




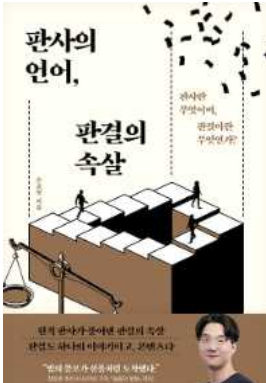
국어	2025학년도 1학년 1학기 한 학기 한 권 읽기 책 목록 (1학기)
군산제일고 1학년 학생들 - 책으로 세상을 만나다.	

◎ 15권 중 읽고 싶은 책을 1권 선정해서 **4월 28일(월)**까지 도서 또는 전자책을 준비하세요.

<p>‘한 학기 한 권 읽기’ 결과물 2가지 제출.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ‘서평쓰기’ 파일 이름은 ‘학번_이름_책이름’으로 한 후, 편집 요령을 참고하여 워드 작성 후, 구글 클래스룸에 제출합니다. - ※ 제출일 : 6월 8일(일) 24시 전까지 파일 이름 예) ‘10100_강○○_제가 살고 싶은 집은’ ● ‘서평 쓰기 안내와 개요 만들기’는 국어부장이 걸어서 선생님께 제출합니다. 국어부장은 제출하지 않은 사람 번호를 포스트잇에 적어서 같이 제출해 주세요. - ※ 제출일 : 6월 9일(월) 1교시가 끝난 후 ※ 늦게 제출하면 감점 있음. 1~ 5반 : 문애란 선생님 (2층 본교무실) 6~10반 : 김원룡 선생님 (1학년 교무실)
--

순번	책제목	표지	저자/출판사	책 소개
1	무기력 디톡스 - 지친 마음에 시동을 거는 마인드 부스팅 수업		윤대현 / 웅진지식하우스	지금 전 세계는 심각한 무기력 모드에 빠져 있다. 팬데믹 후유증과 사회 전반의 대전환에 따른 정신적 에너지 고갈, 일상에 침투한 미세 스트레스와 번아웃, 기후재난 등의 환경적 요인이 무기력 현상을 부추기는 주원인이다. 윤대현 교수는 무기력의 심각성이 개인이 해결할 수 있는 수준을 넘어섰기에 기력을 해결하는 단발성 처방에서 벗어나 마음의 시스템을 바로잡는 방법을 제시하는 이 책은 마음이 아닌 몸을 움직여 의욕을 만드는 근본적인 의욕 활성화 솔루션을 제공한다.
2	선과 악의 기준은 무엇인가? - 48편의 어른 동화		돈 후안 마누엘 / 스노우폭스북스	실제로 글은 48편의 어른 동화다. 각 이야기는 도덕적이고 윤리적인 교훈을 전달하며 결정을 내리기 전에 신중하고 현명한 조언을 구하는 것의 중요성을 강조한다. 도덕적 행동과 비도덕적 행동의 결과를 보여주며 ‘정직과 충성심, 정의가 왜 인간의 삶에 지속적으로 중요한 가치로 남아야 하는가?’에 관한 지금 시대의 가장 절실한 질문에 답한다.
3	예민해서 미안해		우먼 / 더페이지	내성적인 성격의 장점은 인식하지 못하고 부정적인 자기 평가로 심리적 고통을 겪는 사람들을 위한 종합 처방전이다. 심리상담가인 저자는 자신 역시 내성적인 성격이 싫어 대학 졸업 후 일부러 영업직을 선택해서 고군분투했지만 별다른 성과를 얻지 못하고 인생에서 가장 힘들고 막막한 시기를 겪어야 했다고 고백한다. 그는 이후 심리학을 통해 내성적인 성격을 받아들이고 자신의 정체성과 화해할 수 있었다.
4	EBS 다큐프라임 : 자본주의		EBS 자본주의 제작팀 / 가나출판사	‘은행에 빚을 갚는다’는 것이 개인에게는 속박과 굴레를 벗어남을 뜻하지만 국가 경제로 보면 경제 규모의 축소를 의미한다든지, 뉴스에서 나오는 ‘서브프라임 모기지’는 대체 무엇이고 왜 문제가 생겼는지, 저축은행 사태는 왜 일어났는지, 마트에 가면 왜 나도 모르게 많이 사게 되는지 등 자본주의 사회의 숨은 진실과 무서움에 관해 책은 경고한다.

5	역사의 쓸모		최태성 / 프런트 페이지	대한민국 대표 역사 커뮤니케이터 최태성이 수십 년간 역사를 알리며 체득한 세상에서 가장 실용적인 역사 사용법을 오롯이 담았다. 이번 개정증보판에는 저자가 코로나 팬데믹 기간에 새롭게 발견한 역사의 쓸모를 소개한 글('위기를 극복해 온 인류의 생존법')이 추가되어 23가지 통찰을 전한다.
6	거꾸로 읽는 세계사		유시민 / 돌베개	『거꾸로 읽는 세계사』 독자 리뷰 중에는 세계사 공부의 길잡이 역할을 해줬다는 내용을 쉽게 찾을 수 있다. 애초에 한국사회를 바로 보기 위해 세계 곳곳에서 벌어진 일들을 공부했고, 그것을 나누고 싶어 쓴 책이기엔 지식을 전달하는 안내자로서의 역할에 충실한 것이 사실이다. 그래서일까. 이 책은 쉽고 재미있다. 지식소매상 유시민만의 스토리텔링은 과감 없이 발휘되고, 짧게는 20년 길게는 100년 넘게 진행된 일련의 일들이 한 편의 영화처럼 흘러간다.
7	고독사는 사회적 타살입니다-경찰관이 본 고독사		권중호 / 산지니	우리 사회는 고독한 죽음과 고독한 생이라는 과제에 직면했다. 현직 경찰관인 저자가 수습한 고독사 현장의 참혹함과 저자가 고안한 예방법을 담은 책이다. 저자는 고독사의 책임이 모두에게 있다고 주장하며 주민센터와 구청, 시청을 다니면서 고독사라는 재앙을 알리고 다녔다. 고독사 홍보대사를 자처한 저자와 함께 고독사의 현실을 마주해 보자.
8	경쟁 교육은 야만이다		김누리 / 해냄	숨 쉴 데 없던 학창 시절의 경쟁, 성인이 되고 나서 그때를 돌아볼 때의 반응은 크게 두 분류로 갈리는 것 같다. 그 잔혹한 시절을 통과해냈다는 데에 대한 '괴로움의 훈장'같은 성취감, 혹은 십수 년이 지나도 여전히 악몽을 꿀만큼 독한 기억. 물론 둘 모두인 경우도 있다. 김누리 교수는 그것이 한국 사회의 여러 심각한 문제들을 만들어냈다고 말한다.
9	당신을 위한 클래식 - 삶에 심포가 필요한 순간		전영범 / 비엠케이	클래식의 역사를 종횡으로 누비기도 하며 숨겨진 흥미로운 이야기, 감상의 팁을 곁들이며 클래식에게 친근하게 다가갈 수 있게 한 책이다. 책은 총 4개 챕터로 구성되어 클래식의 이모저모를 다양하게 엿볼 수 있고, 작가의 인문학적 안목을 곁들여 클래식 읽는 재미를 주고 있다. 작가의 소소한 경험담에 더해 많은 문헌을 보고 또 많이 듣고 많이 느껴야 쓸 수 있는 내면의 언어가 읽는 재미를 더한다.
10	디지털 세상을 살아갈 너에게-AI 시대, 청소년 디지털 능력 계발서		최서연, 전상훈 / 미디어숲	'AI가 주도하는 디지털 세상에서 나의 존재 가치는 무엇인가?'라는 질문으로 시작한다. 가짜와 진짜가 혼재하는 디지털 세상에서 우리는 어떻게 자신을 지키고, 소중한 존재 가치를 찾을 수 있을까? 수많은 정보와 첨단 기술이 우리를 둘러싸고 있는 가운데, 그 속에서 나는 누구인지, 무엇을 위해 살아가는지에 대한 질문은 더욱 중요해지고 있다. 특히 AI 기술이 빠르게 진화하며 우리 일상 곳곳에 스며들면서 우리 청소년들은 AI와 함께 살아가는 새로운 세상에서 자기 자신을 잃지 않고 소중한 가치를 지키는 법을 배워야 한다.
11	내가 의대에서 가르친 거짓말들		로버트 러프킨 / 정말중요한	만약 우리가 그동안 건강 상식이라 믿어 왔던 것들이 거짓이었다면? 의사들이 환자에게 알려주던 각종 식이요법이나 약에 관한 조언들도 과학적 근거가 없는 것이라면? 러프킨 박사는 의대에서 가르쳤던 것들은 마치 잘못된 지도를 들고 미로를 헤매는 것과 같았고, 모든 만성질환의 진짜 원인을 모르고 엉뚱한 방향으로 질주한 결과, 지금의 우리는 심각한 건강 위험에 빠지게 되었다며 현대 의학의 실패를 고백한다

12	세상을 바꾼 항생제를 만든 사람들		고관수 계단 /	살바르산과 페니실린에서 시작해 지금까지 수많은 사람의 목숨을 구한 다양한 항생제 개발의 역사를 들여다본다. 또한 병원과 약국에서 처방되는 대표적인 항생제의 핵심 구조와 작용 기전을 살짝 엿보면서, 이들 항생제의 개발에 얹힌 극적인 이야기를 통해 과학이란, 과학자란, 혹은 기억되는 과학자란 어떤 사람인지, 그리고 과학자의 보상이란, 회사에서 돈을 받고 일하는 과학자의 이름이란 과연 어떤 의미인지, 그리고 현재와 같이 수많은 사람이 역할을 나눠 참여한 연구에서 '누구'의 연구란 과연 어떤 것인지도 함께 알아본다.
13	나는 부엌에서 과학의 모든 것을 배웠다		이강민 더숲 /	저자는 국내에서 생화학 석사학위를 취득하고 프랑스 루이파스티르 대학교에서 호소학 박사학위를 받았으며, 미국 브랜다이스 대학교에서 단백질구조학 박사후과정을 밟은 과학자다. 그는 과학이라는 학문에 매료되어 유럽, 미국, 아프리카 등 해외 각지에서 젊은 시절을 보냈고, 그 과정에서 자연스럽게 세계의 다양한 식문화와 미식을 접하며 과학과 요리가 접목된 '분자요리'와 '분자미식'에 마음을 빼앗길 것이다.
14	프랑스혁명과 수학자들 - 데카르트부터 가우스까지		다무라 사 부로 / 전 파과학사	프랑스혁명과 나폴레옹 시대의 프랑스에는 혁명의 추진에 적극적이었던 사람, 방관자였던 사람, 나폴레옹에게 충성을 다짐한 사람과 배반한 사람 등등 여러 수학자들이 있었다. 삶의 행적도 격렬했을 뿐더러 그들의 운명도 각기 다른 길을 더듬어갔다. 이 책에서는 당시의 수학자들의 수학상의 업적에 대해서보다는, 삶의 태도를 중심으로 이야기하고 있다.
15	판사의 언어, 판결의 속살 - 판사란 무엇이며, 판결이란 무엇인가		손호영 동아시아 /	일반인들에게 법원과 판사의 판결은 왜 그리도 낯선 것일까. 아마도 우리의 긴장감은 판결을 구성하고 그 속내를 드러내는 생경한 언어에서 오는 것인지도 모른다. 그런데 판결 역시 언어로 구성되어 있다면 이를 하나의 이야기로 볼 수 있지 않을까. 저자 손호영이 제안하는 것이 바로 이야기로서의, 콘텐츠로서의 판결이다. 초심자에게는 알 수 없는 규칙과 몸짓으로 가득한 야구를 재미있는 놀이로 바라볼 수 있게 해주는 해설자처럼, 암호와 같은 언어로 짜여진 판결문을 흥미로운 이야기로 읽을 수 있게 이끌어준다.

◎ 나에게 맞는 책을 고르기 위해 인터넷 서점에서 책 제목을 검색, '책 소개', '목차', '리뷰', '관련 영상' 등을 꼼꼼히 보며 어떤 책인지 알아봅시다.

yes24 <http://www.yes24.com/Main/default.aspx>

알라딘 <https://www.aladin.co.kr/home/welcome.aspx>