國中國文科教師研習 · 備課篇

提示詞工具包

課堂上做過的每一步，都在這裡。複製、把【】換成你的內容、貼上。

> 先記住一條：學生個資、成績、輔導紀錄**哪種帳號都不放**；學生照片經學校與家長同意，**只用學校帳號**；別人不給你的教材，放之前先問學校規定。

目錄

章	內容	工具
一	個人形象照	ChatGPT
二	家族旅行：旅行封面、旅行內頁	Gemini Gem
三	風格拆解（讓 AI 幫你寫提示詞）	Gemini Gem
四	提示詞 3+1、防幻覺三句話	任何 AI
五	國文科校正、出題、**出段考卷五步（審題、Word、負面表列）**、學習單、教案、簡報、圖表、影片	Gemini Notebook
六	常用免費工具	—
七	卡住時的三句話、發出去前的五項檢查	任何 AI

一、個人形象照（ChatGPT）

打開 chatgpt.com 登入（免費帳號就能生圖，一天大約 3 張，講師經驗值、會變動）。上傳前建議先照〈五〉的表關掉「為所有人改善模型」（Free、Plus、Pro 預設開）。上傳一張**正面、光線均勻、只有你一個人**的照片，貼上：

```
請根據這張照片主角的容貌，先列出 9 組繁體中文提示詞，分別為專業、休閒與親和力風格。
提示詞需嚴格保留主角長相，僅替換服飾、背景、燈光，並讓表情與神態配合風格自然變化。
最後，請根據這 9 組提示詞，幫我生成一張 3x3 的直式九宮格形象照。
圖片中請保持純淨，切勿包含任何文字註解或標籤。
```

把 9 段提示詞存進備忘錄。挑一號放大：

> 請參考原本上傳的照片主角容貌，並根據以下這組提示詞，幫我單獨生成一張高清的個人形象照：
> 【貼上第 3 號提示詞】

不像本人

> 這張的臉部特徵和原圖不一致。請重新生成：嚴格以我上傳的原始照片為五官依據，保留眼型、鼻型、臉型、輪廓比例與髮際線，不要美化、不要瘦臉、不要修改五官比例。只更換服裝、背景與燈光。

還是不像：原照換成正面、無側臉、無墨鏡口罩、無他人入鏡的版本；一次只換一個變因（先只換服裝，成功再換背景）。改三次還不像，就開新對話、換一張大頭照重來。

太假、像塑膠人

> 請提升這張照片的真實感，維持原本的人物長相不變，加強以下三點：
> (1) 燈光要有明確方向性，例如來自左前方的窗光，臉部保留自然的明暗交界與陰影。
> (2) 保留真實皮膚質感：毛孔、細紋、髮絲、衣物布料的織紋與皺褶，不要過度磨皮。
> (3) 加入前景元素製造景深，例如畫面前方微微失焦的桌角、書本或植栽。
> 整體請像用 85mm 定焦鏡頭拍攝，淺景深、自然膚色。

只想改一個地方（電腦版 ChatGPT）：點開圖片 → 右上「註解」→ 在圖上點要改的位置，氣泡框一處寫一句：

> 把這裡改成【深藍色西裝外套】，其他不要動。

最後在下方「描述編輯」補一句：

> 除了我標註的地方，臉部、髮型與背景完全保持原樣，不要重新生成。

二、家族旅行（Gemini）

先用**自己或家人**的照片練習。家人照片也是個資：個人帳號建議先照〈五〉的表關掉 Gemini「保留活動記錄」。要用學生照片（畢冊、班級海報），先確認學校規定與家長同意，**改用學校帳號**再動手。

用 Gem：開連結、上傳 1–3 張照片、只打主題

風格	長什麼樣子	連結
旅行封面	全家人站進一個場景，遠中近三層撕紙，一個大標題	開啟 Gem
旅行內頁	好幾張照片撕開交疊，膠帶加炭筆手寫註解	開啟 Gem

手機掃碼、電腦點連結（同一個 Gem）：

旅行封面
電腦：gemini.google.com/gem/1RO_rcrFFP74CHxEIO-ANq13bMwow7EMC

旅行內頁
電腦：gemini.google.com/gem/1eUuFdjwqV7w7NrCFyQzGmfdojOzqokUC

主題例：「壽山被猴子追」「沒想到先開始環島了」「九年三班畢業旅行」。

分享給同科老師：Gem 右上「分享」產生連結，貼到同科群組，大家直接用同一個 Gem，風格自動一致；要改風格，建的人改一次全體同步。自己建的 Gem 不要上傳學生資料或別人的教材再分享出去。

做全班的畢冊或家庭冊：用電腦開 Gem，一組照片開一個新對話，只換主題。

沒有 Gem 也能做：一句話版

> 用我上傳照片裡的每一個人，做一張直式的旅行封面海報，人物站進有遠景、中景、近景三層撕紙拼貼的風景裡，主題：【壽山被猴子追】。每個人只出現一次、長相不變，其他你自由發揮，標題用繁體中文。

> 把我上傳的照片做成一頁直式的旅行內頁拼貼，主題：【沒想到先開始環島了】。每個人只出現一次、長相不變，其他你自由發揮，標題用繁體中文。

自己建 Gem：完整版

用電腦開 gemini.google.com →「Gem 管理員」→「新增 Gem」→ 把下面整段貼進「使用說明」→ 儲存。

旅行封面

你是一個「全員身份保持與高級排版海報圖像生成器」。你的任務是接收使用者的「極簡輸入」和「使用者上傳的參考照片」，並執行以下關鍵步驟：

1. 全員人物身份識別與保持（硬性約束）：

＊ 必須將使用者上傳的參考照片中識別出的所有人物作為核心參考。

＊ 盡最大可能精確提取並在生成圖像中，分別保留照片中每一個人物的面部核心特徵與氛圍。

＊ 用戶輸入的動作和合理擴寫的角色必須分配給照片中的人物們。

2. 高級字體與色彩管理（設計核心）：

＊ 字體風格：根據主題選擇活潑、動態、具有手寫感或強烈設計感的藝術字體。拒絕使用太正式、呆板的傳統字體（如標準粗黑體、明體）。

＊ 字體顏色（嚴格約束）：必須使用高質感、非純色的色彩（例如：帶有灰階的莫蘭迪色系、低飽和度的復古色，如灰藍、茶褐、黛綠、暗粉等）。

＊ 絕對禁止：嚴禁使用過深、死黑、或是過於鮮豔刺眼的純色。確保字體顏色柔和高級，且與背景保持足夠的對比度以便閱讀。

3. 多人場景擴寫邏輯：根據參考照片中的人數，將用戶極簡輸入合理擴寫為一個對應人數的場景與復古穿搭。

4. 生成圖像：直接調用 AI 圖像生成工具生成最終圖像。

【內部通用拼貼模板】

「直式【多人場景描述】拼貼藝術海報，復古清新風格，高清細節，底片顆粒質感，平視偏仰視視角。畫面是具有參考照片對應臉孔與特徵的【多個人物們動作描述】，【多個人物們復古穿搭描述】，剪紙式輪廓，姿態自由奔放；

背景為【地點與風景】，多層撕紙拼貼效果，上層【遠景】，中層【中景】，下層【近景】，拼貼邊緣帶不規則毛邊；

左上有英文短句，核心標題『【多人主標題】』搭配『【多人英文副標】』，使用活潑藝術設計字體，字體顏色採用【高質感非純色，例如：低飽和度茶色】，確保高級感並避免死黑；

整體色調以【主要色調】為主，光影自然通透，色彩柔和，層次豐富，治癒系氛圍，手工拼貼肌理。」

【運作規則】唯一輸出：接收用戶輸入後，只需輸出一個直接調用圖像生成工具的呼叫。不要輸出任何解釋文字、任何提示詞段落或任何開場白。

旅行內頁

你是一個「高階質感手撕拼貼與語境排版圖像生成器」。你的任務是接收使用者的「極簡輸入（主題）」和「使用者上傳的多張參考照片」，並嚴格執行以下步驟：

一、物理分割與「絕對不重複」約束（硬性約束）：

＊ 將上傳的照片視為實體的像素材料。極精確地分割並保留核心物件（人物面容、服飾）。

＊嚴格去重複：確保照片中的每個人物、每張面孔在最終畫面中「僅出現一次」。絕對禁止複製貼上、禁止在畫面不同位置生成同一個人的多個分身。每個撕裂片段必須是獨一無二的。

＊若需填補畫面，應使用背景肌理、紙張碎片或手繪元素，而非重複使用人物。

二、主題驅動的高級排版與美學（設計核心）：

＊語境排版：深度解析使用者的「輸入主題」與「照片內容」，以此決定畫面的視覺焦點與排版節奏。

＊質感美化：此處的「美化」並非數位平滑，而是建立「高級的層次感」。利用留白、不規則的層疊、膠帶痕跡、紙板厚度來創造立體感與藝術性。

三、質感手繪註解（風格強化）：

＊在拼貼周圍及空白處，加入具備「物理真實感」的手繪註解：炭筆、鉛筆石墨或鋼筆墨水的肌理，包含隨意的箭頭、下劃線、圈選記號、速寫塗鴉，以及帶有手寫感的小字。

＊這些註解應與拼貼片段產生互動（例如：箭頭指向某個人物，或在某個邊緣做出標記），增添生動的筆記本 / 手帳氛圍。

四、高級字體與色彩管理：

＊主標題字體選擇活潑、具設計感的藝術字體。字體顏色必須使用高質感、非純色的色彩（如：莫蘭迪色系、復古低飽和色）。嚴禁死黑或刺眼純色。

＊將部分文字與排版「融合」到拼貼材料中（例如印在撕裂的牛皮紙上）。

＊畫面不要出現「IMAGE」或編號字樣。

生成圖像：直接調用 AI 圖像生成工具生成最終圖像。

【內部通用拼貼模板】

「直式高階物理拼貼藝術海報，依據『【使用者輸入主題】』設計視覺排版，手撕拼貼畫風格，高清底片顆粒質感。畫面由使用者照片中分割出的原始撕裂片段（完美保留特徵，確保每個人物絕對只出現一次，無任何重複克隆）組成；

拼貼片段具備不規則粗糙毛邊、紙張重疊與膠帶痕跡；

畫面穿插著【主題相關的】質感手繪註解（包含炭筆塗鴉、箭頭、隨性標記與石墨質感的手寫筆記），與拼貼片段自然互動；

背景為契合主題的復古肌理底色；左上有英文短句，核心標題『【多人主標題】』與『【英文副標】』使用【非純色高質感色彩】的設計字體，部分文字與紙張碎片融合；

整體色調柔和通透，層次豐富，呈現充滿溫度的高級手工塗鴉手帳氛圍。」

【運作規則】唯一輸出：接收用戶輸入後，只需輸出一個直接調用圖像生成工具的呼叫。不要輸出任何解釋文字、任何提示詞段落或任何開場白。

三、風格拆解（Meta-Prompting：讓 AI 幫你寫提示詞）

看到喜歡的簡報或海報（Pinterest 搜「簡報設計」），截圖丟給 **風格拆解 Gem**。它會回兩段：

- **生圖用**：貼到 Gemini 生圖，把【】換成你的主題
- **簡報 / 資訊圖表用**：貼到 Gemini Notebook 的中間問答區

只回文字、不生圖，不吃生圖額度。拿到風格後做海報：

> 【貼上生圖用風格提示詞】
> 用這個風格做一張「【九年三班 班親會】」的邀請海報，直式 4:5。
> 標題用繁體中文「【班親會】」，下方留白給我自己打日期與地點。不要畫任何其他文字。

四、提示詞 3+1、防幻覺三句話

好指令 = ① 角色 ＋ ② 任務 ＋ ③ 正負條件，④ 格式看需要再加。反面條件最常漏——沒說「不要什麼」，AI 就自己亂給。

> 【角色】你是國中【國文】科的資深老師。
> 【任務】根據我上傳的【第 8 課〈兒時記趣〉】課本與備課用書，設計一份課後學習單。
> 【正負條件】正面：10 題、由易到難、至少 2 題生活情境題，每題附頁碼出處。
> 反面：不要超出課本範圍、課文原句不可改字、不要自己編注釋。
> 【格式】學習單格式，表格：題號｜題目｜參考答案｜出處頁碼。
> 【程度】用國中七年級聽得懂的詞，例子用學生生活經驗。

防幻覺三句話（任何 AI 都能加在最後）

> 只用我上傳的檔案回答，別的都不要碰。
> 每一題（每一句）標出處頁碼，用表格列出來對照。
> 查不到就說查不到，不要硬掰。

AI 出的考卷最常錯在四處：答案本身錯、單選題有兩個說得通的答案、考了課本沒教的、出處是編的。

地圖、課本插圖、統計圖、書封不要讓 AI 畫：它會畫錯、會編。用官方或課本原圖當素材，AI 只負責出題、文字與版面。

五、Gemini Notebook 備課

網址 notebook.google.com（前 NotebookLM）。畫面分三塊：**左邊來源區**放資料、**中間問答區**對話、**右邊工作室**一鍵產出。**一個單元開一本。**

這一章所有提示詞，都貼在中間問答區按 Enter：Deep Research、簡報、資訊圖表、報告、影片、學習卡都能一句話啟動，成品出現在右邊工作室。只用這一個框，不必去找按鈕。

額度：每 5 小時一桶，一週一個上限（官方，會調整）

- **怎麼算**：看用了多少運算——問題越長、對話越長、做簡報和影片，消耗越快。**每 5 小時補滿一次**，一週用到上限就要等下週。
- **付費差多少**：免費版＝標準量；Google AI Plus＝2 倍；Google AI Pro＝4 倍；Ultra＝Pro 的 5 或 20 倍。
- **看還剩多少**：右上「設定 → 用量」；工作室按下生成前，畫面下方有一條預估用量。
- **用完了，四條路（由先到後）**：
    1. **按「稍後生成」**：它排隊、幾小時內做好通知你（官方功能，目前網頁版才有）；不要一直按重試。
    2. **改開一般 Gemini（gemini.google.com）對話，提示詞照貼（來源改成貼文字、一次出少一點）**：筆記本的用量頁寫「範圍僅限於使用 Gemini Notebook，不包含其他產品」（2026-11-05 在講師帳號「設定 → 用量」讀到），所以兩邊是**各算各的**，筆記本用完，一般 Gemini 還有。但一般 Gemini 也有自己的每 5 小時額度（免費版較少），不是無限；官方文件查不到「兩邊一起扣」的說法，也沒有查到「兩邊互相獨立」的明文，我們只有上面這一句產品內說明。
    3. **用你本來就有的另一個帳號**（個人帳號、學校帳號）：額度每個帳號各算各的；筆記本要先分享給那個帳號才看得到。不建議為了多拿額度另外註冊一堆帳號：筆記本和對話會分散在各處、也不好管理，Google 對這件事的條款我們沒有去查。
    4. **等下一個 5 小時**：額度每 5 小時補滿，一週有上限；急的話再考慮升級。
- **省額度的做法**：文字步驟（A 迷思表、B 出題、C 審題）便宜，簡報、影片、資訊圖表貴，所以先把文字步驟做完，貴的排隊最後做；一節一本筆記本、來源只放需要的；對話不要拖太長，換新對話；重的工作排在不同的 5 小時窗口。
- **講師實測**：一份簡報大約吃掉半桶。簡報、影片一次排一份，排完去做別的事。

	免費版	Google AI Pro
每本筆記本的來源	50 個	300 個

	免費版	Google AI Pro
筆記本數量	100 本	500 本
簡報浮水印	有	可移除

單一來源上限 50 萬字或 200MB，太大就用第六章的 PDFgear 切開；免費版簡報浮水印用第六章的 SlideDeckCleaner。學校帳號的量看學校買的方案（基本版＝免費版）、可能被管理員關閉。個人帳號官方寫「不直接」拿去訓練，但按了回答下方的大拇指，內容會被人工看到、最長留 3 年；學校帳號不拿去訓練，按了也不會：**自己的教材用個人帳號、別按大拇指；牽涉學生的拿掉姓名座號、用學校帳號**。學校的筆記本只分享給學校帳號：分享給別人的個人帳號，對方按回饋，內容一樣會被收集。

個人帳號：把「改善模型」關掉，但關了不等於安全

資料外流分兩種：**拿去訓練**（下表的開關管這個）、**被人看到**（為了安全審查、或你按了讚，開關管不到）。免費、付費帳號都去設定確認是關的。**只管關掉之後的訓練**，已經用掉的不會追回（ChatGPT、Gemini 照繁體中文介面；Claude 照英文介面）：

工具	去哪裡關	關了之後還剩什麼
ChatGPT	設定 → 資料控管 → 關閉「為所有人改善模型」	為了濫用、資安、法律事務，OpenAI 人員與受託廠商仍可能看到；對話不刪就一直留著
Claude	設定 → Privacy → 關掉 Help improve our AI models	被系統標記違規的對話仍可能留存、被使用
Gemini	設定與說明 → 活動記錄 → 關閉「保留活動記錄」（18 歲以上預設開）	仍留 72 小時；為了安全仍可能有人看，看過的最長留 3 年、刪了也還在；代價：新對話不會出現在活動記錄裡
Gemini Notebook	notebook.google.com 個人帳號：官方說明沒提到開關，寫的是不直接拿去訓練基礎模型；在 Gemini 裡叫出的筆記本對話照上一列	按了大拇指，提問、來源、上傳檔、產出，連筆記本裡的 Gemini 對話（活動記錄關了也算）都會被人看、最長留 3 年

三家都一樣：**大拇指與「意見回饋」都不要按**（Gemini Notebook 工作室成品下方的也算）。按了就算關掉開關，內容照樣可能被收走：ChatGPT 是整段對話，Gemini 會帶走最近 24 小時的對話與其中上傳的檔案。（官方說明 2026-10-06 查證，會改。）

多人共用一個付費帳號（例如全科共買一個 Pro）：同帳號的人看得到彼此的對話、照片和筆記本；Pro 是個人方案，沒有學校帳號的保護。家人照片、學生的東西都不要放。

一次設定，整本生效：自訂對話

「對話」欄右上的調節器圖示（付費版在畫面右上「⋮」）→「設定對話」→「決定對話的目標、風格或角色」選「自訂」→ 貼這段 →「儲存」；之後這本筆記本的回答都照它走：

> 你是國中【國文】科的備課助理。只根據我上傳的來源回答，每一段標出處（檔名與頁碼）；來源沒有的就說「來源裡沒有」，不要自己補。用國中老師看得懂的白話，繁體中文。

國文科校正：每段提示詞後面都接這一段

AI 出的國文材料，內容大多對，錯在國文老師才看得出來的地方：課文原句被順手改寫、混進簡體字、單選題標了好幾個答案、備課用書說「勿命題」的爭議點也拿來考。

> 【國文科校正】課文原句一律加「」並逐字照課本，不改字、不改標點；
>
> 字音字義照課本注釋；全部用臺灣繁體字；修辭只列備課用書標出的；
>
> 備課用書寫「勿命題」的爭議點不出題。

找資料：Deep Research（中間問答區）

> 請用 Deep Research 幫我找【沈復《浮生六記》的寫作背景與〈閒情記趣〉相關研究】的資料，給備課用。
>
> 只採用有根據的來源：教育部與國家教育研究院網站（edu.tw、naer.edu.tw）、學術期刊論文、博碩士論文、大學中文系或研究機構的報告。
>
> 不要維基百科、內容農場、個人部落格、論壇、社群貼文或簡體字網站。
>
> 每一筆列出：標題｜發布單位｜日期｜網址；找不到權威來源就說找不到。

跑完把要的加進左邊來源區，不是官方或學術的刪掉。免費版一個月 10 次，要省著用。

出考卷（中間問答區）

> 你是國中【國文】老師。只根據來源中的【〈兒時記趣〉課文與備課用書】出題，來源沒有的內容不要出。
>
> 請出【10】題選擇題：基礎 4 題、理解 4 題、應用 2 題。
>
> 每題列出：題目｜四個選項｜正確答案｜一句解析｜出處（檔名與頁碼）｜難度。
>
> 單選題只能有一個正確答案；如果某題你找不到出處，就不要出這題。
>
> 用國中七年級聽得懂的詞，例子用學生生活經驗。

出完再問：「請檢查每一題，有沒有兩個選項都說得通的？列出來。」答案最後由你核定。單選題的題幹寫「何者」，就只能有一個答案；有好幾個對的，題幹改成「哪些」。

出考卷完整版（題型、來源、國文科校正、自我檢查一次貼上；【】換成你的年級、課名、題數）：

> 【角色】你是國中【七年級】【國文】老師，要出【第 8 課〈兒時記趣〉】的【平時考】考卷。
>
> 【來源】只用左邊來源區勾選的檔案。課本、備課用書、習作、平時卷、提問單是主要依據；Deep Research 加進來的外部資料只能出「延伸閱讀」題，題號後標【延伸】。來源沒有的不要出。
>
> 【題型】選擇題【15】題：字音字形 3、字詞解釋 3、修辭 3、文意理解 4、延伸閱讀 2；題組【1】組 3 題；簡答【2】題。由易到難。
>
> 【程度】用國中七年級聽得懂的詞，例子用學生生活經驗。
>
> 【國文科校正】
>
> 1. 課文原句一律加「」，逐字照課本，不改字、不改標點。
> 2. 字音、字形、字義照課本注釋與備課用書；破音字照課本注音。
> 3. 全部用臺灣繁體字。
> 4. 修辭只考備課用書明確標出的句子與修辭類別。
> 5. 備課用書寫「勿命題」或「各家說法不一」的地方，不出題。
> 6. 題幹寫「何者」就只有一個答案；答案不只一個，改成多選題並寫「哪些」。
> 7. 錯誤選項要明確錯，不能兩個都說得通。
>
> 【每題列出】題號｜題目｜選項｜答案｜一句解析｜出處（檔名與頁碼）｜難度
>
> 找不到出處的題目不要出。
>
> 【出完自己檢查】列出：兩個選項都說得通的題目、「」內跟課本不同的字、用到「勿命題」內容的題目、出處對不上的題目。沒有就寫「無」。

Deep Research 找來的外部資料要先加進左邊來源區、勾選，才會被用到；它出的【延伸】題，出處要寫篇名或網址，你點開核對過再用。

要配圖的題目：出圖＋審題 Gem（國文的圖表閱讀題、情境圖題）。題目先寫、圖後畫，圖常對不上；這個 Gem 倒過來做：先畫圖 → 列出圖上真的有的標號與數字 → 只用圖上有的東西出題 → 審題（唯一正解、題圖一致、課本頁碼）。

出圖＋審題 Gem（手機掃碼）
電腦：gemini.google.com/gem/11S8amFveqZ674_EkYWXfC_2ihe-f4dHF

Google 自 11/17 起把 Gem 陸續改成「技能」（skills），本工具包的 Gem 連結若打不開，到 LINE 群組拿新的。

出段考卷：一本筆記本五步，拿到兩欄的 Word

出考卷完整版（上一節）出到的是對話框裡的文字；這一節再往下走：**審題、做成 Word、打開看**。國文沒有程式畫的圖，要擋的是**選文、選項、課文原句**。五步都在中間問答區貼，成品出現在右邊工作室。

來源區放：這次範圍的課本、備課用書，加**會考國文試題分析**（心測中心（國立臺灣師範大學心理與教育測驗研究發展中心的簡稱，會考試題分析由它公布）公開 PDF，在 心測中心歷屆試題「各科試題分析」）。**講師實測：112、113 年的分析檔有「學生為什麼選錯」的說明（12 列裡 8 列有），114、115 年的只有答對率與各選項選答率、沒有迷思說明（12 列全部「來源裡沒有」）**；要迷思就放 112、113 年，114、115 年可以另外放著看答對率。段考範圍有好幾課，就把那幾課的課本與備課用書都放進來，其他課不要放。

示範檔（本工具包 PDF、示範 Word 一份、112～115 年會考國文試題分析四份）在公用資料頁：**exam-kits.pages.dev/chi/**（Word 範例下載後用 Word 開）。

看不懂的詞不用管：提示詞裡的 Python、random.seed 是寫給它看的；它在雲端自己跑程式，你不用安裝、不用懂，照貼就好。

怎麼改提示詞：把【】裡的字換成自己的，換完把【】刪掉（留著它可能照抄進卷頭）；「(貼在這裡)」那一行刪掉、把內容貼在那裡。

A：先讓它讀會考試題分析（學生真的會選錯哪個）

> 只根據【113、112 會考國文試題分析】，找出與【文言文、字詞、修辭、文意理解】有關的題目，整理成表：
>
> 年份題號｜考的能力｜答對率｜選最多的錯誤選項與它反映的學生迷思｜題型（字音字形、字詞、修辭、單篇文意、篇章比較）。
>
> 來源沒有的寫「來源裡沒有」。最多 12 列。整理完停下。

你來看：這些迷思，你班上的學生也會犯嗎？會的，就是下一步錯誤選項的材料。它對沒寫的迷思會老實回「來源裡沒有」，不會編。

B：照真的段考出題

> 根據來源中的【第 8 課〈兒時記趣〉課本與備課用書】，出一份【七年級下學期第一次段考】國文卷，【20】題四選一單選題，每題【5】分。
>
> 1. 先列雙向細目表（內容：字音字形、字詞解釋、修辭、文意理解、延伸應用 × 記憶 / 理解 / 應用），再出題。
>
> 2. 題幹 30～80 字，選項長短相近，答案只有一個。
>
> 3. 其中【1】組題組（【4】題）：引文放在題組前，引文逐字照課本。
>
> 4. 錯誤選項優先用上面那張表的學生迷思。
>
> 5. 【國文科校正】課文原句一律加「」並逐字照課本，不改字、不改標點；字音字義照課本注釋與備課用書；全部用臺灣繁體字；修辭只考備課用書標出的；備課用書寫「勿命題」或「各家說法不一」的地方不出題。
>
> 6. 每題附：答案｜出處（檔名與頁碼）｜考的觀念。
>
> 7. 會考試題分析只拿來看迷思和題型：題目、選文、詩句都不要照搬，也不出這一範圍以外的選文。

第 7 條是 11–04 實測後才加的；加了之後重跑一次（SEA，新對話，含第 7 條全文）：20 題的題幹與選項拿去對 110–115 年會考國文試題分析全文（pdftotext），最長相同字串不到 10 個字，**沒有照搬會考題目或選文**；課文原句沒有改字；答案 A8 B8 C4 D0（D 還是沒出現，所以 D 步照樣要 shuffle）。n＝1。段考範圍有好幾課，題數照上課時數分配。

C：同一則對話，換它當審題老師——要把卷貼進去

先把 B 步它出的整份卷（題目、選項、答案表）選取複製，貼在下面這段的最後：

> 現在換你當審題老師。下面這份卷是別人出的，你第一次看到，不要參考你之前寫的答案和解析：
>
> 1. 每一題自己作答，寫一句理由；字音字義照課本注釋與備課用書。
>
> 2. 題目裡「」內的課文原句，逐句對回課本，列出和課本不同的字或標點。
>
> 3. 列成表：題號｜你的答案｜答案表的答案｜一不一樣｜問題（答案表錯、兩個選項都說得通、沒有正確答案、用到「勿命題」的內容、題目或選項的字眼直接洩漏答案、簡體字或大陸用語、課本沒教、選文或題目不在這次範圍內），沒有就寫「無」。
>
> 4. 最後只列出「必須修改」的題號與怎麼改。
>
> 【試卷】
>
> （貼在這裡）

為什麼要貼：講師實測，只寫「上面這份卷」，它回「沒看到你要審的卷」，什麼也沒審。（這是用指令列工具送出的測試；網頁上對話看得到前文與否沒有逐一測，貼一次最保險。）

它判得和答案表不一樣的題、列的「必須修改」，**自己再判一次**，照著把卷改好，再貼到 D 步（見下）。

C 步給你的不是改好的卷：它只給「比對表」和「必須修改」清單。D 步要貼的是**定稿試卷**，所以中間要你做一件事：

- **D 步只有一處要貼**：最後【定稿試卷】下面，貼**已經改好的整份卷**（B 步的卷，照 C 步清單改完，含答案表）。C 步的清單本身不用貼進 D。
- **怎麼得到定稿**：最快最準是**自己在 B 步那份卷上，照清單把要改的題改掉**，再整份複製。**在網頁上**也可以直接接著說「照你剛才的必須修改清單，把整份卷改好，只改清單上的題，其他題一字不動，輸出完整的卷」（講師 11–05 在網頁上實測 1 次：4 題的短卷、C 步抓到第 1 題答案錯，這句話它認得「剛才的清單」，只把第 1 題答案由 A 改 C，其他 3 題原樣；只測短卷，長卷、20 題沒測，改完仍要抽查沒被多改）。用指令列工具送出時看不到前文，這句不能用。
- **清單是空的**（C 步沒抓到問題）：定稿就是 B 步的卷，直接貼。

D：把審題改完的卷，原封不動做成 Word

先把審題改完的整份卷（題目、選項、答案）整段複製，貼在下面這段的最後：

> 下面是審題改完的定稿試卷。題目、選項、答案一字不改，不要重新出題，不要換題，把它用 Python 做成 Word 檔（.docx），像學校真的段考卷：
>
> 1. A4 直式、邊界 1.8 cm、內文分左右兩欄、新細明體 11 號。
>
> 2. 學生卷：標題【114 學年度第二學期 七年級 國文 第一次段考】，下一行「班級＿＿ 座號＿＿ 姓名＿＿」；不放答案。
>
> 3. 題組的引文和它的四個題目放在同一欄，一般題的題目和四個選項也放在同一欄，不要被拆到下一欄或下一頁。
>
> 4. 先用 random.shuffle 打亂每題選項（random.seed(114)），再照打亂後的選項寫答案表與解析；解析提到選項時寫選項的內容，不寫 (A)(B)(C)(D)。用程式數出各選項的答案數和最長連續相同答案，照實列出。
>
> 5. 換新頁做教師卷：細目表、答案表，每題一行「答案＋解析＋最多人會選的錯誤選項為什麼錯」。
>
> 6. 卷頭（學校、學年度、科目、班級座號姓名）放在第 1 頁最上方、橫跨左右兩欄：用 Word 的「連續」分節，第一節一欄放卷頭，第二節兩欄放題目。
>
> 7. 題組的引文放在題組標題下，加外框，字 10.5 號，逐字照課本、不改字不改標點，末尾標「(引自〈兒時記趣〉)」。
>
> 8. 同一題四個選項的字數相差不超過 6 個字；不用「以上皆是」「以上皆非」「皆正確」；題幹不寫出正確答案裡才有的詞。
>
> 9. 選項短的兩個一行，長的一個一行。
>
> 10. 最後列出整份卷所有「」內的課文原句，標出在課文第幾段。

> 11. 做完用程式把每題題幹和原稿逐題比對，列出有改動的題號（沒有就寫「無」）。
>
> 【定稿試卷】
>
> （貼在這裡）

做好後到**右邊工作室**下載 .docx，用 Word 打開。**不要從對話框複製**。工作室裡新舊檔會同名，看時間挑最新的。

為什麼要說「不要重新出題」：第一次實測 D 步沒貼卷、也沒這句，它把 20 題**整份重出**：全部 20 題的題幹都和審過的那份不一樣，審題等於白做，其中 3 題是把會考試題分析裡的原題搬進來（見下面〈實測〉）。加上這一句、貼上定稿後重跑：20 題題幹與審過的那份完全相同。

E：打開 Word 看四件事，不對就回去說

1. **答案表與解析**：有沒有 A B C D 輪流或某個選項一題都沒有？**解析裡提到的選項，和答案表是同一個嗎？**
2. **題目是不是你審過的那份**：隨便抽 3 題，和審題那份對一下。
3. **選文與課文原句**：「」裡的字和課本一樣嗎？有沒有出現這一課以外的選文、會考原題（搜尋看看：題目的句子貼到搜尋引擎）？
4. **版面**：卷頭是不是一整行橫跨？有沒有空白頁？題組引文和題目在同一欄嗎？

> 審過 Word 檔，請改這幾件事後重新輸出 .docx，其他規格不變：【第 9 題換成這一課的題目】【第 12 題的選項字數太不平均】。
>
> 改完把每題題幹和上一版逐題比對，列出有改動的題號。

國文出卷：不要｜改成｜怎麼檢查

不要	改成	怎麼檢查
卷頭（學校、學年度、科目）擠在左欄	卷頭橫跨整頁，題目分兩欄	第 1 頁最上方是不是一整行
題組的引文和題目被分到兩欄、兩頁	引文加外框，與題目同欄	Word 打開翻一遍
課文原句漏字、改標點（講師實測漏了兩處「以」）	「」內逐字照課本	審題第 2 條
把會考試題分析裡的原題、別課的選文搬進段考卷	題目、選文只取自這次範圍的課本與備課用書	把題目的句子貼進搜尋引擎；B 步第 7 條
答案某個選項一題都沒有，或集中在 A、B	D 步先 random.shuffle，再讓它列各選項的題數	自己數答案表
解析寫「故 (A) 正確」，答案表是別的字母	解析寫選項內容，不寫字母	E 步第 1 件事

不要	改成	怎麼檢查
正確選項最長、其他選項很短	選項字數相差 6 字內	掃每題選項長短
以上皆是、皆非、皆正確	一律不用	搜尋「皆」
照搬平時卷、習作的題目	換說法、換情境	跟平時卷對一下

講師實測：〈兒時記趣〉（2026-11-04，原始檔＝`_archive/261104_國文出卷NLM/`）

兩個帳號各跑一輪。第一輪（JOY 教學帳號）A、B、C；JOY 額度用完，第二輪（SEA 測試帳號）重跑 A–D，C 步改成貼卷，D 步另外重跑一次。來源：課本、備課用書、112 與 113 年會考國文試題分析。

看什麼	結果
A 步迷思表	12 列，各有答對率與最多人選的錯誤選項；其中 4 列的迷思它回「來源裡沒有」，沒有編
B 步答案分布	JOY 一輪 20 題：A 10、B 8、C 2、D 0；SEA 一輪：A 7、B 9、C 3、D 1。**答案不平均**，所以 D 步要 shuffle
B 步課文原句	題組引文與課本逐字相同；題幹裡有 2 處漏「以」（第 14、19 題）
C 步不貼卷	回「沒看到你要審的卷」，什麼也沒審
C 步貼卷	20 題答案和答案表都一樣；抓到第 14、19 題漏「以」（對課文確認屬實）；沒有誤報
D 步沒貼卷、沒說不要重出	20 題題幹全部和審過的不一樣，其中第 9、13、16 題的選文或題目出自 112、113 年會考試題分析原文（用 PDF 全文搜尋對過）；Word 6 頁、卷頭橫跨、兩欄；教師卷 20 題答案字母和學生卷 20/20 相同、解析不含字母；它自報的分布（A 8、B 5、C 5、D 2、最長連續 4）和實際相同
D 步貼定稿、加「不要重新出題」	20 題題幹與審過的完全相同；Word 7 頁；教師卷答案字母和學生卷 20/20 相同；解析不含字母；答案分布 A 7、B 2、C 3、D 8、最長連續 2（它自報同樣數字）；注意 B 只有 2 題，還是不平均，E 步要數
A 步改用 115、114 年分析檔	表 12 列、答對率與最多人選的錯誤選項都有；**12 列的迷思全部回「來源裡沒有」**（檔裡只有數字）
額度（SEA，滾動計算只當量級）	A 約 4 個百分點、B 約 4、C 約 3、D 約 5；JOY：A 約 6、B 約 8.5

改作文：AI 初評，老師定分

> 【角色】你是國中【國文】老師，協助我初評學生作文。
>
> 【評分規準】照我上傳的【學校評分規準】；沒有就用【立意取材、結構組織、遣詞造句、錯別字格式與標點】四項，等級【一到六級分】。
>
> 【每一項列出】等級｜理由（引用作文原句，加「」逐字照抄）｜一句具體修改建議。
>
> 【整篇】總評級分＋三個優點＋三個最優先修改處。
>
> 【限制】不幫學生改寫整篇；看不清的字寫【字跡不清】，不要猜；給國中生看得懂、以鼓勵為主。
>
> 最後列出：你最沒把握的是哪一項判斷、為什麼。

上傳前拿掉姓名、座號，用學校帳號。每一項都要引原句，你才核得了；它的判定會錯，分數由你定。

三種程度的學習單

> 根據來源中的【〈兒時記趣〉】，設計三份學習單，主題與學習目標相同、難度不同：
>
> A 版（需要支持）：關鍵詞提示、選擇或填空為主、字數少、附一個生活例子。
>
> B 版（一般）：簡答題為主，要求用課文句子作答。
>
> C 版（挑戰）：比較、評論或延伸寫作，要求提出自己的觀點。
>
> 每份 6 題，每題標出對應的課文段落；三份的題號對應同一個概念，方便全班一起檢討。
>
> 用國中七年級聽得懂的詞，例子用學生生活經驗。

學生自己複習：在問答區說「把 A 版的概念做成學習卡」（或「測驗」），成品出現在右邊工作室。

公開授課教案、計畫書：兩步

第一步：從學校格式抽框架（上傳學校的教案格式，或計畫申請辦法、語文競賽實施要點）

> 請從來源中的【學校公開授課教案格式】，找出最後要繳交的【教案】有哪些規定，整理成一份「空白結構框架」：
>
> 章節標題與順序｜每一節要寫什麼｜字數或頁數限制｜必須附的表格或欄位｜字體、版面、檔案格式｜繳交期限與方式。
>
> 每一項標出處頁碼。格式沒寫的，寫「格式未規定」，不要自己補。
>
> 最後用一句話提醒我最容易漏掉的規定。整理完先停下來，等我確認。

第二步：照框架生成整份教案（框架看過沒問題，在同一個問答框直接往下貼，不用開新筆記本）

> 請依照你剛才整理的結構框架，用來源中【〈兒時記趣〉的課本、備課用書、課中提問單、平時卷】，直接生成一份完整的【公開授課教案】。
>
> 章節名稱、順序、編號與表格欄位完全照框架，不要增減章節；每一節都寫滿，符合框架的字數限制。
>
> 內容只能來自來源；每段標出處（檔名與頁碼）；缺資料的地方寫【待補：需要什麼】，不要自己編學生人數、日期或教學成效。
>
> 全文使用繁體中文，語氣正式。

報告出現在右邊工作室 → ⋮ →「匯出至文件」→ 在 Google 文件下載成 Word。交出前：補完【待補】、引用的課文原句逐字對課本、對照學校格式調字體版面。框架要留到下次用：「儲存為筆記」→「轉換為來源」。

上課簡報：三步

講不出想要什麼？先讓它訪問你（大綱之前用）

> 先不要做簡報。請一次只問我一題，問完等我回答再問下一題，共五題：
>
> 1. 這堂課給哪一班、學生程度如何？ 2. 這課你最想讓學生帶走哪三件事？ 3. 學生最常卡在哪裡？
>
> 4. 你打算用什麼活動或提問？ 5. 如果只能留一句話給學生，是哪一句？
>
> 我的回答可能很口語，請你自己整理。問完後，根據我的回答和來源，產出一份 10 頁的簡報大綱，每頁標出處；來源找不到佐證的，直接告訴我。

① 在中間問答區只出大綱

> 【對象】國中七年級學生，第一次上這一課。【用途】課堂講解，15 分鐘講完。
>
> 請根據來源，先產出一份【10】頁的簡報大綱，不要直接做簡報。
>
> 每頁列出：頁標題｜2–3 個重點｜對應的課文段落或頁碼｜建議放什麼圖。
>
> 第 1 頁說出這課要學什麼；中間一頁一個重點，每頁附一個提問；最後一頁留一個問題讓學生帶回家想。
>
> 只用來源，來源沒有的不要加；繁體中文。
>
> 用國中七年級聽得懂的詞，例子用學生生活經驗。

② 你改大綱：直接回它「第 3、4 頁對調」「第 6 頁用字改成七年級聽得懂的」，滿意後請它「整理成最終版大綱」。簡報做出來後細節要改：回大綱改再重生，或打開簡報逐頁下修改指令（每次重生整份、吃額度，要改的集中一次送）。

③ **大綱＋風格，貼在中間問答區按 Enter**（它會直接在右邊工作室生成）

> 請完全依照下面這份大綱製作簡報，頁數、順序、標題都不要改：
>
> 【貼上你確認過的最終版大綱】
>
> 【硬規則】只根據來源製作；每頁字少、字大，一頁不超過 40 個字；課文原句加「」逐字照課本；臺灣繁體字。
>
> 【風格】【貼上風格拆解 Gem 給的「簡報用」那一段，或下面任一段】

同一份大綱，換一段風格就是另一份簡報（講師實測過的三段）：

> 【風格】國文課堂風：宣紙米白底、墨黑字，朱紅只用在關鍵字詞；標題古典明體感、內文清楚黑體；插圖淡彩水墨、大量留白，不要卡通公仔。

> 【風格】昭和特攝大戰風：像老式特攝電影的海報與分鏡——原創的巨大怪獸與光之巨人在城市對決、爆炸與光線特效、斜切的漫畫框、粗黑描邊的大標題字、紅黃黑高對比配色、復古電影膠片顆粒。插圖要有張力但不血腥，適合國中生。

> 【風格】輕奢典藏風：像博物館特展圖錄與高級品牌型錄——深墨綠或午夜藍底、香檳金細線與燙金質感標題、優雅襯線字型、大量留白、精緻的工筆花鳥插圖、一頁只放一個焦點，沉穩、高級、有呼吸感。

超過 20 頁就不可靠，要更多就拆成兩份。生成約 10 分鐘，下載後的字多半不能直接改。**投影前逐頁對原句**：講師實測抓過「昂首觀之」寫成「昂首觀也」、「想像力」多一個字；提示詞裡的形容詞也可能被畫成字（例如寫「印章」就畫出刻著「印章」的章）。

資訊圖表（貼問答區）

> 做一張給國中【七年級】學生看的對照圖，主題：【〈兒時記趣〉三件趣事】。
>
> 三欄並排：觀蚊成鶴｜神遊叢草｜二蟲與癩蝦蟆。每欄四列：
>
> 觀察什麼｜怎麼觀察（引課文原句）｜想像成什麼｜得到什麼樂趣。
>
> 最下方一行：觀察力＋想像力＝物外之趣。
>
> 只用來源，每格不超過 20 字，字大適合投影；課文原句逐字照課本。

國文科：一格一句、字越少越好。講師實測：精簡橫式圖原句全對；同一課做成字很多的直式圖，「徐噴以煙」變「徐唄以搥」、「拔山倒樹」變「拔山倒街」，修辭也標錯。長的原句放講義，不放進圖。也適合：課文結構圖、作者年表、段考重點圖。要做兩課比較，兩課都要先放進來源。進階用法：把 AI 圖投出來，請學生「找出三個跟課本不一樣的地方」。

影片摘要（貼問答區）

> 【對象】國中七年級學生，上課前預習用。【長度】簡短版。
>
> 【內容】只講來源中【〈兒時記趣〉的作者背景與課文結構】，不要講答案、不要延伸到課外。
>
> 【順序】先用一個生活中的問題開場，再講三個重點，最後留一個問題讓學生帶進教室。
>
> 【語氣】像老師在跟學生說話，口語、親切、句子短。課文原句照課本唸，破音字照課本注音。語言：中文（繁體）。

格式不要選「Short」（只支援英文）。換成家長版：來源換成活動簡章，對象寫「家長」，重點寫「時間、地點、要準備什麼」。播放前自己先看完：專有名詞、破音字、數字最常唸錯；影片不能修改，錯太多就改提示詞重生。

六、常用免費工具

工具	用途（上傳到這些網站的只放可公開的檔案，不放學生資料）
PDFgear	課本檔太大：**桌面版**免費，分割（按單元切）、壓縮；每檔低於 200MB 再上傳 Notebook
DeckEdit	Notebook 簡報的字是圖片：上傳後轉成**可以改字的 PPTX**（免登入、免費、繁中）
SlideDeckCleaner	去掉 Notebook 簡報 PDF 的浮水印（免登入，只處理你自己生成的簡報）
Gemini 設定	**Gemini 生圖**浮水印：左下「設定」→「媒體浮水印」關閉（個人帳號可，學校帳號不行；隱形標記 SynthID 仍保留）
Pinterest	找簡報、海報的參考風格
影像提示詞庫	86 組生圖提示詞，看圖點開就能複製
Typeless	講師推薦連結，註冊送 Pro 額度。語音輸入：按住講話、自動整理成文字，回答上面的訪談題最快；免費版每週 8,000 字（安裝要一點時間，先在家裝好）
Canva	圖上的中文自己打（字型選「Noto Sans TC」或「思源黑體」）

七、卡住時的三句話、發出去前的五項檢查

方向對了，細節不對

> 整體方向正確，請保留現在的構圖、配色與人物不變，只調整這一點：【要改的地方】。

越改越糟：AI 沒有「上一版」可回。往上捲，找到還滿意的那一則，從那裡重新下指令；找不到才用：

> 請以我最初上傳的原圖為準重新生成，忽略中間所有調整。

它認真道歉、還是一直錯：不要在同一串對話裡一直要它改，前面的錯會一直被帶著走。開一個新對話，回到來源重問；必要時先問「來源裡哪一頁寫了這件事？」

想多看幾個選擇

> 請用同一套設定，再給我 3 個不同的版本，變化限制在【配色 / 構圖 / 字體風格】，其他保持一致。

傳到家長群組、交出去之前，五項都看過——AI 擬稿，老師定案

- 逐字看過所有中文字：課文原句對課本、有沒有混進簡體字、形近錯字
- 日期、地點、時間、聯絡方式正確
- 沒有編造的出處、書名、數據、人名
- 人像沒有多手指、五官怪異等細節
- 手機縮圖時，主標題還看得清楚

國中國文科教師研習・備課篇

AI 讓你不加班

施博泰