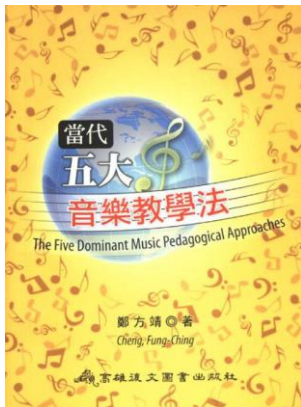


竹中經典－藝能科

書名	書介	書名	書介
林頌凱《國家代表隊醫師教你運動不受傷》（高寶） 	場上的奔馳與強力的肢體展現，但下一刻常聽到的 是：「報告老師，我(他)要去健康中心，腳扭傷了(受傷了)」。 受傷一週後，詢問同學受傷復原情形，同學：「差不多好了，沒有那時那麼痛了，我繼續打球喔！」，此時老師的心態：「……………」，我相信你之後容易重複在 同個部位受傷」。 我們的身體經得起多少次這樣組織性的破壞與重建，大家往往不認識自己的身體損傷而忽略回復原有功能性的關鍵時刻，此本書「運動不受傷」，教我們在運動前、中、後好好傾聽自己身體的訊息，用簡易的預防與復健動作，讓身體效能回復並發揮極致，非常受用。 —宋美霖老師推薦	鄭方靖《當代五大音樂教學法》（高雄復文） 	學校本位課程是台灣教育部自九年一貫教改後的一項重要目標，學校與教師因而擁有更大的課程決策空間，但也得負起更多的責任。四大教學法不但一直都是歷年來 ISME 的學術研討會的基礎主議題，也是台灣教師們在音樂教學中運用得最頻繁的。但在這些主流教學法的基礎上，人們發展出更多的教學方式，運用更先進的工具，找尋更多的教學可能，而戈登教學法於焉以綜合者出現在世界音樂教育的舞台上。 本書旨在介紹現今對世界各國音樂教育影響深遠的五大音樂教學法--達克羅茲、奧福、柯大宜、鈴木，及戈登音樂教學法，後再探討其融合運用的要則。 書介來源： https://www.books.com.tw/products/0010882236?sloc=main

安藤忠雄《安藤忠雄：我的人生履歷書》（聯經）



如果人生中需要幾位可以信仰的心靈導師，我絕對想要推薦安藤忠雄。這本《安藤忠雄：我的人生履歷書》讓我們認識一位國際建築大師，他卻沒唸過建築系，高工畢業後擔任貨車司機和拳擊手，在認真思考自己想要走建築之路後，他靠著自學而有了現在的成就。

安藤忠雄說：二十二歲那年，如果有讀大學，正好就是要畢業的那年，於是我設計了自己一個人的畢業旅行。安藤忠雄的畢業旅行，就是去探訪那些他在書上看到的建築，親身到那個空間裡感受，即便這個畢業旅行，讓貧困的他幾乎破產，也在所不惜。

在這本書裡除了敘述他自己的身世，還有一路走來遭遇的人、事、物，而我們一直覺得日本社會有許多值得我們仿效學習，但安藤卻也對於現在的日本多所建言，他除了投入日本震災的重建外，更重視「人心」的重建，這是看了本書後，更讓我覺得是重視「全人教育」的竹中人必讀的經典書籍。

—吳安苓老師推薦

慕羽《百老匯音樂劇》（大地）



★收聽本書之警廣「阿國時間」節目之「網路書海」單元訪問

600 幅珍貴圖片・500 位著名藝人・100 齣經典劇目・一個色彩絢爛的夢幻世界

THE GREATEST BROADWAY MUSICAL HITS OF THE CENTURY

音樂劇是一種集音樂、舞蹈情節與舞台美術等諸多因素於一身的藝術門類，它起源於 19 世紀末，歷經演變，到今天已經成為一種深受大眾喜愛的綜合藝術，尤其是年青一代的知識青年和白領階層，許多人對音樂劇的喜愛用「狂熱」來形容也不為過，百老匯不再是紐約的幾個街區，西區也不再是倫敦地圖上的一個小方塊，音樂劇已經走向全球，正以即巨大的生命力在世界文化消費市場上爭奇鬥艷。

本書針對普通音樂劇愛好者，深入淺出的介紹了百老匯音樂劇的發展歷史、經典劇目及著名音樂劇人的故事，文字淺顯易讀是一本大眾化的音樂劇指南。

書介來源：

<https://www.books.com.tw/products/0010263380?sloc=main>

村上春樹《關於跑步,我說的是……》(時報出版)



村上春樹是享譽全球的日本作家，同時也是一位跑者，從 33 歲開始，累積了二十多年的跑步經驗，他規律且近乎宗教性地跑著，從不積極挑戰記錄或成績，而是以『強化基礎體力是朝向更大的創作不可或缺的事』的態度去看待跑步這項運動。

書中詳實記錄下每回練跑與比賽時的心境，藉由書寫跑步對自我的啟發進而探討生活的哲學，適合所有關注生命意義的人們共同來感受村上春樹所展現的獨特運動經驗與對生命的告白。

—劉立偉老師推薦

許麗雯、音樂企劃小組《你不可不知道的 100 首經典名曲》(華滋出版)



嗨……你有多久沒有沉浸在古典音樂世界呢？

在日常生活中，古典音樂無所不在，欣賞電影「我的野蠻女友」時，「卡農」在你耳邊喚起、每天再熟悉不過的垃圾車經過時，伴隨的「給愛麗絲」能讓你優雅地從事清潔工作…….

書裡提到「名曲之所以經典，在於樂章的雋永有味；樂章之所以傳世，在於作曲家對每個音符的精雕細琢。」的確，古典音樂有著與現今流行音樂不同的風格與詮釋，都需要您細細體會這些大師的精心傑作！

本書從巴洛克時期開始介紹經典名曲，範圍至現代樂派，每首曲子都有動人的故事，只聽音樂而未體會其中故事背後的真相是可惜的，每個時期風格都有他獨特的特色，巴洛克絢爛華麗、古典時期工整均衡、浪漫時期瑰麗雄奇、國民樂派有著澎湃的民族文化、現代樂派變化萬千……..

請靜靜聆賞，讓我們穿越時空享受名曲們帶給我們的心靈洗滌，還能提升素養喔！還在等什麼呢？

—林修汝老師推薦

吳明益《浮光》（新經典文化）



這是一本講攝影的文學書，它不是一本工具書，在藝術類推薦這本書，希望同學們感受到攝影這件事，不只是討論器材、配備，也不是只有構圖或是色彩，而是瞭解攝影在歷史上是怎麼開始、發展、創新及延續的，而偉大的攝影家絕對需要經過深度思考並富有文化內涵的。

作者吳明益是一個文筆和思考非常細膩動人的作家，憑著他從年輕時對攝影的愛好，他花了非常多的時間蒐集、研讀和消化了攝影史的相關書籍，才把這麼一部精采的書呈現在我們眼前，閱讀此書，卻能有探索一座攝影博物館的感動。他更是不藏私地把書中所提及參考書單羅列在書後。

這本書跳脫了一般人看待攝影的膚淺概念，跳脫蝴蝶、山林、溪流與海洋，他在談的是真正的攝影創作，那種因為觸動情感而拍下的光與影。

—吳安苓老師推薦

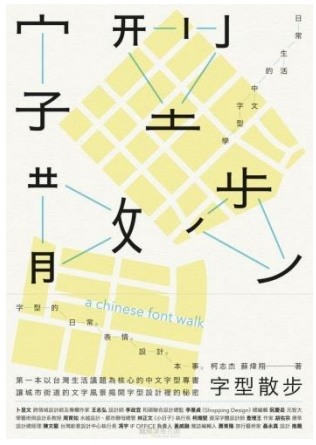
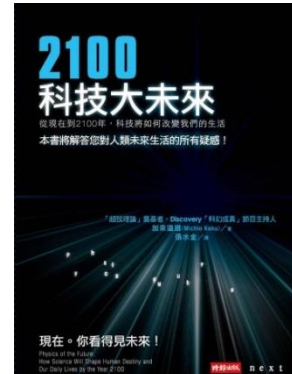
李筱瑜 陳惠君《小短腿來了！三鐵一姐李筱瑜的鐵人之路》（早安財經）



需要有多堅強的意志力才可以使「癱瘓中的軀幹再次移動」、需要有多恐怖的意志力才可以驅使自己「完成226KM的距離(超級鐵人三項游泳 3.8KM、自行車 180KM、跑步 42KM)」。

是什麼樣的動力可以驅使一個人有如此強大的意念完成這些挑戰？一次次的國際鐵人三項讓外面的世界看到台灣人背後越挫越勇的努力與堅持，看看台灣三鐵一姐的精神，找回自己努力堅持的初衷。

—宋美霖老師推薦

柯志杰／蘇煒翔《字型散步：日常生活的中文字字型學》（臉譜出版社） 	字型的使用會影響到閱讀者的觀感，這是關乎「舒適性」及「辨識度」的問題，多數人在版面編輯時改變字型，認為那就是裝飾或強調，卻忽略的文字字型最基本的功能是閱讀。當然，文字字型也牽涉到歷史、美學、設計與社會文化，試想一個「祭」字，用日本風味的堪亭流體呈現，和採用復古細緻的「仿宋體」呈現，馬上讓人有著「櫻花祭」和「奠祭」兩種截然不同的聯想。字型真是一門大學問啊！ 竹中人未來不一定是藝術設計師，卻必得和文字生活一輩子，怎能對我們身旁隨處可見的文字無感呢？就讓我們跟著這本書來個「字型散步」，非常輕薄短小卻相當值得一讀的好書。 －吳安苓老師推薦	郭豐州《郭老師的跑步課》（遠流） 	全球瘋路跑，路跑是一項風靡全球的運動，此本書作者郭老師依據「跑者程度」分類，再細分為「基本知識篇」、「配備篇」、「訓練篇」、「體能與修復篇」、「疑難雜症與賽事篇」，知識與概念部分以文字、照片與圖解為你解惑，訓練部分配合靜態與動態示範讓你能一目瞭然，不管你是熱愛運動的跑者、或是想報人生第一場馬拉松，卻遲遲不敢遞出報名表的初學者，相信郭老師的跑步課這本書能夠帶給你許多正向的能量，和許多你所不知道的跑步觀念！ －蔡承勳老師推薦
傑瑞米·唐納文《TEDtalk：18分鐘的秘密》（行人）  亞馬遜書店百位讀者五星評價，學習演講必備書籍！ TED至今累積超過1500場精彩演講，主題包羅萬象，平均每場點閱次數超過百萬次，影響全球億萬人物！將你的故事化為感動人心的演講，讓自己變成影響世界的重要力量！ How to Deliver a TED Talk Secrets of the World's Most Inspiring Presentations	竹中的全人教育培養著我們的素養與內涵，但要呈現與實踐竹中人的理念與想法，卻是許多竹中學生所面臨的困境與難處。快!跟著本書作者的節奏，透過 TED Talk 18分鐘演講的精闢分析與重點提醒，讓我們有效地掌握演講時所需要的重點與細節，帶著我們竹中人最獨到的理念及想法與全世界的人分享吧！ －范盛傑老師推薦	加來道雄《2100 科技大未來：從現在到 2100 年，科技將如何改變我們的生活》（時報） 	這本書是由知名物理學家加來道雄先生所撰寫，以物理學家的角度來看待或預測 2100 年科技對生活未來的影響，其中不單單以資訊科技領域來論述，更在醫學、物理、能源、經濟等方面，說明相關科技所面臨或帶來的結果分析。能看見未來的未來，是真的需要很好的創造力才行，這本書進一步也可以讓讀者知道說，在目前已知道的科技、技術，如何適度或妥善運用這些生活科技，讓生活品質提升、讓環境可以永續經營！ －曾聖超老師推薦