

105 至 108 美感教育課程推廣計畫

107 學年度第 1 學期 學校實驗課程實施計畫

種子教師

美感通識 (六小時)

成果報告書

委託單位： 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 新北市立中平國民中學

執行教師： 陳昱螢 教師

輔導單位： 北區 基地大學輔導

目錄

實驗計畫概述

- 1、 實驗課程實施對象
- 2、 課程綱要與教學進度

實驗課程執行內容

- 1、 核定實驗課程計畫調整情形
- 2、 實驗課程執行紀錄
- 3、 教學研討與反思
- 4、 學生學習心得與成果

經費使用情形

- 1、 收支結算表

附件

- 1、 成果報告授權同意書
- 2、 著作權及肖像權使用授權書

實驗計畫概述

一、實驗課程實施對象

申請學校	新北市立中平國民中學
授課教師	陳昱螢
實施年級	九年級
班級數	4 班
班級類型	■普通班 □美術班 □其他
學生人數	112 名學生

二、課程綱要與教學進度

課程名稱：玩美比例-比例探索與運用					
課程設定	發現為主的初階歷程	每週堂數	■單堂	教學對象	■國民中學 九 年級
學生先修科目或先備能力： * 先修科目： ■曾修美感教育實驗課程：106 學年上學期質感派對、下學期構成無所不在 □並未修習美感教育課程 * 先備能力： 認知：已認識秩序美與色彩基本概念。 已認識物件質感的特質與文字構成的概念並能感知其美感與合宜性。 情意：已學習交流與討論同儕間的想法與作品。 技能：已學習並能運用基礎點線面元素-文字編排。 已學習造型的基礎探究能力-體驗過水彩、油彩寫生與質感捏塑表現。					

一、課程活動簡介：

對於比例的認知來自對自己的身體認識，藉漫畫的頭身比例探究人體型態與比例感受。從人體測量認識自身體態，學習如何穿搭上下身比例、運用色彩的特性修飾與調整身形。能關注生活中的比例樣態、認識不同時代文化審美觀，開拓視覺審美的視野。從拍照取景過程發現人與空間的比例氛圍。學習整合修飾身材的比例法則，運用拍照構圖與比例運用，拍下玩美比例的人像照與取景的美感。

二、教學目標

既有目標/能力指標：

身形比例的發現與運用

學生將會：

1. 從人體的尺度發現比例。
2. 能透過測量發現自我身體的比例數值，對自我的認識。
3. 認識嬰兒到成人頭身比例，了解比例的變化。
4. 能體驗移動物件造成新的分割比例感受。
5. 不同時代對於身材的比例美，有不同的審美觀。
6. 了解自身比例特性，探究修飾方法。
7. 能了解與運用色彩有膨脹收縮的感受
8. 認識色彩的強弱比例與面積比例。
9. 透過衣服穿搭服運用色彩比例配置，調整身形。
10. 能運用比例要素表現視覺影像的構成樣態與合宜構成。

核心概念：

1. 比例構面的美感
2. 合宜的比例構面
3. 比例是影響美感的關鍵
4. 色彩的運用需要注重比例

關鍵問題：

1. 發現人體的比例
2. 探究生活中的比例運用
3. 運用比例表現色彩穿搭與取景的美感

學生將知道/知識：

1. 可從視覺感知比例
2. 人體的頭身比例關係
3. 比例會影響視覺心理感受
4. 穿搭宜考量比例與色彩
5. 運用比例可表現美感

學生將能夠/技能：

1. 能測量尺寸，發現比例的意義
2. 能說出比例給人的感受
3. 能分辨比例影響視覺感受
4. 能進行對話、觀察、分析其比例
5. 的視覺影響

三、教學策略：

六堂課的步驟簡列：發現〉體驗〉探索〉嘗試〉運用〉整合分享的歷程。

第一堂 Slogan:【尺寸的秘密】

概念：啟發有感-從觀察與測量中發現比例

目標：發現生活中的比例樣態

學習任務：從測量與紀錄人體發現比例。相片沖洗及尺寸比例注意事項

show & tell 提問與反思：

- 1.我們如何知道比例? 比較字體是否有比例的表現?
- 2.地理課本上比例尺繪製的地圖，算是比例的運用嗎?
- 3.什麼是數學的比例? 長寬比例與等比關係?

課程意圖:

1. 帶著學生去觀察日常生活中「比例」。

(1)好喝的鮮奶茶跟比例有關嗎?

(2)字體字寬會影響文字造型比例變化



2. 從數學中認識比 (ratio) 是同類型兩個數字間的關係。長方形長寬 2:3、正方形 1:1
3. 看圖片說明瞭解照片有尺寸之分。



照片的長寬比例是 2:3。
相機、螢幕解析長寬筆通常為 3:4，
因兩者長寬比略有不同，
沖洗照片將出現白邊或被切頭切尾
★建議拍照時最好預留空間。

維特魯威人

- 右圖為達文西在1487年
左右創作的世界著名素描，
繪出了完美比例的人體。
- 一個人的身高條件若是
滿足「上半身：下半身
=下半身：全身」，
則我們說他的身體比例
是完美的黃金比例（上
半身與下半身的比值大
約等於0.618）



米羅的維納斯

第一尊著名的古典義大利雕塑，表現的是希臘神話中愛與美的女神阿佛洛狄忒。羅馬神話中與之對應的是維納斯女神。現在這尊雕像在巴黎羅浮宮展出。

這座雕像所展現的是對比例的完美體現。如果我們從完全符合黃金分割的人體比例開始，將全身分割成上下兩部分，把下半身放在下半部分，則全身與下半身的比值正好是1.618。

由於人體比例與0.618或1.618，而人體的頭部約佔全身高度的1/8，所以頭部與下半身的比值約為0.618，即下半身與全身的比例約為1.618。這三項比例都符合黃金分割，所以這座雕像展現了完美的比例。



身材比例試算

- 明星：全智賢
- 身高：172cm
- 軀幹長約：106 cm
- 軀幹長：身高
= 106 : 172
- 比值為 = _____



那你自己的呢？

- 軀幹長是指肚臍到腳底的距離。
- 軀幹長：身高 = ?
- 比值為 = _____



那你呢？幾頭身？

以頭部高度為1
全身高度為7
= 7 : 1
= 7 頭身

你的比值為多少？幾頭身？

- 從測量與記錄自己的身體來認識比例：
 - 五官之間的尺度，了解自身的五官配置
 - 頭身的尺度，了解自身的頭身比例。
 - 四肢、肩、胸、臀的相對比例。
- 經由觀察比較與測量發現大小、高矮、胖瘦等視覺比例關係。
- 教室桌椅、文具用品、生活器皿等物件的尺度，都是基於使用者方便使用性。

第二堂 Slogan: 【比畫 Q 漫】

概念：用手思考體驗學習人體比例的不同

目標：透過學習產生的思考與體認：人體的基本型態和比例感受。

學習任務：

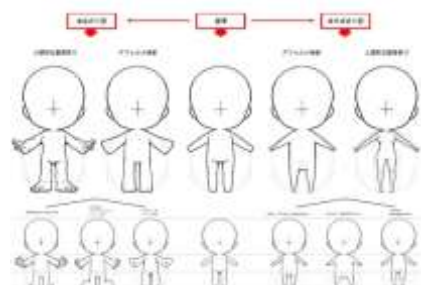
- 從漫畫發現人體頭身比例的組合樣態。
- 人體在紙上的大小配置，會影響畫面構成不同的視覺感受。

show & tell 提問與反思：

- 自然生長的兒童的頭身比例？青少年頭身比例？成人的頭身比例？
- 三頭身或九頭身給我們的視覺感受？
- 人物位置安排可能表現人物的昂揚與親切特質嗎？

課程意圖：

- 認識漫畫的頭身比例與風格
- 運用人像比例大小，表現人像給人的感受與身體體態。
- 觀察與描寫老師 Q 漫比例人像：請先畫等分線再畫出頭身位置與五官位置後。
- 請同學感受人物在畫面比例分配或改變物件比例效果。



第七堂 Slogan【時代的比例美感】(移到第七節只有 905 有上此單元)

概念：探索比例美感的標準

目標：認識比例美感的不同風貌

學習任務：

認知不同時代文化對美有不同的偏好。

探索不同時代的比例美感。

show & tell 提問與反思：

比例之美如何界定？

請問歷史課裡唐朝與宋朝對女子的審美標準相同嗎？

現在的你會覺得三寸金蓮美嗎？

課程意圖：

1. 瀏覽時代審美觀

(1) 古典美學中，有一套審視人體比例的標準，舉如達文西已經找到人體的黃金比例，其名作《維特魯威人 Vitruvian Man》。

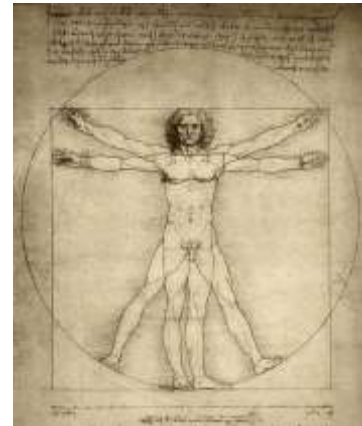
(2) 從中國文物可發現仕女所反映的年代審美標準也不斷變換，體現出一朝一代的主流美人形態：魏晉美人瘦骨清象、唐朝美人豐腴高貴、明代美人端莊典雅、清朝美人柳腰嬌美……

原文網址：<https://read01.com/Ro8exP.html>

(3) 不同文化亦有各自對美的獨特偏好，例如中國古代認為女子腳小是美。居住緬甸泰國的長頸族在套上層層沉重的銅圈，只為了讓脖子更長更美？

2. 東西方人種的五官與身體其尺寸比例不同

3. 西方從古至今的女性服飾風格變化，亦體現了流行時尚對女性肢體美的想像。



4. 分享自己的審美觀與所知道的異國審美。

第三堂 Slogan【調整身形大作戰】

概念：嘗試修飾上下身比例

目標：55 身也能穿出腿長好比例

學習任務：

- 1.問問自己對於身材比例的審美觀?
- 2.算出自己的身材體態
- 3.了解自己的先天比例特性，**嘗試**搭配修飾方法；讓五五身看起來腿長。
- 4.調整腰線的視覺位置可讓身材比例更美。
- 5.穿制服時，上衣的長度是否會影響身體給人比例關係?

show & tell 提問與反思：

- 1.一樣身高 為何他穿起衣服來身型修長，我穿起來就像小叮噹？
- 2.如何算出自己的身材比例?
- 3.高矮肥壯如何穿衣?
- 4.如何運用修飾法則穿出比例美?

課程意圖：

認識自身上下身比例算法（身高一腿長）：腿長

類型	五五身	四六身	三七身
比例區間	1 : 1 ~ 1.25	1 : 1.26 ~ 1.55	1 : 1.56 以上

2.男女穿搭比較—找出好比例穿搭:



- (1)發現衣服下襬不超過身高一半，腿長不會太短。找到腰線抓出上下身比
 - (2)同色穿搭，身體不易被切斷就有修長感。
 - (3)褲管的長度也是「視覺長高」的關鍵，過多的褲管皺摺會造成腿短假象適合的褲管長度，應該修剪至鞋後跟位置，僅出現一個小皺摺。
 - (4)選擇的褲款避免寬垮褲種，合身的直筒剪裁，利用縮減下盤寬度的技巧營造上寬下窄的視覺效果，有助顯瘦讓腿看起來更長，改善比例問題。
 - (5)身形顯寬，避免穿著寬條紋、大格子等引導視覺往橫向擴張的花紋。
 - (6)矮壯男穿著短褲配會截短小腿比例，宜鞋型厚實的短筒鞋，平衡蘿蔔腿
 - (7) 身形顯寬，避免穿著寬條紋、大格子等引導視覺往橫向擴張的花紋。
- 3.進行便服的比例搭配觀察練習與討論，**找出穿搭好比例的同學說說其原因。**
 - 4.下一堂請學生調整穿搭表現更合宜的比例並進行外拍紀錄與練習。

第四堂 Slogan 【色彩穿搭比例美】

概念：認識色彩的比例，表現人體比例美

目標：強調人體比例與服裝展現方式；實地搭配色彩比例，表現身體美感。

學習任務：

嘗試運用比例進行色彩配置

服裝的比例搭配練習

不是色彩沒選對，而是比例沒搭好。

show & tell 提問與反思：

1. 問問自己對於身材比例的審美？
2. 請問藍色或紅色上衣穿在身上會產生相同的比例感受嗎？
3. 請問可否運用色彩比例穿出比例美？

課程意圖：

1. 認識色彩的強弱比例
黃：橙：紅：綠：藍：紫 = 9：8：6：6：4：3。
2. 介紹色彩的面積比為：黃：橙：紅：綠：藍：紫 = 3：4：6：6：8：9。
3. 賞析色彩比例穿搭成功與失敗的實例
<https://www.jianshu.com/p/9cdf6f16bb21>
4. 窄肩問題，只要在上半身穿著具有膨脹效果的亮色、暖色，有顯著改善。
5. 寬版人避免穿著高明度的暖色系，否則強力的膨脹效果，會讓整個人變得非常大隻。
6. 逆向思考，寬版人也可在腰部、下半身等需要修飾的部位，穿上暗色／冷色／無彩色單品，或者局部重點使用配件，色彩的收縮特性便可帶來極佳的修飾。若再與明亮色相鄰，效果更佳。
7. 腰部搭深色單品，收縮修飾效果滿分！
8. 運用色彩特性與比例進行穿搭練習
9. 選出 6 組穿搭優缺實例，討論運用色彩與比例是否有修飾或比例美並提出改善方針。

第五堂 Slogan: 【拍下比例美感】

概念：合宜比例的選擇-實地運用色彩比例搭配服裝，修飾人體比例美感。

目標：搭配色彩修飾人體比例美感，拍下身體與空間的好比例。

學習任務：

1. 運用比例表現色彩穿搭與取景，表現視覺影像的構成美感。
2. 探究人與空間的比例關係。

show & tell 提問與反思

1. 如何運用色彩比例穿出比例美？
2. 請問橫式構圖與直視構圖拍出的人物感覺一樣嗎？
3. 取景背景的色彩與空間選擇也會影響人物的比例美感嗎？

課程意圖：

1. 實地整合服裝色彩與比例穿搭修飾身材；運用現有衣服與配件穿出比例美。
2. 體驗拍照角度也能讓身材比例改變。<https://read01.com/oL6A65Q.html>
選擇從高處往下拍，這樣可讓身材看起來更加的嬌小可愛。
採取低角度拍照，可以讓身材看起來更加的高挑。
3. 構圖比例：
「腳貼底、頭留空」人物的腳需完整並緊貼著照片底，人物頭頂的天要保留足夠空間，佔畫面 30%-70%都行。留太多，人會顯得比較小，留太少則會顯得壓迫，40%-50%之間還是最佳比例。
4. 認識不同拍攝風格的人像比例
 - (1) 臉部特寫－臉部人像照
 - (2) 頭至鎖骨－上半身人像照
 - (3) 頭至下盤－半身人像照
 - (4) 頭至大腿－四分三人像照
5. 從拍照取景過程發現人與空間的比例關係。



6. 體驗借位攝影，因為人物不同的距離拍出畫面的比例變化。



四、預期成果：

1. 發現身形體態的比例樣態。
2. 認知不同時代文化對美有不同的標準。
3. 認識自身上下身比例體態，會運用修飾方法美化身型。
4. 從生活服飾穿搭中探究與分辨比例的影響力。
5. 能進行穿搭與拍攝取景的比例運用。
6. 認同比例在生活中的價值並能展現美感。

參考書籍：

1. 設計師的材料學 Materials for Design-從原始材料到創新材質的 112 個設計革命、克里斯·萊夫特瑞、吳莉君譯、臉譜文化、2015/12
2. 女孩愛變裝-時尚服裝簡筆畫、李宜美著、紙印良品出版社、2015/10
3. 服裝設計之路 FilmCraft: Costume Design、黛博拉·納都曼·蘭迪斯 Deborah Nadoolman Landis、蔣宜臻譯、漫遊者文化、2017/07
4. 活用光線與色彩光と色の写真の教科書、Sachi Murai, Mayumi Hayashi、むらいさち、はやしまゆみ、林璟辰譯、尖端出版社、2015/03
5. 攝影師之眼 The Photographer's Eye：數位攝影的思考、設計和構圖、麥可·弗里曼 Michael Freeman、吳光亞譯、大家出版、2009/04
6. 時尚可愛設計力女心をくすぐるデザインコレクション- 抓住女孩目光的廣告案例集、リンクアップ/グラフィック社編集部、謝爾鎂譯旗標科技股份有限公司、2018/06
7. 黑白灰設計：屏棄有彩色的設計法則、善本出版有限公司、不求人文化、2018/05
8. 攝影師之路：世界級金獎攝影指導告訴你怎麼用光影和色彩說故 FilmCraft: Cinematography、麥克·古瑞吉、提姆·葛爾森 Mike Goodridge, Tim Grierson、陳家倩譯、漫遊者文化、2015/07
9. 穿著的設計思考 Shopping Design 設計採買誌第 115 期月刊、台灣巨思、2018/06

教學資源：

美感電子書、美感練習誌、美感學習工具手冊指引

教學進度表

週次	上課日期	課程進度、內容、主題
1	9/10	【尺寸的秘密】發現生活中與人體的比例。
2	9/17	【比畫 Q 漫】從漫畫表現人體頭身比例的組合樣態。
3	9/24	【調整身形大作戰】了解自己的身形，運用比例穿出美感。
4	10/1	【色彩穿搭比例美】認識色彩表現穿搭比例美。
5	10/8	【拍下比例美感】探究人與空間的比例關係
6	10/15	【品評比例美感】討論分享人與空間的比例關係

實驗課程執行內容

一、核定實驗課程計畫調整情形

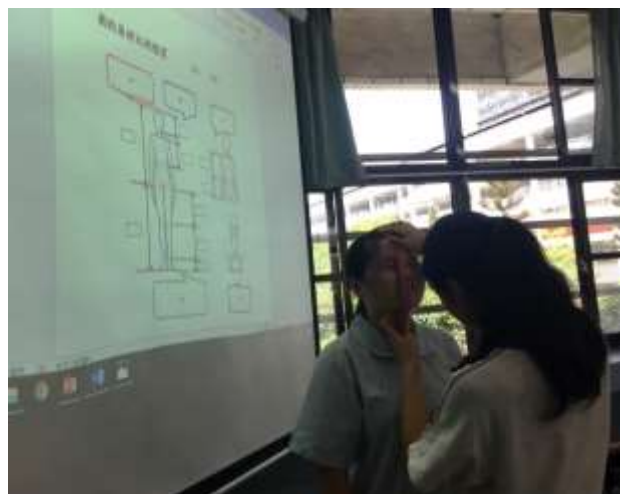
第三堂課【時代的比例美感】因西方所收集資料太多穿著暴露無法找到合宜範例，所以先取消【時代的比例美感】第三節直接上【調整身形大作戰】，第六節增修為【品評比例美感】，讓學生將穿搭與拍照的比例作品做最後的觀察討論，發現比例與生活的影響。

只有 905 班第七節增加【時代的比例美感】上課內容。

二、6 小時實驗課程執行紀錄(增加修改的內容使用紅筆)

課堂 1【尺寸的祕密】

課程實施照片：



B 學生操作流程：

1.PPT 引導 學生去觀察日常生活中「比例」。

(1)詢問學生好喝的鮮奶茶跟比例有關嗎？

(2)字體字寬會影響文字造型比例變化

2. 詢問數學中認識比（ratio）是課題，舉如長方形長寬 2:3、正方形 1:1。

3.看圖片瞭解照片有尺寸之分。

4. 提供每人一張學習單 2 人一組一個捲尺互相測量與記錄對方的身體各部位長度……
來認識比例:



(1)五官之間的尺度，了解自身的五官配置

(2)頭身的尺度，了解自身的頭身比例。

(3)四肢、肩、胸、臀的相對比例。

C 課程關鍵思考：

1.觀察發現生活中的比例樣態

2.從測量與紀錄人體發現比例。

課堂 2【比畫Q漫】

課程實施照片：

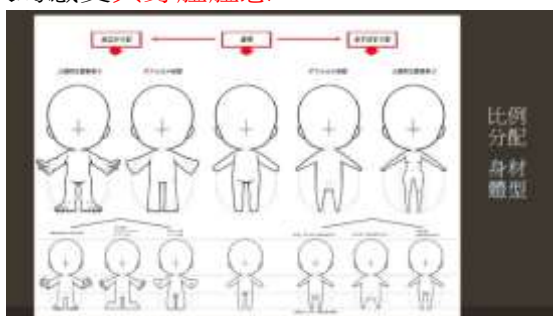
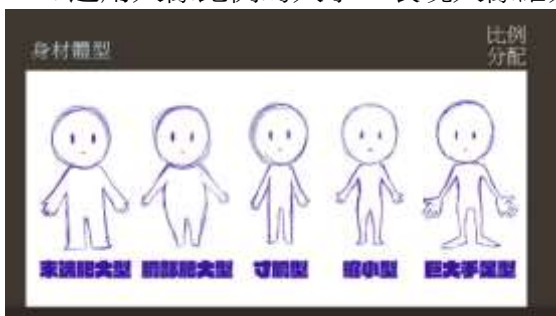


B 學生操作流程：

1. 認識漫畫的頭身比例



2. 運用人像比例的大小，表現人像給人的感受與身體體態。



3. 觀察與描寫老師 Q 漫比例人像:請先畫等分現再畫出頭身位置。

畫出頭身比例與五官位置後。請同學感受人物在畫面比例分配或改變物件比例效果。



C 課程關鍵思考：

1. 從漫畫發現人體頭身比例的組合樣態。
2. 自然生長的兒童的頭身比例? 青少年頭身比例? 成人的頭身比例?
3. 人體在紙上的大小配置，三頭身或九頭身給我們的視覺感受?
4. 人物位置安排可能表現人物的昂揚與親切特質嗎?

課堂 3【調整身形大作戰】

課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 認識自身上下身比例算法（身高一腿長）：腿長

類型	五五身	四六身	三七身
比例區間	1 : 1 ~ 1.25	1 : 1.26 ~ 1.55	1 : 1.56 以上

2. 男女穿搭比較一找出好比例穿搭:



(1)發現衣服下襬不超過身高的一半，腿長才不會太短。

(2)同色穿搭，身體不易被切斷就有修長感。

(3)褲管的長度也是「視覺長高」的關鍵，過多的褲管皺摺會造成腿短假象。

適合的褲管長度，應該修剪至鞋後跟位置，僅出現一個小皺摺。

(4)選擇的褲款也該避免寬垮褲種，而應挑選較合身的直筒剪裁，利用縮減下盤寬度的技巧，營造上寬下窄的視覺效果，有助顯瘦也能讓腿看起來更長，改善比例問題

(5)身形顯寬，避免穿著寬條紋、大格子等引導視覺往橫向擴張的花紋。

(6)矮壯男穿著短褲配會截短小腿比例，宜鞋型厚實的短筒鞋，平衡蘿蔔腿問題。

- 3.進行便服的比例搭配觀察練習與討論，找出穿搭好比例的同學說說其原因。



- 4.下一堂請學生調整穿搭表現更合宜的比例並進行外拍練習。

C 課程關鍵思考：

1. 了解自己的先天比例特性，嘗試修飾上下身比例
2. 55 身也能穿出腿長好比例?
3. 調整腰線的視覺位置可讓身材比例更美嗎?
4. 高矮肥壯如何運用比例穿出美感?

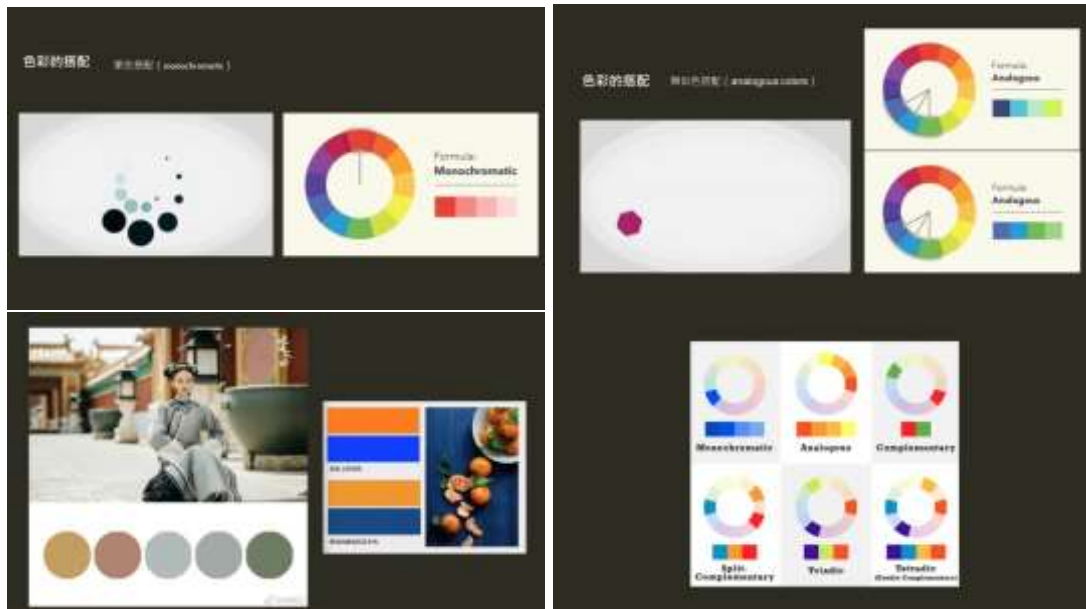
課堂 4【色彩穿搭比例美】



課程實施照片：

B 學生操作流程：

1.從 PPT 溫習色彩搭配的方式:單色配色、類似色配色、彩度配色.....



2. 認識色彩的感覺:寒暖、膨脹收縮、進退感、輕重感，詢問如何運用在服裝搭配上?



3. 運用色彩感覺的搭配建議

- (1)窄肩問題只要在上半身穿著膨脹效果的亮色、暖色可改善。
- (2)寬版人避免穿高明度的暖色系，否則強力的膨脹效果，會讓整個人變得非常大隻。
- (3)寬版人可在腰部、下半身等需修飾部位穿上暗色／冷色／無彩色單品或者局部重點配件，色彩的收縮特性便可帶來極佳的修飾。若再與明亮色相鄰，效果更佳。

(4)腰部搭深色單品，收縮修飾效果滿分！

4.針對同學穿著的便服進行色彩比例穿搭觀察比較與討論……

5.認識自己的膚色尋找適合自己的色彩？

每個人都有各自的膚色

- 衣服顏色如何選擇？
- 知道自己適合什麼顏色？
- ★適合色
- ☆不適合色
- 搭配膚色產生適當對比？
- 適合色一成不變嗎？
- 不適合色一輩子都不能穿？

膚色是冷色系還是暖色系？

- 請在陽光下觀察血管的顏色……
- 冷色調--血管偏藍紫色
- 暖色調--血管偏綠或橄欖色

找出適合自己的顏色。

才能穿出最讓人稱頌為之一驚的服裝搭配。

多看多試不斷體會。

將結果記錄下

紅色-適合任何膚色



粉色-適合白皮膚及古銅黝黑膚色



藍色-適合黃皮膚



黃色-適合冷色調的白皮膚



6.不適褐色可以善用黑灰白或適合色分開色彩

不適合色的穿搭建議

- 用黑灰白做內裡打底-把膚色與色彩區分開來
- 運用領巾配件做適當區隔
- 調整身上的色塊比例



7. 進行服裝的比例搭配練習—

找找看今天哪位同學上衣服裝色彩很適合自己的膚色，或是更能讓膚色更亮更有精神？

8.觀摩討論:請同學們比較選出穿搭優缺實例，討論運用色彩與比例修飾穿搭的改善方針。



C 課程關鍵思考：

- 1.認識色彩表現穿搭比例美
- 2.不是色彩沒選對，而是比例沒搭好。
- 3.請問藍色或紅色上衣穿在身上會產生相同的比例感受嗎？
- 4.請問可否運用色彩比例穿出比例美

課堂 5【拍下比例美感】



課程實施照片：



B 學生操作流程：

給予下列 5 種指令，請各組同學進行外拍體驗認識比例：

1. 各組討論服裝色彩與比例穿搭；提醒運用現有衣服與配件穿搭達修飾身形。
2. 體驗拍照角度也能讓身材比例改變。<https://read01.com/oL6A65Q.html>
選擇從高處往下拍，這樣可讓身材看起來更加的嬌小可愛。
採取低角度拍照，可以讓身材看起來更加的高挑。
3. 體驗橫拍直拍取景會呈現不同的人與空間的比例感受。
4. 體驗拍攝不同的比例人像取景
 - (1) 臉部特寫－臉部人像照
 - (2) 頭至鎖骨－上半身人像照
 - (3) 頭至下盤－半身人像照
 - (4) 頭至大腿－四分三人像照
5. 體驗借位攝影，因為人物不同的距離拍出畫面的比例變化。



C 課程關鍵思考：

1. 分享合宜比例的選擇-實地運用色彩比例搭配服裝，修飾人體比例美感。
2. 從拍照取景過程發現人與空間的比例關係
3. 比較運用橫式構圖與直視構圖拍出的人物感覺？

課堂 6【品評比例美感】



課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 老師示範圖片分析的方式

A 人與空間的關係-拍攝角度

A-1 構圖比例：「腳貼底、頭留空」

人物的腳需完整緊貼照片底，人物頭頂的天留足夠空間。

留太多，人會顯得比較小，留太少則會顯得壓迫，40%-50%之間還是最佳比例。

A-2 不同的人像比例拍攝風格:臉部特寫/半身/78 分身/全身

A-3 比較運用橫式構圖與直視構圖拍出的人物感覺?

B 借位攝影

C 個人沙龍照穿搭比例分析



人與空間的關係

頭



看不出身材

半身



更活潑有動態

人與空間的關係

人像比例

- (1) 臉部特寫 - 臉部入鏡
- (2) 頭至頸部 - 上半身人像
- (3) 頭至下腹 - 半身人像
- (4) 頭至大腿 - 四分之三人像
- (5) 頭到腳 - 全身像



人與空間的關係-天地構圖的運用



「置貼意，置留空」天地空間合宜



人物關係的天較大人與物比較小空間



借位攝影

桶子較攝影相機
產生放大物件感
人物縮相機較遠
造成桶子大於人許多比例

穿搭的比例美感



沙龍照分析

○上衣長合宜	上衣長合宜○
○臉膚色佳	黑色膚色較暗
九分褲	九分褲因 上衣與褲同色 腿更長○
○鞋與褲同色	鞋與褲同色○
○側式拍 身型較修長	平視拍 全身較修長○



2. 以外拍的組別進行圖文分析心得討論與紀錄……

C 課程關鍵思考：

1. 分享合宜比例的選擇-實地運用色彩比例搭配服裝，修飾人體比例美感。
2. 探究人與空間的比例關係--拍下身體與空間的好比例。
3. 運用比例取景，表現人像不同的構成美感。

三、教學觀察與反思

大部分同學很願意嘗試攜帶自己的服裝進行穿搭練習

但部分同學因為本身衣服不足或自己不積極參與課程活動，較無法嘗試三次的穿搭表現。

實地觀賞學生畢冊照片，有些同學可以學以自用讓服裝穿搭展現合宜比例美感，但有些同學並不在意。

藉由身體認識測量再進行 Q 漫表現身形比例，再請同學將生活中自己的服飾穿著做比例關注與穿搭，連結學生生活與比例息息相關，運用比例能讓生活增添自己與生活的美感與樂趣，課程過程有達其效益。

四、學生學習心得與成果

一【尺寸的秘密】發現人體的比例學習單。

我的身材比例檔案 班級: 姓名: 葉子成

單位: 公分
請寫出下列身體比例關係:

- A 上身:下身比值 $53:77$
- B 頭部:胸部比值 $23:30$
- C 胸部:腰部比值 $24:28$
- D 大眼:小眼:鼻部比值 $25:42:7$
- E 頭部:胸部比值 $19:30$

我覺得身體比例關係很有趣，可以參考。

我的身材比例檔案 班級: 姓名: 邵慶宇

單位: 公分
請寫出下列身體比例關係:

- A 上身:下身比值 $73:87$
- B 頭部:胸部比值 $21:31$
- C 胸部:腰部比值 $27:28$
- D 大眼:小眼:鼻部比值 $44:35:15$
- E 頭部:胸部比值 $19:30$

二.【比畫 Q 漫】相同老師不同頭身比例表現的漫畫作品；前四張邵慶宇老師、後四張理化老師





三.【調整身形大作戰】學生運用比例穿出服裝美感。

四.【色彩穿搭比例美】運用色彩表現穿搭比例美。



五.【拍下比例美感】實地體驗人與空間的比例探究



六.【品評比例美感】討論分享人與空間的比例心得



七.【時代的比例美感】905 班同學新的分享

欣賞完東西方個時代不同的身材美感觀，請問同學們覺得哪一時代的比例美感最欣賞？

秉樺:健康美就好，不喜歡太多樣的變化，反而很怪。

澤毅:羅莉型——小巧可愛，不用太高；促喜歡老師上課介紹的各時代女性美。

靖珊:喜歡運動健康美。

湘汧:海報女孩——平腹的視覺感較好

雅玲:砍起來健康。有肩，看起來堅強！

蕙婕:1940 年代的螢幕女孩因為帥

渝嫻:海報女孩，肚子要小一點比較好看，也可以讓腳感覺更長。

欣蓉:有腰感覺很健康!身高不用太高!

尹婷:我比較喜歡腳長，感覺比例比較好，拍照比例有優勢，顯得受高修長的身材

沛宣:欣賞海報女孩與小號女孩。

芸甄:我覺得女生有細腰很好看。

許多男生的審美未提到各時代的美感，所以以女學生心得分享為主較，符合提問內容。