鷺江書蟲報

LuhJiang Bookworm

2021年 12月 第53期

發行單位 / 新北市立鷺江國民中學
地址 / 新北市蘆洲區長樂路235號
發行人 / 曾靜悅
企劃 / 黃瑞華
編輯 /陳重光 石綰鏡

10-12 月書箱借閱優勝班級

統計日期區間為

2021/10/22~2021/12/21



班級投稿排行榜



金 911

銀 718 909

810 910

銅 701



※歡迎老師將全班的稿件或自行研發的閱讀學習單，投稿至設備組。

鷺江書苑借閱書籍排行

	名次	書籍	借閱次數
男	1	牧羊少年奇幻之旅 保羅・科爾賀著，恩佐繪圖，周惠玲譯	28
	2	先別急著吃棉花糖! 喬辛・迪・波沙達、愛倫・辛格著， 張國儀譯	28
	3	不只小確幸 還要小確善 :每天做一點點好事,溫暖別人,更為自己帶來365天全年無休的好運! 奧莉.瓦巴著	28
女	1	牧羊少年奇幻之旅 保羅・科爾賀著，恩佐繪圖，周惠玲譯	27
	2	先別急著吃棉花糖! 喬辛・迪・波沙達、愛倫・辛格著， 張國儀譯	27
	3	作弊 安德魯・克萊門斯 文/周怡伶，唐唐圖	26

…… 徵求小書蟲 ……

鷺江書蟲報徵稿，歡迎各班小書蟲們看到好書、好文章、或好讀周報、中學生報，心有所感想要抒發時，請至**教務處設備組**入口櫃子或**鷺江書苑二樓**櫃台旁櫃子取用專用稿紙，用你的生花妙筆寫下來，交至設備組審閱。

文章榮獲刊登書蟲報的小書蟲將可獲得豐厚的稿費~~~趕快跟好朋友相約一起來閱讀吧！





好書介紹 讀書技巧

原來讀書可以這樣做!:10 堂課掌握個人專屬讀考學習要領,考進理想校系



以主題群組模式討論分享，引導學生依個人條件擬定學習計畫，找到適合自己的讀書方法及策略。

作者： 劉駿豪　出版社：商周出版　索書號： 019 7270

早知道如何做筆記該有多好!考高分的讀書筆記法

由考上最頂尖學府的五位學長姐親自分享讀書筆記的方法，因為貼近學生經驗，更能知道學習每一科的秘訣！



作者： 連格聆等

出版社：漢宇國際文化

索書號： 019.2 3541

你的第一本心智圖操作書



心智圖在資訊連結及整合中扮演著重要的角色，心智圖法是創造新知識的利器!

作者：陳資璧,盧慈偉

出版社：耶魯出版

索書號： 176.4 8723

所向無敵的聰明讀書方法



☆放假要適當休息，然後以複習為重心，進行學習！
☆碳酸飲料和油炸類等食物會妨礙腦部活化，千萬要自制！

作者： 彭菊仙　出版社：天下 文化

索書號： 947.41 O63

一本搞定閱讀、記憶、考試的學習聖經



腦袋有多聰明不是重點，重要的是你學習的方式有多聰明！

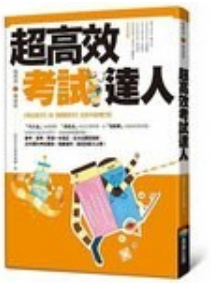
掌握學習的九項基本工，提升學習效率 。

作者： 朗恩.費瑞　譯者： 麥慧芬　出版社：商周出版

索書號： 521.1 5544

超高效考試達人

多數學生都一樣用功，但為什麼有人就是考得比較好？決定考試成績好壞的關鍵，不僅在於讀書方法，還有「考試技巧」！



作者： 超高效 K 書教練團　出版社：商周出版

索書號： 529.98 4005

考上第一志願的筆記本東大合格生筆記大公開



◆「筆」記本的段落分明
◆「記」筆記之前先有規劃
◆「本」本字跡清楚工整

作者： 太田文　譯者： 王麗芳　出版社:聯經出版
索書號： 019.2 4600

七天讓專注力發功東大生傾囊相授的讀書特訓法



專注力是一個人要達成目標不可或缺的「能力」。就像「耐力」、「毅力」……等一樣，這個能力是可以「訓練」、「培養」出來的。

作者： 石井大地, 小平翼, 難波紀傳　譯者： 吳怡文

出版社：日月文化　索書號： 176.32

讀書技巧

每天最想做的事

教務主任　　黃瑞華主任

你每天最想做的是甚麼事呢？你每天來學校開心嗎？你覺得 10 年後會滿意現在的自己嗎？

我回想自己國中的日子，是自以為是的聰明和呆！因為要呆呆的完成老師的任務，所以我會利用各種時間念書，如一邊洗澡也會把注釋、課文都背起來。因為老師說只有吃飯時可以看電視，所以我會吃很久的晚餐，然後看著那時沒有重播、無法網路追的電視劇。為了有更多時間不被大人找麻煩，上課的時候會順便寫功課、整理課本重點 。雖然不知道國中要幹嘛，但總是要每天開開心心過日子。

高中時當了狂涓的藍天之子，發現有一群人一起作夢、邊學邊玩真是人生享受。直到了大學才真正發現念書的樂趣，有想知道的事情，可以挖圖書館、爬網、問老師、學長姊，只要想學，到處都是寶，讓自己有更多的能力可以改變生活。

我感謝國中的自己，很快能看懂各式資訊讓自己有選擇權、更快樂也更有成就感。我想，認真的做好當下的事，就是我每天最想做的事。你呢？



教務主任推薦書籍:

現在推薦「呂老師的高效學習術」。讓你有更多能力做想做的事。

不如開心面對大考小考一堆的國中生活，當作是給自己的檢驗和機會。雖然成績是一時的，但能力是一生的，現在就心情調整到實際作戰還讓大家都有超智慧的高分考試術吧。

名家推薦



簡介:

十五歲的柳宗元和唐朝詩人同名同姓，卻對唐詩一竅不通。

直到某天，他成功背會了＜江雪＞，意外來到一個神奇的異境，在白雪皚皚的江邊，不見飛鳥人煙，只有一個戴著簑帽的漁翁在釣魚，與詩裡描寫的內容如出一轍……

來到＜江雪＞的宗元，發現詩境遭到邪惡力量破壞，就連原本守護詩境的詩魂也被陰暗之氣所滅。不懂唐詩的宗元，是否有辦法破解詩魂留下的提示、拯救搖搖欲墜的詩境呢？

永平圖書館主任　　張良銘主任

好久好久沒有一口氣讀下這麼多唐詩了！

記得小時候也跟本書主人公柳宗元一樣，遇到唐詩跟宋詞之類的古典詩詞就沒輒！除了少數幾首必備(背)的如：〈靜夜思〉、〈登觀鵲樓〉、〈楓橋夜泊〉之外，其他大長篇如〈琵琶行〉、〈木蘭辭〉等等都只能記得片段，能夠應付考試就好。要說筆者中二病抗拒學習也是，要說資質駑鈍也可以，要歸咎於教材過於僵化不夠美感，也不會有人不同意。

「詩中有畫，畫中有詩」是蘇東坡對王維的贊美，但是，若只單單討論「詩中有畫」這件事情，幾乎八成以上的唐詩都能適用！唐詩意境高深嗎？古人五字、七字能描述的畫面，在我們現代要用五百字甚至一千字來解釋，用資訊科技術語來說，就是把一大包的畫面「壓縮」(compress)了！變得輕便簡薄。一般來說，壓縮率越低時，電腦解壓縮的運算時間越長。照唐詩這樣小的壓縮率(compression ratio)，我們人腦要花很多的時間來解壓縮(學習)才行。

《詩魂》作者不但完整的解壓縮了唐詩的意境，還能把這些唐詩串接成奇幻小說，讓故事主人公可以在各曲唐詩的意境之間穿梭，讓人有身歷其境的感覺，甚至能跟詩中的主角或是詩人對話，藉由他們的口中再來補充說明那首詩創作的背景，實在是巧妙的安排啊！

讀完《詩魂》，你也可以是柳宗元，把你愛的唐詩意境深深刻畫腦海當中，永遠記得，不會遺忘，不被吞噬。(這樣還不夠嗎？詞靈、畫仙、陶妖也在等你一起冒險呦！)。

閱讀心得優良作品

我的存在本來就值得青睞

91123　李思僅



「你的價值，不需要由任何人定義；你的存在，本來就值得你自己的青睞。」吳珊儒頂著美國高學歷回臺，卻因為身分證上的父母名求職受阻；辭去英文老師一職後，拾起主持棒表現亮眼，六年內二度獲得金鐘獎；親自經營咖啡廳，一手舉辦女人自我提升課程，可是這一切都被大家說是靠前輩、靠關係。她一路跌跌撞撞的尋找人們的認同，不過繞了一大圈，才頓悟大眾的眼光才是讓她產生自我懷疑的主因。

然而，我們又何須為了別人莫須有的標籤與評論影響對自己的認知？值不值得被愛，與外在無關；你的價值，也不該建立在別人給的標籤裡，不論世界如何待你，你的本質不變，價值更不變，因為「我們的存在本來就值得青睞。」

睡眠的科學

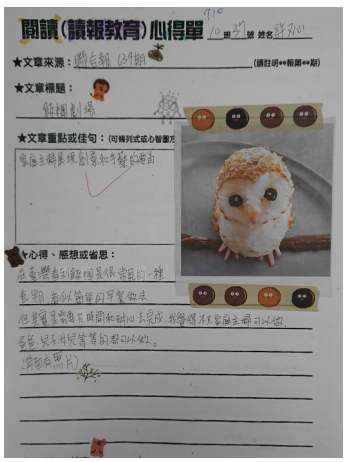
92022 杜宜家



睡眠在我們繁忙的生活裡被視為莫大的敵人，但其實長期失眠才是真正有害的，睡眠的重要性是不可替代的。臺灣人平日睡眠時間不到七小時，已低於最低標準，人造光線、手機藍光就是造成失眠的兇手之一。失眠的代價可能導致生產力下降，也會使道路意外及醫療疏失增加。

睡眠是非常古老的行為，它是為了保存生命而產生的。睡眠不足會對整個身體造成傷害，發生憂鬱症、精神病、失智症以及中風的風險會隨之提高，除此之外，情緒喜怒無常、易胖也與睡眠有直接的關係，若能放下3C產品，就能改善睡眠品質。

剪報優秀作品



91037 許又心



70128 范家溱



70923 周奕蓁

閱讀心得優良作品



為自己出征

7/036 莊宜安

我們從出生開始，就要面對各種不同的人。在與危險相識的那一刻，學會了武裝自己，漸漸失去了彼此的信任。

書中的武士總是在追求著榮耀，以為大家都喜歡這樣的他，卻不知道妻子需要他的愛，兒子需要的是他的陪伴，我們總是過度追求某樣東西，但是真的需要嗎？有錢可以讓你買很多的東西，但同時也會買下很多不需要的東西，就好比純金的桌子跟普通的桌子，功用上會有差別嗎？所以適可而止很重要，不要過度追求過多的東西。

壓榨農奴　性別歧視

拿破崙一生爭議多



選自中學生報 440 期

8/027　林嬿芊

在資訊發達的時代，很多人知道拿破崙的貢獻，但卻很少人知道他邪惡的面目，他雖然提倡了女性的權利地位，但卻又在法典裡限制了女性的種種權力，還恢復了早已廢除的奴隸制度。

在他光鮮的背後，我們常常忽略了因他而造成死亡及產生痛苦的人，根據歷史學家的估算，因拿破崙而喪命的人數超過了 650 萬人，拿破崙換了位置之後，就像換了腦袋！所以說，絕對的權力，使人絕對的腐敗，原本大家眼中的英雄，變成了為了利益不擇手段的暴君。

塔利班新政　女權發展受關注



▲阿富汗首都喀布爾的穆斯林女孩們。

選自中學生報 461 期

8/825　林子茵

塔利班重新掌權後，女權的發展令人感到擔憂，雖說女性要使用布卡遮蓋全身是奉行伊斯蘭教的規範，但為何女性不可參政、不可參與公共事務、不能上學，更不能在沒有男性陪同下出門呢？

看了這篇報導才發現，原來我們習以為常的性別平等，在那邊卻成了禁忌。對於女權，我並不是因為自己是女生，而產生看不慣剝奪女權的事，純粹是對於男女不平等感到悲憤罷了！

小提醒：本期文章獲刊登的同學請帶著書蟲報來設備組領禮券啊～