

# 閱讀理解策略

# 做筆記的技巧

台中市長安國小 姜明雄 編

## 【資料來源】

※ 閱讀理解 - 課文本位閱讀理解教學·教學策略資料庫

網址：[http://pair.nknu.edu.tw/pair\\_system/Search\\_index.aspx](http://pair.nknu.edu.tw/pair_system/Search_index.aspx)

※ 高橋正史，《為什麼聰明人都用方格筆記本》(台北市：方智，2015)

※ 維基百科

※ 如何做筆記？4種有效筆記法，提升理解力&記憶力！ | Why學生



# 做筆記的時機

依照使用場合可以概分兩大類



**聽講做筆記**

課堂、演講場合

**閱讀做筆記**

閱讀文章、課本

---

# 聽講做筆記

學習效益來自兩方面

有限時間內理解、深度分析  
抓取並使用符號組織重點

做筆記的歷程

筆記的內容

複習筆記連結相關的概念

提升學習  
的記憶



# 筆記內容分析

(好筆記的特性)

## 量化分析

1

筆記中的概念  
或字數豐富度

## 品質分析

2

呈現概念結構  
跨越段落章節  
配合圖形表格  
整合舊有知識

## 表徵方式

3

善用符號、圖  
像與圖表輔助  
書寫訊息

# 做筆記的類型

依照抄寫的工具區分

## 在課本上批註

- 1.方便抄，可對照課文
- 2.適用內容較少的筆記
- 3.留意版面之整潔美觀
- 4.配合文本畫上重點

## 專屬筆記本

- 1.適用範圍廣、彈性大
- 2.可紀錄的內容較多
- 3.大小以A4、B5為宜
- 4.方格紙>空白>橫線

## 便利貼筆記

- 1.具有前述兩者的優點
- 2.黏貼數量不宜過多
- 3.選用大張的3M便利貼



# 觀念篇-1

(寫筆記的超基本觀念)

改變筆記方法，能力也會跟著改變。學習正確的筆記方法，才能更有效提升學習力。

✳學習筆記目的在於【重現性】⇒重現學習內容

筆記功能：記憶(學習)、思考(工作)、傳達(簡報)



✳拋棄錯誤的筆記方法：

小筆記本、無縫隙筆記、七彩筆記、肥胖筆記、雜亂筆記、虛有其表筆記

✳養成使用 A4 尺寸筆記本的習慣⇒提升思考力



✳為每回筆記加上標題、跨頁做筆記，每頁只寫一主題

# 觀念篇-2

(寫筆記的超基本觀念)

改變筆記方法，能力也會跟著改變。學習正確的筆記方法，才能更有效提升學習力。

- ✳看黑板資料⇒思考一秒內化後⇒用自己的話抄下來
- ✳練習利用標題欄空間，將內容濃縮成三個重點
- ✳選用好的文具（原子筆、Plus立可帶）
- ✳從【條列重點】開始整理筆記吧！
- ✳採用橫式版面做筆記



# 筆記 技巧

01

分辨並選擇出重點

02

能將長句縮短

03

能掌握文章結構

04

能使用符號與圖表形式

# 課本重點如何畫？

適用於社會科與自然科



## 選定重點的技巧

- ※圖表是超級重點
- ※與標題相關程度
- ※專有名詞
- ※特殊性、影響力
- ※留意因果關係



## 畫線的方法

- ※畫底線、雙底線
- ※圈關鍵詞
- ※用兩種顏色原子筆
- ※勿用黑筆畫線
- ※用透明的尺畫重點



## 特殊標記 主動分點

- ※依內容需要分點  
ex. ①②③④...
- ※利用→進行標記
- ※適時寫上眉批
- ※可以寫上參照頁碼



## 螢光筆 的使用

- ※使用2種顏色就好  
藍>綠>橘 粉紅 黃
- ※螢光筆畫評量的錯誤之處，利於複習
- ※選用不刺眼的筆
- ※螢光筆只畫最重點

# 增進筆記速度的技巧

善用各種符號讓筆記速度更快 更容易理解

劉銘傳 甲午戰爭

方框寫獨立或補充概念

依語意進行縮寫⇒國貿

善用畫記符號

∴因為 ∴所以 ≈大約

✓標示正面 ×標示負向

→ 強調重點 ▶ 歸納

善用英日文: if War の(B)

⇒表因果、先後關係、則

# 使用筆記本的原則

面對課程結構的不同，編排筆記版面

## 選擇正確的筆記本

- \* B4~A4的大小為宜
- \* 方格筆記 > 空白 > 橫線
- \* 活頁 > 固定
- \* 紙張厚度的磅數要足夠

決定  
筆記

階層  
標號

## 階層標號具邏輯性

- \* 階層標號的使用  
壹. ⇨ 一. ⇨ (一) ⇨ 1  
(1) ⇨ ① ⇨ A ⇨ a
- \* 同階標號彼此對齊
- \* 下階標號需後退一格

## 為課後思考預留版面

- \* 善用黃金三分割法  
主內容、覺察、歸納結論
- \* 句首與段落對齊
- \* 書寫工整，保持美觀
- \* 藍筆寫內容；紅筆寫關鍵字

版面  
空間

文章  
結構

## 依文章結構選定圖形

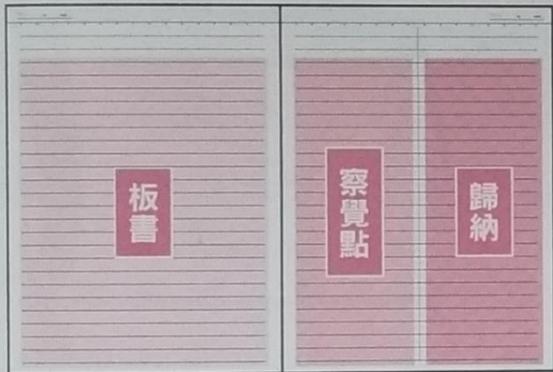
- \* 心智圖⇨列舉
- \* 表格⇨比較
- \* 流程圖、魚骨圖⇨順序
- \* 圖形⇨圖像示意 視覺化

# 黃金三分割法舉例

引自《為什麼聰明人都用方格筆記本》P32-33

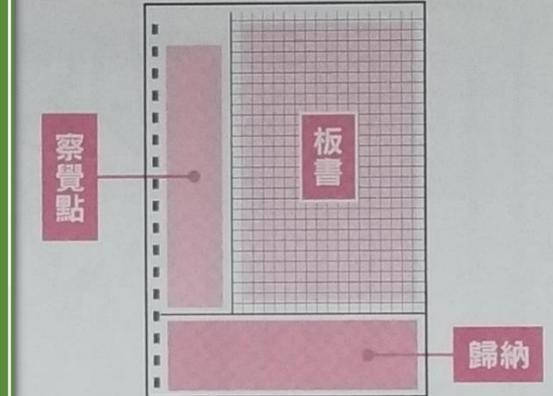
黃金三分割法的觀念在於：事實記錄→自我覺察→歸納、統整重點，導引出行動

### 日本東大生的筆記



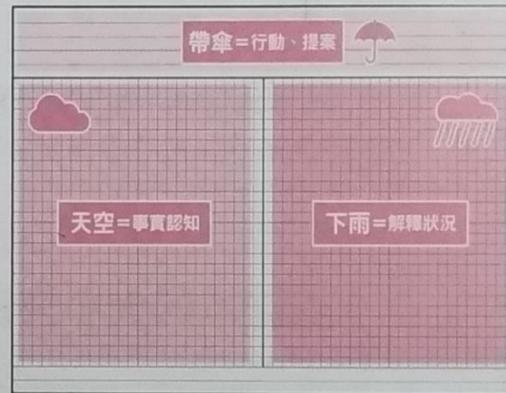
 筆記本攤開跨頁使用，只寫一個主題。活用右側留白處的人，就能掌握學習的關鍵。

### 康乃爾筆記本



 筆記本內頁預先畫分為「三個部分」為特點，是美國知名大學與眾多研究機構皆引進的筆記法。

### 麥肯錫的「天空、下雨、帶傘」原則



 麥肯錫顧問貫徹之「思考與傳達的模型」。雖然簡單，本質意涵卻極為深厚。

# 康乃爾筆記法

(5R筆記法)



## 步驟順序-5R

記錄、簡化、記誦、反思與複習  
 Record Reduce Recite Reflect Review

## 步驟說明



- \* 在筆記欄以條列、關鍵字濃縮上課概念，記下筆記。
- \* 課後以自己的話書摘於線索欄
- \* 遮住筆記，利用線索欄記誦
- \* 利用筆記產生對於課程的想法、連結經驗，進行反思
- \* 每週至少進行10分鐘快速複習

# 黃金三分割法的國語筆記範例

第一課 追築夢想-生字  
作者-沈芯菱

標題

王羲之  
蘭亭集序

{《×ㄋ：作壁上觀(都不幫忙)  
《×ㄋ：貞觀之治(唐太宗)

補習⇒衣部

{補：亡羊補牢(做錯後快補救)  
捕：捕風捉影(沒根據亂猜)

上課  
筆記

覺察  
省思

上課  
筆記

覺察  
省思

剛開始練習時，覺察  
省思區或歸納區空白  
沒關係。隨著潛能提  
升，慢慢就能寫滿。

- 1.多音字：吐、匹、差
- 2.易錯字：羞、鬼
- 3.重要語詞：罄竹難書

歸納  
重點

01

將筆記本攤開  
跨頁抄寫筆記  
一頁寫一主題

02

依照黃金三分  
割法劃分版面

03

善用符號圖像  
將筆記視覺化

04

覺察區寫評論  
反思重要線索  
歸納區在複習  
時整理三重點

# 黃金三分割法的國語筆記範例2

火星，你好嗎？  
(說明文--科普文章)

【標題】  
基本資料

【歸納區】  
將筆記歸納出三個重點

1. 人類對火星充滿想像
2. 好奇號寫下人類探索外太空的里程碑
3. 好奇號的任務將調查火星生命存在的證據

## 一、火星特徵

- 1、暗紅色行星
- 2、南北極冰冠 ⇨ 水氣？
- 3、地表陰影 ⇨ 高山、深谷
- 4、大氣層 ⇨ 供生物生存？

## 二、鳳凰號探測器(美國 NASA)

- 1、2008. 5~2008. 11
- 2、太陽能動力
- 3、證實火星曾有水的存在  
※ 水是生命的起源

【事實欄】  
課文重點  
板書內容

## 三、好奇號(美國 NASA)

- 1、900kg⇨ 史上最重
- 2、2012. 8. 6 登陸火星
- 3、華裔馬天琪命名
- 4、調查任務(接替鳳凰號)：
  - ① 火星環境是否適合微生物生存
  - ② 火星生命存在的證據

## ※ 找筆記的流程

- 1、閱讀課文
- 2、尋找適合的歸納主題
- 3、找出重點，畫線
- 4、整理重點：  
精簡、選用適合符號、掌握階層符號、抄寫
- 5、完成一個主題後再找下一個主題  
同一主題可能會橫畫前後段文章，  
所以需要反覆觀看確認

## 【覺察欄】

- ① 個人對事實欄的解釋與看法
- ② 從事實欄中所延伸的聯想
- ③ 個人對事實欄的歸納總整理  
例如：將左欄改以圖形表現
- ④ 對於本單元的學習延伸補充
- ⑤ 學習上的疑問或待查資料

# 表格化與圖像化筆記舉例

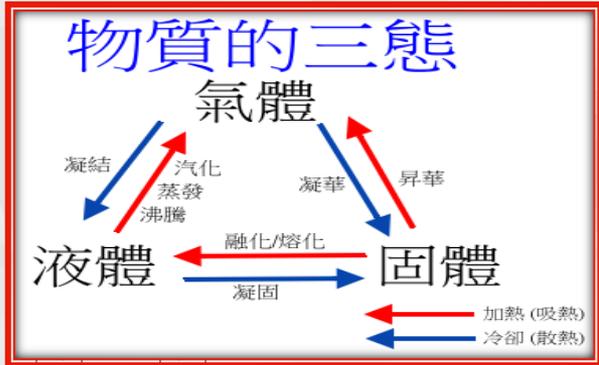
採用表格與圖像化技巧可讓課文重點更清楚

一、史前時代的生活比較

使用工具	生活方式	特殊性 年代
舊石器 長濱文化 敲擊石器	採集、漁獵	用火 3萬~5000
新石器 圓山、卑南 磨製石器	農耕、漁獵 製陶	養牲畜 4500~2000
金屬器 十三行文化 鐵器	農耕	煉鐵 2000~400

比較  
異同

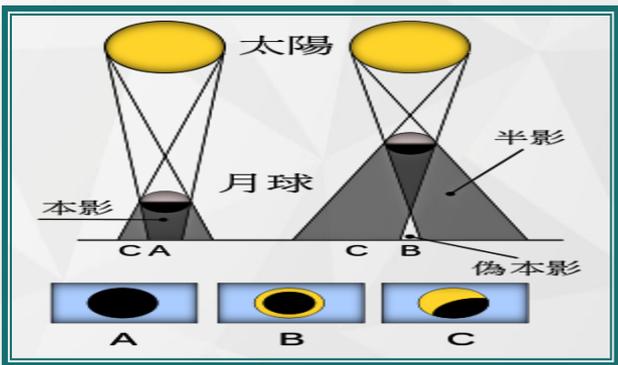
地理  
資訊



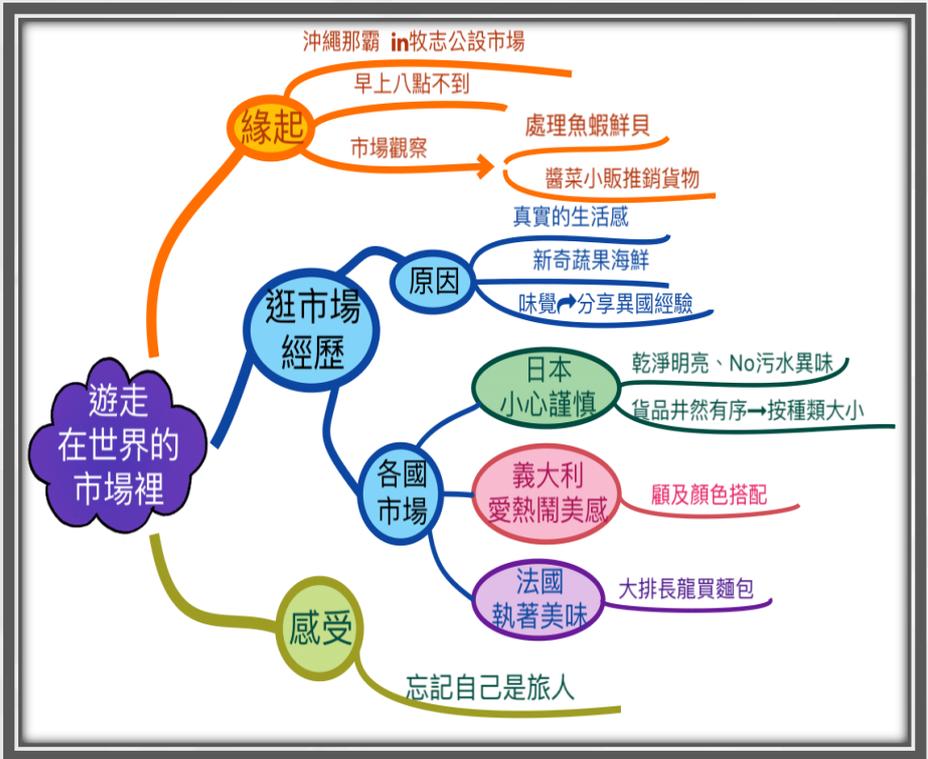
強調  
順序

圖像  
示意

下方兩圖來自維基



# 心智圖法



## 事前準備

- ✳ 使用3種以上顏色的筆
- ✳ 可使用APP操作



## 步驟說明

- ✳ 將筆記核心概念寫在頁面中間
- ✳ 將延伸的大重點框出並聯到核心概念
- ✳ 每個大重點可使用不同顏色
- ✳ 將每個大重點的內容發散下去
- 文字要精簡，可利用圖形圖像輔助
- ✳ 每個階層要利用不同粗細表示
- ✳ 以箭頭、線段表示彼此的關聯性

謝

謝

觀

賞

