

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
113 學年度第二學期美感智能閱讀計畫

成果報告書

主辦單位：教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 台北市松山區民族國民小學

執行教師： 徐雋涵 教師

目錄

一、 美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

二、 同意書

1. 成果報告授權同意書
2. 著作權及肖像權使用授權書 (如有請附上)

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	台北市松山區民族國民小學
授課教師	徐雋涵
教師主授科目	國語、數學、社會、綜合、健康
班級數	1 班
學生總數	27

二、課程概要與目標

課程名稱	我很好，不需要一模一樣				
報紙使用 期數及頁數	第 19 期，第 8 頁		文章標題	《你的臉不是你的臉：容貌焦慮的世代，如何穩住自己？》 《羨慕、挫折與成長：如何在比較中找到真正的自己？》	
課程融入 議題	■ 性別平等教育 □ 原住民族教育 □ 生涯規劃教育 □ 多元文化教育 □ 閱讀素養教育 □ 人權教育 □ 環境教育 □ 海洋教育 □ 科技教育 □ 能源教育 □ 家庭教育 ■ 品德教育 ■ 生命教育 □ 法治教育 □ 資訊教育 □ 安全教育 □ 防災教育 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 無特定議題 □ 其他_____				
施作課堂	綜合	施作總節數	2	教學對象	■ 國民小學 六 年級 □ 國民中學 _____ 年級 □ 高級中學 _____ 年級 □ 職業學校 _____ 年級

1. 課程活動簡介

本課程以《安妮新聞》第 19 引導素材，設計一系列關於自我認同與人際尊重的活動。

課程首先引導學生從圖片中認識「美」的多樣形式，再透過兩篇文章引導他們思考外貌焦慮與比較心理對自我價值的影響。在討論與表達過程中，學生將進行三個創作任務：心靈塗鴉、濾鏡反思卡與界線地圖，讓學生在輕鬆創作中表達內心，並覺察自我與他人界線的重要性。最後以「每個人都不一樣」作結，引導學生理解唯有互相尊重，才能共同創造安心共處的班級氛圍。

2. 課程目標

- (1)學生能辨識「美」的多樣性與文化建構性。
- (2)學生能說出自己在面對比較與社群壓力時的情緒感受。
- (3)學生能以創作方式反思過去與現在對自我形象的期待。
- (4)學生能認識人際界線，並練習表達自我需求與保護界線。
- (5)學生能理解每個人不同、相互尊重的重要性。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果



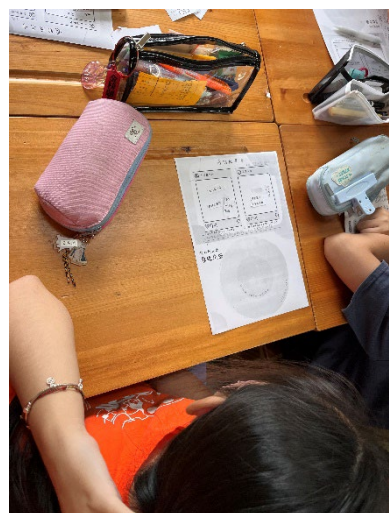
學生共讀報紙



找出與自己共鳴的段落



學生創作濾鏡反思卡



思考界線地圖

我和他人的界線地圖	我和他人的界線地圖
學生成果	學生成果

2. 課堂流程說明

一、引起動機：美有很多種（5 分鐘）

教師出示不同文化、風格、體型的圖片，引導學生討論：「你覺得這些人美嗎？為什麼？」強調「美」沒有唯一標準。

二、課程活動 1：《容貌焦慮的世代，如何穩住自己？》（25 分鐘）

(1) 閱讀《容貌焦慮的世代，如何穩住自己？》

(2) 學生簡短口頭分享共鳴句。

(3) 問題快問快答：「你曾羨慕誰的什麼？」並用便利貼分類貼上（如外貌、成績、人緣等）

(4) 創作任務——心靈塗鴉

播放輕柔音樂，學生閉眼深呼吸，並在紙上自由塗鴉，表現自己在焦慮時的情緒線條。

三、課程活動二：做自己是什麼意思？（25 分鐘）

(1)閱讀《如何在比較中找到真正的自己》精選段落

(2)引導討論：「做自己是什麼意思？」、「我們一定要一樣嗎？」

(3)創作任務二—濾鏡反思卡

- 左邊畫出過去想讓別人看到的自己（可用貼圖、文字、畫圖）
- 右邊畫出現在想展現的自己（可用貼圖、文字、畫圖）

(4)鼓勵學生自願分享濾鏡反思卡內容

四、課程活動三：我和他人的界線地圖（10 分鐘）

(1)教師說明「人際界線」概念，舉例生活中被打擾、越界的經驗

(2)學生畫在兩個同心圓裡分別填入：外圈「我願意分享的事」、內圈「我想保護不讓人輕易碰觸的事」

(3)教師示範並共同討論

五、課程總結：尊重差異，共好生活（5 分鐘）

(1)引導學生發表：「我今天學到的最重要的事是...」

(2)強調：做自己不是自私，而是尊重自己，也要練習尊重別人。

3. 教學觀察與反思

(1)部分學生對「焦慮」或「界線」的語詞較不熟悉，可以搭配生活舉例加強理解，或是丟出可能有爭議的內容(例如：秘密)讓大家一起討論。

(2)心靈塗鴉活動效果佳，學生表現投入，但仍有部分同學會想「刻意」畫出圖案，所以教師須引導學生放鬆與放空，交給手自己動。

(3)濾鏡反思卡部分，因擔心學生不敢畫圖，所以提供貼圖素材、形容詞語詞卡輔助創作，但就會變成有些同學的創作比較隨便。

(4)界線地圖活動易引發共鳴，學生會觀察他人界線不同。可搭配同理練習作為延伸。

(5)後續可以結合輔導課程深化「自我認識與人際尊重」主題，持續培養情緒與關係素養。

