

臺北市立松山家商讀書心得作業實施辦法

- 一、活動依據：全國高級中等學校圖書館輔導團年度工作計畫。
- 二、活動目的：鼓勵學生進行閱讀分享活動，建立中學生網路閱讀分享，累積學生因應大專院校多元入學方案之實力與成果。
- 三、辦理單位：教育部國民及學前教育署、全國高級中等學校圖書館輔導團
- 四、繳交時間：111 學年度第二學期 **2023 年 2 月 20 日（一）放學前**，由**圖書股長**以班為單位**全班收齊**，依座號排序完成，**填寫缺交名單**，繳交至圖書館，**請假之同學**，請**自行補交給國文老師**，圖書館不會進行催繳通知。
- 五、獎懲說明：由各班國文老師進行內容檢核與評審，挑選優秀讀書心得作品，由圖書館給予獎勵，請同學**務必依規定格式撰寫，以利上傳心得**。
 - （一）投稿：**各班優秀作品兩名（上學期二、三年級投稿；下學期一、二年級投稿）**，**將電子檔投稿至中學生網站**，比賽依年級評分，評審評比分為特優、優等、甲等三種等第，並由主辦單位頒發獎狀乙張，以資鼓勵，**其他同學需至博客來青春閱讀平台投稿，獲得相關閱讀認證**。
 - （二）抄襲：讀書心得作品，若有**抄襲、模仿、改編、直接翻譯外文之情事**，**將依校規進行懲處**，若獲得學校推薦已投稿至中學生網站者，將遭主辦單位取消資格、追回獎狀，並禁止下一梯次投稿資格。
 - （三）缺交：未於規定時間內繳交之同學，**將影響閱讀成績或依規定給予懲處**。
- 六、著作權說明：
 - （一）校內評選：讀書心得著作權為著作人本身所有，經學校評定為優秀作品者，應授權學校運用於展覽、表揚或教育目的之權利，或公開刊登於學校網站或粉絲專頁，不支付任何稿費。
 - （二）網站投稿：參賽得獎作品之著作權，歸教育部國民及學前教育署所有，並擁有結集成冊或運用於其他教育目的之權利，且公開刊登於中學生網站，不再個別通知著作人，並不得要求將作品從網站撤除，亦不支付任何稿費。
 - （三）引用說明：寫作格式除「二、內容摘錄」須註明文字出處之「頁碼」外，其他部分若有**引用資料請加「」符號，且字數不得超過 50 字**（不含標點符號），否則視為抄襲作品。
- 七、以上實施辦法，經行政會議通過，修正時亦同。

臺北市立松山家商讀書心得比賽格式說明

- 一、參賽標題：請填寫您參賽文章的標題，不一定是書名，可以依據讀後心得給予此次投稿命名。
- 二、書籍 ISBN：請查詢書籍的 ISBN（國際標準書號）共 10-13 碼數字，。若書籍本身沒有 ISBN，則該欄位請填寫「無」。



- 三、書名：請完整填寫書名的主標題與副標題，主標題與副標題間請用「：」隔開。
- 四、書籍作者、編譯者：若有兩位以上作者、編譯者，請以「／」符號隔開。
- 五、出版單位：書籍之出版單位（輸入一般簡稱即可，如遠流、洪範……）。
- 六、出版年月：請依西元年方式，填寫出版年月。如：2005 年 09 月 01 日。
- 七、版次：請填寫版次，如：初版、二版、三版…。
- 八、參賽文章內容格式：

- （一）作者與內容簡介：中文書 100~200 字以內；英文書 40~80 字以內。不列入抄襲比對。
- （二）內容摘錄：請摘錄書中有意義之文字，中文書 100~300 字以內；英文書 60~150 字以內，務必註明摘錄文字出處之「頁碼」。不列入抄襲比對。
- （三）我的觀點：此為讀後心得的主要內容，為評分與抄襲檢核判別最主要部分，中文書至少 1,000 字，英文書至少 600 字以上。
- （四）討論議題：請針對書籍內容，至少提出一個討論議題，提問即可不需回答。

九、參賽文章版面要求：

- （一）所有標點符號，規定使用中文全形之標點符號，除了文中的「英文字」及「內容摘錄」之頁碼請使用英數小寫外，需空格的部份請以全形空白鍵輸入。
- （二）段落開頭與空兩個全形字元，段落與段落之間請務必空一行。
- （三）中文用「標楷體」，英文用「Times New Roman」字體，12 級字，單行間距。

十、讀書心得寫作比賽格式：

學校名稱：	臺北市立松山家商	班級：	2 年 11 班
投稿學生：	小叮噹	學號：	01140
參賽標題：	活出無限的人生		
書籍 ISBN：	9789865101213		
中文書名：	人生有限，你要玩出無限		
英文書名：	無		
書籍作者：	歐陽立中		
出版單位：	悅知文化		
出版年月：	2021 年 1 月 11 日		
版 次：	初版		

一、作者與內容簡介：(中文書 100 字~200 字、英文書 40~80 字以內—以下舉例)

你是否嫌生活枯燥乏味？如果薪水苛扣，就挑戰自己值得更高的待遇；如果工作沒有前景，就跳到框外看看不同的風景；想要個體崛起，請找到自我天賦，一步步點滿技能。——思維，讓你不一樣！

歐陽立中是 2019 年的 Super 教師，也是爆文寫作教練、節目主持人。第一個身分是過去式，第二個身分是現在式，第三個身分是未來式！喜歡玩遊戲，更喜歡把人生當遊戲來玩。卻發現大半人生，都活在別人制定的規則。決定奪回人生的主導權，自訂「個體崛起」的遊戲規則！1.設計「每日任務」，越解越上癮。2.狂點「技能樹」，越點越強大。3.自訂「獎勵回饋」，越玩越有勁。4.挑戰「排位賽」，越爬越謙卑。既然誤入「人生遊戲」，那就做個出色的「一級玩家」！

二、內容摘錄：(中文書 100 字~300 字、英文書 60~150 字以內—以下舉例)

我在詹姆斯·凱斯《有限與無限的遊戲》找到了答案。詹姆斯認為，這世上一切事物，都可以分成兩種遊戲。第一種是「有限遊戲」，他以「勝負」為目的，當分出勝負時，遊戲結束。..... (P.XX)

《原子習慣》提到，要養成一個新習慣，就要讓這個習慣「有吸引力」，而獎勵就是最好的方式。在手遊裡，無處不是獎勵：登入遊戲有獎、打贏遊戲有獎、就連打輸遊戲也有獎。可是現實人生呢？你不能期待所有努力都有回報。..... (P.XX)

人生除了高下之外，還有左右！..... (P.XX)

三、我的觀點：(中文書至少 1000、英文書至少 600 字以內) **列入抄襲比對**

.....省略

四、討論議題：(請對書籍內容，至少提出一個討論議題，提問即可不需回答。)

.....省略

2023 年寒假讀書心得建議書單（書單僅供參考，同學可自行選擇書單以外的書）P.1

序	書名	作者	出版	定價	出版
1	戀愛課：戀人的五十道習題	陳雪	印刻	320	2014
2	我的十堂大體解剖課：那些與大體老師在一起的時光	何翰蓁等	八旗文化	300	2016
3	目擊證人：你今天目擊了什麼？	張友漁	國語日報	280	2016
4	戰爭沒有女人的臉：169 個被掩蓋的女性聲音	斯維拉娜·亞歷塞維奇	貓頭鷹	510	2016
5	獵書遊戲	珍妮佛·貝特曼	親子天下	1080	2018
6	人生實驗室：職涯難題的邏輯圖解說明書	蕭俊傑	PCuSER 電腦人文化	320	2019
7	何不認真來悲傷	郭強生	天下文化	360	2019
8	寫給青春世代的 STS 讀本 1：直擊公民參與第一現場，揭開科技社會的矛盾真相	林文源等	國立陽明交通大學出版社	380	2019
9	數位狂潮下的群眾危機	韓炳哲	一中心	250	2020
10	MBTI，你的職業性格是什麼？：發現自己的優勢，規劃最適生涯	唐娜·鄧寧	日出出版	550	2020
11	深度造假：比真實還真的 AI 合成技術，如何奪走人類的判斷力，釀成資訊末日危機？	妮娜·敘克	拾青文化	400	2020
12	寫給青春世代的 STS 讀本 2：餐桌上的食安風暴	施佳良等	國立陽明交通大學出版社	280	2020
13	進擊的公民 Attack on Citizens: 探索社會議題的法律指南	王鼎棧	FUN 學	350	2021
14	台灣公宅 100 年——最完整圖說，從日治、美援至今的公共住宅演化史	沈孟穎	PCuSER 電腦人文化	520	2021
15	自律神經超圖解：身體怪怪的，都是因為它？學會與最不受控的人體系統和平共處	小林弘幸	PCuSER 電腦人文化	370	2021
16	台灣同運三十：一位平權運動參與者的戰鬥發聲	喀飛	一葦文思	550	2021
17	高年級法律課：從財產規劃到安養照護，從避免受騙到規劃繼承，律師教您如何有個圓滿人生	陳佑寰	三民	350	2021
18	阿共打來怎麼辦：你以為知道但實際一無所知的台海軍事常識	王立，沈伯洋	大塊文化	380	2021
19	唐代宮廷防衛制度研究：附論 後宮制度與政治	羅彤華	元華文創	580	2021
20	站在走廊也要聽的爆滿國文課：說故事頓悟國學裡的人生智慧，你情不自禁擁有的文學素養	張一南	任性出版	380	2021
21	隱性反骨：持續思辨、否定自我的教授，帶你逆想人生	李忠憲	先覺	400	2021
22	散步學入門：城市魅力大搜查	山納洋	行人	320	2021
23	小心，原來這樣也有事！：腦洞大律師雷丘的生活法律常識與對策	雷丘律師	究竟	320	2021
24	登一座人文的山：貫穿古今中外、文明與荒野，獻給所有戶外人的自然人文通識課	董威言	奇光	420	2021
25	派對咖孔明	四葉夕卜	東立	130	2021
26	研之有物：見微知著！中研院的 21 堂生命科學課	中央研究院	時報出版	460	2021
27	青苔咖啡店	海豹	特有生物保育中心	200	2021
28	韓國人不想讓你知道的事：揭開 65 個韓國特有的「潛規則」，韓國社會文化觀察報告	吳昌翼	馬可李羅	380	2021
29	場外人生：運動員送給迷惘的我們 20 種力量	曾荃鈺	健行	380	2021
30	胖古人的古人好朋友	J.ho	國語日報	360	2021
31	不知為何，我就是覺得會爆紅！韓劇王牌編導拆解 20 年經典神劇的爆紅公式	孫正鉉	野人文化	370	2021
32	來自清水的孩子 Son of Formosa	游珮芸等	慢工文化	480	2021
33	日本偶像帝國：練唱跳、學演技、玩綜藝，一段學會受人崇拜的男神養成史	太田省一	PCuSER 電腦人文化	420	2022
34	跑得比真相更快的謠言：要判讀的是訊息，還是人心？點出正確知識道路的「資訊傳播心理學」	松田美佐	一起來出版	380	2022
35	泛蠢：偵測 99% 聰明人都會遇到的思考盲區，哥倫比亞商學院的高效決斷訓練	麥可·莫布新	八旗文化	420	2022
36	野生的東歐：偏見、歧視與謬誤，毒舌背包客帶你認識書上沒有寫的歐洲	法蘭西斯·塔朋	八旗文化	480	2022
37	世紀末書商	八千子	三日月	780	2022
38	一個背包露營去：讓音樂、營火、美食，解放疲憊的日常	CABHEY	三采	380	2022
39	蛤蟆先生去看心理師	羅伯·狄保德	三采	400	2022
40	寫給中學生看的 AI 課：AI 生態系需要文理兼具的未來人才	蔡宗翰	三采	420	2022

2023 年寒假讀書心得建議書單（書單僅供參考，同學可自行選擇書單以外的書）P.2

序	書名	作者	出版	定價	出版
41	以下證言將被全面否認	朱宥勳	大塊文化	380	2022
42	在台北生存的一百個理由	馬世芳等	大塊文化	680	2022
43	澤倫斯基—我們如此相信 In These, We Believe: 烏克蘭為全世界捍衛的信念、勇氣和價值	澤倫斯基	大塊文化	450	2022
44	我所看見的未來	竜樹諒	大塊出版	380	2022
45	機智購物生活：如果我們不再過度消費，會發生什麼事？一場走遍全球，改寫政經、生態與心理的永續消費反思	詹姆斯·麥金諾	今周刊	450	2022
46	把好事說成好故事：在實務上踏實，在想法上跳躍，ESG、SDGs 必備	盧建彰	天下文化	400	2022
47	你以為的偶然，都是人生的必然：通透好命的本質，解生活的憂，排人生的苦	千里淳風	天下雜誌	370	2022
48	沒事的，我的焦慮怪獸：小大人和照護者的減壓指南，認識憤怒、恐慌，緩解身心不適與關係障礙	蘇·諾爾斯	天下雜誌	300	2022
49	領先未來的變革設計：翻轉人類工作與生活框架，企業狂漲百倍價值的絕世設計	史蒂芬妮·梅塔	方言文化	650	2022
50	The Brave Ones：新住民故事	心適代編輯部	日出南方	200	2022
51	接住孩子的求救訊號：同理臨界智能孩童的生存難處	宮口幸治	世茂	330	2022
52	歡迎光臨 鬧鬼路邊攤：細思極恐的驚悚鬼話	路邊攤	台灣東販	330	2022
53	我就是我，不是誰的另一半：獻給世上所有女性的情感獨立心理學	朴又蘭	平安文化	380	2022
54	寫給公民的 40 堂思辨課：人氣知識平台「公民不下課」，寫給現代台灣人的公民議題讀本！	公民不下課	平安文化	399	2022
55	帶著五感 一起去散步	曹俊彥	幼獅文化	340	2022
56	秒懂行為經濟學：從人性下手，掌握非理性消費，行銷無往不利！	阿部誠	本事出版社	420	2022
57	追劇商戰：解密 Netflix、迪士尼、蘋果、華納、亞馬遜的串流市場瘋狂爭霸	戴德·海耶斯等	先覺	499	2022
58	希望必定帶著考驗：在 COVID-19 陰霾下，BTS 傳遞出的正向力量	金恩珠	印刻	330	2022
59	按下暫停鍵也沒關係：在憂鬱症中掙扎了一年，我學到的事	阿滴	如何出版社	430	2022
60	神明怎麼那麼可愛！：寶島諸神降落，有看有保庇！	海豚男	如何出版社	380	2022
61	我是照顧者—成為照顧者篇	米奧	尖端	320	2022
62	連結之戰：網路、經濟、移民如何成為武器	馬克·里歐納德	行人	400	2022
63	認知稅：戒除玻璃心和迷之自信，別一輩子為自己的以為買單	水木然	沐光	330	2022
64	六個說謊的大學生	淺倉秋成	采實文化	430	2022
65	麻鷹之城：我的觀鷹手記	陳佳瑋	非凡出版社	850	2022
66	無法送達的遺書：記那些在恐怖年代失落的人	林易澄等	春山出版	520	2022
67	生活是無以名狀的碎片	不朽	皇冠	399	2022
68	我對抗跟蹤狂的七百日戰爭	內澤旬子	凌宇	400	2022
69	你發生過什麼事：關於創傷如何影響大腦與行為，以及我們能如何療癒自己	歐普拉·溫芙蕾	悅知文化	480	2022
70	底層邏輯：看清這個世界的底牌	劉潤	時報文化	400	2022
71	法律歸法律？熱門新聞話題中的法律爭議，我也是看法白才知道！	法律白話文運動	時報文化	420	2022
72	複利領導：簡單的事重複做，就會有力量	賴婷婷	時報文化	350	2022
73	故宮研究員帶你看懂中國名畫	余輝	高寶	450	2022
74	超男進化論：在亂流中找到掌舵力的人生指南	劉軒、詹斯敦著	商周出版	420	2022
75	災難觀光團：命懸一線的旅程即將出發	尹高恩	寂寞	360	2022
76	如果歷史是一群喵	肥志	野人	470	2022
77	台以關係百年史—外交官眼中的以色列	蘇育平	魚籃文化	450	2022
78	公民不盲從：生而為人，如何有尊嚴地活著—國家能賜死人民嗎？能投票就是民主？……30 堂基本人權思辨課	法律白話文運動	麥田	380	2022
79	我為什麼總是對媽媽發火？：別再糾結了，斷開情緒臍帶吧！	梵娜，朴範竣	凱特文化	320	2022
80	異人茶跡	張季雅	蓋亞	300	2022

圖書館推薦【線上資源】寒假期間，請同學在家多加利用

一、電子書、電子雜誌資源

1. 臺北市政府教育局線上資料庫知識管理平臺 (<https://onlinedb.tp.edu.tw/Login.action>)
登入方式：使用單一簽入
2. 臺北市教育局 HyRead 電子書
(<https://tpedu.ebook.hyread.com.tw/Template/RWD3.0/magazine.jsp>)
登入方式：使用單一簽入
3. 松山家商 HyRead 電子書 (<https://ssvstp.ebook.hyread.com.tw/index.jsp>)
登入方式：學生松商電子郵件帳密
使用：HyRead 電子書共有 2214 本中文書籍、3 本英文書籍
4. 臺灣雲端書庫 (<https://www.ebookservice.tw/>)
登入方式：Email 註冊，2019 年 6 月前可綁 FB，取消後需要重新註冊。
使用：每月免費 10 點（不累計），一年免費 120 點。
5. 臺灣雲端書庫@國臺圖 (<http://lib.ebookservice.tw/ntl2/#account/sign-in>)
登入方式：國立臺灣圖書館的借閱證帳號及密碼（預設為電話號碼後四碼）
使用：每月免費 10 點（不累計），一年免費 120 點。
6. 國立公共資訊圖書館電子書服務平台 (<https://ebook.nlpi.edu.tw/>)
登入方式：原借閱證、各縣市教育雲帳號、Google、FB
使用：每月可借閱 8 冊，借期 14 日。

二、各式登入資訊：

1. 單一身份驗證 (OpenID)
 - 1) 臺北市酷課雲 (<http://cooc.tp.edu.tw>)
 - 2) 臺北市高職校務行政系統 (<https://vschool.tp.edu.tw/>)
 - 3) 學生學習歷程檔案系統 (<https://e-portfolio.cooc.tp.edu.tw/>)
 - 4) 教育部教育雲 (<https://cloud.edu.tw>)
2. 單一身份驗證啟用步驟：
 - 1) 連線到 <https://ldap.tp.edu.tw/login>
 - 2) 首次登入預設帳號為教師「ssvs+身份證數字 9 碼」、學生「ssvs+學號」，預設密碼為「身份證數字後 6 碼」。
 - 3) 登入後→變更帳號→登出→用新帳號登入→變更密碼→完成。
 - 4) 忘記帳密寄 mail 給育如系管師 (yryeh@mail.ssvs.tp.edu.tw) 協助處理。
3. 校務行政系統 (<https://vschool.tp.edu.tw/B2K2017/login.aspx>)
 - 1) 學生帳號：學號。
 - 2) 學生密碼：!Qaz+身份證後 4 碼
4. 電子郵件信箱 (<http://smail.ssvs.tp.edu.tw>)
 - 1) 學生帳號：小寫 s+入學西元年+學號+@smail.ssvs.tp.edu.tw
 - 2) 學生密碼：ssvs+身份證後 4 碼+身份證英文大寫
 - 3) 同 HyRead 電子書借用系統、同本校公務報修系統等登入方式

三、線上課程：請同學寒假在家完成，至少選看一門課程，可上傳至下學期學習歷程檔案

1. 中華開放教育平台 <https://www.openedu.tw/>



2. ewant 育網開放教育平台 <https://www.ewant.org/> (登入方式：申請一個新帳號)

藝術創作類(178)	管理類(324)	醫療類(207)	資訊類(114)	史地類(18)	基礎科學類(395)	人文社會類(306)
哲學宗教類(18)	工程類(77)	法政類(39)	心理類(127)	數學類(21)	語言文學類(276)	隨選課程(78)

3. Cool English 英語線上學習平台 <https://www.coolenglish.edu.tw/>

技高區 <https://www.coolenglish.edu.tw/course/index.php?categoryid=5>

普高區 <https://www.coolenglish.edu.tw/course/index.php?categoryid=4>

登入方式： 教育雲端帳號 Facebook Google

4. 均一教育平台 <https://www.junyiacademy.org/>

登入方式： 教育雲端帳號 Facebook Google

數學類	素養類	自然類	電腦科學類
評量專區	英文類	社會類	興趣探索類

5. 臺北酷課雲 <https://cooc.tp.edu.tw/>

登入方式： 教育雲端帳號 單一身份驗證 (OpenID)

6. TaiwanLIFE 臺灣全民學習平台 <https://taiwanlife.org/> (登入方式：申請一個新帳號)

藝術創作類(121)	管理類(146)	醫療類(137)	資訊類(114)	史地類(10)	基礎科學類(216)	人文社會類(205)
哲學宗教類(14)	工程類(51)	法政類(26)	心理類(57)	數學類(10)	語言文學類(187)	隨選課程(27)

登入方式：

7. 磨課師 <https://moocs.moe.edu.tw/moocs/#/home> (登入方式：視連結出去的網站規定)

宗教哲學 (69)	自然科學 (145)	資訊工程 (123)	應用科學 (78)	商學管理 (123)
醫學 (77)	社會科學 (111)	史地遊憩 (24)	人文藝術 (153)	食品家政 (43)

8. 在家學 Codeing <https://code.org/>

登入方式： Facebook Google 或建立帳戶

9. 國立交通大學—開放教育推動中心 <http://ocw.nctu.edu.tw/course.php> (不需登入)

國立臺灣大學—開放式課程 <http://ocw.aca.ntu.edu.tw/ntu-ocw/> (不需登入)

國立臺灣師範大學—開放式課程 <http://ocw.lib.ntnu.edu.tw/> (不需登入，部分需登入)

10. 臺灣通識網 <http://get.aca.ntu.edu.tw/getcdb/>