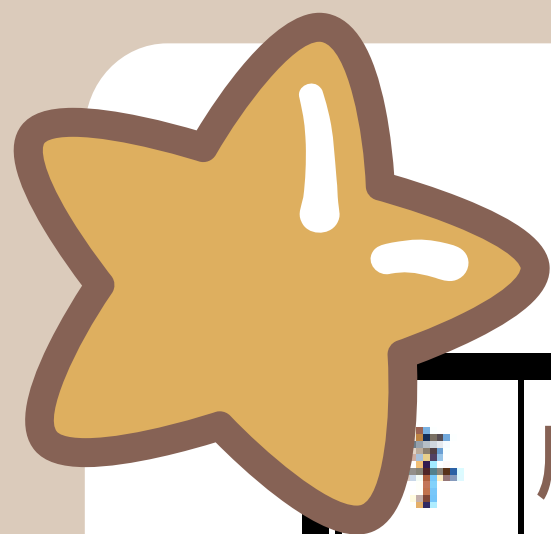


111學年度中平國中閱讀推動入班指導

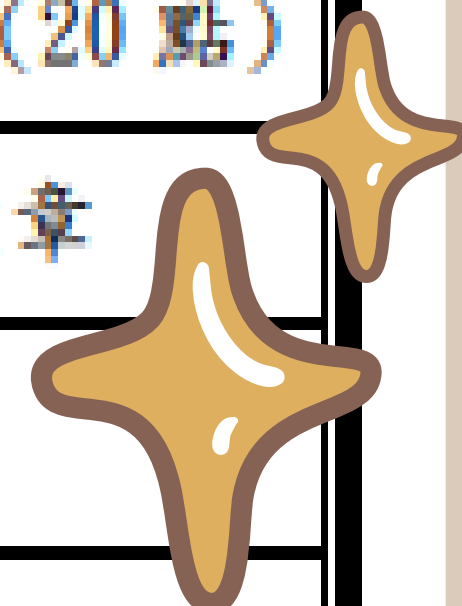
# 閱讀有策略 共享晨之美

710班 &閱推教師 蕭竹均  
111/09/19

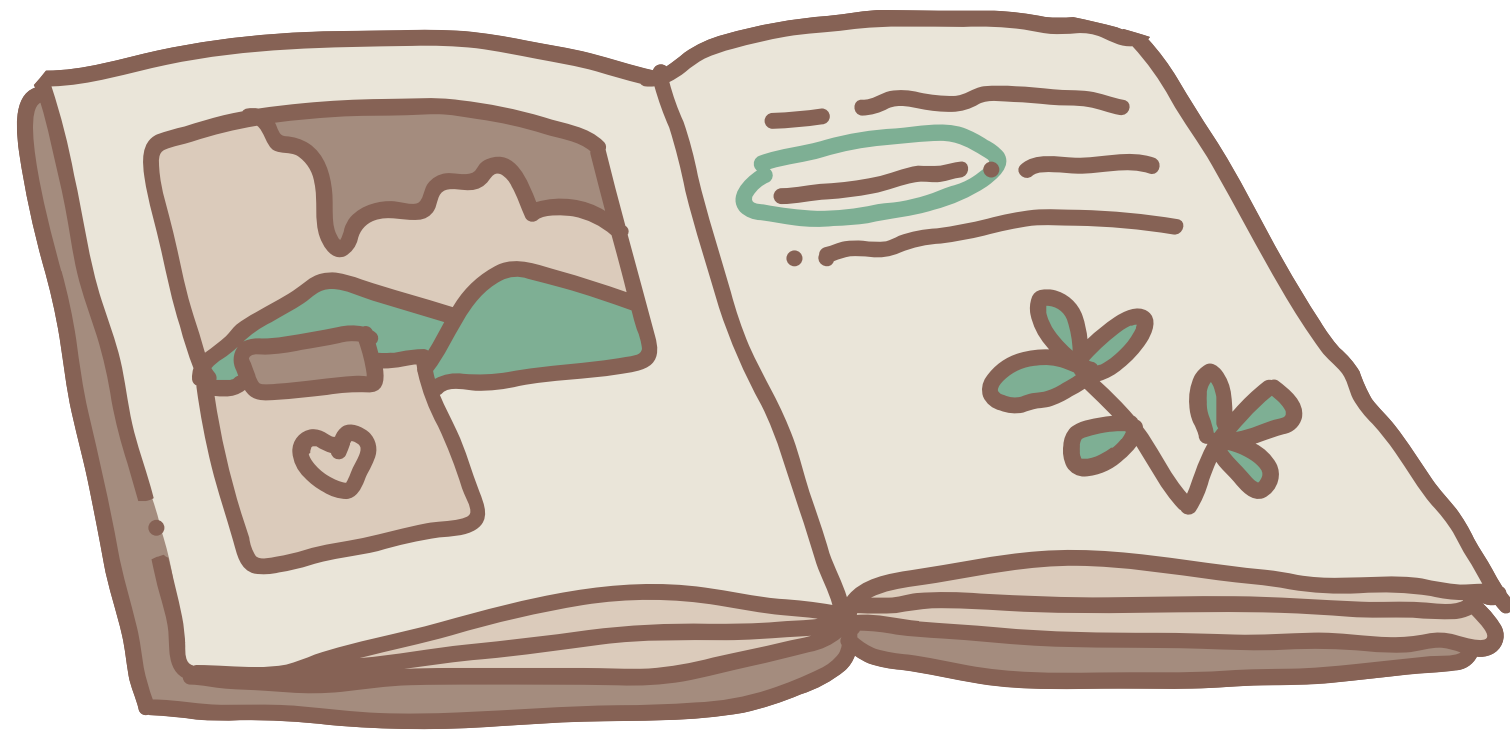


# 閱讀策略&護照書寫

| 序號  | 座號<br>姓名 | 書報<br>名稱 | 晨讀<br>閱策略 | 作<br>者 | 閱推<br>老師 | 出版<br>社 | 中平<br>國中 | 點數類別<br>(請勾選)   |
|---|----------|----------|-----------|--------|----------|---------|----------|---|
| <p>內容佳句或摘要、心得感想 30~50 字以上、漫畫、心智圖</p> <p>講座分享<b>當下摘要</b><br/>(好記性不如爛筆頭)</p> <p>+<b>心得</b>(給予自己的建議或省思：<br/>我得到、我覺得、我想到、我期待.....)</p> <p>★家長簽名&amp;回饋：</p> |          |          |           |        |          |         |          | <p><input checked="" type="checkbox"/>聽・分享(10 點)</p> <p><input type="checkbox"/>說・好書(20 點)</p> <p><input type="checkbox"/>讀・好報(5 點)</p> <p><input type="checkbox"/>寫・心得(20 點)</p> |
|   |          |          |           |        |          |         |          | 認證核章  |
|   |          |          |           |        |          |         |          |   |
|   |          |          |           |        |          |         |          | 111年 09 月 19 日  |



# 晨間閱讀 的好處



- 一日之計在於晨
  - **實驗研究**  
睡眠第四階段分泌神經傳導物質：  
血清素、正腎上腺素
  - **時間不長**，以成習慣
  - **番茄鐘工作法**  
計畫、寧靜、自控



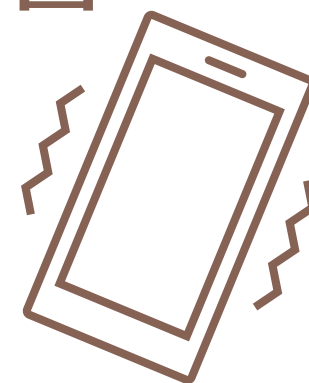
# 閱讀是工具 開啟知識大門

世界盃麵包大賽  
冠軍吳寶春

「我以世界冠軍為目標，所以現在做事就以世界冠軍為標準。冠軍現在應該在看書，不是看電視；冠軍現在應該在練習，不是睡覺……」

時間碎片化  
學習終身化、跨域化

Youtube、Podcast  
短文、新聞、數位電子書  
資源何處尋？



線上開放閱讀免費電子書共 44422種, 382076冊, 持續成長中!

進階查詢

題名

請輸入查詢詞



☐ 查目前可借閱的電子書

因為電子書，閱讀成了天涯海角的隨身良伴...

新手上路

如何讀電子書？

從主題尋找書

※ 親子教養

※ 哲學宗教

※ 自然科普

※ 電腦網路

※ 休閒生活

看全部

其他類別

※ 政府出版品

※ 熱門點閱

※ 熱門借閱

最新消息

【遊歷諾貝爾文學獎-分享圖文電子書抽印花保冷袋】中獎名單出爐

1/2 看全部

玫瑰的名字...

遊歷諾貝爾...

2022原民歲月

高手在人間：...

看全部

「如果成功來得太容易，那就一點意義都沒有了。」 - 2020東京奧運柔道銀牌選手，楊勇緯 有在慢跑的人知道，自己一開始也是連一公里都跑不到，一路練習到可以跑完全距離馬拉松賽的43公里。要成功挑戰百岳的人，在登山前都有一個體能訓練菜單，讓自己有足夠的體力能夠成功登上山頂。每個在專業領域發光發熱的人必是經過一番努力才達成現在的成就。本次書展精選各領域運動員的心路歷程、各年齡層的運動建議、運動後保健，讓你在這炎炎夏日可輕盈無負擔的穿上清涼衣物來挑選一個喜歡的運動為你的夏日邁開序章吧！

看書單



享瘦美麗的  
180個健康小  
運動



健身教練118  
種技巧肌力訓  
練法



手作步道：築  
徑人帶你走向  
百年古道、原



103歲的健康  
奇蹟：崔爺爺  
養生保健操



飛騎BOOK：  
金門單車旅遊  
安全手冊



練肌力就是練  
心，線條證明  
我可以：28



歐陽靖寫給女  
生的跑步書：  
Run! girls



新北市立圖書館

New Taipei City Library

電子書

電子雜誌

主題特展

精選文章

^ 隱藏

網站公告

more

〔刊期變更通知〕《A+ English空中美...

〔刊期變更通知〕《English Digest 實...

新北分區資源中心

電子書一覽



熱門借閱



# 數位閱讀再升級 快來體驗計次借閱吧！

- ✓ 超過6萬本電子書及電子雜誌
- ✓ 每月可用4次, 立即借閱免等待
- ✓ 借閱每本可閱讀14天, 借期一到自動歸還



推薦書籍



教育新知 / 科普閱讀

## 一窺人畜共通寄生蟲/科學人

每一種動物都有其對應的寄生蟲，以意想不到的方式生活在你想像不...

💬 留言功能已關閉

2022-09-16



英國女王伊麗莎白二世1953年6月2日加冕登基，她是英國史上在位最久的君主。圖 / 法新社

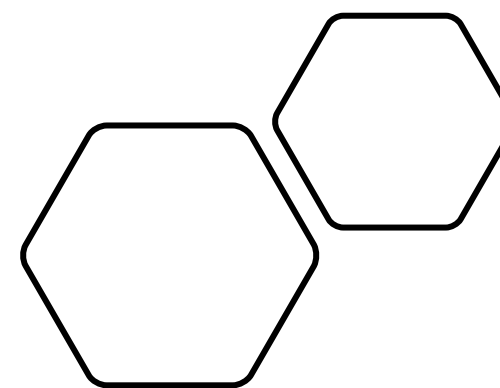
好讀跨領域文章 / 專題專欄 / 教育新知

## 登基70年 英女王逝世/ 從二戰到新冠 一本英國近代史

英國女王伊麗莎白二世8日在蘇格蘭的巴爾莫勒爾堡安詳離世，享耆壽96歲。伊麗莎白二世1953年加冕至今在位70年，成為英國史上在位最久的君主、全球史上視事時間最長的女性君主及女性國家元首，畢生服務公眾，鞠躬盡瘁。英國女王駕崩後，73歲的查爾斯王儲自動繼位成為新國王，正式頭銜為「查爾斯三世」，查爾斯的第二任妻子卡蜜拉成為王后，查爾斯與首任妻子黛安娜王妃的長子威廉成為新王儲。

💬 留言功能已關閉

2022-09-14



台東強震 即時新聞 疫情動態 專題策展 觀點 數位敘事 深度報導 當期節目

## 專題策展

精選專題



2022/09/13

70年王冠重擔 英女王伊麗莎白二世傳奇謝幕



2022/08/31

終結冷戰推手 前蘇聯  
領導人戈巴契夫謝幕  
人生



2022/08/04

裴洛西旋風訪台事件  
簿



2022/07/12

最友台日相遇襲 後安  
倍時代來臨



2022/07/12

燃油耗盡、經濟崩解  
—斯里蘭卡國家破產



## 颱風變少又遲到？3個問答解釋颱風為何晚來了

2022-08-24 13:26

颱風 太平洋 8月 太平洋高壓 ...



## 九合一大選／北市減少2席牽動地方選情 或改變首都政治版圖

2022-08-19 15:48

黃郁芬 無黨籍 吳崢 減少 ...



## 柬埔寨詐騙／柬埔寨成跨國詐騙集團聚集地 台灣人為何淪為「豬仔」？

2022-08-16 11:48

柬埔寨 人口販運 中國人 西港 ...



## 台灣第1人登頂G1：曾格爾創世界紀錄 22天無氧攀4座8千米山峰

2022-08-12 13:23

曾格爾 登山 G1 無氧攀登 ...

# 關鍵詞搜索

知識型+Youtube



科普知識/生活科學

PanSci泛科學

啾啾鞋

理科太太

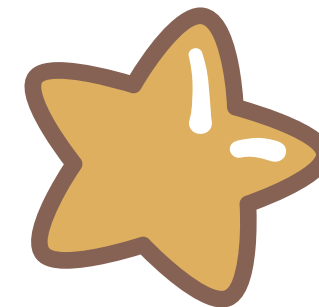


語言學習

阿滴英文

講日文的台灣女

生Tiffany



學識知識/專業技能

LIS情境科學教材

蒼藍鴿的醫學天地

水電爸爸

# 關鍵詞搜索

知識型+Youtube



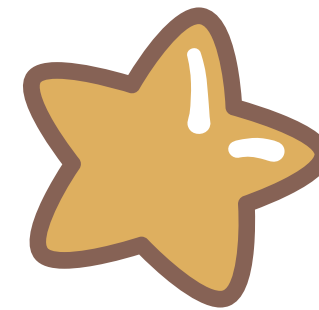
音樂/資訊軟體

NiceChord好和弦  
PAPAYA電腦教室



環保公益

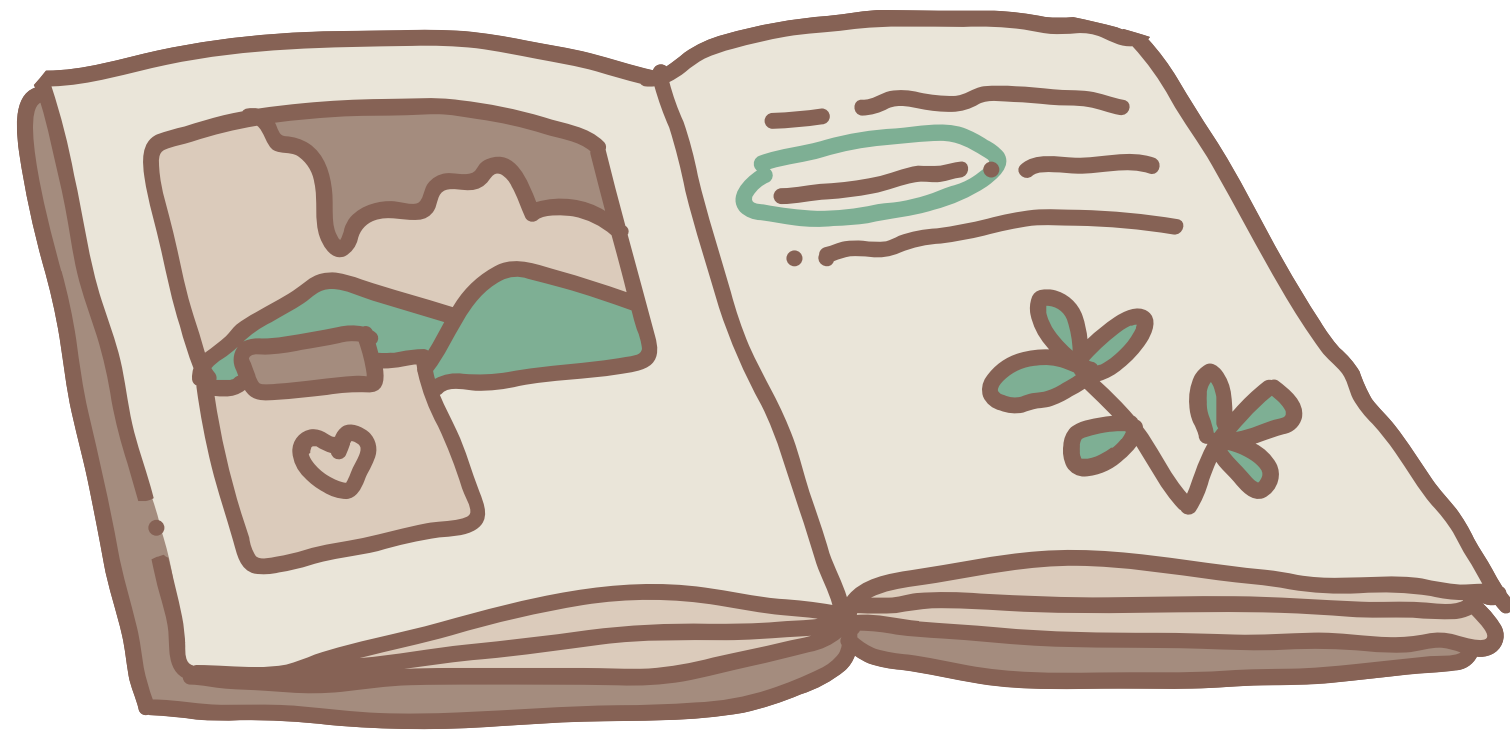
台客劇場  
SALU



觀點議題/時事探討

志祺七七X圖文不符  
Taiwan Bar

# 閱讀書籍 的好處

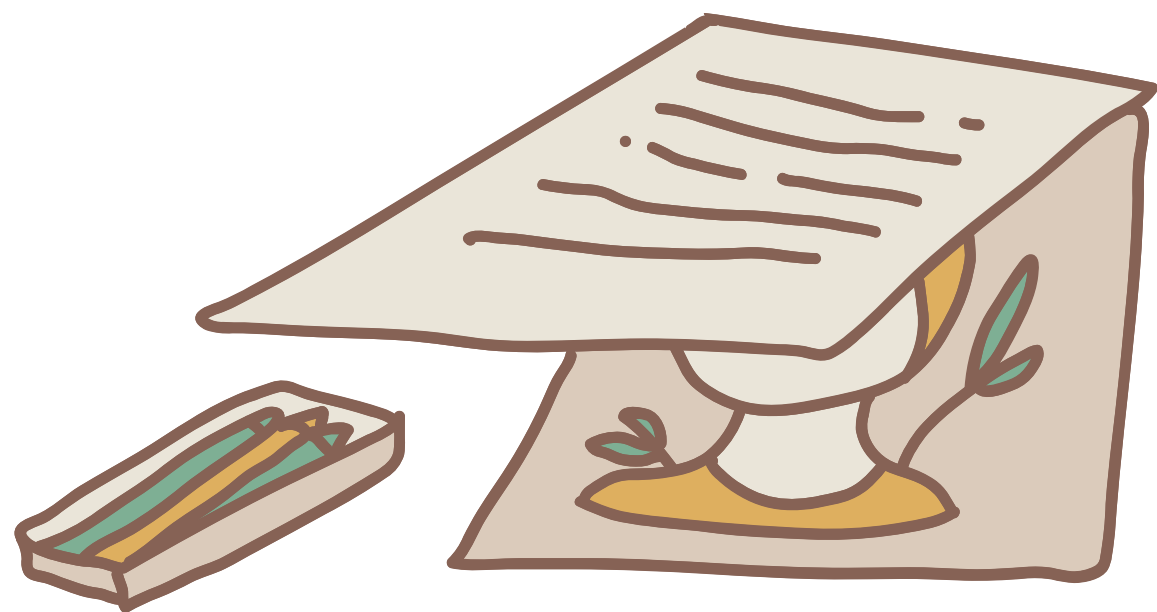


- 我們需要紙本閱讀！
  - **實驗研究**  
增加腦中白質、  
激活大腦功能
  - **文字力**重點與亮點擷取
  - **專注力**  
閱讀6分鐘，壓力↓68%
  - **社交技巧**
  - 小說提升共感、同理力

# 文字的力量

## 閱讀策略

### 的有意識練習



★記憶力

↑理解力

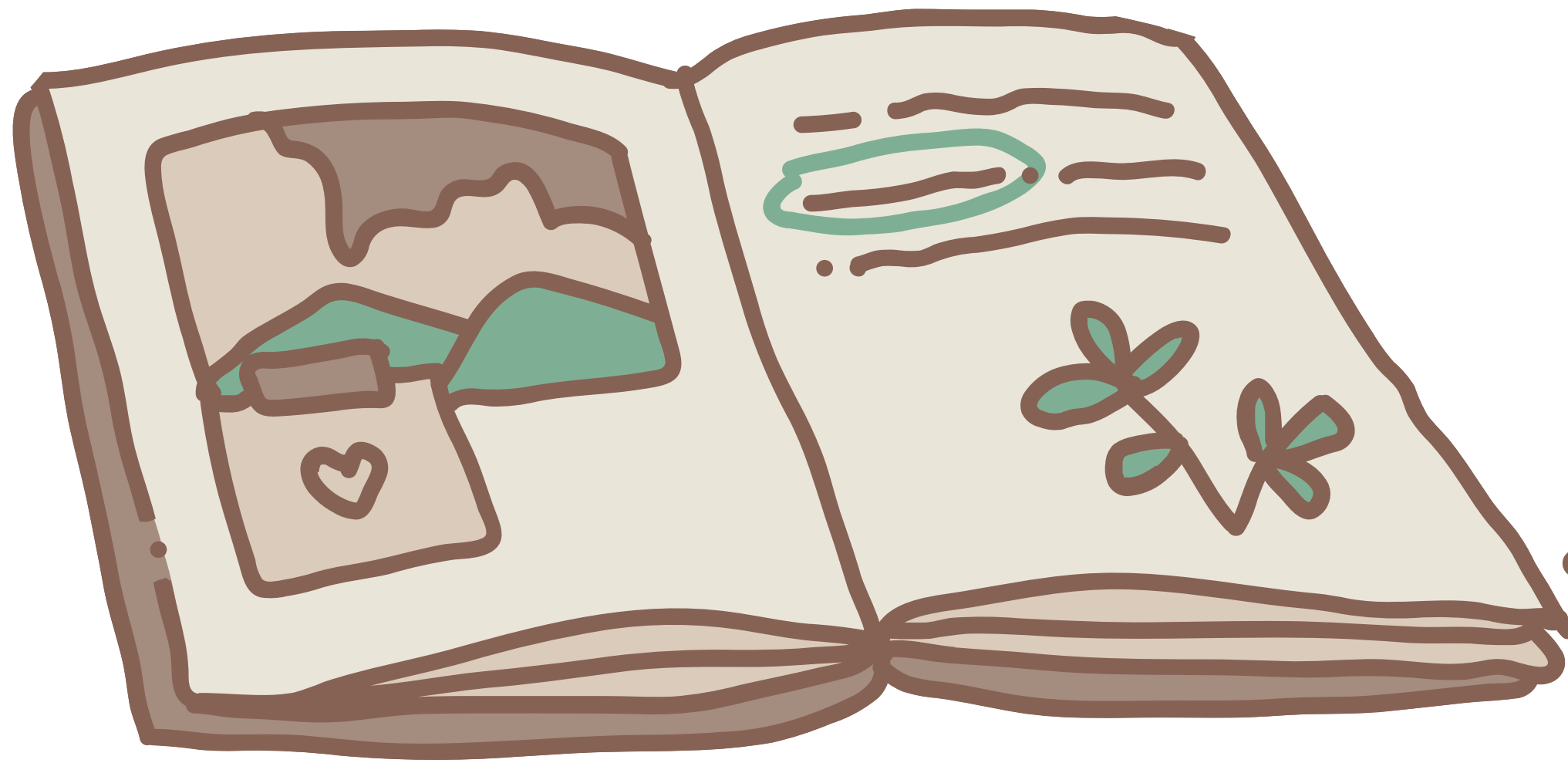
↑想像力

↑集中力

↑傾聽力

↑整理力

# 和作者對話



- **有意識的讀者**
  - 整理思緒-摘要
  - 連結線索-集中
  - **提出疑問**-整理
- 即使甚麼筆記都不做，**有思考**  
= 做某種程度的整理。

# 筆記好處



檢視自己的閱讀

用自己的話  
嘗試具體寫出看過的內容

腦袋一片空白  
摘錄有感佳句、段落  
也是一種方法



# 閱讀要美力 從練習開始

書摘、心得**嘗試**深入連結



**我得到**(一兩句話說明主要內容)

**我覺得**(體悟啟發)、

**我想到/困惑/有不同想法**  
(我想追蹤了解的是、對應我的生活)

**我期待**(正向力、意見、建議)



- 中平故事
- 行政團隊
- 校務發展目標
- 行事簡曆
- 規章辦法
- 新聞媒體報導
- 國際交流
- 外師專區
- 圖書館
- 防疫專區
- 升學專區
- 閱讀專區**



**新生專區**  
中平學區

立廷里（幸福路單號單巷除外）、  
中港里、中原里、中信里、中平里、中隆里

110學年度新生額滿入學資格說明

新北市中平國中111年基北區免試  
**優質中平 群英薈萃** **新莊No.1**  
各校錄取人數統計 *Cream of the Crop*  
建中11 北一女7 師大附中4 成功10 中山9 松山9  
(註：透過其它甄選管道，另有1位錄取北一女科學班、3位錄取師大附中)  
大同7 中崙1 麗山1 板橋26 成淵3 和平1 海山8 西松2  
內湖2 明倫8 中正1 景美3 陽明1 永平1 新莊74 永春1  
華江3 南港1 丹鳳35 新北3 華僑1 三民17 大理1 光復1  
育成1 三重31 清水3 復興1 樹林3 林口18 泰山普通+職業29  
大安高工14 士林高商4 松山工農8 松山家商3 新北高工5 三重商工2  
淡水商工7 內湖高工2 南港高工1 木柵高工1 鶯歌工商1 瑞芳高工2  
**免試入學管道公立高中職錄取率達88%**  
(以上不包含新北公立高中職優先免試錄取人數) 中平全體親師生同賀!!! 7.19

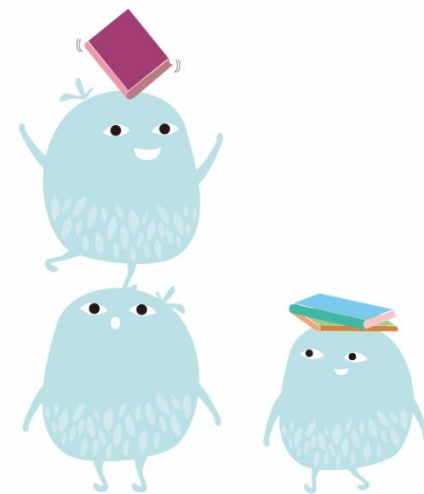
新北市中平國中111年國中教育會考  
**首選中平 誰與爭鋒** *No One Left Behind*  
賀！新北學力UP計劃-本校增A+以上人數  
國文 A++ 50人 A以上11  
英文 A++ 47人 A以上18  
數學 A++ 70人 A以上24  
社會 A++ 42人 A以上13  
自然 A++ 55人 A以上13  
各科A以上的人數比例  
達新莊高中20.8分共235人



**中平特色-閱讀**

# 新北市立中平國中111學年度圖書薦購

- 1、推薦之圖書、雜誌購置，以符應課堂教學與競賽指導需求、及適合國中階段學生階段閱讀為優先採購對象。
- 2、因年度經費不定，及須配合教育局圖書採購計畫，推薦圖書多未能立即採購，敬請見諒。
- 3、今年度圖書採購推薦截止日：111年3月、6月、9月中旬。
- 4、【推薦人姓名】、【書名】、【推薦原因】必填(選)，其他選填。
- 5、【薦書摸彩】
  - (1)凡於09/30前推薦「學習」或「社區/島嶼/風土/在地」相關圖書+50字以上推薦語即可參加。中獎率高！
  - (2)下期主題：  
10/03~11/18主題「外語」或「傳奇/冒險/野外求生」  
11/21~12/23主題「創造」或「品味/文青/生活風格」
- 6、有多筆書目推薦，可逕洽閱讀推動教師(#506)、或旨：圖書薦購。



# Thank You!

每次20分鐘，腹有「書香」氣自華

各位的閱推教師 蕭竹均  
111/09/19