## 內容簡介

**內容簡介**

**★造就冠軍的並非一場場賽事，而是一次次的完美練習！  
★從全球眾多專職教師、頂級運動員，以及經驗豐富的外科醫生身上，跨界萃取的練習法則，能讓你我學會任何一種想學的技能，成功掌控自己的工作和生活。  
★比《刻意練習》更適用於每個人及日常生活，對教師／教練也極有助益。**  
  
　　練習，是學習成功的關鍵！  
　　完美練習，是最有力量的學習成功模式！  
  
　　我們的社會總是追求競爭，精采表現、大獲全勝及比賽結束前分秒必爭的倒數計時，都讓人為之著迷，人們觀看比賽高聲歡呼的熱度有時幾乎像上了癮，然而真正的偉大非凡其實在於「練習」，那才是值得觀察、入迷、歡呼之處。  
  
　　作者透過大量發生在教師、運動員、外科醫師身上的實例，具體指出我們生活中最重要的事情，是如何在精心策畫的完美練習指引下，進而發生翻天覆地的變化。具體、實際的練習方法，將教會你如何利用經過驗證且相對簡單的方法，精進能力，甚至成為特定領域的高手。書中統整出清楚的練習法則，所有概念都可以延伸運用，讓每個人在生活的所有層面都能進步、成長。  
　　事半功倍、翻天覆地的成長背後，  
　　都是一場場精心策畫的完美練習！

**返讀行動桃園場 第37期**

# 109年2月19日（三）18:30-20:30 講題："返讀行動"－ 完美練習

講者：競爭LEAD教育中心 李柏賢老師

地點: 本校三樓會議室

本次親職讀書會開設研習2小時，參加人員得於活動結束後一年內，

以不影響課務情形下補休2小時，請大家記得上教師研習系統報名!

輔導室109.1.31