

金榜學員：郭怡秀

原就讀學校：實踐大學食品營養與保健生技學系

特殊事蹟：半年快速考取

一、師資面

1. 生化、膳療、營養：邱老師上的很仔細，因為時間有限上課速度會較快，所以上課時要專心聽懂並寫下筆記，下課後要確實複習跟上進度，下一堂課才能跟上老師的速度。因為生化、膳療跟營養是環環相扣的，所以邱老師會重複某些部分，讓這些科目融會貫通。自己複習時，遇到另一科相關的部份，如果想不起來一定要互相搭配看。
2. 生理：因為課本內容很多，所以專心聽懂老師的解說很重要。多做課本內的考古題很有幫助。另外題庫班時(還是總複習?)老師發的整理筆記很有幫助，真的看不完時，臨時抱佛腳也很有用。
3. 公衛：老師上課很有活力，雖然是一早上課也不會讓人想睡。老師的講解淺顯易懂，而且會停下來讓大家跟上，所以專心上課並做好筆記，複習時就會輕鬆許多。因為公衛申論題較難，有一些作文的感覺，所以要多做練習。
4. 團膳：老師上課有很多自己的經驗，可以學到許多。因為老師不一定會照課本順序上課，所以要做些筆記。這科其實不難，有些部分跟其他科有重疊，選擇題可多做考古題，申論題有些要記下標題，內文要自己發揮。
5. 食衛：老師感覺相當有經驗，上課也很有趣，跟著老師的步驟做筆記，就可以快速學到重點。題庫跟總複習發的講義，有濃縮的重點很有幫助，讀過之後自己稍作整理會更熟悉，並確實多做考古題，可以增加許多經驗。雖然這一科比較簡單，但太放鬆就失去了可以拉高平均的機會(這是切身之痛)。

二、課程面

因為我畢業已有幾年，且從事相關較低的工作，所以大學學的也忘的差不多了(其實大學真的有教，我也有做筆記，但連自己有作筆記都忘了)。但因為志聖課程安排很緊密，所以只要確實複習跟上課程，盡量不要缺課，就能學得很完整。雖然我只補了一輪，但加上題庫跟總複習班，跟著老師的腳步就能重複多看幾次，並複習到重點。

三、班內服務

老師的小考可以強迫自己跟上進度，並檢視自己是否確實學會。模考可以實際體驗考試的感覺，增加練習的經驗，尤其是對第一次參加考試的人。申論題班雖然

會擔心自己都不會寫，但可以強迫自己去寫申論題，不會時再翻開課本也可以加強印象，另外也可以和其他同學討論答案，發現自己沒注意到的角度，所以是很好的體驗。班導很熱心，有問題都可以請教，另外自習教室有免費的冷氣(笑)以及一起讀書的同學(雖然不認識)，可以增加讀書氣氛跟給自己一點壓力。

四、考試一路走來甘苦談

畢業後一直在代課，每年暑假要流浪很辛苦，今年以破釜沉舟的決心推掉代課專心讀書。但年紀大了，當專職考生的壓力也大，沒有薪水生活也很拮据，一整天只能讀書很煩悶。考前緊張到頭腦空白，還記得考試時傳考卷手都有點抖，放榜的前一天還做了一整晚的上榜跟落榜的夢，還好通過了，這大概是這半年來最開心的事。

五、給學弟妹的一番話

雖然我也常跟學生說，堅持下去才會得到自己想要的，但我也明白這很難做到。看不下去時就做點自己喜歡的事，例如散步、吃點心等等，然後再回來，會比勉強自己一直看來的有效率。不管再忙或再不想看，每天還是要看一點點，才不會忘記讀書、融入在生化膳療的環境裡的感覺。分不求高，有過就好，加油!