

113 年至 115 年美感與設計課程創新計畫

113 學年度第 1 學期 學校課程實施計畫

高級中等學校及國民中學

設計教育課程 / 基本設計 種子教師

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：臺北市立大理高級中學 國中部

執行教師：洪淑玲 教師

輔導單位：北區 基地大學輔導

目錄

壹、課程計畫概述

一、課程實施對象

二、課程綱要與教學進度

（可帶入原有計畫書內容，如有修改請以紅字另註）

貳、課程執行內容

一、核定課程計畫調整情形

二、課程執行紀錄

三、教學觀察與反思

四、學生學習心得與成果（如有可放）

參、同意書

一、成果報告授權同意書

二、著作權及肖像權使用授權書（如有請附上）

壹、課程計畫概述（可複製原有計畫書表單，依實際授課情形修正內容）

一、課程實施對象

申請學校	臺北市立大理高級中學國中部		
授課教師	洪淑玲		
申請類別	■ 設計教育課程 (至少 6 小時) □ 基本設計 (18 小時)		
課程執行類別	■ 國民中學 □ 普通型高中 □ 技術型高中 □ 綜合型高中		
授課年級	□ 國一 ■ 國二 □ 國三 □ 高一 □ 高二 □ 高三		
班級類型	■ 普通班 □ 美術班		
課程類型	□ 高一多元選修 □ 高二加深加廣 □ 其他： _ _ _ _ _		
班級數	4 班	學生數	77 名學生

二、課程綱要與教學進度

課程名稱	幸福家餚—手繪食譜
課程主題 (可複選)	□ 色彩 □ 質感 □ 比例 ■ 構成 □ 結構 □ 構造 ■ 重大議題：A8 家庭教育 (請參考下方主題並填入)
課程主題 其他選填項目	【A】教育部 108 課綱之 19 項重大議題 A1.性別平等、A2.人權、A3.環境、A4.海洋、A5.品德、A6.生命、A7.安全、 A8.家庭教育、A9.生涯規劃、A10.資訊、A11.科技、A12.法治、A13.國際教育、 A14.閱讀素養、A15.防災、A16.能源、A17.多元文化、A18.戶外教育、 A19.原住民族教育。 【B】SDGs 聯合國「2030 永續發展目標」 B1.終結貧窮、B2.消除飢餓、B3.健康與福祉、B4.優質教育、B5.性別平權、B6. 淨水及衛生、B7.可負擔的潔淨能源、B8.合適的工作及經濟成長、B9.工業化/創 新及基礎建設、B10.減少不平等、B11.永續城鄉、B12.責任消費及生產、B13. 氣候行動、B14.保育海洋生態、B15.保育陸域生態、B16.和平/正義及健全制 度、B17.多元夥伴關係。

全新課程說明	☐ 本人過去沒有施作的課程設計。 ☐ 本人了解其他教師沒有相同課程設計。 ☐ 參考先前課程，並加入重大議題 (☐ 本人__(請填學期)_課程、☐ 《美感行動誌》收錄課程) ■課程設計創意理念： 1. 以個人對家庭最懷念的食物記憶為主題，創作個人的家傳食譜，達到家庭記憶的保留與文化傳承。 2. 透過尋找與抄錄與自家食譜相似的網路食譜，以此為依據，便於訪談家人時作修改調整。 3. 從觀察網路食譜的表現方式與呈現的內容，讓學生從中了解食譜呈現的方式，以作為後續創作時的先備知識。 4. 將完成的手繪紙本作品翻拍，重新拆解成圖、文塊的方式，讓學生運用版面編排做構成變化，讓構成的視覺美感能立即的被可視化。
一、課綱核心素養（請勾選符合項目）	
A.自主行動	☐ A1.身心素質與自我精進 ☐ A2.系統思考與解決問題 ■A3.規劃執行與創新應變
B.溝通互動	☐ B1.符號運用與溝通表達 ■ B2.科技資訊與媒體素養 ☐ B3.藝術涵養與美感素養
C.社會參與	☐ C1.道德實踐與公民意識 ☐ C2.人際關係與團隊合作 ■C3.多元文化與國際理解
二、學生先修科目或先備能力（300 字左右）	
* 先修科目： ■曾修美感教育實驗課程：（50~100 字概述內容即可） 國七曾修習過色彩、構成等美感課程。 ☐並未修習美感教育課程：（50~100 字概述內容即可） * 先備能力：（概述學生預想現狀及需求） 1. 學生擁有圖像觀察與簡筆描繪的能力。 2. 能摘錄訊息重點的能力。 3. 對於生活色彩的分析與配色、構成中如：對稱、反覆、漸層、韻律等的美的原理原則有初步了解。	

三、課程概述（300 字左右）

本課程希望透過個人對家庭最懷念的食物記憶，連結家人情感，從家庭食譜的訪談與紀錄，增進家人溝通與互動。運用藝術符號表達，將此轉化為手繪食譜，以探索食物所產生的生活美感，並達到家庭記憶的保留與文化傳承。最後將手繪紙本作品翻拍，重新拆解成圖、文塊的方式，讓學生運用版面編排做構成練習，藉此體驗構成的視覺美感的差異與變化。

四、課程目標

美感觀察	（從生活、物件或環境中觀察的對象，請列舉一至三點） 能分析食譜版面的圖文構成美感。
美感技術	（課程中學生學習的美術設計工具或技法，請列舉一至三點） 能運用 Canva 軟體做食譜版面編排。
美感概念	（課程中引導學生認識的藝術、美學或設計概念，請列舉一至三點） 能將圖文依據美的原理原則做版面編排。
其他美感目標	（融入重大議題或配合校本、跨域、學校活動等，可依需要列舉） 藉由家庭食譜的訪談與紀錄，以增進家人溝通與互動。 完成一份家傳手繪食譜，以達到家庭記憶的保留與文化傳承。

五、課程大綱、教學進度（課程週次請依課程需求增減）

週次/序	上課日期	課程目標	內容綱要/操作描述 (紅字為修正部分)
1	11/25 - 11/29	<u>最懷念的味道...</u> 從網路食譜尋找與自家最相近的食譜，並試寫食譜後回家詢問家人做修改，完成家傳食譜的文稿。	1. 提問與分享：以「自家餐桌上最懷念的菜餚？原因？」提問，請學生分享自己的看法。 2. 網路食譜大觀園： A. 搜尋與辨別：從網站中相似菜餚的不同做法中、尋找與自家最相近的食譜。 B. 試寫食譜：將食譜內容（材料、份量與作法）以「黑筆」填寫於學習單內。 回家作業：回家詢問家人，修改部分以「紅筆」修改標示，並說明差異原因。
2	12/02 - 12/06	<u>手繪心滋味-版面</u> 欣賞各種手繪食譜表現方式、版面型態後，確立自家食	1. 分享與討論：小組討論回家詢問的結果並說明與網路食譜的差異。 2. 版面分析與編排： A. 說明繪製注意事項。以圖文方式呈現食譜，

		譜版面形式。	文字部分，包含：標題(食譜名稱)、材料(含份量)、作法(條列式)、溫馨提醒共四部分。 B. 從網路尋找手繪食譜作品，欣賞與分析各種手繪食譜表現方式、版面型態...等。學生選擇欣賞的作品版面格式，轉化成自己的版面。 3. 繪製版面編排草圖：以圖文框繪製版面編排草圖，方便師生溝通。
3~4	12/09 - 12/20	手繪心滋味-圖文轉化 以色鉛筆或彩色筆的表現方式繪製食譜。	1. 簡報說明：說明色鉛筆與彩色筆上色與配色要點。 2. 轉化圖文：將文字版的製作流程，轉為圖文方式的呈現，並以手繪方式繪製食譜。 3. 重現家餚：以鼓勵加分方式，兩週時間為限，請學生與家人合作，在家製作食譜中菜品並拍照後寄給老師，於課程最後一週分享。
5~6	12/23 - 01/03	版面大不同 運用 canva 軟體做版面編排，讓學生能快速感知構成變化下的視覺美感。	1. 簡報說明：說明以平板翻拍平面作品的注意要點。 2. 翻拍手繪食譜：以平板運用 Lens 的 APP 翻拍手繪食譜後，將食譜內的圖片轉成一張張獨立的照片。 3. 排排看：導入圖片的照片，輸入文字，運用 Canva 軟體做版面編排。透過圖與文的縮放、編修等的不同排列，讓學生迅速感知不同構成變化下的視覺美感。
7	01/06 - 01/10	話我家餚--分享與回饋 作品分享，並藉由同樣的圖文內容，因不同的版面配置，探討構成的視覺美感變化。	1. 作品分享： A. 分享同學重現家餚的照片。 B. 將手繪食譜拍照，並將重新以 Canva 排版的食譜輸出成 jpg 檔，2 者分享於 Padlet。並將手繪作品張貼磁性白板上。 2. 先個人以平板觀賞同學的作品後，再推舉同學上台分享版面構成美感的心得。 3. 於 Padlet 上書寫自己心得，並回饋同學。

六、預期成果

1. 本課程希望透過個人對家庭最懷念的食物記憶,連結家人情感,從家庭食譜的訪談與紀錄,增進家人溝通與互動。
2. 運用藝術符號表達將此轉化為手繪食譜,以探索食物所產生的生活美感,並完成一份家傳手繪食譜,以達到家庭記憶的保留與文化傳承。
3. 將手繪紙本作品翻拍,重新拆解成圖、文塊的方式,讓學生運用版面編排做構成練習,藉此體驗構成的視覺美感變化。

七、參考書籍 (請註明書名、作者、出版社、出版年等資訊)

1. 賴佳芬(2021)。Rea 手繪食譜。布克文化。
2. 陳淑華(2018)。灶邊煮語：台灣閩客料理的對話。遠流。
3. 大頭兒、大 A 先生(2024)。巴逗腰 (肚子餓了)。野人。
4. 咪卡(2023)。吃可愛長大！料理網紅、手繪插畫家 都是咪卡！美食 or 減脂、畫畫 or 微健身,我全都要啦。野人。
5. 文淵閣工作室(2023)。用 Canva 設計超快超質感：平面、網頁、電子書、簡報、影片製作與 AI 繪圖最速技。碁峰。
6. 鄧君如、文淵閣工作室(2024)。Canva+AI 創意設計與品牌應用 250 招：從商業技巧、社群祕技到 AI 圖文影音特效。碁峰。

八、教學資源

單槍、電腦視聽設備、麥克風、簡報筆、平板、觸控筆、網路、實物投影機。

翻拍軟體：Lens

排版軟體：Canva

作品展示軟體：Padlet

食譜網站：

1. 愛料理食譜社群平台-- <https://icook.tw/>
2. 楊桃美食網-- <https://www.ytower.com.tw/recipe/>
3. 食譜筆記-- <https://cookpad.com/tw>
4. 料理 123-- <https://www.wecook123.com>

貳、課程執行內容

一、核定課程計畫調整情形

(請簡要說明課程調整情形即可)

1. 分析版型部分從教師提供數個版型的介紹方式，改由學生先從網路搜尋手繪食譜照片後，選擇自己喜歡的版型做分析，再確認是否適用於自己的食譜，可選擇修改或放棄重選。如此更能讓同學有更多元的版面表現。
2. 照片翻拍選用 App (Lens)的幫忙，避免照片變形。
3. 原定第五節「版面大不同」將以一節課做電子版面處理，但實際上學生對於軟體不熟、平板使用 Canva 不如桌機的便捷，因此造成時間不足，故臨時又增加一節課。因此總節數從 6 節改為 7 節。
4. 作品分享改由 Padlet 做紙本與修改後電子檔作品同時呈現，方便師生同時觀賞 2 張作品，增加互動的及時性與便利性。

二、課程執行紀錄

課堂 1

A 課程實施照片：

1. Find a recipe similar to your family's favorite dish below. Write down the ingredients and steps in black.
請從下列食譜社群平台搜尋與自家餐桌上最懷念的菜餚最相近的食譜，以「黑筆」紀錄材料與做法。

2. Ask your family about their traditional method. Mark changes in red and explain.
回家後請向家人詢問菜餚的家常做法，若有修改的部分請以「紅筆」標示，並說明之與差異。

Dish Name / 菜餚名稱: 薑蔥糯米飯

Online Source / 網路資料來源: Family Member (Relationship) / 提供食譜家人(關係): 媽媽

Ingredients (Quantity/Unit) / 食材 (數量/單位)

Seasonings (Quantity/Unit) / 調味料 (數量/單位)

糙米 4杯

薑蔥粉 1匙

Steps (Use bullet points) / 作法 (請以條列式書寫)

① 薑蔥粉放入小碗，加水調勻
② 糙米洗淨，浸泡淨水6~8h，瀝乾，一併放入1~1.5杯的薑蔥湯，煮熟
③ 洗淨糙米
④ 倒入米的1.2倍的水
⑤ 加入薑蔥粉拌勻
⑥ 放入電鍋，外鍋1杯水，煮至電鍋跳起完成！

Explanation of Recipe Differences / 食譜差異說明:

Reminders (Tips for choosing or preparing ingredients) / 溫馨提醒 (選材或製作須注意的事項)

參考食譜網站:
➢ 愛料理食譜社群平台-<https://cook.tw/>
➢ 媽咪美食網-<https://www.themom.com.tw/recipe/recipe-search.asp>
➢ 料理123-<https://www.recipe123.com/>

編號: 123

1. Find a recipe similar to your family's favorite dish below. Write down the ingredients and steps in black.
請從下列食譜社群平台搜尋與自家餐桌上最懷念的菜餚最相近的食譜，以「黑筆」紀錄材料與做法。

2. Ask your family about their traditional method. Mark changes in red and explain.
回家後請向家人詢問菜餚的家常做法，若有修改的部分請以「紅筆」標示，並說明之與差異。

Dish Name / 菜餚名稱: 香茅炒飯

Online Source / 網路資料來源: Family Member (Relationship) / 提供食譜家人(關係): 外公

Ingredients (Quantity/Unit) / 食材 (數量/單位)

Seasonings (Quantity/Unit) / 調味料 (數量/單位)

香茅醬X1 豬肉X半塊 降度飯
蔥X1 玉米X1罐 雞蛋X4顆

鹽X1匙半 味素X1匙半 豬油

Steps (Use bullet points) / 作法 (請以條列式書寫)

① 煮飯-降度飯
② 切半塊豬肉(切丁) 培根泡水洗掉多餘鹽分切快豬肉、蔥
③ 煎培根，打蛋加進去 加五胡椒碎肉、鹽巴
④ 加飯，炒拌分明後加香茅醬
⑤ 已全鍋

Explanation of Recipe Differences / 食譜差異說明:
①降度飯選水 ②切豬肉蔥
③玉米罐用篩網濾乾水 ④打蛋加鹽巴(加味素) ⑤炒豬肉 蔥起鍋備用
⑥炒蛋 ⑦加飯 加香茅醬 ⑧加豬肉、蔥、玉米最後加(全部用豬油炒)

Reminders (Tips for choosing or preparing ingredients) / 溫馨提醒 (選材或製作須注意的事項)

參考食譜網站:
➢ 愛料理食譜社群平台-<https://cook.tw/>
➢ 媽咪美食網-<https://www.themom.com.tw/recipe/recipe-search.asp>
➢ 料理123-<https://www.recipe123.com/>

編號: 123

↑ 回家詢問家人，修改部分以「紅筆」修改標示

B 學生操作流程：

最懷念的味道

1.提問與分享：以「自家餐桌上最懷念的菜餚？原因？」提問，請學生分享自己的看法。

2.網路食譜大觀園：

A. 搜尋與辨別：從網站中相似菜餚的不同做法中、尋找與自家最相近的食譜。

B. 試寫食譜：將食譜內容（材料、份量與作法）以「黑筆」填寫於學習單內。

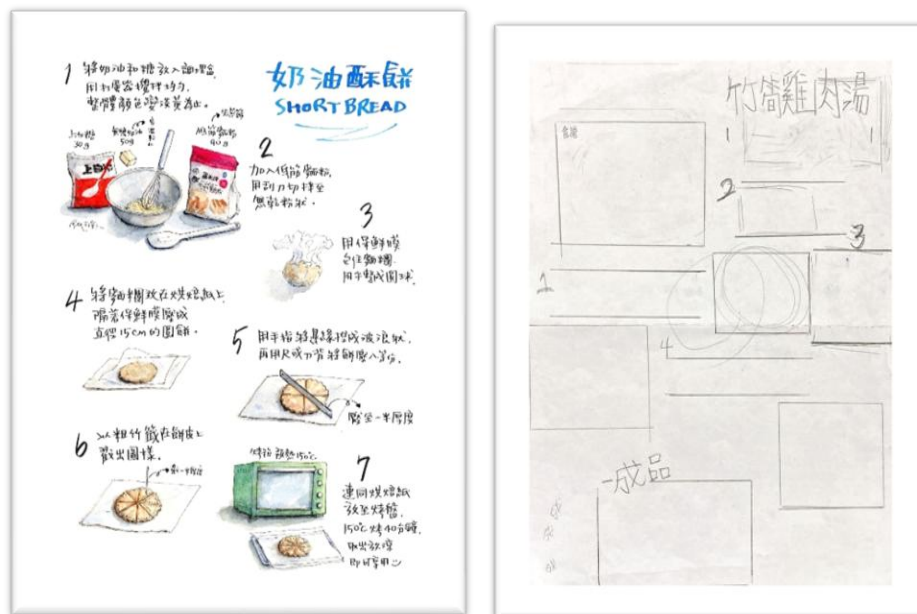
3.回家作業：回家詢問家人，修改部分以「紅筆」修改標示，並說明差異原因。

C 課程關鍵思考：

先藉由抄寫網路相近的食譜，讓學生了解食譜基本格式，也幫助學生回家詢問家長時，以既有內容修改，將變動部分用紅筆標示，區別差異部分，得以快速掌握內容。

9

A 課程實施照片：



↑ 學生選擇欣賞的作品版面格式，轉化成自己的版面

(參考資料：Rea 手繪食譜)

手繪心滋味-版面

1. 分享與討論：小組討論回家詢問的結果並說明與網路食譜的差異。
2. 版面分析與編排：
 - A. 說明繪製注意事項。以圖文方式呈現食譜，文字部分包含：標題(食譜名稱)、材料(含份量)、作法(條列式)、溫馨提醒共四部分。
 - B. 從網路尋找手繪食譜作品，欣賞與分析各種手繪食譜表現方式、版面型態...等。

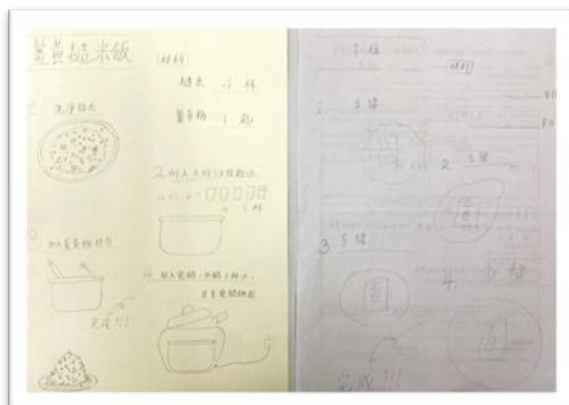
學生選擇欣賞的作品版面格式，轉化成自己的版面。
3. 繪製版面編排草圖：以圖文框繪製版面編排草圖，方便師生溝通。

C 課程關鍵思考：

一般學生繪圖習慣是直接在紙上繪製，比較不會先繪製多個版面配置的草圖後，經選擇後再正式繪製。因此先以圖文框方式，讓學生快速產出草圖，方便師生溝通。

圖文框的運用，可以請學生先從網路上找尋自己喜歡的作品，將找到的作品轉化成圖文框後，再依此轉化成符合自己食譜內容的版面配置。

A 課程實施照片：



↑ 學生選擇色鉛筆或彩色筆為食譜上色

↑ 版面轉化成食譜的鉛筆草圖

B 學生操作流程：

1. 簡報說明：說明色鉛筆與彩色筆上色與配色要點。
2. 轉化圖文：將文字版的製作流程，轉為圖文方式的呈現，並以手繪方式繪製食譜。
3. 重現家餚：以鼓勵加分方式，兩週時間為限，請學生與家人合作，在家製作食譜中菜品並拍照後寄給老師，於課程最後一週分享。

C 課程關鍵思考：

手繪心滋味—圖文轉化

食譜著色方式選擇容易操作的色鉛筆與彩色筆，以方便能在 2 週內完成紙本作品。提供水性色鉛筆與柔繪筆供學生使用，並說明著色要點，讓作品也能呈現如水彩般的效果，讓學生能有更多元的體驗。

請學生利用假日，與家人一同「重現家餚」。有許多學生表示家裡不開伙，無法重現。因此對於這部分課程施行，有些困難性。

A 課程實施照片：



↑ 從手繪紙本食譜，透過軟體重新產生 3 種不同的版面變化。(80222)

B 學生操作流程：

1. 簡報說明：說明以平板翻拍平面作品的注意要點。
2. 翻拍手繪食譜：以平板運用 Lens 的 APP 翻拍手繪食譜後，將食譜內的圖片轉成一張張獨立的照片。
3. 排排看：導入圖片的照片，輸入文字，運用 Canva 軟體做版面編排。透過圖與文的縮放、編修等的不同排列，讓學生迅速感知不同構成變化下的視覺美感。

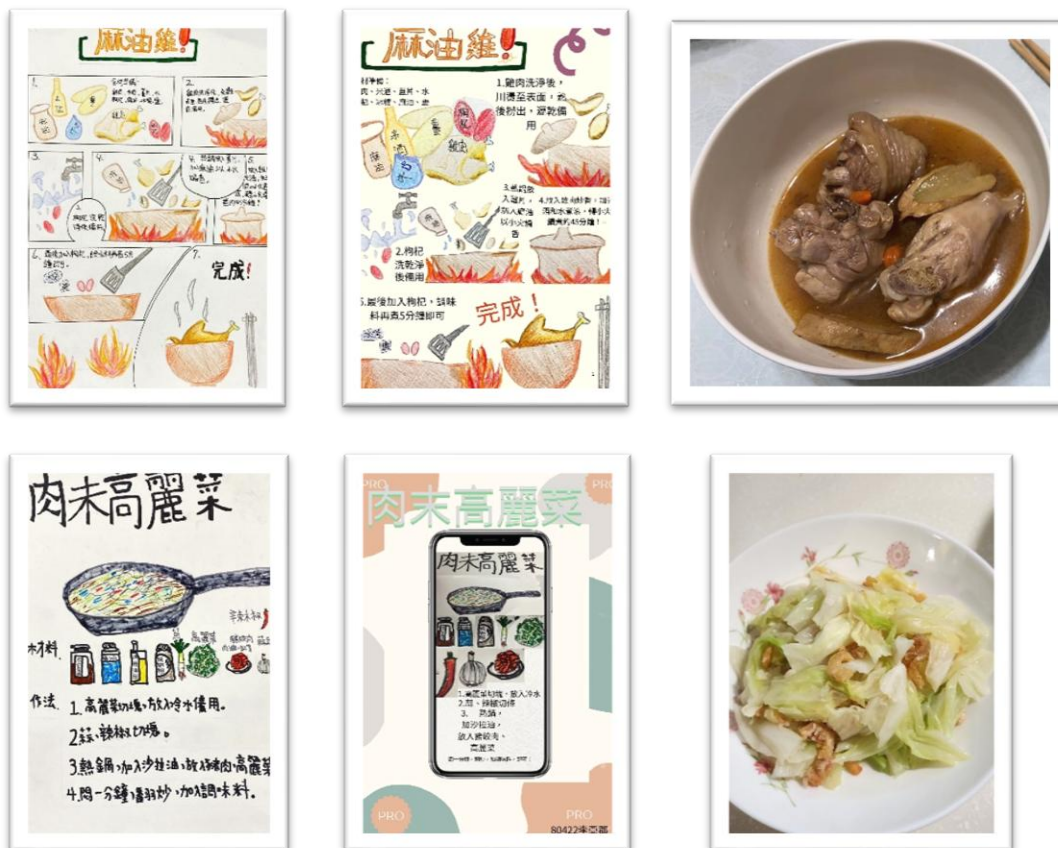
C 課程關鍵思考：

版面大不同

為避免學生翻拍作品圖面變形，使用 Lens 的 App 幫忙處理，以防變形。另外翻拍時也須提醒學生勿造成畫面陰影，可藉由調整拍攝角度處理。

為畫面美觀，翻拍的照片宜作去背處理。一般免費版 Canva 無去背功能，版面也有限制，因此教師宜先在 Canva 建立班級，邀請學生使用後，學生才能擁有與教師相同的教育版功能。

A 課程實施照片：



↑ 手繪紙本食譜、重新電子排版的食譜、回家製作的成品照片。(80109、80424)

B 學生操作流程：

話我家餚—分享與回饋

1. 作品分享：

A. 分享同學重現家餚的照片。

B. 將手繪食譜拍照，並重新以 Canva 排版的食譜輸出成 jpg 檔，2 者分享於 Padlet。並將手繪作品張貼磁性白板上。

2. 先個人以平板觀賞同學的作品後，再推舉同學上台分享版面構成美感的心得。

3. 於 Padlet 上書寫自己心得，並回饋同學。

C 課程關鍵思考：

用 Padlet 分享作品，方便跨班、其他師長都能藉此看到所有同學的作品，產生更大的學習效益。因現在很多家庭以外食為主，因此回家製作菜餚拍照繳交數量並不多。

三、教學觀察與反思

(遇到的問題與對策、未來的教學規劃等等，可作為課程推廣之參考)

1. 本課程一開始請學生分享「自家餐桌上最懷念的菜餚？原因？」時，常有學生表示「我們家不開伙，最常吃的是便當，沒什麼好懷念的！」呈現忙碌現代人的家庭生活，對此會請學生用另一角度去思考，令自己懷念或想吃的菜餚，不僅限自家自製的菜餚。
2. 本教案在未來教學軟硬體資源更豐沛時，可取消手繪方式，直接用電繪方式進行，對於版面調整的靈活性應更為方便。

四、學生學習心得與成果

(學生學習回饋如有可放)

80202			
80104			