

聰明做筆記：方格筆記本的黃金三分法

□為何要使用『方格筆記本』？

方格筆記本的設計特點：『方便表格設計與做圖』，可以讓我們很容易沿著橫軸與縱軸的輔助線畫出想要的線條或區塊，在上面寫字也可以排得整齊。如果加上思考的輔助線/指示線，就會讓記錄、推理、總結的邏輯變得更清晰，這就是方格筆記的魅力。

詳細請參閱以下連結：

[為什麼聰明人都使用方格筆記本？3個共同法則](#)

[這麼聰明的方格筆記這樣用！學生學習筆記篇](#)

□什麼是方格筆記的黃金三分法？

1.「板書」：老師的板書內容的紀錄

在課堂上抄寫板書的同時，並適時將文字內容整理成樹狀結構幫助記憶學習。可以自行透過手繪心智圖或曼陀羅（九宮格）思考法來整理紀錄。

2. 「察覺點」：發現問題並加以補充解釋

「察覺點」區塊是記錄自己的疑問，並提出自己的解釋與觀點。當老師的講解有讓你「咦！」的感覺時，就具體寫在這裡並加以解釋註記，如果能解釋就表示老師教的已經轉化成你自己的東西了。

3. 「歸納」：重點整理

在「歸納」的區塊寫上簡潔明確的重點或結論。

Tips：

複習時一看標題與三個區塊，馬上就可複習問題、解釋、結論，讓學習更有效率。

請想想你是否會在聽課的過程中發現什麼？發現以後，你又是否能將其很好地記錄、總結呢？

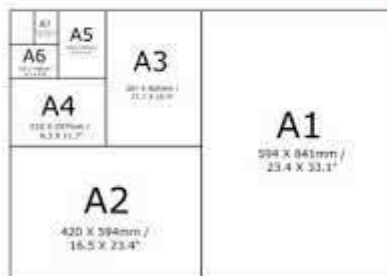
請注意，你的這些做法將可能決定你的學習效果是否能發生重大改變。



增加思维能力的笔记本标准

◎ 5mm方格内页

◎ A4大小



(单位由左至右尺寸参考)

我在工作中记笔记，训练思维逻辑，
都会使用A2的方格纸，从方格纸的左
下方往右上方划出重点，划一边划两
边，一边划一边记，写划内划外划上角
划，自然形成金字塔结构，划导出结论。



大智研

眼釋 PomobNote



Youtube 影片連結 <https://youtu.be/Yyz6a0BjsuA>