

☆附件（一）

竹南高中 114 學年度建議課外閱讀之書目

	書名	作者	出版社	I S B N
1.	一切都會好轉的 ： 查理的百歲人生教會我的事	大衛. 馮. 德雷爾(David Von Drehle)作 ； 王曉伯譯	時報文化	9786263747630
2.	詩經植物筆記 ： 古典文學x自然科學經典讀本, 發現詩經裡的植物之美	韓育生著	遠流	9786263614406
3.	別教出混蛋!終結霸凌、自私、厭女者 ： 孩子犯錯怎麼教?科學大數據當你的教養神隊友	梅琳達. 溫納. 莫爾(Melinda Wenner Moyer)著 ； 黃逸涵譯	游擊文化出版	9786269777594
4.	鳥類創世紀 ： 神話、餐桌到政治, 改變世界的關鍵物種	史蒂芬. 摩斯(Stephen Moss)作 ； 賴皇良譯	臺灣商務印書館	9789570535495
5.	有錢人的書櫃總有一本心理學書 ： 一個念頭的差異, 一個行動的不同, 決定了你是5%的富人, 還是95%的窮人。	鄭寅鎬著 ； 林又晞譯	平安文化	9786267397237
6.	勝算 ： 用機率思維找到可複製的核心能力, 掌握提高勝算的底層邏輯	劉潤著	時報文化	9786263748033
7.	夢魂之地	平路著	木馬文化出版	9786263145832
8.	維納斯 ： 陳雪短篇小說集	陳雪著	木馬文化出版	9786263145993
9.	漫畫圖解未來不為錢煩惱的致富養成記 ： 從小建立正確理財觀, 投資屬於你的美好人生	江季芸著 ； 郭侑菱繪	采實文化	9786263495395
10.	黑天鵝投資大師們 ： 洞悉極端事件的本質, 在混沌時局發現投資機會的那群人	史考特. 派特森(Scott Patterson)著 ； 洪慧芳譯	遠見天下文化出版	9786263556287
11.	稻盛和夫的思考之道 ： 徹底改變你的人生與工作成果	稻盛和夫著 ； 呂美女譯	遠見天下文化出版	9786263556386
12.	撥雲迎驕陽 ： 生技中心的探索與創新	王明德等著	遠見天下文化出版	9786263556645
13.	少年讀臺灣短篇小說選(1)	王文華等作 ； 張子樟選編. 賞析	遠見天下文化出版	9786263556829
14.	最佳狀態 ： 超越心流, 掌握個人持續卓越的情商	丹尼爾. 高曼(Daniel Goleman), 卡利. 查尼斯(Cary Cherniss)作 ； 蕭美惠譯	時報文化	9786263746695
15.	這個動盪的世界	龍應台作	時報文化	9786263748958
16.	半導體超進化論 ： 控制世界技術的未來	黑田忠廣著 ； 楊鈺儀譯	時報文化	9786263749597
17.	文章偶得 ： 閱讀素養的核心	林世奇作	萬卷樓	9786263860131
18.	向大師學習數位轉型 ： 臺灣企業案例分析與產業趨勢觀點	詹文男著	商周, 城邦文化出版	9786263900226
19.	不假裝 也能閃閃發光 ： 停止自我否定、治癒內在脆弱, 擁抱成就和讚美的幸福配方	張瀨仁著	方舟文化出版	9786267291818
20.	解局思考 ： 如何突破無解的死局, 找到自己的活路?	高松智史著 ； 林于浬譯	平安文化	9786267397244
21.	底氣 ： 掌握<<孟子>>7大智慧, 活出坦蕩的人生!	樊登著	平安文化	9786267397251
22.	體貼是練出來的 ： 如何比別人更周到, 搶先看見大家的需要?	川原禮子著 ； 陳靖涵譯	平安文化	9786267397312
23.	原子思考 ： 減少80%的無效努力, 增加1000%的驚人成長	菅原健一著 ； 王蘊潔譯	平安文化	9786267397343
24.	越讀越餓的中華美食史 ： 從先秦米香、大宋燒烤到明清茶點, 探訪千道食物的源起、演進與古代食譜	蟲離先生著	麥浩斯出版	9786267401156
25.	泡菜與酸梅 ： 從飲食、語言、偶像、經濟等面向拆解日韓社會文化差異與千年歷史糾葛	金武貴著 ； 許郁文譯	麥浩斯出版	9786267401194
26.	解剖之書 ： 從古埃及到現代, 300+史上重要的人體構造繪畫與醫療史	科林. 薩爾特爾(Colin Salter)作 ； 張雅億翻譯	麥浩斯出版	9786267401347
27.	意外的衝突 ： 美中「冷戰2.0」, 全球地緣政治衝突下的明天	史蒂芬. 羅奇(Stephen Roach)作 ； 葉家興, 葉嘉譯	日月文化出版	9786267405413
28.	每個靈魂都有故事 ： 療癒系通靈人見鬼日常, 悸動生命的詭異見聞!	張其錚著	柿子文化	9786267408117
29.	透明夜晚的香氣	千早茜作 ； 林佩玟譯	皇冠文化	9789573341048
30.	怦然心動的巧克力專賣店	金藝恩著 ； 吳念恩譯	皇冠文化	9789573341062
31.	關係不是愛情, 而是修行	張德芬著	皇冠文化	9789573341192
32.	葉朱莉醫師	東年著	聯合文學出版	9789863235880
33.	陌生地	章緣著	聯合文學出版	9789863235989
34.	記得你的好	陳銘礪著	聯合文學	9789863235996

			出版	
35.	當太陽墜毀在哈因沙山	朱和之作	INK印刻文學生活雜誌出版	9789863876960
36.	土星時間	蔣亞妮著	INK印刻文學出版	9789863877066
37.	決勝矽紀元：新亞洲供應鏈崛起,半導體八強 國際新賽局與臺灣的不對稱關鍵優勢	黃欽勇著	天下雜誌出版	9789863989561
38.	陰影探索：我的療癒日記	凱拉.莎欣(Keila Shaheen)作；吳凱琳譯	天下雜誌出版	9789863989745
39.	我這樣找到人生的答案：「駱駝-獅子-小孩」三階段讀得不一樣人生	高明煥著；葛瑞絲譯	究竟出版	9789861374338
40.	人的心：耶魯大學最受歡迎的心理學公開課,探索人性的心智旅程	保羅.布倫(Paul Bloom)著；陳岳辰譯	商周,城邦文化出版	9786263900080
41.	像律師一樣思考：打破學生學不到、老師不會教、學了不知怎麼用的困境,釋放所有人的批判性思考潛能	柯林.希爾(Colin Seale)著；涂瑋瑛譯	大家出版	9786267283707
42.	打造你要的人生：歐普拉與哈佛教授談「更幸福」的藝術與科學	歐普拉.溫弗蕾(Oprah Winfrey),亞瑟.布魯克斯(Arthur C. Brooks)作；鍾玉珏譯	商業周刊出版	9786267366530
43.	高敏感是種超能力：疼惜自我,與情緒做朋友,善用與生俱來的天賦	艾瑪.勞爾(Emma Lauer)著；石一久譯	世茂出版	9786267172971
44.	要有一個人：澈讀22種人生,你的人生有無限可能!	楊斯棖著	先覺出版	9789861344850
45.	你可以活得不辛苦：安頓身心,讓人生更喜悅的50個禪智慧	大愚元勝作；黃薇嬪譯	悅知文化,精誠資訊	9786267406243
46.	為何信任科學：科學的歷史、哲學、政治與社會學觀點	娜歐蜜.歐蕾斯柯斯(Naomi Oreskes)著；李宛儒譯	貓頭鷹出版	9789862626832
47.	現象在一念之間改變：「量子力學式」平行世界的法則	村松大輔作；陳聖怡翻譯	楓書坊文化出版	9789863779506
48.	女性心療法：妳要好好的：跨越生命課題、學習自我療癒,重獲身心健康	許瑞云,鄭先安著	遠見天下文化出版	9786263555914
49.	巴黎侍者：城市黑暗中心的冒險,一位年輕作家眼中的底層巴黎	艾德華.奇索姆(Edward Chisholm)著；張家綺譯	麥田出版	9786263106048
50.	一定要懂的行為經濟學：洞悉衝動購物、跟風投資、網路沉迷的心理,掌握深層消費關鍵	橋本之克著；鍾嘉惠譯	臺灣東販發行	9786263792647
51.	頂尖學生都是這樣讀書的!首爾大名師親授高效超強學習法：提問思考x時間管理x複習策略,給中小學生的第一本學習攻略	申宗昊著；陳曉菁譯	日月文化出版	9786267405307
52.	超高效能思辨課：多元理解經典文學,練就「讀寫論說」的素養力	陳嘉英著	麥田,城邦文化出版	9786263105591
53.	卡達留學是怎樣的?：擁抱美食、美景和我的聯合國同學們	吳亨葳著	博思智庫出版	9786269803422
54.	好好溝通!為什麼全宇宙的爸媽都這樣?	芳索瓦茲.布雪(Françoise Boucher)文.圖；邱瑞鑾譯	遠見天下文化出版	9786263556010
55.	如果歷史是一群喵(13).大明皇朝篇	肥志編繪	野人文化出版	9786267428016
56.	1898 福爾摩沙踏查：德國旅人阿道夫.費實的臺灣漫遊手記	阿道夫.費實(Adolf Fischer)原著；張新譯	聯經出版	9789570871845
57.	語言學家看劇時在想什麼?：從時事、熱門台劇、韓劇到經典電影,認識日常裡無處不在的語言學,探索人類思考與互動背後的奧祕	謝承諭,蘇席瑤著	麥田出版	9786263105614
58.	如何抵達人心,如何為愛畫刻度：駱以軍的文學啟蒙小說26講	駱以軍作	麥田出版	9786263106383
59.	曾經江湖：金庸,為武俠小說而生的人	楊照著	遠流	9786263614895
60.	偵探的五個季節	逸木裕作；詹慕如譯	獨步文化,城邦文化出版	9786267226995
61.	糊塗蟲	宮部美幸作；林熊美譯	獨步文化,城邦文化出版	9786267415047
62.	山獸與雜魚	林敬峰作	大塊文化出版	9786267388273
63.	女族記事	利格拉樂.阿鳩(Liglav A-wu)著	晨星	9786263207509
64.	翠海的雀絲	布蘭登.山德森(Brandon Sanderson)著；傅弘哲譯	奇幻基地出版	9786267436004
65.	演算人生	彼強.莫伊尼(Bijan Moini)	堡壘文化	9786267375440

		著；陳冠宇譯	出版	
66.	最後的雪	史蒂娜.傑克森(Stina Jackson)著；蘇雅薇譯	蓋亞文化出版	9786263840621
67.	宇宙藏在字裡行間, A-má和我救了一個外星人	劉承賢著	奇異果文創出版	9786269708963
68.	16歲的對話練習課	林皇德, 臺南一中114級科學班合著	蔚藍文化出版	9786267275276
69.	給生活撐起一葉舟	林夕作	香港商亮光文化臺灣分公司	9786269693443
70.	心很小 裝喜歡的事就好	黃山料作	三采文化	9786263582361
71.	你的謎底, 我的謎題	小川哲著；葉廷昭譯	圓神出版	9789861339085
72.	明亮燦爛的你	雪比. 范. 裴特(Shelby Van Pelt)著；汪芃譯	寂寞出版	9786269754182
73.	量子未來	傑瑞. 李鐸(A. G. Riddle)著；陳岳辰譯	奇幻基地, 城邦文化出版	9786267436011
74.	我為什麼老是說這種話：從改變所說的話開始, 走出一再重複的人生困境	金允那著；游苾歆譯	好人出版	9786267279595
75.	體膚小事	黃信恩	九歌	9789864502844
76.	三隻猴子	魏執揚作	九歌	9789864506439
77.	追火山：臺灣火山群連結起的地球與宇宙紀事	宋聖榮	野人	9789863849346
78.	概念框架：幕後操控思考的黑手	冀劍制	五南	9786263668812
79.	出走	艾莉絲. 孟若	木馬	9786263144415
80.	家弑絕招	芙麗達. 麥法登	寂寞	9786269817771
81.	可能性之海	謝瑜真	木馬文化	9786263145658
82.	在夜空中綻放星星	滢美澄	皇冠	9789573340393
83.	侑美與夢魘繪師	布蘭登. 山德森	奇幻基地	9786267436394
84.	暗夜殺手	羅伯. 布林澤	春天出版社	9789577416827
85.	素食者	韓江	漫遊者	9789864897773
86.	巴奈回家：凱道. 二二八公園的二六四四天	巴奈, 徐璐	時報	9786263961555
87.	魚眼	薛西斯	凌宇	9786267315095
88.	我的神鬼人生	李家維	遠流	9786263613942
89.	化學實驗開外掛：35個生活實驗輕鬆建立科學素養	陳旆玳（東方王）	商周	9786263186309
90.	女兒	張艾嘉	大田	9789861799094
91.	靈山	高行健	聯經	4711132384864
92.	穿條紋衣的男孩	約翰. 波恩	皇冠	9789573339885
93.	82年生的金智英	趙南柱	漫遊者	9789864898817
94.	同理心的力量：放開自己，理解他人，用天生的能力，撫慰受傷的靈魂（25年暢銷經典版）	亞瑟. 喬拉米卡利/ 凱薩琳. 柯茜	日出出版	9786267460085
95.	尋找故事開始的地方：故事點石成金30法，人人都能創造自己的成名作	蔡淇華	時報	9786263748941
96.	數學男孩圓周率之旅	張鎮華	遠流	9789865659523
97.	世界上最透明的故事	杉井光	皇冠	9789573342076
98.	失控的焦慮世代：手機餵養的世代，如何面對心理疾病的瘟疫	強納森. 海德特	網路與書出版	9786267063866
99.	有時幸，有時傷	張西	三采	9786263585539
100.	沒有門檻的幸福	楊士毅	大塊文化	9786267388457
101.	制度基因：中國制度與極權主義制度的起源	許成鋼	國立臺灣大學出版中心	9789863509073
102.	城與不確定的牆	村上春樹	時報出版	9786263969124
103.	連結：從石器時代到AI紀元	哈拉瑞	天下文化	4713510944790
104.	創造力的修行：打開一切可能	里克·魯賓	大塊文化	9786267317556
105.	遺產、信託、繼承：人生最該懂的財務法律課，有效分配、爭議解決，有問必答Q&A	吳孟玲, 林李達, 劉德鏞	PCuSER電腦人文化	9786267488133
106.	讀懂古人的痛，就能跳過現代的坑：史上最潮的國學經典	林俐君（綠君麻麻）	圓神	9789861339320
107.	歷史怎麼改變的，化學知道：歷史、化學放在一起看，事件因果更清楚，文明的演進總受化學元素、反應、新材料左右。	大宮理	大是文化	9786267328286
108.	廚房裡的偽魚販	林楷倫	時報出版	9786263966635
109.	浪漫巡山員：從海拔0到3000公尺，熱血堅毅的台灣山	阿步（浪漫巡山員）	寶瓶文化	9789864064267

	林守護者			
110	碳金，投資獲利新顯學：將「減碳力」變成關鍵競爭力的必修課題	李堅明	今周刊	9786267266977
111	大人只知道部分的世界	李惠貞	維摩舍文教	9789860604689
112	數盲、詐騙與偽科學：不懂數字的代價是什麼？從戀愛、投資到生活決策，美國重量級數學家教你看清問題本質的數值化思維	約翰．艾倫．保羅斯	大牌出版	9786267378076
113	三個邏輯學家去酒吧：燒腦謎題100道，跳脫常規，重組思路，玩出新奇腦洞！	霍格爾．丹貝克	日出出版	9786267382950
114	凝態物理：從半導體、磁浮列車到量子電腦，看穿隱藏在現代科技背後的混沌、秩序與魔法	菲利克斯．福立克	貓頭鷹	9789862627136
115	行為：人類最好和最糟行為背後的生物學	羅伯．薩波斯基	鷹出版	9786267255599
116	萬曆十五年：一個無關緊要的年分	黃仁宇	聯經出版	9789570873061
117	我是人生整理師：死亡清掃X遺物整理X囤積歸納	盧拉拉	尖端	9786263565067
118	一本書終結你的拖延症：透過「小行動」打開大腦的行動開關，懶人也能變身「行動派」的37個科學方法	大平信孝	遠流	9786263617001
119	古代生活很有聊：從飲食到休閒、從時尚到育樂，多彩多姿的古人日常	王宏超	時報出版	9789571386355
120	真的假的！奇怪知識又增加了：自說自話的總裁顛覆認知的科學奇想	自說自話的總裁	晴好出版	9786269735716

☆附件（二）範例

中學生網站網址：<http://www.shs.edu.tw>。

壹、讀書心得寫作比賽「文章內容」欄位說明：

- 一、圖書作者與內容簡介：關於圖書作者與內容簡介，一百字以上，二百字以內。
- 二、內容摘錄：請摘錄書中有意義之文字，一百字以上，三百字以內，務需註明摘錄文字出處之頁碼。
- 三、我的觀點：此部份即為分享文章的主要內容，需至少一千字。
- 四、討論議題：請針對書籍內容至少提出一個相關的討論議題。

貳、讀書心得寫作比賽範例：

學校名稱：私立長榮高中
 作者：汪子真
 參賽標題：生命的延續
 書籍 ISBN：9789861751160
 中文書名：最後的演講
 原文書名：The Last Lecture
 書籍作者：蘭迪．鮑許/傑弗利．札斯洛
 出版單位：方智
 出版年月：2008 年 06 月 25 日
 版次：初版

一●相關書訊：

蘭迪．鮑許是一位熱情、豐富且教學認真的大學教授，在四十歲時被診斷出罹患致死率最高的癌症—胰腺癌。隔年八月，醫生說他的癌症已經轉移，可能只剩三到六個月的生命可活。九月，蘭迪教授應學校之邀發表了一場演說，這場演說讓現場數百人笑聲不斷，卻也淚流不止。

儘管面臨死亡，蘭迪教授仍以幽默的態度，以他的生命經驗和智慧結晶，探討生命的真諦，啟發我們對生命這寶貴資產的認識。他研討的重要課題包含了克服障礙、實現兒時夢想、正確的生活態度…。種種都是他誠懇的經歷。

二●內容摘錄：

如果你做得不好，可是都沒有人糾正你，那就表示他們已經放棄你了。…你也許不喜歡聽到別人的批評，可是你的批評者其實是在說他們仍然愛你，仍然關心你，希望你能夠變得更好。(p.56)

就算明天的掃描結果不好，我還是只想讓你知道活著是很棒的事情。我今天能夠在這裡，活著和你在一起，真的很快樂。…所以，今天，在當下這個時刻，這是個美妙的一天。我要你知道我多麼享受這一天。(p.84)

磚牆之所以存在，是為了阻擋那些其實沒有那麼想要這件東西的人。磚牆存在的目的就是要排除那些人。(p.94)

三●我的觀點：

聽著死神步步回響的聲音，你會恐懼害怕嗎？得知自己的生命只剩屈指可數的月數，你會如何走完你的生命旅程？有人可能想做些瘋狂的事，有人可能想環遊世界或完成從前未實現的夢想……但藍迪教授卻選擇做一場「最後的演講」，一場富有啟發性的演講。

蘭迪的演講不是談死亡，而是談「全力實現兒時夢想」。蘭迪說：「重點不在於你怎麼實現自己的夢想，而在於怎麼過你的人生。如果你以正確的方式過人生，夢想會自己實現。」沒錯，蘭迪的一生即是最佳的註腳。然而，正確的方式並不是用眼睛看用嘴巴說就能做到的，它的涵義是遼闊的海灘，堆疊著許多的石頭。

有的夢想或許天馬行空，或許只是怪異的幻想，但放膽去做夢並實現吧！回到現實社會中，在台灣壓榨的升學環境之下，我們孩提時的夢想和獨特的想像力是否被壓榨的連一滴影子也沒有呢？我們需要一個廣袤的藍天任我們的思想隨意遨遊！早已被拘禁的狂想，恐怕已風化成泥了吧！曾有人想過，這種桎梏式的教育不知扼殺了幾個藝術家和音樂家嗎？兒時的夢想或許可笑，但它的存在卻也是堅毅、熱情的化身啊！我想，全力實現兒時的夢想正是人生意義的一部分。

我們常常抱怨東抱怨西，而把自己弄得一團混濁，在憂鬱中掙扎。這樣的人生似乎沉重乏味，何苦把一個可以是絢爛的人生踐踏成如此呢？被撕去七彩音符的人生根本就不算人生了吧！「別抱怨，再努力一點就好。」沒錯，我們可以把抱怨的時間和精力拿來想解決之道，這才比較實際。人的一生總是起起伏伏，但是只要能睜開雙眼，看見嶄新的一天就要懂得感謝了。事實上，每件事都是值得感謝的，只是我們缺乏洞察的眼光罷了！

(一) 閱讀心得表單

學校名稱：國立竹南高級中學
作者：一年（ ）班（ ）號·姓名（ ）
參賽標題：
書籍 ISBN：
中文書名：
原文書名：
書籍作者：
出版單位：
出版年月：
版 次：

一、相關書訊：關於圖書作者與內容簡介，一百字以上，二百字以內。（內容請橫寫）

二、內容摘錄：請摘錄書中有意義之文字，一百字以上，三百字以內，務需註明摘錄文字出處之頁碼。

四、討論議題：請針對書籍內容至少提出一個相關的討論議題。
