**多文本讀報學習單（解答篇）**

****

**文本來源：111年5月22日第12版（家庭）**

**111年5月23日第3版（國際）**

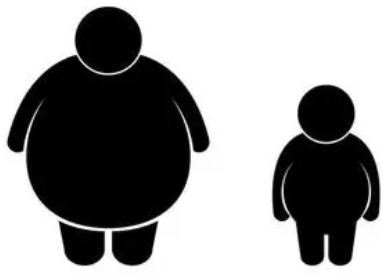
**設計者：林玫伶（清華大學客座助理教授、兒童文學作家）**

**這週有兩篇關於「肥胖」的文章，但指的並不是同一回事，卻又有相似之處。一起讀一讀這兩篇文章吧！**

## 🕮任務一：肥胖已成流行病

## 閱讀5月23日第3版〈世衛報告：肥胖在歐洲已成流行病〉及同版的〈外送點餐、網路遊戲 助長兒童肥胖〉兩篇文章，回答以下問題。

**一、歐洲有多少人面臨體重過重或肥胖問題？**



兒童有(三分之一)過重

成年人有(近六成)過重

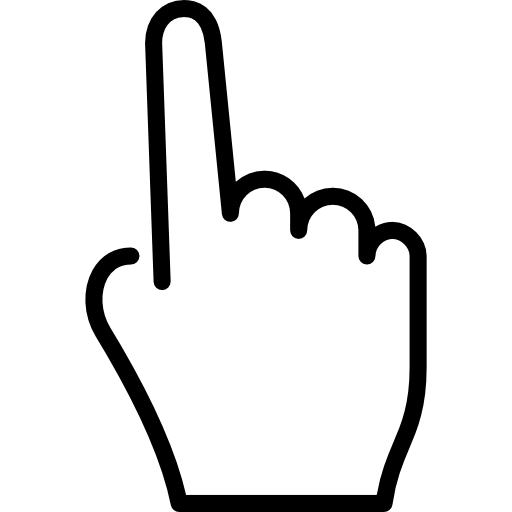
**二、為什麼會說「肥胖在歐洲已成流行病」？**

　■肥胖人數程度已達流行病比率

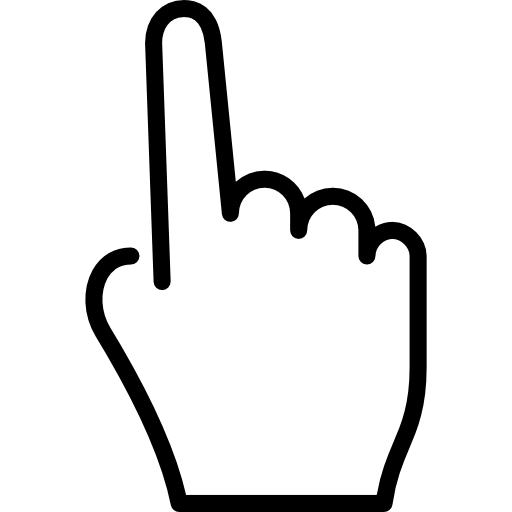
　□肥胖成為一種追求的流行時尚

　□接觸某種流行病會導致肥胖

**三、文章提出了兩個助長兒童肥胖的原因，為什麼會這麼說？**



**原因一：外送點餐**

 **理由：**增加對高脂、高糖食品、飲料的消費。外食也比在家自煮吃進更多熱量。

**原因二：網路遊戲**

**理由：**網路遊戲帶來不良飲食習慣，讓人更宅、更不喜歡活動。

■給師長的話：任務一先了解歐洲人肥胖現況，以及助長兒童肥胖的原因。

🕮**任務二：資訊也有肥胖症**

## 閱讀5月22日第12版〈防疫 也要防資訊肥胖症〉一文，回答以下問題。

## 一、作者所說的「資訊肥胖症」是什麼意思？

## □上網期間飲食，不知不覺吃進過量食物

## □防疫期間運用外送點餐，增加高熱量飲食

## ■接受的資訊遠超過自己可接受的範圍

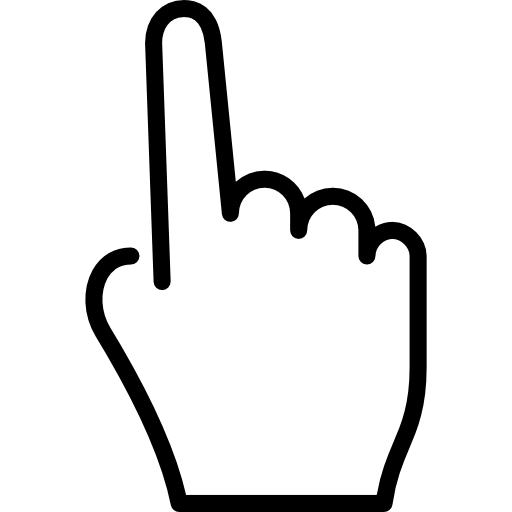
## 二、為什麼大疫之下容易造成「資訊肥胖症」？

## 疫情升溫，大家隨時都想獲得最新疫情。

## 媒體全天不間斷提供訊息，刺激大家收看。

## 三、作者針對「資訊肥胖症」提出以下預防建議，但使用了借代法來描述，你知道它

## 們各是什麼意思？



**建議一：資訊排毒**

**什麼意思：**接收過多防疫資訊後，換個口味，不要一直追。

## 查看來源圖片

**建議二：宵禁時間**

**什麼意思：**在某個時間點後，就不再接收防疫訊息。

## 四、作者提到，避免「資訊肥胖症」，不建議「斷食」，為什麼？

## 這裡說的「斷食」是指完全切斷資訊來源，但這樣做反而會因為「什麼都不知道」而感到焦慮。

■給師長的話：任務二要讀懂資訊肥胖症一文中各種借代法的意思。

🕮**任務三：甩掉肥胖**

**一、世衛報告和資訊肥胖症所說的「肥胖」，有什麼相同的地方？(複選)**

□都會讓人發福

■都吸收了過多的東西

■都會影響身心

**二、對健康產生哪些負面影響？**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **對健康的負面影響** |
| **身體肥胖** | ‧增加罹患許多疾病的機率，如心血管、呼吸系統、內分泌、糖尿病、關節炎及多種癌症。  ‧影響社交生活，遭同儕嘲諷。  ‧情緒低落、缺乏自信。 |
| **資訊肥胖症** | ‧降低生產力、記憶力、專注力。  ‧引發和壓力有關的疾病，如飲食和睡眠失調。  ‧焦慮、憂鬱。 |

**三、閱讀這兩則有關「肥胖」的文章後，有什麼是你或你的家人可以學習的？**

(略)

■給師長的話：任務三除了歸納兩種肥胖的主要特徵外，也整理其對健康的負面影響。最後，反思生活中的實踐。

**■多文本讀報學習單運用調查**

　　多文本讀報學習單上線近一學年，為讓學習單更貼近教師教學使用，請協助填寫問卷，提供您寶貴的意見，以作為我們下學年設計多文本讀報學習單時參考。謝謝！



←請上網填答

<https://forms.gle/fzf9EFV2FrK5JAbk6>