



Library Collection (Junior Secondary Section)

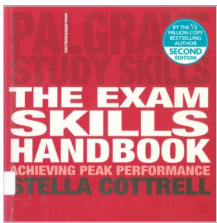


《因材施壓：找到讓你提升能力的解壓方程式》

作者：陳偉滔

索書號：155.9 CHA

壓力無處不在，但重要的是，我們面對壓力的態度！認清壓力的來源，讓壓力化為成長的動力，推動我們發掘自己的潛能！本書道出壓力的成因，叫我們更容易應對日常生活中種種壓力，從技能與能力到心理與個性，提出應付壓力之道。

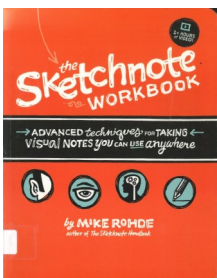


*The Exam Skills Handbook : Achieving Peak Performance*

Author: Stella Cottrell

Call number: 371.26 COT

This book provides an easy-to-follow set of strategies and techniques that build to a plan for achieving your best possible exam performance.

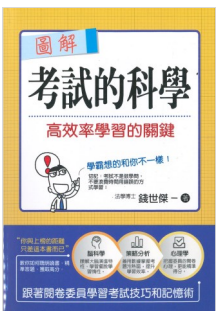


*The Sketchnote Workbook : Advanced Technologies for Taking Visual Notes You Can Use Anywhere*

Author: Mike Rohde

Call number: 371.3 ROH

This book shows you how to take the basic sketchnoting skills you learned in it and use them in new and fun ways. Try using them to figure out how to organize the paper that's due next week.



《圖解考試的科學：高效率學習的關鍵》

作者：錢世傑

索書號：371.302 QIA

我們一直以來的錯誤學習方法，從大腦的運作模式入手，運用科學方法建立大腦的學習捷徑。如何製作有效筆記？面對綜合考題要如何解析？透過資料分析、心理學等知識，幫助自己不再死背苦讀，而是真正讀進核心知識。



《我會自己做計畫：時間管理、零用錢規劃、作息安排、從故事建立好習慣，養成自主學習》

作者：姜壽真

索書號：371.394 JIA

養成做計畫的習慣，讓每一天變得特別又珍貴……新學期的第一天，智宇就因睡過頭吃不了早餐，還忘了帶拖鞋……奇怪的是，坐在智宇旁邊的新同學竟然是一隻貓咪？這隻貓咪有什麼祕密？老師口中說的門門和U厂，又是什麼呢？