注重朝代分期，筆記的準備上首重各代分類別的比較（如：科技史、思想史、經濟史、兵制、戶籍……），尤其是唐宋明清四代，考試常出現。影響中國的重大事件也要記清楚。世界史則是以「時間」貫串，每個歷史事件的時間、相互影響、因果，是世界史最主要的重點。另外，各種主義（共產主義、達達主義……）的形成背景及核心概念也重要。

最後，三者同一時段發生的事件整理也是必須的，這時候「大事年表」就很重要了。歷史也是注重融會貫通的一科，一旦抓到了題目的時間及關鍵字，答案常常就顯而易見了。

・公民——多看新聞了解時事，培養成為社會人的基本常識

公民是一門很直覺的科目，所以平時對社會的認識是頗重要的部分，如果常識累積到一定的程度，公民絕對不需要太多腦容量，只要平常上課專心配合老師的筆記，考試通常都能輕鬆應付。比較需要背誦的有心理學理論以及法律訴訟程序，多做表格及程序圖會有所幫助，此外經濟學的部分，畫出供需圖就能一目了然。

平時養成做筆記的好習慣，才不會力不從心，如果不想花太多心思在筆記上，練習題的解析及老師上課時所做的統整就要好好利用了。當然，作筆記的方法還有很多種，最主要還是找到適合自己的方式，才能更有效率的讀書。記住，社會其實並不死板，它跟我們平日的生活息息相關，只要腦中有畫面，社會科就可以像讀旅遊雜誌、聽故事一樣有趣。



[C]

KNOWLEDGE Q & A
INTELLA MATUTINA
GIRLS' HIGH SCHOOL+ 生活篇
LIVING

[外考生的適應良方^_<]

撰文／吳婉寧

高中考進曉明以後，常常會有親戚問我關於曉明的問題。多半能用一個問句概括：「要是國中沒有讀曉明，適應上會不會有困難？」

這裡指的適應，又再分成學業跟人際。事實上，只要是進入新環境，這樣的難題是必然的。以下大略分析兩者的解決方法，但實際的情況，每個人都不相同，要是真有無法融入的狀況，請不要吝於尋求師長的幫忙。

・學業

為了協助外考生學習更快上軌調，於晨輔開設銜接課程，讓學生可以在開學前，建立基礎。不過，銜接課程只有進度較快，必要時，可向同學借筆記抄重點。

其後各種課，就是與直升同學站在同等地位了。不過，我個人在英文有遇到困難。曉明的英文底子打得很深，若是公立國中考進曉明，多少會覺得吃力，在考試上特別明顯；這裡，就真的只能靠自己了，另外再去問老師有什麼好方法，畢竟高中英文與國中英文也有段落差，不在一年級補強，後面會很慘。

曉明老師人都很Nice，有什麼課業上的問題，問就對了，千萬不要硬撐，甚至覺得自己很笨。提出疑惑與困境，他們都很樂意幫你解答的。

・人際

這算是考生本人最常問的問題。說實話，人際的適應很難解，除了靠自己，真的也沒什麼辦法了。雖然一開始可能會認為自己格格不入，可是，要是陷入自卑的漩渦裡，只會更難突破。畢竟要想交個朋友，自己先主動才重要。

從其他學校考進曉明，或多或少在人際上都會覺得尷尬。不過，別害怕與曉明人來往，越是裹足不前，越無法跨過橫在你面前的高牆，與其等別人來找妳，不如主動出擊吧。

[自然組？社會組？ 選組的迷思]

撰文／李雅慈

高一下是面臨選組的重要時刻，許多人因為此而煩惱不已，然而每個人的考量不盡相同，學姐也無法以偏概全的告訴你們應該如何做決定才是正確的。

所以，以下提供幾點想法，希望對迷惑中的學妹有所幫助。

・選擇自然組在往後面對學測比較有利？

沒錯，自然組的同學在學測上確實占有一點優勢，但並不代表選擇社會組，學測就考不好。在文科上，自然組與社會組所學是一樣的，而社會組在課程上的安排，能有較多的時間來增強國學常識或者作文的練習，但只要自然組的同學平時也願意勤花時間，這幾堂課並不會有多少影響。而大家最重視的數學科，兩組所學在學測範圍上並沒有什麼不同，或許自然組在某些單元學的較深入，但社會組的同學只要把握住自己所學，融會貫通並勤加練習題目，反而能夠更準確的抓到要點，在學測上並不會有太大的吃虧。至於社會科與自然科，不同組別雖然會有不同的優勢，但學測所考試的目的在於觀念理解，只要不抱持著放棄讀社會或自然這種消極的念頭，持續在課堂中認真聽老師講解的重點，加上歷屆試題的演練，在學測表現上都不會太差。

・轉組這條路能夠一舉兩得？

通常，不少人會覺得先選自然組來增強數理實力，對於學測上能夠有優勢後，高二下再轉向社會組，為了往後的選系鋪路。然而，並不是所有人都能夠像預期那樣理想，一兼二顧。轉組所要面臨的主要是在課程差異下所形成的銜接問題，往往會錯過一些進度，而這就得要花雙倍的力氣將它補齊並設法跟上新班級的腳步。其他還有許多林林總總的問題，像是新班級、新老師的適應之類的，這些因為轉組所造成的壓力，常常會因此而招致反效果，所以建議大家，轉組前一定要想清楚自己能否承受，或者是否有這個必要。轉組並不是想像中那樣輕鬆且容易走的一條路。

・結語

不妨多聽聽自己的內心吧，不要因為外在因素而猶豫不決，想想未來的自己想到哪裡，想走在哪個大學哪個系所，那就朝那個方向前進吧，不管選擇哪一組，相信以曉明老師的豐富經驗和學妹們優秀的能力，你們都能在未來大放異彩的。

【自然組類組選擇】

撰文／詹予欣

自然組包含二（理工）三（醫）四（農）共三個類組，差別在於二類不用修生物，四類不用修物理，三類通通都要修。至於為什麼沒有一個類組不用修化學，嗯……老實說我也很想知道（笑）。總之自然組的學妹們高二時都是三類，但升上高三後可以自由選擇轉類組。

由於學測範圍基本上會在高一二上完，高三的部分要到指考才會出現，因此已有明確目標，確定未來不會走相關科系的學妹，可以將轉二、四類納入考慮。或許有學妹覺得，比別人少上一個科目聽起來有點不安，沒錯，我當初要轉二類時也曾小小的擔心過，讓我們暫且拋下這般憂慮，以在下熟悉的二類為例，分析一下優劣。

・優點

首先，因為不修生物，所以課表中的「生物課」可以安排「去閱覽室自修」，在緊湊的高三生活中，時間就是金錢哪！不管你要讀英文雜誌、寫國文作文、算物理類題、化學訂正……只要能夠安排得當，都將會是安排複習進度或準備高三課程的超級武器。

再者，不修生物，也就不考生物期中考及高三新進度的週考，不僅考試時間自修，同時也間接省下了需要拿來讀生物的時間。最後，不修生物，所以不會被當掉（喂）。開玩笑的，嗯……若學妹因為這點而轉類組，可能你自己也要檢討一下噢～。

・缺點

高三課程通常和高一、二有所相關，學習過程中能幫助我們對先前課程有更多的了解，而上課有時也會複習到學測範圍，因此二四類會比別人少掉不少複習機會。但最恐怖的是，要是你沒有足夠的自覺，就會在學測將近的某天，猛然驚覺自己已經連續幾百年沒碰生物了，然後因為發現自己有關生物的記憶力早已大幅減退而冷汗直流。（經過我本人的驗證，這是真的）

總而言之，要是你夠肯定自己學測後不會再用到那些科目，而且夠自律能把屬於學測範圍的內容在無人逼迫的情況下好好讀熟。那麼轉二四類真的能讓你多出許多可以自由運用的時間，做自己的複習規畫。

【社團與課業】

撰文／陳庭榕

我高二的時候是科研社社長，因為是社長，有活動一定要出席，而且各個活動的進度也都要掌握，很多假日或是平日晚上會因為籌備或是舉辦活動被占用。因為讀書的時間相對被壓縮，所以上到高二我就比較少參加競賽，把重心放在課業和社團。上課認真聽回家可以省事許多，也因為念書的時間變少，計畫的排定就相對重要，什麼事情要什麼時候做一定要有計畫，不然到時候會事情都卡在一起，蠟燭多頭燒反而什麼都做不好。

撰文／詹予欣

身為曉明蘭姐童軍團的一員，我也來談談維持社團和課業平衡的這個部分。童軍團是一個忙碌的組織，除了各社團會有的迎新送舊社課幹訓外，大露營、團集會、團慶以及各種神祕的團內活動（欲知分曉，歡迎加入童軍團XD），足夠讓高一、二的兩年時間被社團塞得滿滿滿，要維持課內外平衡十分不容易，我不敢說自己做得多好，但有些心得可供參考。

回顧高一、二，我覺得最重要的應該是要把時間分割清楚，忙活動時不要想著課業（這個比較簡單），該讀書時不要想著社團（重點是這裡），時刻提醒自己現在這個當下該做什麼事，並且專心把它做好。這真的很難我知道，特別是當某些令人煩心的事情尚待處理，總是會在腦子裡縈繞不去。可是學妹們，要有自覺，一而再再而三地提醒自己，不要輕易就讓瑣事影響你完成你該做的事情。在我幾次的失敗經驗中可以得知，隨便放任自己鬆懈，常常會換來後悔，畢竟日子不會因為你遭遇了某些困境而停止運轉。這是個很辛苦卻很有用的學習喔，值得好好鍛鍊。

另外，要培養良好的態度，來面對師長的建言（講白話就是碎碎念啦XD），特別是針對像我一樣常常一不小心接下很多case的學妹。老師們見過許多活生生的案例，因此看到我們又再度步上學姐後塵時，才會好言相勸甚至極力阻撓。被限制東限制西的當然會很不舒服，可是當我們在埋怨師長不了解情況前，也要先想想他們所嘮叨的理由及目的何在，默默地想清楚他們擔心的事情，並且盡全力不要讓它發生。把老師的話加減聽進去，課內外的活動也就不至於失衡得太嚴重，因為老師多少對於我們的學習狀況有所查覺，當有什麼不對勁時，通常在我們發現嚴重性之前老師就會先出手了（笑）。

當你能做到讓他們對你放心，老師的干涉也就會少很多。可能有時候我們都會覺得，師長們為什麼不願意相信我？這是當然的啊！你又還沒證明自己可以，憑什麼要別人相信你？如果你有信心做好，就用行動證明，不要光會抱怨，然後怪罪別人讓你一事無成，這樣只會讓自己停滯不前，反而失去很多機會喔。

最後，要認清自己的能力所及，做不來的事情不要勉強，畢竟課內的學習仍是我們這個階段最最基本的本分。參與各種活動都多多少少會影響到學業，就算再厲害的學生也一樣，只是程度上的差別。有得必有失嘛，為了精彩的中學生活做點小犧牲我想無傷大雅，但如果活動已經多到造成課業上無可挽救的地步，請立即重新調整一下比重，否則升上高國三的無力感真的會讓人後悔莫及。

撰文／吳昕平

相較於其他社團，校刊社是特殊工作性質的社團。討論主題、採訪、寫稿、統整、校對……尤其截稿日一般都定在段考前後，如果累積很多稿件壓線的話，要嘛壓縮段考讀書時間，要嘛影響稿件品質，甚而被退稿重寫，拖累整體進度。

因此社團與讀書若要求平衡，時間分配與工作進度控制是必要的。例如訂定各週進度，不須要求自己一開始動筆就一定要完成整個篇章，將收集資料、各小段落分開，否則一想到如此大的工作量，只會懶得動筆，一拖再拖。

校刊社的艱辛與樂趣在於總會有各式各樣的突發狀況。於是難免有段考前的週末必須趕補缺稿的情形，這時，就得仰賴平時讀書的累積，所以平常不能將所有書都留到考前才唸，如此若突然有事需處理，較不會大大打亂計劃。

儘管聽起來很辛苦，參加校刊社其實能學到很多、得到許多樂趣。採訪到有趣的人、參訪不同地方、一起看電影寫影評、與出版社交涉……然後習慣腦力激盪、資料整理、寫文章時下小標……最重要的，是校刊出版後無比的成就感。也許還有不少現在無法察覺的收穫，但無論如何，經歷過的甘苦、建立起的革命情感，終是未來回憶時最豐富珍貴的資本。

【休閒娛樂】

撰文／吳婉寧

被讀書、考試及社團事務追著跑，要如何給自己一個喘息的空間？除了假日有時間可以好好放鬆，有沒有什麼辦法可以在短時間內宣洩情緒呢？

我選擇的方法是「寫日記（或手帳）」。在高三拚學測前，我替自己買了一本筆記本，充作記事的同時，也在空下來的地方一筆一筆寫下今天發生的事情；不只能夠記錄高中生活，更能稍稍發洩累積的負面情緒。

有閒錢可以買市面上有附日期的手帳，或買普通的筆記本標日期；如果沒辦法買新書，即使是使用曉明的學生生活手冊也有一樣的效果。

不用把寫日記當作另外一種壓力，以為一定得寫出整篇完整的記事才算完成，要是當天很累的話，可以畫個圖、寫一句鼓勵自己的短句，甚至請同學來寫一小段……重點是：讓自己能打起精神，明天繼續奮鬥！

出去玩的紀錄，例如展覽門票，還有平時生活看見認為很好看的東西，貼在記事本上，亦能有相同的效果。一步一步把記事本填滿的會超有成就感，一天花的時間不多，得到了快樂，更讓手帳成為繁忙生活中的一抹點綴。

撰文／詹予欣

「休息，是為了走更長遠的路！」在學校生活中，難免會有一些壓力，需要藉由休息來排解，在此分享我的經驗給學妹參考。

(1) **閱讀**——我喜歡每隔一段時間，就挑個假日到書店去，看看排行榜上有什么書籍是值得一看的。在書店待一個下午看書，定期更新新書的資訊，是讓自己不宅在家的休息好選擇。

(2) **影集**——忘記從什麼時候開始，我們班會在中午吃飯時間看影集（當然要先徵得導師同意）。像是醫龍、亡者之聲、Prison Break，或是老師上課來不及看完的電影等；不僅可以聯絡同學感情，也成為高三每天期待的娛樂之一。

(3) **食物**——曉明人的特色之一就是熱愛吃！在重大考試或壓力解除後，尋訪臺中各地美食、甜點，絕對是一項休息的好選擇！念書念到腦袋快要炸開時，請抓起手邊的零食好好品嚐，困難的數學題或許會迎刃而解。唯一的缺點是要小心過高的熱量導致體重飆升。

(4) **運動**——高三有些同學會培養運動的習慣，我自己有點懶惰、高三常常黏在椅子上不動，偶爾大考完才會衝到籃球場打排球。注重身體健康的學妹不妨培養慢跑校園習慣，現在記錄還可以到學務處兌換精美小禮物～

(5) **上網**——上網大概是最受歡迎的休閒娛樂了！不管是FB、博客來、PPS等許多網站，都是打發時間的好地方。

(6) **其他**——不管是打滾、尖叫、還是跳來跳去，只要家人可以接受、場地合適（升旗的籃球場就不太合適XD），也是很好的抒壓方式。另外，也可以玩一些療癒身心的小遊戲，例如：拔香菇（方吉）。

(7) **特別加映高三生活**——升高三的暑假認真讀書之餘，偶而找一兩天出外走走是沒關係的。與其心中想玩卻硬逼自己讀書，不如埋頭苦讀幾天以後大玩一場，念書時反而更專注、懂得掌握時間。接著高三的生活，需要聆聽自己內心幽微的聲音，當時候到了，自然而然會戒掉某些玩樂，以下是我高三學測前的娛樂狀況：剩100天時，停止看任何的動畫→剩70天時，停止追新的漫畫→剩兩個月時，刪掉FB的APP→接下來到學測前，每個禮拜固定看一次漫畫更新（只有一部）；每天花大約10到15分鐘瀏覽網路大事（只可以看一次！看兩次就犯規！）；偶爾看別人分享批踢踢笨板或JOKE版的聯結，提振精神（笑一笑，會發現世界還是很美好）。不過，我必須強調必須在很有自制力的情況下才成立，當我下定決心停止某項娛樂後，到學測結束前我真的沒有破戒過！

適當的休息，讓我們在重要的時刻能有更好的精神體力。但如果休息的時間，遠大於念書的時間，就需要自我督促或是適當外力介入了。希望以上的分享，能幫助學妹中學時光都能玩得快樂、學習順利！

【時間規劃】

通勤生

撰文／吳岱容

・坐校車

高一、高二：回程通常會回想今天的第一到八節課，想想今天上了哪些單元，還記得多少，若有不懂的可以馬上和車上的同班同學討論，加深印象。

高三：衝刺時由於自然組沒什麼時間念社會科，我會利用這段時間試著講講前一晚念的歷史公民給同學聽，不但能加深自己的印象，彼此也能聽聽可能別人有念到的重點而自己卻忽略的，透過講故事式的方式其實記得很久也快速！

・回家

高一、高二：吃飯時會和家人聊學校的事，可以是今天上的課；可以是自己一天的學習心得，這能幫助你統整一整天的學習內容，也能同時放鬆心情。七點半開始念書，我通常是利用洗澡時間想一下晚上要做的事，排好輕重緩急。花大約一到一個半小時複習今天上過的每個科目並寫完作業，剩下一到一個半小時複習這幾天下來的內容，連貫著讀，我讀書的時間不長，整晚大約三個小時，十點半到十一點間準時上床睡覺。其中，我認為高一二的生活不能只有讀書，所以每天都會保持其他活動，像是練樂器、聽音樂、寫書法、處理社團事務……等等。

高三：即使是大考前的衝刺，我仍空下吃飯時間留給家人，因為邊吃飯邊讀書，並不會多幾分學習效果，甚至可能弄壞家庭氛圍。但在讀書時間分配上做了些調整。仍是七點半開始唸書，數物化每天整理觀念並審題做題，社會科則安排長期進度，整體讀書時間大約三個半到四個小時，最晚十一點半睡覺，雖然讀書時間不長，但我中間不太會休息，我喜歡做完全部的工作才休息轉換心情，讀書重的是質不是量，並非一天讀了六七個小時就有好成果，由於我是無法熬夜的人，因此我選擇早睡早起，十一點睡覺六點起床，早上精神好，讀書效果自然比深夜佳，當然要視個人狀況而定！高三雖然把許多休閒時間都壓縮了，心情的調劑還是很重要，偶爾還是能聽聽歌玩玩琴，只要注意時間的分配就好！

晚自習

撰文／吳昕平

如果高三沒有住宿，回家交通又不會太不方便的話，強烈建議參加晚自習！雖然我在家背書習慣走來走去，而在學校無法如此，但每天強迫性、完整的大段讀書時間，對於大考準備非常有幫助。

・讀書時間

晚自習時間是六點到九點，中間休息十五分鐘。為了遵循「每天都要算數學」，我將數學排在每天最開始的半到一個小時。另外因為吃完晚餐會有點昏睡感，第一堂課其餘時間就讀一些比較零碎、輕鬆愉快的科目，例如自然科、英文雜誌、國文搶救之類的。第二堂課當作完整的時段，用來讀當天排的社會科進度，如果累了或精神無法集中，中間就交替其他科目，或是抄點小筆記作為調劑。

回家後，如果晚自習有唸到一半的科目，就補完到一個段落，如此之外，我一般不會再繼續唸書。洗澡、與家人聊天、收拾書包便準備就寢。經驗告訴我，與其熬夜唸書，不如如有充足的睡眠，讓讀書時更有效率，否則為了深夜的幾個小時，賠上一整個昏昏沉沉的隔天與晚自習，非常得不償失。

・休息時間

六點前的晚餐時間可以選擇吃學校餐廳或是外食。如果選學校餐廳，會擁有大量的空閒時間，能安排校園慢跑或其他運動，鍛鍊高三的體力；若是外食，曉明附近有各式各樣的晚餐選項，但需要花時間來回。基本上我都奉行「高三對自己好一點」的信念，有時買點飲料犒賞自己，維持好精神和好心情！

課間的休息時間可以補眠、起身走走，或是像有些同學趁這時間跑步，提振精神。無論如何，適當的休息才能確保下一節課繼續清醒、高效率地唸書！

住校生活優缺點比較

撰文／林威辰

・優點：

1. 節省通勤時間
2. 作息規律固定
3. 大家一起讀書，考前衝刺有鬥志
4. 有問題可以馬上請教同學
5. 遠離家中的誘惑，例如電腦、電視
6. 自治會、社團幹部若一起住校，討論事情很方便

・缺點：

1. 須配合公共作息時間，較不自由
2. 一個禮拜回家一次，戀家者不應輕易嘗試
3. 大家一起讀書，易受他人影響，一直吃零食或聊天
4. 大家一起讀書，不能大聲念出來或邊讀邊吃太香的食物

・總結：

其實住宿的優點也就是它的缺點，如果你是需要被管、願意被管、希望被管的被動者，歡迎來住校；至於擁有個人獨特生活習慣、讀書方法（例如：需要大聲念出來、習慣在床上唸書）的人，為了自己的自由，也為了他人的感受著想，最好不要輕易嘗試住校。

・學測前生活作息

其實我的作息幾乎都是按照宿舍規定的作息時刻表，頂多就是學測前需要更多讀書時間，所以只要有空就是在讀書。

6:20 — 6:50	起床、盥洗
6:50 — 7:00	早餐
7:00 — 8:10	讀書、週考
8:10 — 17:00	上課
17:00 — 17:50	洗澡、洗衣服
17:50 — 18:20	晚餐
18:20 — 19:00	讀書
19:00 — 22:00	宿舍規定自修時間
22:00 — 23:00	盥洗、就寢

雖然整張作息表看起來就是一直在讀書，很嚇人，但其實心平氣和地按照進度，每天唸書，過一段時間就習慣了。而且住宿最大的好處就是，當你在自修時間（晚間七點到十點）不想讀書，當你一抬起頭四處張望想找人聊天，就會驚恐地看到宿舍老師瞪著你，或是聽到管秩序的幹部的怒吼，提醒你馬上正襟危坐，乖乖讀書。除此之外，同學們的溫暖擁抱、加油小卡，也都是支持考生們衝刺到最後的最佳心靈補給！如果不會太排斥，其實可以嘗試一下住校生活，相信會有特別的感觸和收穫。

KNOWLEDGE Q & A
INTELLA MATUTINA
GIRLS' HIGH SCHOOL

+ 課外篇

EXTRACURRICULAR

[上海教育旅行]

撰文／吳婉寧

對曉明的社會組而言，最熟為人知的活動，大約有社會科展（小論文）及上海教育旅行。上海的活動可以分成：造訪古蹟名勝（觀光）跟市三女中入班學習（教育）兩項，前者偏向休閒，後者就是純粹的上課，但都能學到不少。

如果學妹對於中華文化有異常的熱情，或是亟欲想和其他國家學生交流，我很推薦參加上海。一者能體會到古中國，一者又能在上海感受到現代中國，並且可以深切體會到增廣自己見聞的重要性。

這邊我把重點放在市三女中的入班學習上。造訪古蹟名勝，不變的大都是如蘭亭、西湖一類的景點，其他多少會因為時間而有所差異，在此不多贅述。

每人有一名學伴，兩天的時間，吃住讀書都在市三女中，能直接地體驗中國學生的讀書情況。事實上，當你見識到她們的認真時，多少會愧疚的！她們雖與我們相同，會上課摸魚、會發呆，可是一旦老師開始發問，個個都能講出一套說法。這樣的景象，對當時的我產生很大震撼。

我認為，如果家裡能夠負擔這份開支（一人約三萬，不含辦台胞證／護照），都應該去嘗試看看。若是碰上家長反對的情況，也務必多溝通後再下決定，畢竟這是個很棒的機會，不管是在個人或往後升學所需的備審資料，都是一大加分。

最後還要再提醒學妹，上海的行程約是七天，我當年的狀況是在二次段考完，但因為碰上連假，所以一回臺灣就要考週考。無論如何，學妹一定要記得回來後追上進度。不需要特別錄影（因為妳會沒時間看），不過補抄筆記之類的事必須要做！尤其是二年級才去的學妹，務必要記得補進度！

[新加坡教育旅行]

撰文／吳昕平

高一升高二的暑假，有機會參加了這項活動。為期一週左右的旅程中，因為沒有購物行程，觀光方面很是充實。有些景觀還會讓你突然憶起課本上教過，或是行前課程提及的內容，當下更有感觸，回臺讀到相關段落時也更有樂趣。

學習部份的重點在於進入當地女子中學隨班上課。相較於上海，新加坡與我們的文化差異更大，每朝的宣示、英語授課、早到令人意外的放學時間……看著相同的課程圖表，一旁卻是完全陌生的英語專有名詞註釋，以及對我們來說不值得一考的國文考卷，實在是奇妙的體驗。其實語言方面也不需要太擔心，一來是生活溝通用到的英文不必很艱澀，二來是對方其實很多人會中文。

並非每趟旅行都能隨當地學伴的帶領，到附近隨意晃晃、品嚐推薦的點心，或是如我這般幸運，與高一來到我們班上的新加坡學員重聚。而有些震撼與感觸，聽別人經驗也許只是說教，必須親自體會才能懂得其中奧妙，並且更為真實深刻。



[高中生培育計畫]

撰文／陳庭榕

中研院和大學有高中生培育計畫，考試時間大概是在九月中旬左右，相當鼓勵高一的學妹去試試。參加培育計畫可以先接觸大學的課程、進入實驗室使用精密的實驗儀器，是相當難得的機會。最重要的是，妳可以遇見來自不同學校的神人，這可以刺激妳更努力學習、也可以得到很多交流的機會（像是交流能力競賽、奧林匹亞的準備方向等等）。我自己參加的是清大高中生命科學培育計畫。上課時間為隔週六，每次上完課會有作業。因為上課是全天，又要繳交報告，所以自己的時間安排就顯得更重要，培育計畫是加深加廣的課程，可以增加自己的知識，但是別忘記學校的課業是最重要的。

[非洲史瓦濟蘭國際志工服務心得 ——永不妥協，永不遺忘]

撰文／王謙毓

十一天的非洲服務學習之旅，我的組別是Team1。在第一天前往所要服務的教堂的路途中，大家有說有笑，互相認識、熟悉彼此。雖然是輕鬆的對談，但其實我心裡充滿許多的緊張及擔心。這次的旅行與以往不同，不再只是出遊觀光，而是以志工的身分到村落服務。

到了當地，出現在我眼前的是兩、三間用水泥建造而成的房舍，其中一間是教堂。附近有一片土地，婦女們正勤奮的翻土、整地。一旁還設有著儲水設備，可以方便取水。如果可以將各個村落分等級，那我眼前的村落一定是滿星級了！

接著，我們也馬上挽起衣袖，拿起鋤頭，開始與婦女們一起翻土、整地，想要為居民們完成許多事。然而，我們卻忘記自己不會耕種，忘記自己的體力不如他們好，結果，反而沒幫到忙，甚至還添了他們的麻煩。他們卻不生氣，而是對我們咧開最真誠的微笑，讓我也感受了他們的熱情善良與單純。

知道自己體力上的不足，接下來的兩天半，我以另一種方式來證明自己來到史瓦濟蘭的價值。我慢慢的嘗試用我不流利、毫無文法可言的破英文與孩童聊天、玩遊戲。孩子們天真可愛的笑容踏踏實實感染了我，她們的歡笑是我心中難以忘懷的美。

第一天回程的路上，美國的志工朋友們一直討論著還有甚麼需要再加以改進？而我，卻不知道要提出什麼問題。我覺得這個村落與其他地方相較起來已經進步許多了。第二天，一個六年級的女孩，Nompohdo，問我一個問題：Where is your father, where is your mother?（妳的爸爸媽媽呢？）看著她那雙清澈的眼，霎時間我不知道該怎麼回答。許多關於她的問題不斷得浮現在我的腦海，想要問卻不知如何開口，怕傷害了她。但也讓我了解了這個世界上，原來存在著各式各樣的人，努力的在這方寸之土上生活著。我以微笑回應她，或說，是因為我還沒準備好面對純真笑容下各自不同的境遇。

表面上風平浪靜，不代表海面下亦是如此；臉上的天真笑容，也不代表生活的幸福。雖然我們能為他們做到的事情真的不多，時常覺得行有餘，而力不足，但在我心中已暗許心願：我要盡我所能，即使是一丁點也好，我要讓他們的生活過得更好！

我的第一次出國經驗，意義非凡，很開心我把它獻給了史瓦濟蘭。在這11天的旅程中，我結交了世界各地志同道合的朋友。我們都有個共同點，那就是…以愛來對待這世界！



[國際志工]

撰文／陳庭榕

我是在高二升高三的暑假去寮國擔任國際志工。一開始對於這個時間點的選擇也有些猶豫，但是後來覺得這樣的安排其實很不錯。因為知道自己的念書時間會比別人少一個禮拜，所以反而在暑假一開始就排定好計畫，很認真的讀書。而那一個禮拜，真的是心靈充電的最好時機。我們服務的地方是博喬省會曬市的砍像村，相當純樸而原始。走在紅土地上熟悉村落，路上偶爾會有幾隻雞從旁邊的草叢竄出。那裡的住家皆由茅草蓋成，外面圍著竹籬笆。村裡的電力是志工們在2009年極力向政府爭取才有的；每餐兩道野菜，能有蛋是極為奢侈的享受。在草地上追逐、玩扮家家酒；在河裡戲水；在紅土地上唱歌、跳舞，就是小朋友們平常的娛樂，連拿到一顆氣球都可以開心得活蹦亂跳。在那裡，我擁有了很多很棒的回憶，學會了什麼事是真正的知足；回到臺灣之後升上高三，那些回憶也一直是支持我努力的支柱。



[亞太科學營]

撰文／詹予欣

亞太是我高一時參加的活動，老實說過了很久，久到我已經差不多忘記所有細節了，但就算到了現在，那十天給我的感覺還很深刻的留著。或許有人聽到亞太科學營就被它的名稱嚇到，認為只有很厲害的人才能參加或得獎。

事實上，不管什麼活動，都要實際參與過才會知道箇中滋味，但不可否認地，我們付出的每一分時間、金錢、和精力，都換得了許多珍貴的經驗，甚至有些到現在都還深深影響著我。

當初我們報名亞太的時候，正好是學校聖誕節籌備期，相當地忙碌，亞太報名要準備的資料又很多，曾經我也因為懶惰而想就此罷休，但最後還是堅持下去了。尤其在知道自己真的取得資格後，不放棄的念頭更是強烈。有時候機會就近在眼前，就單看我們願不願意去抓住。

正式開始實驗前，有長長的一段時間，我和組員們只是到處找資料、互相討論、刪掉不可行的方案，然後繼續尋找新的點子。感覺新穎而且吸引人的主題難度好像都太高；覺得做得出來的實驗又好像沒什麼實用性；好不容易可行又實際的實驗似乎又有那麼一點普通。反覆討論了很久，絕大多數蒐集而來的資料都沒派上用場，不過這讓我們在討論的過程中激盪出各種不同的想法。

實驗材料的採買和器材的架設是很有趣的部分：確定實驗後的某天放學，我們整組突然很有衝勁的決定來做點甚麼，於是就浩浩蕩蕩的走進學校附近的五金行，像一群挑菜的婦女東摸摸西看看，然後很新奇地觀察店員幫我們測量、裁切我們要的塑膠布。回程路上買了一小包薯條四個人分，有種莫名的溫馨感，原本不太熟稔的組員們不知道何時已漸漸變得熟悉。

回到學校後，我們在校園又是撿木條又是撿磚塊，發現曉明是個麻雀雖小卻五臟俱全的美地。雖然最後因為天氣的因素，我們的戶外實驗被迫重新設計，移到不受天氣影響的室內，一切又要再度歸零。其實要做出「一切重來」的這個決定還頗心酸的，但或許這就是過程吧！要不是一路上這樣一波三折，回憶起來也不會如此深刻。

最後的準備工作就是報告了——一篇全英文的實驗報告！天曉得我們是怎麼辦到的。有句話說「不要等到準備好了才開始行動」。為了完成我所負責的那一部分報告，我已經把我的英文能力發揮到極致了。一邊打報告的同時，過程中常常覺得很煩悶、很無力，甚至很想逃避，不過最終我們還是完成了它。現在想起來，自己好像不是原本就有那樣的能力，而是在過程中一點一滴累積起來的。不只打書面報告，口頭報告更是如此，雖然花了許多時間與精力準備仍然無法被認同感覺很受挫，但我知道老師與學姐們都是用心良苦，只為了讓我們更接近成功，而最後我們也真的做到了。在曉明裡面，和我一樣來自普通的班級，英文程度一般的學妹一定不少，當有許多活動都必須要有英文能力時，我們只能對班上的英文神人望塵莫及，但可千萬別放棄，勇敢一點去嘗試，收穫之豐富會是意想不到的！

最後，就現實面來說，各種活動參與能讓學妹們升大學時的備審資料加分許多！像我推甄的備審資料，就把亞太二十幾頁的全英文報告加在附件裡送出去，雖然我無法得知教授的確切想法，但我相信他們一定眼睛有為之一亮！

[國科會高中生人文及社會科學營]

撰文／許銘心

為期十四天的營隊中，我們參與了幾十場人文社會領域的大師演講，認識來自全臺各地的優秀高中生。每天演講後，我們都花很長的時間進行小組討論，對於不清楚的內容加以澄清、分享自己的觀點與收穫。這樣高密度的知識傳遞交流，以及和同組組員間培養的感情，創造了一個不平凡的夏天。

參加機會一輩子只有一次，就是高一升高二的暑假！申請的過程或許有點辛苦（包含自傳、短文、面試），不過一連串的挑戰下來，對於高三準備申請入學，也是經驗的累積。更棒的是，這樣豐富充實的營隊完全免費，事前事後還有學長姐舉辦的分區行前說明會、寒聚，和升大一時的經典閱讀營。人社營的影響長遠很難以寥寥數語說明，不過如果你喜歡接觸人文社會學科、與人討論激盪不同想法，人社營絕對是你的最佳選擇！