

The background of the entire image is a close-up, slightly blurred photograph of several playing cards scattered on a wooden surface. The cards are of various suits and values, including hearts, spades, and diamonds. The lighting is warm and soft, creating a cozy, nostalgic atmosphere. The text is overlaid on this background.

高二下學期 生物閱讀與表達課程

MV改編企劃&製作過程紀錄

213 18 林亭玟

目錄

- 課程簡介
- 心得
- 改善
- 個人口頭報告
- 小組創意影片

課程簡介

以小組(6人)作業, 選擇一本生物科相關書籍, 再挑選書中部分章節去進行課程報告。


主要有兩次的評分活動:

1. 個人口頭報告

我們組選擇書籍《窺探心理》，6人各自從書中挑選一章節為主題進行組內報告

2. 小組創意影片

以個人報告時組員們報告內容為基礎，小組須發揮創意共同製作主題影片為期末成果



成果影片:<https://www.youtube.com/watch?v=bXlvvy-q3QbA>

心得

- 團體

剛開始做小組報告作品時其實並沒有太大的期待，因為跟組員討論做什麼時大部分人總是沒有意見事情就一直耽著，想說別人說怎樣就怎樣，後來因為有幾個組員(我自己也有一點)擔心拖拖拉拉製作進度會落後跟我抱怨，**所以我就先主動提議了**，後來大家也都贊同，也慢慢討論出報告大致上的雛形以及分工，漸漸也發現說雖然大家剛開始沒主意時確實蠻被動的，**但對於自己分工好的工作也是有認真對待，或許一開始只是需要有人主動一點去凝聚所有人？**可能因為後續製作的過程越做越起色吧，我感覺大家越來越關心這份報告，某些環節時也會有人說哪邊需要調整之類的建議，從一開始有點像一盤散沙的狀態能夠變成這樣共同努力的樣子，我覺得有點欣慰也有點開心吧!

- 個人

我覺得自己在過程中算是蠻樂在其中的，**寫歌詞**時覺得很有趣，很多點子從腦袋跑出來，而且完成時還會覺得很有**成就感**，然後**錄音**時也是，因為自己也算喜歡唱歌，所以過程中也蠻享受的，**雖然過程真的耗了好幾個小時，但都是有動力去行動的。**



改善？

- 工作分配

報告完成後發現其實整體分配的工作量其實不太平均，雖然大致看每個人分配的工作「項」數差不多，但沒想到某些項目的工作「量」是當初所想不到的龐大，像是錄音過程一直重錄，大概花了3~4天放學到晚上的時間，負責剪輯的同學也花了10小時以上在影片上，但是像是上字幕、當演員這些卻只需要一或二節課的時間就可完成，或許這次能當作一個珍貴的經驗，往後遇上相同問題時能更有效率的解決。

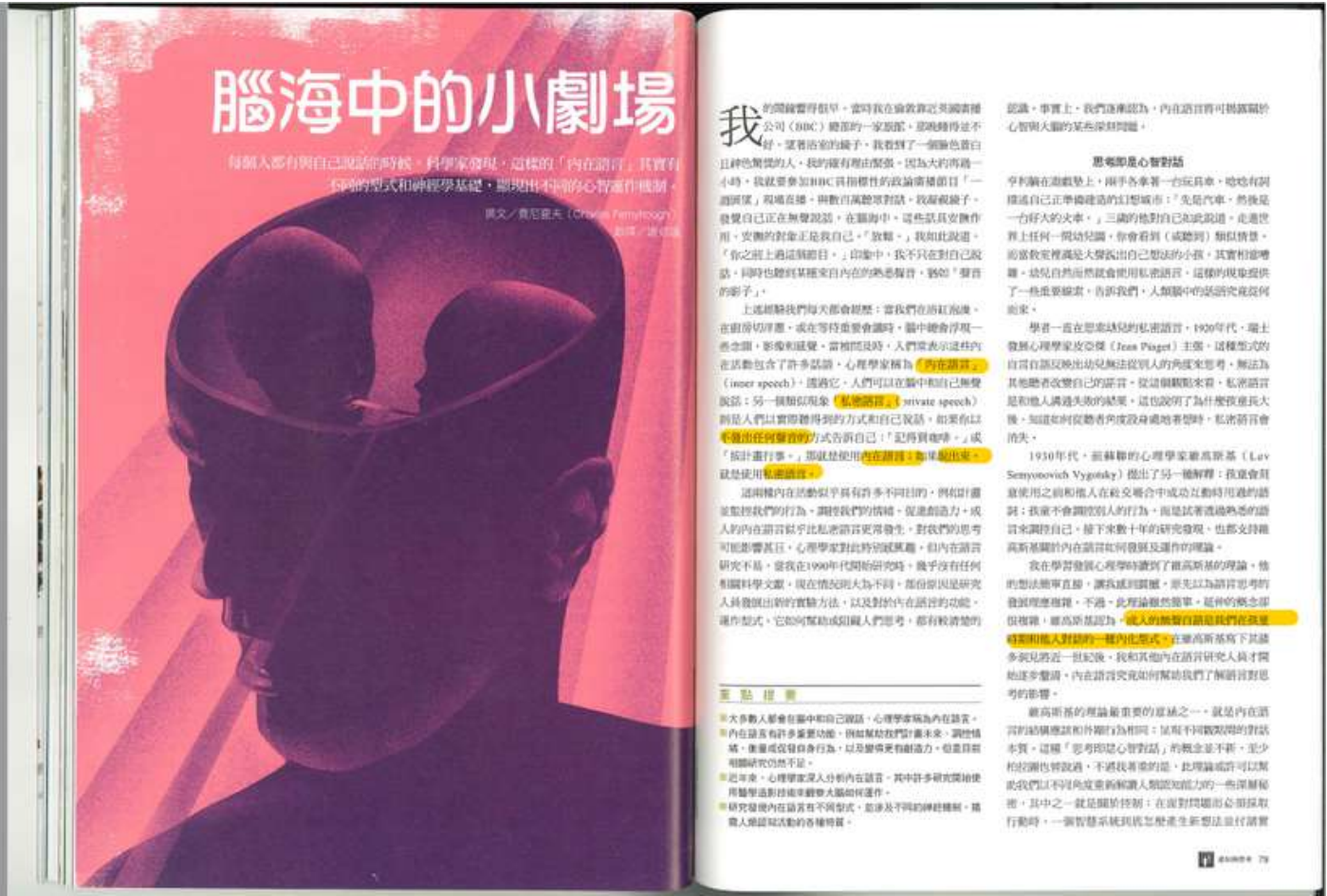
- 影片剪輯

其實最後的成果影片還是看出來有些地方的不足，像是歌的某些句子進去時間對的有點怪怪的、mv的分鏡也是某些預備的畫面沒有剪掉，但因為那時學期末很多報告同時要進行，唯一負責後製的同學也已經很辛苦花了很多時間在剪，所以這些問題就也沒有足夠的時間去改善，但mv的效果跟整體感覺也還算到位，不過若是時間足夠的話，我相信成品是能夠變得更驚豔的。

個人口頭報告

- 根據自己的報告章節內容，設計一個簡單的ppt,並進行2分半以內的解說

課程核心: 如何擷取文章重點?



▲報告的書本章節: 腦海中的小劇場

▼閱讀文章時畫的重點



雖然看的內容只有三四頁，但若要使報告更加完整並具備更高的掌握度，額外上網查資料也是必須的，只看完文章時對某些部分感到困惑、複雜，但查完網路上一些相關資料後，當初不太懂的內容就相對熟悉許多，漸漸了解文章哪部分是重點要講哪些還好，面對報告環節的提問也能知道怎麼回答

個人口頭報告-投影片&報告成果

1.

腦海中的小劇場

213 18 林亭玟

2.

3.

內在語言 (Inner speech)

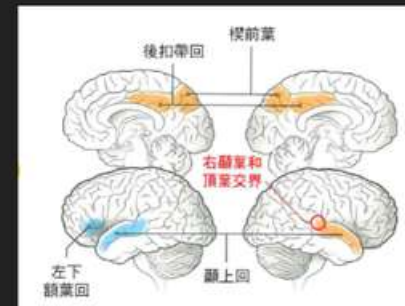
又稱作內在對話，
是一個既在對自己說話，也在聽自己說話的過程。

4.

內在語言:獨白vs.對話

一. 內在自我獨白: 會活化語言系統

二. 內在與他人對話: 不僅活化語言系統亦活化社會認知系統



準備要點:

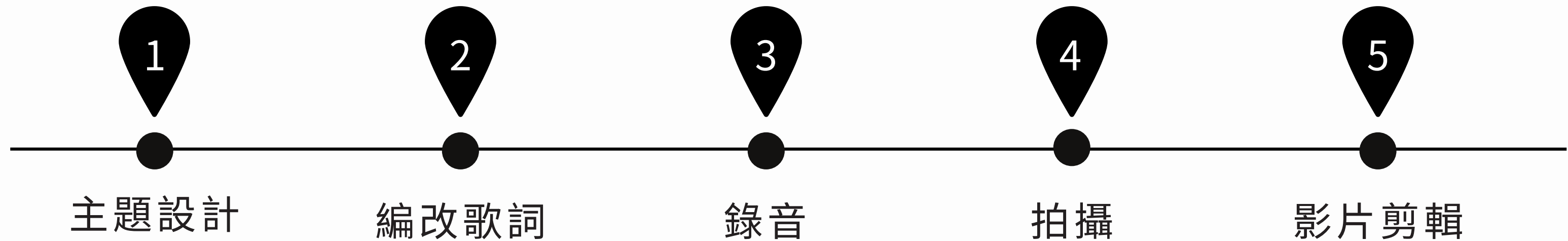
- 1.言簡意賅、說重點
- 2.使人印象深刻
- 3.投影片文字不可過多、可多用圖片

為了想讓報告有點特色所以我在開頭(假裝黑屏)跟結尾(rap,但念得有點不好><|||)都想了一些點子，內容也結合了一些**故事性**。覺得自己在設計這份報告時沒有想像中無聊，報告結果也含算不錯，可以說是一份自得其樂的作業過程!

報告影片: <https://clipchamp.com/watch/tvyv53DhWQp>

回答問題: <https://clipchamp.com/watch/YXtx6WO>

小組創意影片 - 製作過程



1. 主題設計

- 製作mv 並改編歌曲<without you>

一開始大家都想不到點子時，我想說自己的個人報告有寫rap，所以就問說: 還是來寫rap看看? 結果大家也直接同意了，討論後決定選<whitout you>這首歌，因為是大家耳熟能詳的歌曲，裡面有rap的部分，可以沿用歌曲的曲調並把歌詞改成生物主題相關內容，而且我們也有攝影社的組員，可以嘗試拍攝mv。

2.改編歌詞

我們組選的書《窺探心理》
6個組員挑選的主題共有

<清楚痛苦記憶>

<自殺背後的憂鬱推手>

<自助真的有幫助嗎>

<賭博成癮的大腦>

<寂寞有毒>

<腦海中的小劇場>

為了貼合歌曲風格、生物科知識、mv的
故事性，挑選「**自殺、賭博、憂鬱症**」為
主題去編改歌詞，利用個人報告時組員收
集的資料**貼合生物科知識性**，同時要**發揮**
創意編改出語句合理流暢的歌詞

Without you

I'm still the same 都好像沒有變
Nothing changed 還是想**賭博冒險**
賭注往手裡握
冒著成癮風險
這我都清楚但需要多巴胺出現
(奴) 改

報償系統神經元讓多巴胺來搗亂
損失階段造成了 史詩級惡性循環
原本勝利卻變成絕望這個壞階段
(奴)

Cuz me without gambling feels like
麻將**桌**上沒有帶彩
身上**沒**錢買六合彩
角子**老虎**沒線連開
(唧唧)

Cuz me without gambling it feels like
I just need to release my stress
It be like I need a psychiatrist
Or a pleasure brings more excitement
Cuz me without you it feels just wrong
(奴)

I don't wanna live without you
I don't wanna **be alone and** (注意節拍)
病態賭博把我束縛
多巴胺**氾濫**耽於快感
Oh
You don't know how I feel **inside**
So I don't wanna live without you
我沒有辦法
(唧唧) 改

Cuz I've been through **that** (肯定)(快)
重蹈覆轍 I can't do **that**
無藥可救 oh damn too bad
I need you right now where're you at?
慾望要理性閃兩邊
心智墮落的耗劫
Goddamn I got nothing left (偏唱)
不想活 no fun down here
給了我 serotonin (血清素)
鎮定神經**抗憂鬱**
他們叫我振作點
I know man but I fucking can't
救救我 **relieve my brain**

血清不正常傳遞
失去秩序 **suffer me**
已經崩潰的自己
(奴)

I just wanna know
money 會不會不夠
已經成癮發瘋 的我捨不得收手 yeah
失去妳就像喪失唯一的心動
我不要solution 不要任何人的**care** cuz
I don't wanna live without you
I don't wanna be alone and
想著妳的心已中毒
沒有你我只能suicide
Oh
You don't know **how I lose my mind**
So
I don't wanna live without you
我沒有辦法
(唧唧)

I don't wanna live without you
I don't wanna be alone and
病態賭博把我束縛
多巴胺**氾濫**耽於快感
Oh
You don't know how I feel inside
So
I don't wanna live without you
我沒有辦法
(合)

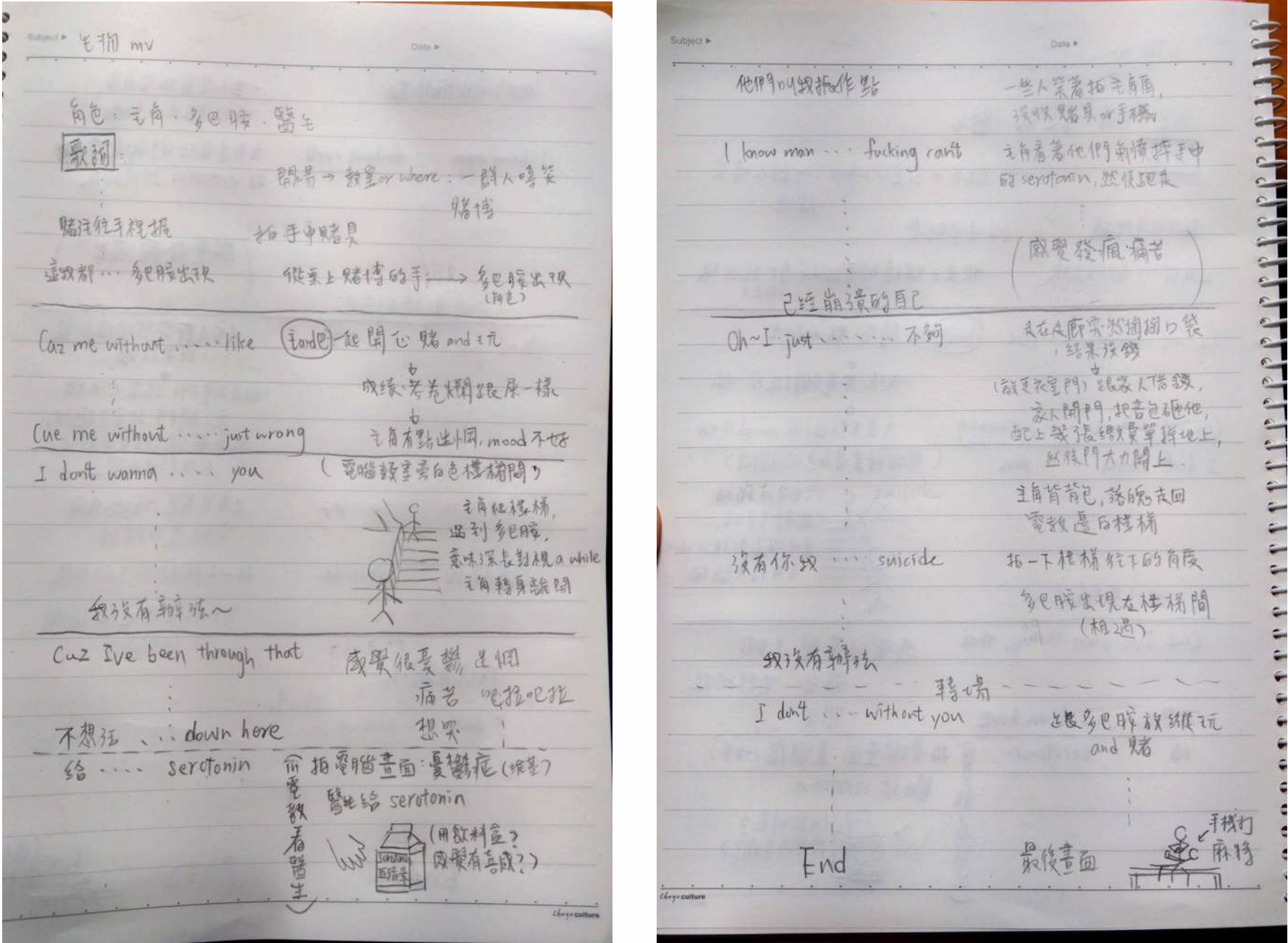
3.錄音

由我和另一位組員錄，把歌詞分成數段各自錄好音檔後最後在後製成完整的歌



4.拍攝

用課餘時間在校園取景，主要就是簡單拍幾個場景呈現主題的畫面感，不是詳細的拍攝完整故事的細節



我做的簡易分鏡圖

5.影片剪輯

把音樂、影片、字幕等全部剪接成完整的影片
(此部分主要是其他組員所分配到的工作)

