

這張表不排讀書進度，排的是檢核點。進度表每個人都不一樣，但這三個月該確認的事情是共通的。每週勾一次，連續兩週勾不下去的項目，就是要調整的地方。

倒數第 3 個月 把地基補回來

✓	這個月要確認的事	怎麼算完成
☐	五科各做一回完整模考，找出最弱的兩科	知道自己哪兩科拉低總成績
☐	把國一國二的數學斷點列出來	能寫出「我卡在哪幾個單元」
☐	理化公式與觀念做一次全面盤點	不是背起來，是說得出用在什麼情況
☐	英文單字量做一次檢測	知道目前缺口大概多少
☐	固定每天的讀書時段與地點	連續一週都在同一時段開始
☐	作息調整到與考試同步	早上的精神狀態能應付考試時段

倒數第 2 個月 從「會」到「快而穩」

✓	這個月要確認的事	怎麼算完成
☐	每週至少一回計時模考	寫得完，不是寫得對而已
☐	建立錯題本，只記「為什麼錯」	不抄題目，寫下錯的原因類型
☐	把錯題分成三類：不會 / 會但錯 / 看錯	三類的處理方式完全不同
☐	國文作文練習至少四篇，每篇都改過	改過的那一版要重看一次
☐	社會科的時序與地理架構建立起來	能自己畫出一張大綱
☐	確認寫題速度：每科都試過完整時間	知道哪一科時間最緊

倒數第 1 個月 收斂，不要再開新的東西

✓	這個月要確認的事	怎麼算完成
☐	停止買新的參考書與新的題本	手上的還沒做完就不要再加
☐	錯題本至少完整複習兩輪	第二輪還錯的才是真的要補
☐	每天固定時段做一科的計時練習	維持手感，不求量
☐	考場路線與應考物品確認	提前走過一次或查清楚
☐	睡眠時間往前調，不熬夜	考前一週不出現補眠型作息
☐	家長：停止問「你準備得怎麼樣」	改問「今天想吃什麼」

給家長的三個提醒

別比較	別人家的孩子讀幾個小時，跟你家孩子的斷點在哪，是兩件無關的事。
別加課	最後一個月加新課程，多半只是讓孩子更焦慮。要加的話，加的應該是「把舊的弄懂」的時間。
別預測	錄取分數、名額比例這些數字官方沒有公開。網路上流傳的版本不要拿來當目標，也不要拿來嚇孩子。

這三個月我最需要解決的一件事

本表為學習節奏的通用檢核工具，不含任何年度考試日期或分發規則——會考日程與各分發區的比序細則逐年公告，請以主管機關當年度公告為準。
老師好教育（新北市私立承軒文立短期補習班） | 新北市林口區文化一路一段 95 號 | 02-2600-8267 | helloteacher.tw