

115 年度彰化縣語文競賽複賽評審講評

國小組 國語朗讀

項目	講評內容摘要
一、心理素質與舞台臺風：從內在克制到外在展現	- 穩定的心理素質是優質朗讀的基石。部分選手因缺乏舞台磨練，導致笑容僵硬，甚至肢體發抖。克服緊張的進階練習方案，應建立一套循序漸進的抗壓訓練： (1)鏡像修正法：透過鏡子觀察朗讀時的表情，練習放鬆面部肌肉，確保眼神與笑容自然而不僵化。 (2)情境擴張練習：先從班級公開朗讀開始，適應群眾目光，再進一步尋求向校長或高階師長進行演示。這類「高壓模擬環境」能有效提升選手在評審席前的心理韌性。 - 儀態與專業形象本次賽事中，多數選手的「臺風」與服裝儀容獲得高度肯定。
二、音色基礎與保養策略：天賦與後天維護的平衡	- 音色在朗讀評分中佔有決定性的先天地位。優質的嗓音往往是老師選拔選手的首要考量。後天的保養則是維持競爭力的專業修養。 - 請選手嚴控嗓音耗損，嚴禁大聲喊叫或不當用嗓。沙啞的聲音，是競賽資格的致命傷。 - 務必養成隨時補充水分的習慣，確保聲帶濕潤，避免感冒或疲勞導致音質劣化。
三、文本準備與即時解構技巧：八分鐘內的勝負關鍵	- 專家級的八分鐘戰略流程： (1)文本掃描（識字階段）：快速找出陌生字詞。識字量愈大，翻閱字典的時間就愈短，這是決定「準備效率」的基礎。 (2)技術標記（氣息階段）：標記「斷句」與「呼吸點」，規劃氣息分配，確保長句不斷氣。 (3)聲音情緒揣摩（表達階段）：深入理解「文氣」，將文字轉化為具有情感高度的表現。 - 關鍵紀律：精準度與心理博弈： (1)絕對紅線：不加字、不減字、不錯字，這是朗讀的基本門檻。 (2)拒絕「心虛」的訊號：當遇到生難字詞時，常會下意識地變小聲。這種心理上的「虛心」表現，在評分表上，音量的突減會引導評審的紅筆精準捕捉錯誤，並「圈起來扣分」。選手應維持自信的音量，即便偶有失誤，也要維持整體氣勢的連貫性。
四、語感修煉與慣性排除：突破機械化朗讀的瓶頸	- 朗讀的藝術高度取決於語音、情緒與文意的深度連結。 - 修正「起音過重」與「固定旋律」部分選手因吸氣過足，容易在每一句的第一個字產生「起音過重」的現象。這種突兀的重音會造成聽覺壓力。過度排練卻缺乏理解的選手，容易陷入「固定旋律」的陷阱。 - 斷句與氣息的專業對比： (1)有效斷句維持氣息穩定度，結尾處若缺氧，聲音會虛浮、乾澀。若氣息餘裕充足，字音始終飽滿，正確的呼吸點能維持聲帶的最佳共鳴。

	(2)重點呈現：句意模糊，聽者無法抓取核心資訊。 (3)節奏分明，透過停頓凸顯關鍵詞。停頓是為了給聽者處理資訊的空間。 (4)聽覺美感：聽感緊迫，缺乏起伏。從容優雅，旋律隨文氣流動。 (5)根除口語慣性，選手需警覺並排除平時講話的贅字或自動改詞習慣。這種「語感慣性」必須透過反覆的自我監聽來修正。
五、未來精進方向	1. 擴充識字質量：多查字典，將正確的讀音與字義內化為直覺，縮短臨場壓力。 2. 體察文氣：朗讀不是唸書，而是賦予文字情感。請練習依據內容調整旋律，破除機械化的節奏。 3. 排除語感雜質：自我警覺口語贅字，確保每一發聲皆精準對應文本。

115 年度彰化縣語文競賽複賽評審講評

國中組 國語朗讀

項目	講評內容摘要
一、參賽心態與心理素質建設	- 賽場上的焦慮與緊張往往會導致生理機能的失控，進而直接干擾技術發揮。 - 語音失準：因過度緊繃導致翹舌音消失，呈現出含混不清的狀態。 - 肢體與氣息失調：焦慮引發的手部發抖或氣息短促，會破壞朗讀的整體優雅感。 - 要將「紮實練習」轉化為賽場上的「沉著」與「穩定」，唯一路徑是建立深層的肌肉記憶。當發音部位與氣息控制成為不假思索的本能時，選手才能在壓力下將緊張感轉化為對文本演繹的專注。
二、語音精準度：聲母、韻母與調值的細節拆解	「字正腔圓」是朗讀的核心靈魂： - 聲母：必須嚴格區分舌尖音與翹舌音。 - 韻母：收音必須精確到位，確保口形、牙齒與舌頭位置正確。 「笑容陷阱」：為維持問候時的固定笑容，導致收音不圓潤。 - 調值：遵循五度標音法，確保音高走勢精準。 - 走音現象：選手常因刻意做表情而導致調值變形。 - 二聲特別提醒：如「容」字的調值，必須確實從中音域上升到高音域（3 度到 5 度的跨越）。若上升幅度不足，會顯得語氣萎靡或含混不清。 - 選手應採「隱惡揚善」法，透過高頻率的錄音辨識個人易出錯的「字音雷區」。
三、文本理解與演繹技巧：賦予文章靈魂	- 動態節奏：速度必須與文本的「喜、怒、哀、樂」共振。開心時語速自然加快，悲傷時則應沉穩放慢。但須警惕，「快」不能導致字音模糊，「慢」不可在結尾處無謂拉長拖音。 - 音量層次：大小聲的切換必須具備「文義邏輯」。嚴禁為了製造變化而變化；在毫無情感支撐處刻意大聲或壓低聲音，只會被視為拙劣的表演，而非真誠的詮釋。 - 情感與隱喻：調度聲音資源，透過深刻讀懂文章，將個人情感真實注入，讓聽眾與評審能透過你的聲音，看見文章背後的畫面。這些藝術性的表達不應是隨機的臨場反應，而應在未來的備賽規劃中落實為標準化的訓練項目，體現氣勢的連貫性。

四、 未來參賽策略與長期素養規劃	1. 精確修正：針對二聲（3-5 度升幅）與四聲（不走樣、不變形）進行專項練習，利用錄音找出語音中的「摩擦音」缺陷。 2. 文意鑽研：優先「讀懂」而非「讀完」。分析文章的情感轉折點，拒絕盲目模仿他人，建立屬於自己的演繹邏輯。 3. 結構穩定性訓練：確保在任何極端的情緒表達（如極快、極慢或大聲）下，聲母、韻母的發音部位均不位移，維持字正腔圓的底線。
-------------------------	--

115 年度彰化縣語文競賽複賽評審講評

高中組 國語朗讀

項目	講評內容摘要
一、文本準備策略：跨越「兩月之期」的精熟門檻	1. 古文朗讀在國語文競賽的殿堂中，絕非單純的文字復讀，而是一場奠基於深刻理解之上的「二次創作」。 2. 當前篇目設計多以經典為主（如《出師表》、《陳情表》），輔以少數冷門佳作。值得注意的是，女性文學（如李清照《金石錄後序》）的引入，要求選手在情感細膩度上進行更深層的轉化。 3. 選手必須與指導老師深入研讀「題解」與「作者背景」。唯有理解作者在何種政治或生命處境下發言，聲音才能具備厚度與信服力。 4. 「稿件優先」原則是競技中的鐵律，即便官方提供的稿件有錯字，選手亦必須「照稿念」。參賽者切莫自行校訂，一切以現場提供的文字為最終依據，否則將面臨嚴重扣分。 5. 古文朗讀不容許任何口誤，要求絕對準確性。選手需達到「精熟」境界，使大腦能騰出空間執行後續的「情感設計」與「節奏佈局」。
二、字音與句讀：解構題目的戰略價值	1. 題目不僅是篇名的宣告，更是檢驗選手是否讀通文本的試金石。 2. 要把握字音的寬容與精準，若字音出錯涉及「對文義的無知」，則是重大失誤。例如：「圍」與「胃」的辨析、「自獻」與「自意」的差別，一旦出錯，便直接暴露了選手未曾讀通文理。 3. 題目斷句與音調設計： (1)《金石錄後序》：重點在「後」字。李清照此篇為後序，讀音上必須強調。關鍵技巧在於第四聲的標準調型「54321」——「後」不能隨便滑過，必須讀出完整的降調軌跡。 (2)《梅花嶺記》：應採「三對一」結構（梅花嶺·記），若讀成「梅花·嶺記」則屬外行。 (3)《始得西山宴遊記》：關鍵在「始得」（初次發現）。曾有選手誤斷為「史得西山·電油記」，將「宴遊」讀成「電油」。 (4)《黃州快哉亭記》：應層次分明地斷為「黃州·快哉亭·記」。

三、節奏設計與標點重建：賦予文本生命律動	1. 在朗讀藝術中，課本上的標點符號僅供閱讀參考，而非朗讀的節奏指標。優秀的選手必須根據「氣」的流動，重新設計自己的停連點。 2. 標點再造與氣流延續：古文原無標點，選手應依據文意「重建標點」。即便文中標示句點，若意境未完，應處理為「逗點感」（不念全賞音），以保持氣流不斷，而非段段截然跳斷。 3. 陰陽句與層次美學： (1)兩句對仗（陰陽句）：應遵循「前句高而快、後句低而緩」的對稱美學。 (2)打破平整：如《訓儉示康》中「五本寒家，是以清白見賞」，若依文法平讀則索然無味。應透過設計打破其工整性，做出節奏的錯落感。 (3)四句結構與轉折：遵循「第三句轉折」規律。以《莊子·北冥有魚》為例，前兩句描述「鯤」為鋪陳，第三句轉折時需以「更高、更快」的頻率帶出氣勢，再由第四句穩健收尾。 (4)複雜句式處理：針對《西湖七月半》或《原君》等層遞與回文句式，需精準設計呼吸點，避免氣流中斷。
四、聲音情感與表情（面部神態）的協奏：70/30 的藝術比例	1. 在古文組中，聲音情感與表情（面部神態）的比例約為 7:3。更多目光觀察選手的神態，藉此判斷其是否真正「入戲」。 2. 選手需精準判別說話者與聽話者的關係。是臣對君（《出師表》的忠貞）、是孤臣對幼主（《陳情表》的懇切），亦或是平輩、父子語氣的尊卑與情感濃淡，必須有層次感。 3. 許多資深選手聲線亮麗，卻顯得「匠氣」十足，聽起來響亮卻空洞。真正的「古味」應來自對文意的感發，例如利用發語詞「夫」的尾音拉長，營造出古人誦讀時搖頭晃腦、餘韻悠長的韻味。 4. 即便是乏味的論說文，也需透過設計找出輕重緩急；避免從頭到尾保持單一的高亢。
五、儀態與「氣」的流動：10 分之內的關鍵影響力	1. 儀態（10%）雖佔比不高，卻與整體的聲音穩定度（100%）產生連動效應。 2. 古文朗讀需運用腹式呼吸。當文句需要「提氣」拉高時，拿稿的高度應隨之自然上提，藉由身體姿勢的拉升輔助氣流上揚。 3. 身體的晃動不應是刻意左右亂擺，而是隨「文氣」滑動。拉高頻率時提氣，收尾時甩氣。若動作與氣流脫節，便會顯得矯揉造作。 4. 在段落交替間，必須將前一段的氣「呼完」再重新吸納。確保每一段落的起始都是能量飽滿的，這才是掌握「氣」之流動的最高境界。

115 年度彰化縣語文競賽複賽評審講評

教師組 國語朗讀

項目	講評內容摘要
一、競賽核心價值	1. 朗讀藝術的至高境界，在於「以聲音賦予文字生命」。 2. 語音（音準基礎）：檢視字音的標準度與聲調變異的精準度，這是朗讀的物理根基。 3. 聲音情感（靈魂演繹）：評估對文意境的透徹理解、情感的質樸轉化，以及語速節奏的藝術化處理。 4. 台風（專業氣場）：建立第一印象的權威感，包含儀態、眼神及對文稿操作的流暢度。
二、語音表現：紮實基本功的層次解析	1. 字音準確僅是基本要求，真正決定表現「層次」的關鍵在於細節的精準化處理。 2. 聲調與變調的精準化評估 (1)第一聲（陰平）與第二聲（陽平）：第一聲必須穩定在音高 5 的高位，第二聲（3-5）則須有明顯的上揚感。 (2)第四聲（去聲）的力道與意向：四聲（5-1）的精髓在於「頓挫感」。發音必須具備足夠的爆發力與力道，切記嚴禁「拖尾音」。若發音過於尖細或拖沓，將失去四聲特有的莊重感。 (3)第三聲（上聲）的轉動技巧：必須熟練掌握「三聲相連」的變調準則。特別是句末的第三聲字，應完美呈現「先降後升」（214）的細膩轉動，不可只有降調。 3. 發音細節的優化建議 (1)咬字吐字：應清晰區隔「翹舌音（ㄘ、ㄑ、ㄒ）」與「平舌音（ㄗ、ㄘ、ㄙ）」。 (2)鼻音處理：針對前鼻音（ㄢ、ㄣ）與後鼻音（ㄥ、ㄨㄣˊ）的收音，聲音必須收得乾淨且圓潤，確保發聲位置的穩定。 (3)特殊音變：輕聲字的處理重點在於「嘴巴輕輕的」，而非僅是縮短長度。應呈現輕靈自然的質感。
三、聲音情感表現：靈魂感染力的深度揣摩	1. 文體理解與情境融合 2. 文體美學：參賽者須精準區分溫馨散文與氣勢記敘文的處理邏輯。 3. 警惕「唱讀」傾向：應杜絕長期維持高亢、齊頭式的平鋪直敘，過於單調且高頻的語氣會使聽眾感到審美疲勞。 4. 語調節奏與力度控制 (1)低快慢的動態平衡：當情境緊張時，語速應稍快且聲音收緊；當進入溫馨回憶時，語速應放緩，讓音色自然融入溫柔的情境中。

	(2)留白的藝術：停頓並非僅為了換氣，它是「心裡的邏輯」之延伸。標點符號不代表唯一的停頓處，在文意轉折或情感昇華處適度留白，其產生的震撼力往往遠勝於激昂的聲響。
四、 台風儀態：第一印象的門面管理	1. 肢體與儀表規範： (1)站姿與氣場：雙腳應平穩站立，挺胸且自信。良好的站姿能幫助氣息順暢，展現教師特有的專業精神面貌。 (2)面部表情與眼神：雖需注視文稿，但眼神仍應透出神采。應根據文章主題即時調整表情，嘴角帶著自然的微笑，這對整體的親和力具有顯著的加分作用。 2. 文稿操作技巧： (1)持稿高度與發聲影響：持稿高度必須適中。若文稿拿得太高，會遮住下巴與嘴巴，導致聲音被阻擋而顯得模糊、悶塞，同時也會干擾評審的視線。 (2)動態流暢：若文稿過低，則易導致選手駝背，影響呼吸與觀感。移動或換頁時應力求輕盈自然，不留痕跡地與朗讀節奏融為一體。
五、訓練祕訣與心態昇華	1. 建議利用錄音設備，透過回聽來檢視語速是否過急、咬字是否清晰，以旁觀者的角度修正發音瑕疵。 2. 嘗試對著親近的家人大聲朗讀，將練習轉化為「分享故事」的過程。

115 年度彰化縣語文競賽複賽評審講評

社會組 國語朗讀

項目	講評內容摘要
一、朗讀藝術的三大核心支柱	1. 朗讀作為一門「表現藝術」，其境界由低至高分為：正確、流利、感人。 2. 正確性（核心根基）：副詞後的虛詞「地」字必須讀為「• 勿乜」，絕不可讀為「勿一、」。 3. 流利度（進階要求）：流利不代表「競速」。真正的流利是語氣自然、斷句精準，並在呼吸與語速之間找到和諧的平衡點。 4. 情感（卓越關鍵）：對於社會組而言，情感是唯一的策略性差異化武器。
二、情感共鳴：從「感動自己」到「感動評審」	1. 朗讀的至高境界在於「心」與「聲」的完全同步。深度解析「共情能力」： 2. 內化的物理參與：真正的感動是全身心的。「心、腸、肺、口、腦」全方位投入的共振，才是聲音轉化為「情」的過程。 3. 從林語堂到朗讀選手：文豪林語堂創作《京華煙雲》時，曾因筆下人物小紅之死而伏案痛哭；選手先激盪自己的心神，「感動自己」是參賽實力的最高指標，是活生生的生命共鳴。
三、戰術層面的常見誤區與精進方案	1. 在高壓賽場上，選手往往會因為恐懼遺漏文字而陷入技術性失誤。 2. 「死也要讀完」的盲目競速，導致語速過快，情緒無法著陸。提倡「細嚼慢嚥」的美學。慢下來，才有空間「聞味」，讓情緒發酵。 3. 聲音過於平淡，或音量縮在講台內，缺乏穿透力。增加音量，並強化「強弱分明」的對比，讓聲音具備動態的立體感。 4. 只是「用聲音唸」，缺乏對文章層次的雕琢。針對起承轉合進行細膩處理，確保每一段落都有其獨特的色彩。 5. 關於「留白」的藝術：慢節奏不是為了拖延時間，而是為了創造「情緒的容納空間」。在關鍵處停頓、緩慢，給聽眾留出感受的時間，這才是高端的控場戰術。
四、參賽成功三金律	1. 嚴謹的基本功：基本讀音為生命線，確保無懈可擊。 2. 藝術性的節奏：屏棄競速心態，以「細嚼慢嚥」的餘裕展現專業氣場。 3. 深層的情感共鳴：發出「情」而非單純的「聲」，讓全身上下（心、腸、肺、腦）都參與演繹。