

國立玉井工商110-1「閱讀好書福」好文閱讀學習單(第12週)入選優良作品 - 高一組

本週「閱讀好書福」好文主題：《從尼采到賈伯斯，為什麼卓越的思想家都愛走路？》

序號	班級	學號	姓名	關於本文，請寫下讓你覺得最有收穫(或最有感)的一段話。	閱讀本文後，你有什麼樣的想法呢？
1	化工一	014005	邱昱嫻	<p>1.所有偉大的思想，都源自於走路</p> <p>2.惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動</p>	<p>我們人總是拘泥於一些事情，而無法認真的去思考，導致自己神經錯亂，無法讓大腦好好的運作，其實當大腦開始運作的時候，你就會開始想很多事，你就會思考，但當你遇到無法好好思考的事的時候，你就會感到心煩！這時候我們就要靜下心來，起來走動走動，讓身體放鬆一下，我們就是太欠缺運動神經，所以使得大腦也跟著停止運動，如果我們多走動，那麼...大腦也就會開始正常的運作，我們也能夠好好的思考，當你身體在動的時候，感到放鬆，你的大腦神經也就不會那麼緊繃，而感到無法思考，總是頭腦打結！運動可以提升我們的記憶力，而不會使我們的腦部老化，行走的快或慢也會影響你的思緒，當你聽到一首很輕快的歌，你的身體也就會不由自主的跟著輕快的擺動，當你聽到一首慢的歌，你也就會開始放慢腳步，而我們當然可以自己控制我們的行走速度，我們要如何的思考，就看在我們是如何的去行走！所有的思想，都是源自於你的腳步而走出來的！！！！</p>
2	電機一	013002	余佳峻	<p>所有偉大的思想，都源自於走路。</p>	<p>以我自己的感覺來說，我認為走路時確實會比較容易想到點子，而這些點子在人生中是不可或缺的，有許多點子，會令別人對你的看法不同，而且在面對一些問題你，你的應對方法可以很多變，從而更快速的解決問題，所以不要小看一件簡單的事，走路，是我們日常生活中最簡單的一件事，但他的作用卻非常大</p>
3	資處一	015011	胡雯捷	<p>惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。</p>	<p>原來走路不只有為了身體健康 也可以提升自己的記憶力跟專注力，養成走路的習慣也能減緩老化速度，我閱讀完發現我還得多走路，我需要提升記憶力啊</p>

4	資處一	015005	江沛璇	<p>·別忘了，所有偉大的思想都是走出來的。</p> <p>就如同盧梭所言，「惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。」</p>	<p>我覺得文章說的滿有道理的，因為有時候我們人在做思考、緊張的時候，都會出現一直走來走去的思考著，我自己也會有這種行為，有時候我還會去公園走路，一邊走一邊思考著如何做。</p>
5	資處一	015010	胡凱晴	<p>當我們在行走與漫步時，我們的行動會自然地反映我們的情緒與思緒，你可以透過調整自己行動的速度，來影響自己的思緒。</p>	<p>我們的行動與節奏容易影響了我們的思緒，也要不斷的調整自己來控制自己的思緒，一步一腳印走，成為更好的自己。</p>
6	資處一	015002	陳俊廷	<p>許多偉大的思想都是透過行走而想出來的</p>	<p>行走可以讓我們的腦子思考豐富，冒出許多想法，通往成功必定需要這些想法，所以生活中普遍的行走可能成為關鍵的一步，打開思考之門幫助我們解決想不通的問題</p>
7	資處一	015019	謝鴻鳳	<p>盧梭所言，「惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。」</p>	<p>還挺意外的 原來走路能讓大腦更加的活耀 我有時在很少人的教室背東西的時候 也會習慣性的繞著教師行走 或是來回走動 起初我並不知道這樣做有甚麼意義 只是習慣性的動作 但現在我知道了 走路有助於大腦的思考 我想我之後可以多用用這個習慣了</p>
8	資處一	015013	陳玟靜	<p>養成走路的習慣可以促進腦細胞的生成，減緩老化速度。</p>	<p>假如說多走路能訓練思考能力並減緩老化，那麼一定要多走路啊，不僅身體能變好，連心情也會跟著變好，所以，多走路是好事，下課時間要盡量多活動 少悶在教室才對。</p>

9	餐管一	016026	盧佑珉	惟有我的雙腳開始擺動之時， 我的思想才開始流動。	思考事情時多走路的真的有用，每次只要我有想不通的事走一走自然就想出來了，走路不僅可以促進血液循環還能幫助腦部活絡，多多走路幫助腦部思考可以讓自己每天處於很好的狀態，讓每天的自己更好。
10	餐管一	016021	林沛蓁	所以你下次若也感到思慮受阻， 別忘了，所有偉大的思想都是走出來的。	我覺得走路是一種能有善幫助人類的運動。倘若你心情不好，你可以試試去外面走走，走久了就會發現自己的心情好很多了，或許是走路的時候一直在想這件事情，就越想越開了；或許是你的注意力轉移了，覺得變輕鬆了。我覺得走路真的能想得比較多，就像文章所說的，走著想問題的人，想法會比坐著的人還要多。走路能讓身體更健康，也能讓自己擁有更多的想法，都是正向的例子，也不是說這樣的話要一直走路，只是走路的時候你不看手機你也不太會做其他事，能讓一個人變得更專注，去想這些問題，所以得到的答案可能會是比較正面的，或是得到的不只是一個答案
11	餐管一	016015	廖俊樟	行走，追尋更多的靈感	那些像賈伯斯那種善於思考的人，都是利用行走去探索那些未知的世界，讓自己思考的能力可以更上一層樓。本文說多行走有助於思考，我覺得合理，因為不管是在室內或室外走動，這樣可以去了解不同的東西，這樣總比坐著的好很多，坐著不一定會學到東西，就像是自己只待在原地不動，而沒想到外面有很多未知的東西在等著自己去探索，自己原地不動，只是在浪費自己的時間而已。

12	餐管一	016008	林偉強	<p>當我們行走的時候，心跳加速，血液循環增加，這些生理現象會刺激大腦。許多實驗都證實了，運動可以提升記憶力與專注力。養成走路的習慣可以促進腦細胞的生成，減緩老化速度。</p>	<p>我覺得走路和跑步是一種可以想出很多很棒的點子或者是抒發情緒的方法 不僅健康還可以讓大腦常常思考 也是一個很棒的運動 而且不管是跑步或者是走路 速度可以不用太快 因為點子也是需要時間才能得到的。</p>
13	餐管一	016028	蘇勤方	<p>惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。</p>	<p>走路時確實腦內的想法會比平時還要多，且思維也會跟著步伐快慢改變，假如今天走路的速度慢思考就會比較放鬆能慢慢延伸出更多其他的想法，反之，如果今天的步伐速度很快那思維就很容易亂掉亦或是變快而導致沒有三思後再判斷</p>
14	廣設一	017016	林思佑	<p>盧梭所言，「惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。」</p>	<p>走路與思考密不可分。這句話我非常同意，因為我的很多想法，都是在最近一個人在運動或者是自己出去玩走路的時候想的，一個人靜靜，可以反省自己，還有更多我的靈感，如果沒時間給可以靠聽歌來幫助思考！</p>
15	普一	011005	周玟仔	<p>惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。</p>	<p>文中提到我們行走的時候，心跳加速，血液循環增加，這些生理現象會刺激大腦，這是我覺得很有趣的現象，有時我們會太專注於“走路”，而忘記它其實也是個很好的運動，竟然也可以幫助思考，這讓我對行走有更大的了解，有時我們都太局限於一個很細微的事情，導致想不到更好的方法去解決它，我們不妨試試邁開腳步，去外面走走，你會看到路上很多不可思議的事，也會比許多只坐著想出來的答案更好，也會讓沒有創作靈感的人有了靈感。</p>
16	普一	011006	陳妍澄	<p>「惟有我的雙腳開始擺動之時，我的思想才開始流動。」</p>	<p>行走可以幫助你思考。每次放學走路回家的時候都會思考今天發生了什麼，有什麼地方需要改進，也會思考等一下回家後要做什麼事。所以，當你需要靜下來思考的時候，走路可以是一個很好的選擇。</p>

17	餐技一	032014	黃莉晴	惟有我的雙腳開始擺動之時， 我的思想才開始流動	說真的，比起坐著想要畫畫的東西，起來走動很多的想法就會像溫泉眼的水一樣源源不絕的冒出來，有時候如果腦袋空空的時候起來走走也會有很大的幫助哦
----	-----	--------	-----	----------------------------	---

★文章QR-Code：

