

# 『從悅讀電影開啟生命智慧：電影融入教學』 參考片單- 2020新片推薦

中文片名	原文片名	重點	適合年級	國別	分級	片長	影片內涵相關議題	推薦指數	劇情介紹與重點摘要
時光髮廊	Romy's Salon	親子	3以上	荷蘭	普	90	生命/危機/人權/正向/品德/性別	★★★★★	蘿米與外婆的世代隔閡卻因為「阿茲海默症」催化為感人至深的奇異恩典，與《我想念我自己》有異曲同工之妙，入圍台灣國際兒童影展最佳影片！
童心計畫	The House of Us	親子	3以上	南韓	普	92	生命/危機/人權/正向/品德/性別	★★★★★	鄰居的小姊妹三人在暑假期間互相認識藉計畫，希望父母重修舊好不再搬家，她們給彼此帶來安慰。深刻聚焦孩子們父母離異的心事重重，結局特有涵義。
愛·滿人間	Mary Poppins Returns	親子	3以上	美國	普	130	生命/危機/人權/正向/品德/性別/小說	★★★★☆	經典歌舞片《歡樂滿人間》的續集，東風將再次吹起！兒時的祿瑪莉包萍驚喜現身，讓低迷的三個孩子有機會走出陰霾傷痛，找回笑容重新去愛。
下半場	We Are Champions	親子	3以上	臺灣	普	117	生涯/生命/危機/人權/正向/品德/情感	★★★★☆	金馬獎最佳新演員，分別隸屬不同高中的兄弟，面臨了爭奪籃球賽冠軍時的矛盾與衝突。描繪兄弟和親子之間的細膩情感，以及熱血籃球的運動精神。
萬萬沒想到	Chhichhore	親子	4以上	印度	普	143	生涯/生命/危機/人權/正向/品德/性別	★★★★	人生只有沒想到，沒有做不到！為了讓因成績而自傷的魯蛇兒子振作，老爸把學生時代的好友找回來，如何在畢業後各自踏上勇敢追夢之旅。
囧媽的極地任務	Where'd You Go, Bernadette	親子	5以上	美國	普	110	生命/危機/人權/正向/品德/性別/小說	★★★★☆	怪異的媽媽柏娜蒂在廁所消失無蹤！去南極旅行？15歲的資優生女兒必須循線把媽媽找出來。一趟動人的尋母與女性自我追尋的旅程將展開。
她們	Little Women	親子	5以上	美國	普	108	生命/文化/人權/正向/品德/性別/小說/得獎	★★★★★	將名著情節轉化成現今社會的普世議題，讓經典重生在新世代觀眾眼前，從平凡家庭中四姊妹情誼引申出女性的獨立自主及平權意識，奧斯卡多項提名肯定。
速成家庭	Instant Family	親子	5以上	美國	護	118	生涯/人權/正向/性別/危機/情感	★★★★★	描述突然一夕之間就擁有三個小孩的夫妻，學習如何成為一對稱職的領養父母。他們有各種領養家庭所面臨的難題和心理層面的課題要解決與克服。
花椒之味	Fagara	親子	6以上	香港	普	118	生命/危機/正向/品德/性別/小說	★★★★☆	三姊妹因父親突然過世，必需扛起家中火鍋店的生意，麻辣辣的花椒串起同父異母三姊妹的感人故事。重拾修復關係的勇氣，也療癒了成長的傷口。
葉問4：完結篇	Ip Man 4	親子	6以上	香港	輔12	105	生涯/生命/危機/人權/正向/品德	★★★★	葉問與兒子過著簡單生活。學生李小龍遠赴美國，得罪當地其他武館，葉問受邀赴舊金山唐人街，讓他決定施展全身武藝，展現對家庭、民族、武德精神。
我想有個家	Capernaum	親子	6以上	黎巴嫩	輔12	126	人權/生命/族群/生涯/危機/正向/性別/得獎	★★★★★	年僅12歲的小男孩身處貧民窟，父母無力養家，他一肩扛起家計，卻發現妹妹被賤賣當老婆，忍無可忍的在獄中控訴雙親，入圍奧斯卡最佳外語片。
不管媽媽多麼討厭我	No Matter How Much My Mom Hates Me	親子	6以上	日本	護	105	人權/生命/族群/生涯/危機/正向/性別	★★★★☆	天下無不是的父母？總是笑臉迎人的泰司，心理卻深藏著一個秘密。他從小身為被虐兒，身上滿是傷疤。他將自己真實經驗畫成漫畫作品，引起熱烈的迴響。
陽光普照	A Sun	親子	7以上	臺灣	輔12	155	生命/族群/生涯/危機/正向/性別/得獎	★★★★★	金馬獎最大贏家。傷人入獄的小兒子對比成績優異的大兒子，把握時間、掌握方向，人生真的就會幸福快樂？可說是為人父母、子女必看的佳作！
玩具總動員4	Toy Story 4	動畫	1以上	美國	普	99	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	奧斯卡最佳動片，當邦妮房間裡添加了一個不情願的新玩具又奇，胡迪將與新舊朋友一起展開一場混亂的公路冒險旅程。成功交出有意義的新故事。
笑笑羊大電影：外星人來了	Shaun the Sheep Movie: Farmageddon	動畫	1以上	英國	普	86	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	笑笑羊尚恩交到史上第一個外星朋友魯拉！他該如何幫助朋友返家？這趟冒險旅程又會有多少笑料呢？此系列電影為定格動畫界的箇中翹楚。
壞壞萌雪怪	Abominable	動畫	1以上	美國	普	97	文化/人權/正向/品德/歌舞	★★★★☆	一個擁有魔法的雪怪與家人失散，展開一場冒險之旅。少女小宜與克黨和雪怪，從上海熙來攘往的街頭，一路來到雄偉壯麗的喜馬拉雅山巔峰。
大冒險家	Missing Link	動畫	2以上	美國	普	95	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	傳奇冒險家佛羅斯特爵士發現了一隻覆蓋長毛的大腳怪物「林克先生」，雙方展開了一場驚險萬分卻又笑料百出的超級大冒險！有娛樂性且寓教於樂的佳作。
紅鞋公主與七矮人	Red Shoes and the Seven Dwarfs	動畫	2以上	南韓	普	92	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	白雪公主奇巧改編，顛覆公主神話！「大尺寸」的白雪公主，因意外穿上原本屬於邪惡皇后蕾吉娜的一雙魔法紅鞋，獲得了魔鏡口中最美外貌。
冰雪奇緣2	Frozen 2	動畫	3以上	美國	普	103	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	安娜、艾莎一夥人將深入神秘魔法森林，發現到艾倫戴爾國王長久以來深藏的秘密，一個有著風火水土元素的魔法國度，以及艾莎魔法來源的真相。
天氣之子	Weathering With You	動畫	3以上	日本	普	112	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	新海誠作品，以「世界氣候異常」為主題，被命運捉弄的少年和少女的愛情故事，描述能以祈禱操控天氣的不可思議美少女天野陽菜與少年森島高帆。
1/2的魔法	Onward	動畫	3以上	美國	普	102	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/文化	★★★★★	皮克斯原創動畫，在魔法早已被現代科技遺忘的時候，兩個精靈兄弟在父親過世後，踏入一趟探索他們魔法世界被遺忘面貌的旅程。
布紐爾超現實人生	Buñuel in the Labyrinth of the Turtles	動畫	7以上	西班牙	護	79	生涯/生命/親屬/文化/危機/真實	★★★★★	改編傳奇導演真人真事的動畫，榮獲2019安錫影展評審團大獎。描述《無懼之地》的拍攝過程，超現實主義大師導演布紐爾如何拍攝出這部空前傑作！
傻傻愛你，傻傻愛我	A fool in love, love like a fool	教育	3以上	臺灣	普	95	人權/生命/生涯/親屬/危機/正向/文化	★★★★☆	他的家庭生活看以非常幸福，媽媽的教育讓喜怒怨的他，過著非常接近一般人的正常生活。然而，直到某天，他在海邊看到了繪本中的那條美人魚。
吾愛吾詩	The Kindergarten Teacher	教育	6以上	美國	護	98	生命/族群/生涯/危機/正向/性別	★★★★☆	幼稚園老師麗莎發現班上一名五歲的孩子吉米對詩歌有驚人的天賦，她起初只是想要保護他不被失職的父母傷害，之後卻開始拿自己的職業生涯冒險。
失控班！	School's Out	教育	8以上	法國	輔12	104	生命/族群/生涯/危機/正向/性別/得獎	★★★★★	暴走！霸凌！失控教室！當國中老師在全班面前從窗戶跳出墜樓自最後，他的好友擔任代課老師。逐漸察覺到這個班級對老師造成的高度壓力！
黑熊來了	Formosan B.B. is Coming	紀錄	2以上	臺灣	普	119	生命/族群/生涯/危機/正向/真實	★★★★☆	歷經11年漫漫長日，與黃美秀老師一同深入山林，詳實記錄臺灣黑熊生態與捕捉繫放研究調查；體悟臺灣山林絕美景色，更進一步探究臺灣的保育現況。
我家有個開心農場	The Biggest Little Farm	紀錄	3以上	美國	普	91	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	如何實現豐富多樣性物種的有機農場？交織人類與大自然的和諧詩篇，創造出共生共存共好的生態小宇宙。對任何年齡層都能帶來讓人嚮往的幸福滋味...
北極上學去	A Polar Year	紀錄	3以上	法國	普	94	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	熱血教師的極地冒險對決令人頭疼的極光小學，產生「文化及文明」的兩難情境及二元對立。真人真事實境拍攝，北極壯闊景色盡收眼底。
如常	Walking Dharma	紀錄	3以上	臺灣	普	71	生涯/生命/親屬/正向/文化/真實	★★★★☆	突破千萬票房，每個苦難背後，都有一個動人的願望。他們在被遺忘的台東角落裡，傳遞著最真實的溫暖，給各種困於生命掙鬥的人。溫暖動人！
赤手登峰	Free Solo	紀錄	3以上	美國	護	100	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★★	奧斯卡最佳紀錄片，描述美國攀岩運動家艾力克斯經過兩年準備，挑戰徒手攀爬3200英尺高的酋長岩創舉。讓觀眾看得頭皮發麻，緊張到暫停呼吸。
出發	Run for dream	紀錄	4以上	臺灣	普	101	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★	陳彥博第一位一年內得到四大極地賽總冠軍的極地超級馬拉松選手，在如此艱難的環境下，是什麼動力驅使他向前？以自述的方式說明歷程。
我們的青春，在台灣	Our Youth in Taiwan	紀錄	6以上	臺灣	普	117	人權/生涯/生命/正向/文化/危機/真實	★★★★★	從太陽花學運的熱血歷程中，藉由台灣學運明星及中國留學生的交叉比對，從巔峰到谷底，昔日的理想對應如今的現實，更是呼應總統大選的精采辯證！
改革好萊塢	This Changes Everything	紀錄	7以上	美國	普	96	人權/生命/族群/生涯/危機/正向/性別	★★★★★	梅麗史翠普等眾知名女星現身說法，大談光鮮亮麗後的潛規則，女性針對種種不平等現象所發出的抗議聲，是否能因此改革好萊塢？
RBG：不恐龍大法官	RBG	紀錄	7以上	美國	普	99	性別/人權/生命/族群/生涯/危機/正向/真實	★★★★★	美國聯邦最高法院中年紀最長最家喻戶曉的大法官，本片是她唯一公開接受拍攝的紀錄片，透過她人生檢視美國過去60年來性別平權運動的活歷史。
迷雁返家路	Spread Your Wings	生命	3以上	法國	普	113	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★★	改編自法國氣象學家領航野雁遷移真人實事，新世代的《返家十萬里》，描述一家人幫助指引雁鳥安全的遷徙路線，感人溫馨。
狗狗的旅程	A Dog's Journey	生命	3以上	美國	普	108	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/小說	★★★★	從狗狗的角度來看世界，有些友誼可以超越一輩子，《為了與你相遇》推出正宗續集。牢不可破的羈絆將他以及他所愛的人帶往想像不到的地方。
安雅的回鄉路	Waiting For Anya	生命	3以上	英國	普	108	人權/生涯/生命/親屬/正向/文化/小說	★★★★	改編自同名的知名兒童文學小說，在二次世界大戰戰火下的動人故事。一場艱難卻溫暖的救援與等待，有如牧童版《辛德瑞拉》。
逆著風的旅行	Yomeddine	生命	4以上	埃及	普	96	人權/生涯/生命/親屬/正向/文化/宗教	★★★★★	描述一位孤兒幫著一名癱瘓病患尋找身世的感人故事，沿著尼羅河旅行，展現人性的堅毅與善良。希望「當審判日到來，我們都能被平等對待」。

# 『從悅讀電影開啟生命智慧：電影融入教學』 參考片單- 2020新片推薦

中文片名	原文片名	重點	適合年級	國別	分級	片長	影片內涵相關議題	推薦指數	
複製柔伊	My Zoe	生命	4以上	英國	普	101	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★	茉莉蝶兒自編自導自演作品。遺傳科學家從一段失敗的婚姻中走出來，當女兒發生了意外，她決心不惜一切代價，讓女兒柔伊重回人間。
孩子的自白	My First Client	生命	4以上	南韓	護	113	性別/人權/生命/族群/生涯/危機/正向/真實	★★★★☆	改編自真實事件，女孩多彬向律師自白「我殺死了弟弟！」讓他開始追查弟弟死亡的真相……導演呼籲社會大眾正視孩童受虐事件，為脆弱的孩子們發聲。
幸福綠皮書	Green Book	生命	5以上	美國	護	130	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	奧斯卡最佳影片，種族隔離時代黑人鋼琴家和他的司機保羅在各地巡迴演出的故事，發展出超越膚色、階級和性別的真摯友誼，讓觀眾歷經這段溫馨旅程。
兔嘲男孩	Jojo Rabbit	生命	6以上	美國	輔12	108	人權/生涯/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	以孩童觀點呈現無情戰火的反諷喜劇。小男孩喬喬聽小如兔，卻是崇拜希特勒的青年團學員，如何在國家控制及信仰衝突中，吐嘲出自己的自主意識？
那個我最親愛的陌生人	Synapses	生命	6以上	臺灣	輔12	116	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	張作驥第9部電影，探討家庭、生命與記憶，透過一個年邁失智上校的人生，一場家庭風暴正悄悄上演…如果遺忘了人生會不會變更好？
別告訴她	The Farewell	生命	6以上	美國	普	100	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	家族中德高望重的大長輩奶奶罹癌，家族決定隱瞞奶奶病情，藉舉辦一場假婚禮，與奶奶見最後一面。描述中西文化處理死亡與離別態度的衝突。
1917	1917	生命	6以上	美國	護	118	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	第一次世界大戰進入最激烈之際，兩名年輕的英國士兵史考菲以及布雷克受到指派，執行一場看似不可能的任務。
借來的100天	Homestay	生命	6以上	泰國	輔12	137	生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	一個遊蕩人世的靈魂，意外住進一位泰國高中生Min的軀體。100天內如果沒有查出死因，魂體將會離開這個宿主，進入永劫不復的空間…對生與死有深究討論。
他們不再老去	They Shall Not Grow Old	生命	7以上	英國	輔12	100	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	一次世界大戰終戰百年，真實片段首次公開並將黑白畫面轉為色彩。《魔戒》導演將歷史畫面修復上色，讓軍人們栩栩如生呈現大銀幕。
星際救援	Ad Astra	生命	7以上	美國	護	122	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	一名航太工程師尋找20年前啟程至外太空失蹤的父親蹤跡。從地球航行至遙遠的海王星。結合了科幻戲和內心戲，用演技把疏離的脆弱渲染出來。
最後晚安曲	Lullaby	生命	7以上	美國	普	117	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★	集結奧斯卡卡司，與家人疏遠的失意音樂人接到消息，父親決定拔除生命維持器，在舊愛的鼓勵下他不得不開始重新檢視自己與家人的關係。
夕霧花園	The Garden of Evening Mists	生命	7以上	英國	輔12	120	生命/親屬/正向/文化/危機/得獎/小說	★★★★☆	馬來西亞作家的同名小說，描述一對姊妹在二次大戰的故事，日本籍園藝師協助她為姊妹打造一個紀念花園，兩人展開揪心的愛情故事，台灣團隊打造。
寄生上流	Parasite	生命	7以上	南韓	輔12	131	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	奧斯卡最佳影片，為南韓寫下的里程碑。找不到工作的一家人以各種誇張方式混入上等人生活，想不到一發不可收拾，雅俗共賞的黑色幽默驚悚片。
教宗的承繼	The Two Popes	生命	7以上	英國	護	125	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	梵諦岡的高牆內，保守派的教皇與自由派的未來教皇，試圖在他們不同的立場中找尋一個共同的平衡點，影像未來的天主教的教會。精彩動人傑作！
金翅雀	The Goldfinch	生命	8以上	美國	輔12	149	危機/生涯/生命/親屬/正向/文化	★★★★	與母參觀博物館卻在突如其來的恐怖爆炸中失去母親。悲劇改編了人生，他因此秘密收藏該在爆炸中消失的珍品名畫「金翅雀」，探討生命與自由的追尋。
你願意嫁給我老公嗎	After the Wedding	生命	8以上	美國	普	110	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	投身公益經營孤兒院的伊莎貝爾，長久缺乏資金。某知名企業家願意鉅額贊助，看似毫無關聯的一切，關乎人生的抉擇考驗再次陷入選擇的難關！
邊境奇譚	Border	生命	8以上	瑞典	輔12	110	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	野性的奇幻與懸疑元素，帶我們看見不同以往的北歐，海關檢查員有一項不尋常的嗅覺天賦：嗅出人們內心的羞恥罪惡感。直到遇到一位和她一樣的！
我們	Us	生命	9以上	美國	輔15	144	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★★	為反諷社會議題類型的驚悚片樹立新標竿，女主角帶著兩個孩子一起到夏日度假的海濱房子，一段過去難以啟口的傷痛卻如鬼魅般出現在眼前。
小丑	Joker	生命	9以上	美國	輔15	121	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	社會邊緣人從一個失敗的喜劇演員一步一步成為高譚市最邪惡、最頂尖的超級罪犯。英雄電影的反證，一部深入人性的警世預言，奧斯卡最佳男主角。
走出巴黎	Synonymes	生命	9以上	法國	輔15	124	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★☆	柏林影展金熊獎，男子從以色列逃到巴黎，過去造成他巨大的精神創痛，在法國又有什麼際遇？世界上沒有完美國家，你總得選一個！道出遊子的心聲！
原鑽	Uncut Gems	生命	9以上	美國	輔15	135	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★	描述沉迷賭博的珠寶店老闆得到一顆價值不菲的原鑽，試圖以此拯救他的債務與生活。影像營造出混亂感，帶給觀眾針對「生活」的一場內視鏡手術。
艾莉塔：戰鬥天使	Alita: Battle Angel	民主	6以上	美國	輔12	122	生涯/生命/危機/人權/正向/性別/動畫	★★★★☆	未來26世紀，喪失記憶的機械合成人艾莉塔，在廢鐵鎮找尋自我。透過史詩般的動作冒險情境，帶出這名半機械少女不凡的自我探索及尋愛旅程。
瞞天機密	Official Secrets	民主	6以上	英國	普	112	生涯/生命/危機/人權/正向/性別/真實	★★★★☆	真人真事改編，台灣出身的英國女孩，在生活婚姻與自由都即將面臨威脅之際，以良心與勇氣揭發國家的違法機密，揭露英美政府聯合欺騙世界的謊言！
返校	Detention	民主	6以上	臺灣	輔12	102	生涯/生命/危機/人權/正向/族群/電玩	★★★★☆	那個充滿肅殺的年代，政治與人相互映襯，1962年翠華中學學生在校園中找尋突然消失的輔導老師，在鬼魅橫行的異域，他們被迫面對可怖的真相。
我們的青春在台灣	Our Youth in Taiwan	民主	6以上	臺灣	普	117	生涯/生命/危機/人權/正向/族群/真實	★★★★☆	金馬獎最佳紀錄片，從太陽花學運的熱血歷程中，藉由台灣學運明星及中國留學生的交叉比對，昔日的理想對應如今的現實，是呼應總統大選的精華辯證！
朝鮮鄉民團	Jesters: The Game Changers	民主	6以上	南韓	護	108	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機	★★★★☆	舊時代如何創造假新聞？戲子團是在全國散布謠言、動搖民心、左右輿論的一群人。大臣打算借助他們的力量，讓君王以正統身分名留青史，沒想到……
悲慘世界	Les misérables	民主	9以上	法國	輔15	104	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機/得獎	★★★★★	與150年前文豪雨果的名著交互，2005年發生在巴黎近郊的真實暴動事件。貧富差距、種族歧視、執法暴力等社會問題，導致抗暴事件如燎原。
朵拉與失落的黃金城	Dora and the Lost City of Gold	勵志	3以上	美國	普	102	生涯/生命/危機/人權/正向/性別/電視	★★★★	動畫改編成真人化電影，描述朵拉將帶領一群青少年參與叢林冒險旅程，解開失落的印加帝國背後的謎團。讓動畫改編成一部引人入勝的冒險電影。
電梯男孩的奇蹟	The Lift Boy	勵志	4以上	印度	普	106	生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	替父親代班電梯員工作的理工科男孩，幫住戶按電梯樓層，雖然是瑣碎的工作，他卻也逐漸明白父親對這份工作的堅深情感，獲得寶貴的人生體驗。
女孩說好只打臉	Fight Girl	勵志	4以上	荷蘭	護	80	生涯/性別/親屬/正向/情緒/危機/得獎	★★★★☆	從踢拳運動的性別議題出發，深入探討社交情緒智能，節奏明快又充滿自我覺察，跨世代女孩版的《舞動人生》。每個人都有鳥事，重點是如何面對！
證人	Innocent Witness	勵志	4以上	南韓	護	130	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機/特教	★★★★	律師和自閉症少女，兩個截然不同的人因為一起震驚社會的謀殺案相遇，在追尋真相的過程中，彼此逐漸敞開心房。信任，是全世界最有力的證詞！
花生醬獵鷹的願望	The Peanut Butter Falcon	勵志	5以上	美國	護	98	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機/特教	★★★★☆	患有唐氏症的青少年為追尋成為摔角選手的夢想從照顧家庭中逃跑，與一個亡命之徒成了夥伴，兩個流浪的靈魂一起展開這趟有趣人的公路旅程。
李察朱威爾事件	Richard Jewell	勵志	5以上	美國	護	130	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機/得獎	★★★★☆	真實事件，描述當不實的報導被當作事實時，真相會如何被遮掩的故事，一名英雄卻成了頭號嫌犯！針砭媒體亂象、執法濫權、刻板印象等現今現象。
賽道狂人	Ford v Ferrari	勵志	5以上	美國	普	152	生涯/生命/親屬/正向/族群/危機/得獎	★★★★★	改編自真實故事，講述汽車兩大龍頭福特、法拉利曾在賽車界爭奪第一的恩怨背後的故事。一場「內有豬隊友、外有強對手」的精彩賽車大戲！
炫目之光	Blinded by the Light	勵志	6以上	英國	普	117	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★★	真實故事，一名青少年如何在苦悶與壓力的環境下，接觸美國流行的經典歌曲，獲得正向的力量與勇氣。勇敢向威權與歧視表達自己內心的想法。
牛津解密	The Professor and the Madman	勵志	6以上	英國	護	125	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	梅爾吉勃遜與西恩潘合作，一位教授、一個瘋子，人類歷史上最長達70年編輯牛津大字典的過程，就這樣在兩個迥然不同的人手中誕生。精彩可期！
電流大戰	The Current War	勵志	6以上	美國	護	107	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	電燈真的是愛迪生發明的嗎？19世紀愛迪生與威斯汀的電流之戰，這場激烈的電流爭戰就此改變了全世界。精彩的歷史之外的故事，依舊扣人心弦。
不完美的正義	Just Mercy	勵志	6以上	美國	護	136	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	「如果你保持距離，就無法理解到最重要的東西。」改編自真實事件，被告辯護律師撰寫被判死刑的「華特案」為主軸，如何面對種族的歧視！



# 『從悅讀電影開啟生命智慧：電影融入教學』 參考片單- 2020新片推薦

中文片名	原文片名	重點	適合年級	國別	分級	片長	影片內涵相關議題	推薦指數	
深夜秀	Late Night	勵志	6以上	美國	護	102	生涯/性別/親屬/正向/危機/得獎	★★★★★	受歡迎的電視節目主持人，為了怕被取代，她聘請一位新作家印裔女性，卻引起意想不到的階級、性別等各方面的挑戰。演技精采、幽默動人之佳作。
我和我的摔角家庭	Fighting with My Family	勵志	7以上	美國	護	109	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★	改編自WWE摔角巨星佩姬的真實傳奇故事，一對兄妹夢想在職業摔角的獨特世界中稱霸一方，不過當夢想成為現實，兄妹也面臨各自的心智考驗。
花木蘭	Mulan	性別	2以上	美國	普	120	生涯/性別/親屬/正向/危機/文化/動畫	★★★★	迪士尼同名動畫電影的真人翻拍版，內容改編自中國民間傳說，一位名為花木蘭的女子代父從軍的巾幗英雄故事。戰場母須分雌雄的經典詮釋。
感謝上帝	By the Grace of God	性別	6以上	法國	護	137	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	改編自法國真實性侵犯案件。曾被神父性侵的少年們，長大後向社會大眾揭露神父的罪刑；來自社會不同階層的他們，對抗這龐大的體系。細膩動人。
娘娘腔日記	Tootsies & The Fake	性別	7以上	泰國	護	108	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★	三個偽娘一個女孩能騙過整個時尚界嗎？偽娘三人組要把男兒身徹底改造，裝成昏倒的超級女網紅。在輕鬆談諧中帶著觀眾檢視性別的偏見。
82年生的金智英	Kim Ji-Young Born, 1982	性別	7以上	韓國	普	118	生涯/生命/親屬/文化/正向/危機/小說	★★★★☆	30多歲的平凡女性，苦惱於全職家庭主婦和入妻、媳婦的身分，迫使她放棄許多生涯夢想。不得不決定求助心理諮詢師，她如何找回內在喘息聲的自己？
女孩要革命	Papicha	性別	7以上	阿爾及利亞	輔12	108	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	穆斯林社會底下女子種種不平等待遇，大膽挑戰議題涉及政府敏感地帶遭到禁演，改編真實事件，重現阿爾及利亞史上第一場最激勵人心時尚秀。
真寵	The Favourite	性別	7以上	美國	輔12	120	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/同志	★★★★★	以十八世紀安妮女王在位時期的英國為背景，描述女王閹密的政治地位因新來的宮廷女官而受到動搖，為此展開一連串的權謀鬥爭。演技極度精彩！
我，最親愛的	Thua Me Con Di	性別	7以上	越南	護	106	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/同志	★★★★	定居美國的阿文帶著男友回到越南家鄉，他得知母親罹患重病，如何在這層束縛中邁開出櫃正視自己的一步。越南韓國攜手合作的同志電影。
重磅腥聞	Bombshell	性別	7以上	美國	輔12	108	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/真實	★★★★☆	女性決定站出來對抗福斯新聞老闆羅傑傑艾爾斯，同時看出網路上有毒的厭女文化，被視為日後#MeToo運動的先驅。奧斯卡卡可重量級演出。
池畔風暴	Liquid Truth	性別	7以上	巴西	輔12	90	親屬/生命/人權/正向/危機/同志/真實	★★★★☆	廣受學生歡迎的游泳教練被家長指控，將男童帶到更衣間做出過分親密的不當舉止。面對醜聞瘋狂延燒和網路霸凌，事實的真相到底為何？
茱蒂	Judy	性別	8以上	英國	護	118	生涯/親屬/生命/正向/危機/同志/真實	★★★★★	好萊塢巨星茱蒂嘉蘭的傳記電影，榮獲奧斯卡最佳女主角。《綠野仙蹤》一代天后如何在親情、愛情與事業當中取得平衡？甚至是受傷傷卻仍然勇敢追愛？
火箭人	Rocketman	性別	8以上	英國	輔12	121	生涯/生命/親屬/人權/霸凌/正向/危機/雙性	★★★★★	敘述英國國寶級歌手艾爾頓強的故事，從音樂學院的奇才，如何成流行音樂界的天王。重點在於生命中的許多低潮，不畏人知的祕密如何自我認同。
我的靈魂是愛做的	The Teacher	性別	8以上	臺灣	輔12	91	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/同志	★★★★	金馬獎最佳女配角。投身同婚運動的高中公民老師，努力推動同婚公投，意外捲入一段異性婚姻的禁戀故事，面臨愛情、親情與學校職場的三難處境。
翠絲	Tracey	性別	8以上	香港	輔12	119	生涯/生命/親屬/人權/霸凌/正向/危機/雙性	★★★★	港版《丹麥女孩》！故友驟逝又加上巧遇故知，翻起人夫的大雄許多往事，他決定坦承揭示深藏已久的秘密：他想要變性，如今改名喚做「翠絲」。
叔·叔	Suk Suk	性別	8以上	香港	護	92	生涯/生命/親屬/人權/霸凌/正向/危機/雙性	★★★★	兩個男人的黃昏之遇，在情慾與家庭責任之間，他們必須作出抉擇。細膩刻畫面對自身需求及家庭責任之間的徬徨！金馬獎五項大獎提名。
然後我們跳了舞	And Then We Danced	性別	8以上	喬治亞	護	113	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/同志	★★★★★	導演曾目睹年輕同志遭到教會暴民攻擊，因此堅持要拍出一部青春同志電影。代表國家的民族舞團裡引爆同性情慾，最競爭的對手，竟是他最深刻的慾望
芭蕾舞少女夢	Girl	性別	9以上	比利時	輔15	106	生涯/生命/親屬/人權/霸凌/正向/危機/雙性	★★★★★	拉娜一邊為芭蕾舞爭有一席之地苦練，另一方面正接受著變性手術過程，卻也產生嚴重的身體不適應。她決定為自己的人生和愛情勇敢放手一搏！
熱帶雨	Wet Season	性別	9以上	臺灣	輔15	103	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	金馬獎最佳女主角。看似師生戀的故事，卻因著一場大雨，沖刷出社會邊緣者隱藏孤獨。在寄託與慾望之間遊走的關係，逐漸模糊界線。
落紅	The Third Wife	性別	9以上	越南	輔15	96	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/同志	★★★★☆	越南，十四歲少女被送往望族嫁作三太太，她意識到要保全自己就是為老爺生下男嬰。聚焦女人一生不同階段的綻放與凋零，自我探索與認識的過程。
海角上的兄妹	Siblings of the Cape	性別	9以上	日本	輔15	90	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	挑戰尺度極限一刀未剪，描述日本海港小鎮的兄妹，收入無法應付生活所需，哥哥卻當起妹妹的皮條客！結合賣淫和障礙者題材，發人深省！
痛苦與榮耀	Pain and Glory	性別	9以上	西班牙	輔15	113	生涯/生命/親屬/正向/危機/同志/得獎	★★★★★	阿莫多瓦獻給所有在人生中掙扎的每一個人，描述年事已高的電影導演回憶60年家鄉西班牙小鎮的故事。本片行雲流水，劇本轉折極為高明！
震向性教育	Tremors	性別	9以上	瓜地馬拉	輔15	107	生涯/生命/親屬/正向/危機/同志/得獎	★★★★★	描寫婚姻美滿的男子出軌愛上同性，陷入愛與恐懼交織成的自我折磨。家人試圖要透過教會治癒他，而他則陷入愛與恐懼交織成的自我折磨中。
燃燒女子的畫像	Portrait of a Lady on Fire	性別	9以上	法國	輔15	119	生涯/生命/親屬/正向/危機/同志/得獎	★★★★★	從角色刻畫、演員演出到技術執行都是打動人心的大師之作！富家女與女畫家在充滿禮教束縛的時代，卻也漸漸萌發了禁忌的曖昧情愫。
舞孃騙很大	Hustlers	性別	12以上	美國	限	109	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★	改編真實事件，一群脫衣舞孃在舞台上魅力四射，下了舞台更將自己化身為「人肉詐騙」，報復那些手段骯髒的有錢人。從不同的角度探討女性自主。
每天回家老婆都在裝死	When I Get Home, My Wife Always Pretends to be Dead	情感	4以上	日本	護	116	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機	★★★★☆	每天下班回家，都會看到知惠的各種死法：被鯉魚吞食、身體中彈、頭中箭等，面對每天都在裝死的妻子，淳也開始感到不太對勁，
愛上觸不到的你	Five Feet Apart	情感	6以上	美國	護	116	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/小說	★★★★☆	同為「囊狀纖維化症」患者，兩人不知不覺之間深深愛上了彼此。為控制病情，兩人必須相隔五呎之遙，他們的愛情能夠戰勝疾病和死亡嗎？
婚姻故事	Marriage Story	情感	6以上	美國	護	137	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	描述一對夫妻決定離婚，原想好聚好散的他們卻為了爭取兒子的監護權陷入掙扎。讓人揪心的夫妻爭吵，獲得奧斯卡多項大獎提名！
沒有煙硝的愛情	Cold War	情感	8以上	波蘭	護	89	生涯/生命/親屬/正向/文化/危機/得獎	★★★★★	1950年代橫跨四國戀愛的呂愛情故事，浪漫細緻優雅又時代感的魔力。動人揪心的愛情故事被譽為超越導演以往作品的神作。奧斯卡最佳國際電影入圍。