

# 第三期課程教學大綱

時數：36 小時

堂數：18 堂/36 小時

三大主軸



十二主題

- 閃示訓練
- 記憶術訓練
- 閱讀練習
- 書寫練習
- 反應力訓練
- 創造力訓練
- 視力強化
- 想像力訓練
- 理解力訓練
- 觀察力練習
- 知覺速度訓練
- 組織力訓練

※課程內容：

速 讀	記 憶 術	心 智 地 圖
<p>基本練習：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 視力強化。</li> <li>2. 知覺統合效能。</li> <li>3. 理解力訓練。</li> <li>4. 閱讀指法。</li> <li>5. 呼吸法。</li> <li>6. 多種指法練習</li> </ol> <p>效能強化：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 視距範圍。</li> <li>2. 文字反應。</li> <li>3. 理解程度。</li> <li>4. 資訊記憶。</li> </ol> <p>內容強化：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 長篇文章速讀技巧。</li> <li>2. 書本速讀技巧。</li> </ol>	<p>觀念基礎：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 冥想與想像</li> <li>2. 圖像化聯結</li> <li>3. 組織系統設計</li> </ol> <p>內容強化：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 段位記憶訓練。</li> <li>2. 長篇文章記憶。</li> <li>3. 書本記憶術。</li> <li>4. 學科記憶術： 史地、英文、課文。</li> <li>5. 數字記憶術。</li> </ol> <p>效能強化：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 編碼速度強化。</li> <li>2. 數量增強。</li> <li>3. 記憶維持度增強。</li> </ol>	<p>觀念基礎：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 主題與內容。</li> <li>2. 分類與多層。</li> <li>3. 歸納與組織。<u>內容強化</u>：</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 閱讀報告的心智圖。</li> <li>2. 長篇影片心智圖。</li> <li>3. 演講心得心智圖。</li> <li>4. A1 大圖的心智圖。</li> <li>5. 多人協力的心智圖。</li> </ol> <p>應用延伸：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 寫作應用—作文寫作綱要、書籍架構設計。</li> <li>2. 企劃應用—報告與心得彙整記錄</li> </ol>
<h2>M . M . S . 綜 合 操 作</h2>		