

閱動青春・讀創人生—運動選手閱讀形象海報

洪偉翔 國家圖書館圖書館事業發展組助理編輯

一、前言

「運動讓我站上世界舞台・閱讀讓我腦力更為活化」，國家圖書館（以下簡稱本館）為推廣全民閱讀，特別邀請「2020 東京奧運」選手魏均珩、湯智鈞、鄧宇成、楊勇緯、陳玟卉、黃筱雯、文姿云及羅嘉翎擔任閱讀大使，拍攝 6 組閱讀形象海報，藉由運動選手青春的形象，鼓勵青年朋友多運動多閱讀，所印製的閱讀海報亦寄送給全國各公共圖書館與國中、高中學校張貼，推廣青少年與全民閱讀，以促進社會對於運動和閱讀活化腦力的重視。

二、拍攝過程與拍攝花絮

本館於 110 年 8 月初緊鑼密鼓的聯繫奧運選手與安排拍攝事宜，於 8 月 30 日至 10 月 10 日間，與青樺視覺公司合作，由蔡青樺董事長率領公司員工，並由享譽國際的攝影大師蔡榮豐老師親自掌鏡，為每組選手拍攝數千張閱讀形象照片。

（一）射箭選手：魏均珩、湯智鈞、鄧宇成

三位射箭好手聚在一起，就是充滿笑聲與年輕氣息！在比賽中專注的神情，賽場外青春的活力，為拍攝現場帶來歡樂的氣氛。三人放下拿手的弓箭改持書本，依然帥度滿點，連在場的工作人員都無法抵擋。



本館曾淑賢館長、青樺視覺蔡青樺董事長與射箭三位選手合影（110 年 8 月 30 日）

（二）舉重選手：陳玟卉

舉重選手陳玟卉，每組照片都帶來截然不同的感覺，時而可愛親近、時而酷勁專業。玟卉平時喜歡閱讀釋放壓力與理財類型的書籍，滿滿書本在舉重好手玟卉的手中，看起來輕盈可愛，讓人愛不釋手。



陳玟卉拍攝花絮（110 年 8 月 30 日）

(三) 拳擊選手：黃筱雯

拳擊甜心黃筱雯酷酷的外表，與私底甜姐兒的模樣，展現與賽場上不一樣的面貌。手臂上的臺灣刺青，也吸引大家目光的焦點，美麗的圖騰與別具意義的刺字，時時提醒筱雯莫忘初衷，在場上的堅持與韌性，讓她在 2020 東京奧運獲得豐碩的果實。



本館曾淑賢館長與黃筱雯合影（110 年 9 月 11 日）

(四) 空手道選手：文姿云

空手道小清新文姿云，在場上的堅持與努力，不論面對高峰或低谷，永遠都是以最謙卑與最勤奮的姿態來面對與突破。而閱讀更是姿云最佳的精神糧食，涉略的題材廣泛，勵志、心靈成長、時事等主題的閱讀，讓姿云能靜下心與自己對話，也培養於賽場上專注、決策與靈活思考的能力！



文姿云拍攝花絮（110 年 9 月 18 日）

(五) 跆拳道選手：羅嘉翎

國民女友羅嘉翎為歷屆以來挑戰女子跆拳道 57 公斤級最年輕的選手，青春羞澀的氣息，與閱讀時的甜美笑容，讓人為之著迷。嘉翎熱愛語言學習與心靈雞湯類型的讀物，在訓練過程疲累沮喪的時候，閱讀成為心靈最佳的滋養品。



本館曾淑賢館長與羅嘉翎、嘉翎媽媽合影（110 年 9 月 19 日）

(六) 道選手：楊勇緯

柔道男神楊勇緯，不管是站著閱讀或手持圖書，每個角度都帥度破表。勇緯喜歡勵志相關的書籍，如《跑過、煩惱過、才能發現的事》，內容貼近運動訓練過程的體悟，雖然過程艱辛，但也因為堅持與穩扎穩打的訓練，讓他在本年東京奧運比賽中取得佳績。



楊勇緯拍攝花絮（110 年 10 月 10 日）



（七）閱讀形象海報拍攝團隊：青樺視覺公司

青樺視覺蔡青樺董事長大力支持本館推動閱讀理念，率領專業團隊成員共同完成運動選手閱讀形象海報拍攝。本次拍攝由享譽國際的攝影大師—蔡榮豐老師掌鏡，拍攝手法反映出人物的個性與靈魂，透過互動式的攝影，讓選手們展現別於運動外自在休閒的形象。



青樺視覺團隊與羅嘉翎合影（110年9月19日）

三、閱讀形象海報發布會活動紀要

為擴大閱讀推動之成效，本館於110年11月21日於本館國際會議廳辦理「閱動青春・讀創人生—閱讀形象海報發布會」，由本館曾淑賢館長、教育部終身教育司李毓娟司長，以及湯智鈞、鄧宇成、陳玟卉、羅嘉翎等閱讀大使揭示海報，並安排致贈感謝狀與特製本館閱覽證，以及進行選手訪問、機智的閱動生活問答遊戲、選手合影與海報簽名等內容。

閱讀形象海報發布會在臺北市永樂國小「閱讀GO！GO！GO！」的精彩表演中揭開序幕，並由本館曾淑賢館長與教育部終身教育司李毓娟司長代表致詞。曾館長表示，運動與閱讀可以讓腦細胞活化，運動可以鍛鍊強健體魄，閱讀則是涵養內在心靈，兩者是生活重要休閒活動，本館長期致力

閱讀推廣，結合各級學校、公立圖書館及民間出版社等教育文化團體，共同提升社會閱讀風氣。為推動青少年閱讀風氣，本次特別邀請運動選手拍攝閱讀形象海報，希望藉由選手們運動努力不懈與青春活力的形象，推廣閱讀，對青少年閱讀與學習發揮效果。特別感謝8位運動選手在比賽及訓練緊湊行程中撥出時間拍攝海報，也感謝青樺視覺公司贊助此次拍攝計畫，由蔡榮豐大師親自掌鏡，為每位選手花3小時拍攝上千張照片，並精選出選手最自然生動的照片，讓選手展現出別於運動的自在休閒形象。

教育部終身教育司李毓娟司長致詞表示，教育部潘部長非常重視閱讀力的培養，引領國人運動風氣亦是重要的施政方針，近年來積極推動多項政策及措施，讓閱讀習慣向下扎根，協助學生透過閱讀增進學習的能力，以及讓運動結合生活文化，使國人均能透過運動健身，享有幸福快樂人生。未來教育部將持續支持相關計畫推動，也邀請全民一起愛閱讀、愛運動，共創樂活健康人生。

緊接開幕式後，即進行閱讀形象海報發布會的重頭戲，分別由選手、曾館長與教育部李司長一一揭示每位選手的閱讀形象海報，並由教育部李司長、本館曾館長、青樺視覺蔡榮豐創意總監分別致贈選手感謝牌、本館閱覽證及選手照片。



教育部終身教育司李毓娟司長代表致贈感謝牌（110年11月21日）



曾淑賢館長致贈本館閱覽證給閱讀大使(110年11月21日)



青樺視覺藝術總監蔡榮豐大師致贈閱讀大使拍攝的照片(110年11月21日)

活動下半場次內容包含了選手訪問、互動問答遊戲與海報簽名合影環節。參與拍攝的運動選手都表示這次閱讀形象海報拍攝的經驗相當新鮮也具有意義，選手們很開心能擔任閱讀大使的角色，魏均珩、湯智鈞、鄧宇成表示奇幻小說與經典漫畫是放鬆心情的不二之選，透過閱讀可以放鬆心情，是讓自己準備好下一場賽事最好的方式之一；陳玟卉提到任何體育運動也是智慧的展現，而閱讀的養成更是各種知識累積的重要基礎；羅嘉翎很開心有拍攝閱讀海報的機會，從小學跆拳道，需要每天、長期且不斷的練習，才能在跆拳道精進，而閱讀也是一樣需要養成習慣，才能隨時充實心靈，帶給自己每天正向的能量。其他選手因賽事安排未能到場，但也透過各種方式與現場朋友分享閱讀的喜悅，楊勇緯認為這次海報拍攝結合柔道與閱讀元素是很棒的組合，平時就喜歡閱讀勵志類書籍，培養正向心態，閱讀能幫助沈澱思緒、轉換心情，有正向心態面對訓練，就會有好的表現；

文姿云非常開心有機會擔任推廣閱讀的角色，平時閱讀的主題廣泛，認為閱讀是美好的一件事，閱讀更是汲取知識的管道；黃筱雯平時在運動訓練之外，喜愛閱讀勵志的散文與心理成長的書籍，不但可以幫助放鬆心情，更是運動後的身心休養的重要養分。

發布會中本館也準備了「機智的閱動生活」問答遊戲，透過 Kahoot！線上平臺，與現場朋友們進行即時互動遊戲，過程生動有趣。會後亦開放現場朋友與選手們合影與海報簽名，粉絲大排長龍，期盼與選手近距離合影留念並給予支持與鼓勵，活動熱鬧順利圓滿落幕。



閱讀大使與現場粉絲親切互動(110年11月21日)



選手與粉絲互動(110年11月21日)

四、結語

運動和閱讀沒有距離，兩者都是陪伴人們生活中的重要活動，閱讀可以活化腦力，運動讓身心強健茁壯。本館跨界邀請運動選手擔任閱讀大使，期藉由本次閱讀形象海報之發布，讓全國民眾都能從



選手的閱讀海報獲得滿滿的閱讀力量。

透過閱讀，選手們面對每一場比賽都充滿自信與力量，本次的海報亦印製與寄送至全國公共圖書館、國民中學學校與高級中學學校，希望透過選手積極向上、努力不懈的精神，發揮標竿學習的效益，作為莘莘學子效仿與學習的對象，讓閱讀習慣及閱讀能力皆能逐步提升，帶動青少年與全民的閱讀風氣，打造臺灣成為愛閱讀、愛運動的書香活力社會。



閱動青春・讀創人生－閱讀形象海報發布會貴賓合影
(110年11月21日)

附錄

機智的閱動生活互動遊戲，一起來動動腦，增廣見聞！

問題

- Q1 2020年東京奧運我國總共獲得幾面奧運獎牌呢？
(A)10面 (B)11面 (C)12面 (D)13面
- Q2 Q2：哪一項是歷史最悠久的奧運比賽項目之一呢？
(A)跆拳道 (B)空手道 (C)籃球 (D)舉重
- Q3 奧運最經典的五色環象徵五大洲的團結，請問哪個顏色的圓環代表亞洲呢？
(A)紅色 (B)藍色 (C)黃色 (D)綠色
- Q4 奧運的第一個吉祥物為何？
(A)臘腸狗 (B)豹 (C)熊 (D)虎
- Q5 古代奧運冠軍拿到的不是金光閃閃的金牌，而是下列哪一項物品呢？
(A)葡萄酒 (B)橄欖枝葉冠 (C)金幣 (D)一匹駿馬
- Q6 奧運的全能運動共有幾個項目？
(A)10項 (B)11項 (C)12項 (D)16項
- Q7 若要自製運動飲料，是用哪兩項材料？
(A)鹽+氣泡水 (B)鹽+乳酸飲料 (C)糖+檸檬汁 (D)鹽+檸檬汁
- Q8 哪一種運動因其動作是人的本能，故被稱為運動之母？
(A)游泳 (B)體操 (C)田徑 (D)籃球
- Q9 一般而言，以下哪種時段進行運動，對於基礎代謝率的提升及身體熱量消耗的成效最好？
(A)清晨或上午 (B)中午時分 (C)傍晚 (D)晚餐後1小時
- Q10 什麼球類運動在正式比賽紀錄中的球速最快？
(A)桌球 (B)羽球 (C)高爾夫球 (D)曲棍球
- Q11 射箭靶面從中心向外共有10環，請問下列哪個顏色「不包含」於其中？
(A)紅色 (B)藍色 (C)黃色 (D)綠色
- Q12 2020年東京奧運，中華台北代表團有參加哪一個項目？
(A)鐵人三項 (B)棒球 (C)馬術 (D)足球
- Q13 女子舉重到哪一年才正式被列入奧運比賽項目？
(A)1976 (B)1988 (C)1994 (D)2000
- Q14 奧運會的發源地為下列何處？
(A)義大利 (B)希臘 (C)西班牙 (D)法國
- Q15 下列哪一項「不是」2020東京奧運新加入的5項體育競賽？
(A)空手道 (B)運動攀登 (C)自由車 (D)棒壘球

解答

Q1：C Q2：D Q3：C Q4：A Q5：B Q6：A Q7：D Q8：C Q9：A Q10：B Q11：D Q12：C Q13：D Q14：B Q15：C