

編者按

教育專版逢周三刊出，設「閃亮教育」、「校長早晨」、「活力校園」和「家校同心」四個主題。我們歡迎師生家長和校方來稿，分享校園點滴，包括畫作及相片。來稿請提

供學校及個人聯絡資料，可電郵至：tkpschools@gmail.com，或郵遞至香港北角健康東街39號柯達大廈二期三樓大公報《教育專版》。

# DSE大作戰 由溫書地點開始

## 為考生打氣

香港中學文憑試(HKDSE)開考，考生溫習進入真正大直路！公開試屬於長期作戰，要保持最佳狀態，溫書地點十分重要。《大公報》記者近日訪問了多位應屆DSE考生，以及參與過公開試的名人，來個溫書熱點大搜查，看看哪裏是大家心目中的最佳溫書地點。更藉此機會，代考生們向成績優異的名人取經，希望他們的溫書貼士醒神又實用，令各位考生備戰時充滿力量，得心應手！

大公報記者 郭詠遙、劉家莉、趙凱瑩（文）  
麥潤田（圖）



## 至醒溫書十招

歸納重點	將過去三年所學內容的重點、估計有機會出的內容整理出來，歸納成重點筆記，除了作溫習之用，亦方便臨考前最後總溫習。
間隔溫習	間隔溫習不同科目有助維持狀態，如要求運算思考的數學科和要求較多背誦的歷史科，調動不同的腦部機能，也可以將不同難易程度的科目互相間隔，有助調節自己的心情及保持狀態。
感官記憶	利用感官加強記憶，例如將資料製成圖表、Mind Maps，用不同顏色的螢光筆、符號標示不同的重點，將溫習內容圖像化，加深視覺學習的記憶效果；將溫習內容說出來，解釋給同學聽，或把要點錄下來，重複聽自己的錄音，發揮聽覺學習的功效。
切勿捱夜	別捱夜，應持續及平穩地溫習：平時每日溫習六至八小時已足夠，加上生活作息定時及均衡，才能保持狀態，避免產生「厭戰」的情緒。
訂時間表	訂立溫習時間表，可將溫書時間以一至兩小時為單位劃分，編排讀書時間。每時段完結後，可小休五分鐘，起身拉拉筋、喝喝水等。
作息定時	起居作息定時，訂好每日早、午、晚的溫書時間，有固定作息及餐飲時間，會令溫書更有效率，有助維持應有的生理狀態。
訂立目標	訂立溫習目標，有助檢視進度，例如在一定時間內，要理解某個單元的內容，或解答到某個範圍的題目。
善用時間	善用空白時間，不用塞滿時間表，宜留些空白時間，讓自己有機會休息、重溫不熟悉的內容、或修讀之前趕不及溫習的內容。
合適環境	選擇有利的溫習地點，建議去自己習慣、寧靜的地方溫習，如喜歡到自修室的同學，宜每次都爭取坐回固定的位置，避免花心神去適應新的環境。
適度減壓	適當地鬆弛身心，如每日跑步或散步、打波半小時，或進行喜愛的休閒活動，如上網、聽歌、看YouTube影片等，適度減壓讓溫習更有效率。

資料來源：學友社學生輔導中心

## 我的家 省錢免搭車勞累

楊凱儀 6D

我家在小西灣，由於小西灣無自修室，最近的自修室亦要搭車到柴灣，每日一來一回都要花上七元的交通費，所以我寧願留在家溫書。我曾經試過在中六上學期到自修室溫書，爲了省下車錢，我每天來來回回小西灣和柴灣，往往未到達自修室已感到十分疲憊，所以最終就打消了這個念頭。

到快餐店溫習的成本高，必須要花錢買食物，或一杯飲品，往往要動輒花上30多元，所以不作考慮。其次，這類食店時常都會人來人往，亦時常會有人聊天，很易讓人分心，所以我還是認為留在家中溫書較好。

## 自修室 學習氣氛最濃厚

蔡尚燕 6D

我會選擇到自修室溫習，因家中只有一張書桌，但卻要和兩個哥哥共用，所以最好外出溫習。我認為自修室是最好的溫書選擇，因為相對較為安靜，無人會玩手機和聊天，大多數人都會專注地溫習，讓自己都會感染「學習氣氛」，不敢放鬆。

我成功抽中了使用自修室的下午時段，但卻只能在下午二時至五時溫習，到了晚上就要回家溫習，會盡量叫哥哥們不要使用書桌，騰出空間讓我溫習。

## 青年廣場 准討論又夠安靜

葉永添 6D

我多數會去位於柴灣的「青年廣場」溫書，因為地方較大，感覺上比麥當勞和Starbucks等地方較乾淨，亦相對較安靜。青年廣場可讓我們討論問題，不會像自修室完全不可出聲，彈性較高。廣場樓下亦會有不同的食店，當我肚餓時亦可樓下購買，十分方便。我每日會於早上約十時多到達，因為青年廣場約於十一時便會開始「爆滿」。

## 快餐店 環境輕鬆助減壓

林凱程 6D

我有時候都會去快餐店，例如麥當勞等處溫習，我認為人也是需要放鬆的，如在自修室密集地溫習數天後，難免會感到有壓力，所以如能在這個時候，喝一杯咖啡，跟朋友輕鬆討論一下課業，我覺得都是個不錯的體驗。

此外，自修室的環境也不錯，學習氣氛也好，因為這裏溫習的人大多是學生，我們可以互相交流，感覺較有鼓勵性。此外，安靜的環境可以讓我們冷靜思考，如數學科等理科為例，這些都是需要在極安靜的環境中進行溫習的。

## 「愛讀式」天書助掌握十二範文

還有兩個多星期，中國語文科就開考了。為協助同學應對閱讀卷的範文，研發「愛讀式」排版（古文和今譯對照，如蝴蝶展翅）的前中文大學中文系教授黃維樑，與黃玉麟合編並出版了《愛讀文言經典十二篇》，八十來頁，以精當語譯和精簡導讀，教同學掌握諸葛亮《出師表》、范仲淹《岳陽樓記》和李白《月下獨酌》及蘇軾《念奴嬌·赤壁懷古》等名篇神髓，把握時間熟讀熟記，迎接開考。該書已於書店有售。

## 狀元星級心得 ★★★★★

## 麥明詩：多做Past paper

（2009年中學會考10優，英國劍橋大學法律系畢業）

有「十優港姐」之稱的麥明詩，中學就讀名校拔萃女書院，2009年會考考獲10優佳績成為「狀元」，其後赴英國劍橋大學攻讀法律系。麥明詩分享備戰公開試秘技，建議考生「多做past paper」。原來十優得來不易，她當年就足足廿年past paper。她又提醒，「考生一定要坦然面對自己的弱科，不可以逃避。」

## 獨自溫書免分心

她憶述，當年備戰會考期間，多數是獨自一人到圖書館自修室溫書，較少會約朋友同行，因為「約朋友容易分心」。她又建議，「每溫書三小時就應該休息20分鐘鬆一鬆」，考試前亦要放鬆心情，不然會失手。

## 帶着地球去流浪

以新家園和希望為主題的首部國產科幻大片《流浪地球》，在2019賀歲檔以黑馬之姿橫掃屏幕，在內地上映七天總票房突破23億人民幣，穩居賀歲片之首，現時票房已逾50億港元，並已在香港上映。

《流浪地球》改編自中國科幻作家劉慈欣的小說，講述在太陽膨脹、地球即將毀滅之時，人類爲了生存，展開歷時逾千年的「流浪地球」計劃，帶着自己的家園逃離太陽系。

劉慈欣因創作科幻小說《三體》而聲名在外，並於2015年獲得有科幻界「諾貝爾獎」之稱的雨果獎。

原著小說由香港中和出版公司推出繁體版，讀者即日起憑《流浪地球》電影票尾，到三聯書店、中華書局及商務印書館購買中和出版《流浪地球—劉慈欣中短篇科幻小說選》，可獲85折優惠。

優惠期：  
3月4-17日（三聯書店、中華書局）  
3月11-25日（商務印書館）

## 心水溫習地點



## 貝殼

寶安商會王少清中學 2B 朱映霖

在海邊，有着一枚枚的貝殼，有的土黃色、有的朱砂色、有的褐色，每枚都有着許許多多的花紋和線條，而最令人回味的必定是那枚如同珍珠一樣白的貝殼……

小時候很多的事情都已經忘卻，再加上爺爺那時年紀老邁，和我共度的時間並不多，我只記得有一次去老人院探訪他時，他就把這枚貝殼送給我。這貝殼對其他人來說可能是平平凡凡，但對於我本人來說：那閃閃發亮的顏色確實是太令我著迷了！所以這大約有我手掌那麼大的貝殼自此就成為我的「隨身物品」，不時放在耳朵旁，細聽這世界的奧妙。

直至爺爺的離去，使我有一段時間未能接受現實，從而安放在家中的某一個櫃內，就像遺忘似的。

在近年的一天，和朋友在海邊暢游時，我從地上撿起了一枚貝殼，很有衝動地把它放在耳邊：我聽到大海的浪濤聲，聞到大海的氣息，在海浪聲隱約地聽到海鷗的叫聲，似乎重拾了其中一段無法再回到的記憶……

其實，在每一個貝殼內都會曾經居住過小小柔軟的生物，可惜在陽光、海水等的洗禮之後，貝殼一生中的生命就已經完了。還記得爺爺把貝殼遞給我的同時向我說了一句話：「長大後，你就會明白關於貝殼的一切以及更喜愛它！」可能現在的我終於知道了！既然得知貝殼的生命是這麼渺小、這麼短暫，我們為何不好好珍惜這世界上所擁有的一切？為何不使用着上天賜予自己所有的能力去辦好每一件事？所以爺爺對我的要求，我就心領了，希望他在某一個國度都能看到這一切。

不知是否因為這「珍惜」的緣故，令我打破多年的心境，再把貝殼放置身旁，不過這次是不同的，因它就像爺爺的化身，一直守護在我身邊，不過這一切卻未能減少我對他的思念之情。

評語：感情豐富，大膽使用倒敘法，但文句稍有不通，詞語運用有待改善，如「心領」改為「領悟」或「領會」更為合適。

學生園地

好書推介

►《流浪地球》改編自中國科幻作家劉慈欣的小說

