

金榜學員：廖偉翔

原就讀學校：臺北醫學大學 - 保健營養學系

特殊事蹟：畢業應屆考取

經驗談：

1. 師資面

(1)邱老師在生物化學這一科方面，把營養代謝的生化機制講解的十分詳細，不論是巨量營養素或是酵素反應等，都有很詳細的解釋。營養學和膳食療養學在上課時也會常補充許多時事的營養趨勢，讓學生可以學習到除了基本的知識之外，也可以隨時追隨當下營養相關時事。邱老師一個人囊括了三大主科，每一科都十份詳細地解釋，真的很受惠。

(2)公共衛生營養學的秦慧老師上課非常活潑有趣，老師常常用許多趣味的話題讓大家提起精神，而且在上課時每一頁都講解的非常清楚，讓觀念可以在上課時就一併聚全。秦慧老師我覺得在教公共衛生營養學上非常優秀的老師，除了講課清楚而且風趣十足。除此之外，老師也常常提醒我們要背哪些最新出來的營養政策，這讓我在公共衛生這科上有著極大的信心。

(3)食品衛生與安全的李安老師上課有一慣的筆記模式，把很多資料都用表格陳述出來，讓觀念可以一次掌握，而且老師也常拿自己的親身經驗以風趣的方式使學生很難忘記所表達的食衛資訊，這部份讓我覺得很受用。不論是老師講授的內容或是課本的資料，都使我在食衛這科上有著充足的準備。

2. 課程面

上完正規班後，我有參加總複習班，在總複習時也發了許多很實用的講義，可以很即時的知道許多在正規課本上沒有的東西，而且在總複習時，各科老師也講解許多可能會考的趨勢，讓我覺得有很大的幫助。

3. 班內服務

我是參加全科班的，而這次在上課的時候每次都有小考，我覺得這部份很不錯，因為有考試才會激勵自己去讀書，也因此才會知道自己到底哪些有讀哪些還沒讀。所以我覺得每次上課的小考，都可以督促自己要多多讀書並且敢上未完成的進度。



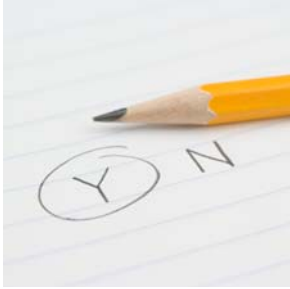
講義的部分，在各科第一堂開始前可以拿到所有的講義，我覺得這部份很好，因為可以讓我知道每一科所安排的進度以及所教的內容，讓我心裡有個底知道補習班教了哪些和學校不一樣的地方。

我也覺得櫃檯的服務很親切，在我第一次來報名志光的時候，就覺得不會讓人壓迫感很重，也不會一直催促要趕快報名，這讓我覺得有時間可以好好考慮不會因此覺得壓力很大。而且班導師秉霖也對我們學生非常的好，在

學校碰到的時候也常常跟大家打招呼，詢問大家的狀況以及準備的情形，我覺得這些小舉動都展現了他很關心我們大家的心意。

4. 考試一路走來甘苦談

補習班給了我許多有用及詳細的資料，讓我可以不用花大量的時間去找這些時事，省去了很多的時間。我覺得去補習班是補足許多上課不夠的部



分，因為補習班會有系統的幫大家整理好許多資訊。在準備營養師國考的過程中，許多時間都是靠著補習班的講義來將課科準備好，尤其是在七月的時候，因為補習班提供了各科的題庫以及申論題的詳解，所以就可以有計劃性與系統性的去複習我所讀的科目。我覺得在準備的時候，我都是一部份看著學校老師教的講義，一部份看著補習班的講義，在兩者雙管齊下讓我不但可以快速了解各科，也可以藉由試題來測驗自己的實力。

5. 給學弟妹的一番話

平常在學校上課時就要好好的奠定各科的基礎，因為在準備國考時，會因為時間很不充足而少讀了很多內容，如果可以在學校平時上課時就有準備的話，到國考準備前就不會慌了自己的腳步。到補習班去上課，也是讓自己以前所學習的課程更加熟悉，因為補習班提供的資訊遠大於學校所教的內容，所以在補習班時一定要充份地利用所有的資源。我覺得準備國考需要靠的是一股毅力和決心，任何人都無法將所有科目讀完，而且也不可能讀的完，而我們該做的應該是能讀多少是多少，自己要有信心的按部就班去準備每一科，不要好高騖遠或是缺乏毅力。在靠近國考的兩三個禮拜，一定要做足各科的考古題，考古題可以幫助我們對選擇題的敏感度，也可以訓練自己在寫申論題的邏輯性和組織性，照著自己的進度一步一步的做，給自己一個第一次就要考上的決心。最後，我建議要考營養師國考的學弟妹，國考試除了是在考專業科目的知識外，也是考驗一個人的意志力以及時間分配的技巧，對自己有信心，照著自己所排的進度，運用手上所有的資源，我相信營養師也不至於那麼難考，對吧！