

自考冲刺:用最少时间拿最高分数 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/151/2021_2022__E8_87_AA_E8_80_83_E5_86_B2_E5_c67_151898.htm “一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，这次我又读到了这句格言，有了新的感想，不妨在此一叙。大多数同学读到这句格言的时候，会想到时间的宝贵，觉得自己浪费了时间，从而拼命“抢”时间，希望自己以后能少浪费一点。在这里，我要说一句：“光靠抢是不行的，不懂得利用时间，合理安排时间，其实就是浪费时间。”为什么这样说呢？请看下文。有的同学早晨起得很早，洗脸、过早都很迅速，也不管睡没睡好就径自冲进教室，为的是在早自习前能再抢出一个“早自习”。可是他进了教室后，由于事先没有计划，一会儿做做这，一会儿做做那，过了一会儿又想起还有一些作业没做，就又手忙脚乱的找作业本，如此一番之后，“拼命”抢出的时间已所剩无几，而自己基本什么也没做，这样只会使自己学得越来越差，时间越来越不够用。这种低效率的“刻苦”其实就是浪费时间！要想不浪费时间，少浪费时间，我们就得学会善用时间。在这儿，我还是先来给大家推荐一点自己的心得吧！第一、精打细算，制定一份时间预算 不管做什么都得有计划，计划的好坏直接影响到目标的实现。今天做什么，明天做什么，什么时间做什么事，做多少事，需要多少时间，心中要有数。要制定一份长远时间预算，年度时间预算，每月时间预算，每日时间预算。第二、善于抓住高效时间 不同的人高效时间不同，每个人要根据自己的“生物钟”和家庭环境等情况，找到自己的高效时间，充分利用自己的高效时间，以

提高自己的学习效率！在这里，要解释一下什么是高效时间。不同的时间具有不同的效能，在有些时间里，你办事情精力充沛，效率很高，一分钟能顶两分钟用，这样的时间段就叫做高效时间。一个高明者，总是把一天中最重要的事情放在高效时间里办，例如背课文、读书、写作文等；而把一些不重要或者说是简单的事情放在低效时间里做，例如洗衣服、打扫卫生等。

第三、充分利用零碎时间 每天，各种事情都要向时间伸出手，分割着每一个时间段，结果，在你上学、读书、娱乐、回家等大段时间的夹缝里，就有了许多的零碎时间，如果能充分利用零碎时间，将零碎时间拼接起来，就能由短变长，积少成多！如果你能充分利用路上、车上、床上、厕上等零碎时间，那么一年下来，你将会节约多少时间，十年下来，又将节约多少呢？

第四、经常调整自己的计划 计划永远赶不上变化，所以我们要想充分利用时间，还必须经常调整自己的计划。保持清醒的头脑，经常对时间的消耗进行统计，掌握支配时间的主动权，发现问题马上改正。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com