

閱讀理解—悅讀心視野

第一課 課程簡介與找連結

壹、課程簡介

本課程將利用人權相關文章介紹各種對你學習有用的技巧。

人權與人性尊嚴

人權，是生而為人所應享有的權利，包括生命和自由、不受奴役和酷刑、意見和信仰自由、獲得工作和教育，以及其他更多的權利，其為所有人與生俱來、不可或缺、也不可剝奪的必要權利，適用於世界上的每個人，不會因為國籍、種族、宗教、階級、語言、性別等因素而有所不同，且不容許非法侵犯，具有普世、平等、不可剝奪三項特徵。

人性尊嚴是人權保障的核心價值

，強調個人是可以自我決定的個體，每個人都具有獨特性，可以自由選擇自己理想的生活方式，應該受到平等的尊重。人人都希望過有尊嚴的生活，須肯定並認同「人人都享有平等的權利，都能享有尊嚴的生活」，為了維護人性尊嚴，國家應制定法律加以約束或制裁侵犯人權的行為。

本課程將藉由閱讀兒少、性平、老人等人權相關議題文章，帶領同學認識人權及學會應用閱讀的工具和策略。

貳、找連結

攻略:找連結

在已知和新知間搭一道知識的橋。問自己「看到這個讓我想到了...」

- 步驟
- 1.找出自己相似的經驗
 - 2.找出自己生活中相關的事件
 - 3.找出自己讀過相關的資料

關卡一：三個讀書方法翻轉學習效率(6分鐘)

影片的聯想表	
影片的情節	看完後，我想到...

關卡二：閱讀以下文章後，請試著以三種記憶法中的其中一種做連結

我曾經用過…或看過類似的作法…或我覺得我可以將哪一種記憶法用在哪一方面…

常見三招記憶法，讓你記得久也記得清楚

每個人在學習過程中，時常會有「明明就已經背過，卻還是忘記了……」「雖然讀過這本書，但怎麼想都想不起來……」等類似經驗。許多研究均表示，現實生活中你所看到的、聽到的、感受到的，基本上都會一直保存在大腦裡。會有「想不起來」「記不起來」的困擾，是因為沒有去「喚醒」那些記憶。因此，打從決定開始「記憶」的那一刻起，就必須對於「記憶」這件事抱持積極的態度，找出屬於自己的記憶方式。以下介紹3招記憶法，讓你記得久、也記得清楚。

一、轉盤子記憶法：學習後就棄之不理，資訊便會隨時間流逝而快速遺忘。因此，就像馬戲團小丑、貼在牆壁和放在地板上的事物，同時在好

幾根竹竿上轉盤子，在盤子快要停止時再推它一把，就能維持旋轉動力一樣，時時溫習，便能讓記憶黏貼在腦海裡。在學習後10~15分鐘，進行第一次複習，接著實施「1的法則」，在1小時、1天、1周、1個月、1季這5個時間點，重新檢視記憶的狀態。

二、螺旋記憶法：與其一次投入大量時間從頭到尾硬拚，不如縮短時間，將資訊切塊，然後再以迴圈式地、由淺入深地反覆記憶，不僅能加快記憶速度，也能加深理解程度。

三、聯想鏈記憶法：在記憶的過程中，一定要設法先理解內容的邏輯性，最好能夠形成一個故事，將各項訊息串連成一條鎖鏈。

資料來源：2011-01-04MT《經理人月刊》

參、口語表達技巧

有一次開車到麥當勞「得來速」點餐，點餐的工讀生講話結結巴巴的，原本期待能夠快速點餐，反而問答之間被拖延了很久，臨走時不由得在心裡嘟囔一句，「話都說不清楚，怎麼能當麥當勞工讀生！」不一會兒突然自鳴得意起來，覺得自己發現了一個“真理”，「話說不清楚，連麥當勞聘工讀生都不會用你！」正式的口頭報告在大部分專業領域的確都是非常重要的。

好的口語表達要留意表達能力、儀態、內容及創新四方面，整理如下表。

閱讀理解課口語表達評量規準

項目	A	B	C
1. 表達能力	音量大，表達流暢	音量適中，表達尚流暢	音量小，表達欠流暢
2. 儀態	態度大方、不緊張	態度認真，稍微緊張	態度隨便、不大方， 非常緊張
3. 內容	內涵大部分掌握重點，內容有組織	內涵約半數掌握重點， 內容清楚	內涵小部分掌握重點，組織不清楚
4. 創新	整理資料，提出自己的看法	直接複誦資料內容，內容齊全	直接複誦資料內容，且內容不齊全