

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：臺中市立神岡高級工業中等學校

執行教師： 謝孟勳 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

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	臺中市立神岡工業高級中等學校
授課教師	謝孟勳
教師主授科目	藝術家與他們的自畫像
實際授課班級數	1 班
實際教授學生總數	29 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	自畫像				
報紙使用 期數及頁數	第 17 期，第 3 頁		文章標題	藝術家與他們的自畫像	
課程融入 議題	☐ 性別平等教育 ☐ 閱讀素養教育 ☐ 能源教育 ☐ 資訊教育 ☐ 無特定議題 ☐ 原住民族教育 ☒ 人權教育 ☐ 家庭教育 ☐ 安全教育 ☐ 其他_____ ☒ 生涯規劃教育 ☐ 環境教育 ☒ 品德教育 ☐ 防災教育 ☒ 多元文化教育 ☐ 海洋教育 ☐ 生命教育 ☐ 戶外教育 ☐ 科技教育 ☐ 法治教育 ☐ 國際教育				
施作課堂	4	施作總節數	3	教學對象	☐ 國民小學_____年級 ☒ 國民中學 2 年級 ☐ 高級中學_____年級 ☐ 職業學校_____年級

1. 課程活動簡介

課程單元: 擁抱失敗，成為自己——從心出發的自畫像

一、閱讀文章：《以成為自己才是人生最重要的目的》

教師引導學生理解文中重點，人生的目標不在於完美，而在於「成為真正的自己」

二、練習擁抱失敗的 4 個步驟：

1. 接納自己 2. 調整自己的情緒 3. 練習自我鼓勵 4. 重新出發並實踐

2. 小組討論 (15 分鐘)

提問並討論：

「哪一個步驟對你來說最難？為什麼？」

「你曾經怎麼從低潮中走出來？或者還在努力？」

分享彼此經驗，鼓勵學生開放心胸。

三、自畫像創作

1. 告訴學生他們將創作一幅自畫像，不只是畫外貌，而是畫出**「此刻的自己」**：
2. 生活背景：家、學校、社交、壓力、興趣.....
3. 內在心境：情緒狀態、內心聲音、自我鼓勵的語句等
4. 材料自備或提供：素描紙、彩色筆、水彩、拼貼素材等。

四、開放自願學生分享自己的作品與創作想法

1. 鼓勵學生自由表達，不需追求寫實，可抽象、象徵、漫畫風皆可。

教師總結：每個人的人生都有不完美的時刻，但透過覺察與表達，我們都在成為更完整的自己。

2. 課程目標

1. 引導學生認識與接納人生中的失敗與低潮。
2. 學習處理負面情緒的具體步驟：接納、調整、鼓勵、實踐。
3. 透過閱讀與討論深化自我覺察，提升情緒韌性。
4. 透過創作「心境自畫像」表達當下的生活與內在狀態。

教學重點與提醒：

1. 創造安全的分享空間，尊重彼此經驗。
2. 鼓勵學生用創作面對自己，而非急於「解決」問題。
3. 可依據學生狀況延伸為系列課程，如製作心情日誌、自我對話卡片等

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果



2. 課堂流程說明

這堂課以刊物中介紹的藝術家、詩人與哲學家為起點，透過他們對「我是誰？」的深刻思考，引導學生探索自我認識與存在的意義。課堂首先進行分享與討論，讓學生了解不同創作者如何面對生命的疑問與挑戰。接著，閱讀文章〈成為自己才是人生最重要的目的〉，進一步引導學生思考如何面對人生中的失敗與低潮。我們將透過四個步驟——接納自己、調整情緒、練習自我鼓勵與從失敗中學習，幫助學生建立面對挫折的正向態度。最後，學生將以自畫像的形式，描繪自己在生活中的背景與當下心境，不僅呈現外貌，也反映內在情緒與思考。這堂課旨在讓學生學會自我認識與接納，在創作中重新看見自己的價值與力量。

3. 教學觀察與反思：

在這次課程中，學生對於失敗與情緒的探討反應真誠，能初步表達自身經驗。然而在進行自畫像創作時，發現多數學生對人像構圖仍感到困難，特別是五官比例與表達心境的結合。因此將課程延長為三堂課，加入基礎繪畫練習與情感圖像引導，幫助學生更自信地描繪自己，也更深入地理解「成為自己」的意涵。