

113 年至 115 年美感與設計課程創新計畫
114 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：臺北市立至善國民中學

執行教師：林怡葶 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

學校名稱	臺北市立至善國民中學		
授課教師	林怡葶		
申請類別	<input checked="" type="checkbox"/> 設計教育課程 (至少 6 小時) <input type="checkbox"/> 基本設計 (18 小時)		
執行階段別	<input checked="" type="checkbox"/> 國民中學 <input type="checkbox"/> 普通型高中 <input type="checkbox"/> 技術型高中 <input type="checkbox"/> 綜合型高中		
授課年級	<input type="checkbox"/> 國一 <input checked="" type="checkbox"/> 國二 <input type="checkbox"/> 國三 <input type="checkbox"/> 高一 <input type="checkbox"/> 高二 <input type="checkbox"/> 高三		
班級類型	<input checked="" type="checkbox"/> 普通班 <input type="checkbox"/> 美術班		
高中課程類型	<input type="checkbox"/> 多元選修 <input type="checkbox"/> 加深加廣 <input type="checkbox"/> 其他 _ _ _ _ _		
班級數	_ 2 _ 班	學生數	_ 27 _ 名學生

二、課程綱要與教學進度

課程名稱	營養午餐改造計畫
操作構面 (可複選)	<input type="checkbox"/> 色彩 <input type="checkbox"/> 質感 <input checked="" type="checkbox"/> 比例 <input checked="" type="checkbox"/> 構成 <input type="checkbox"/> 結構 <input type="checkbox"/> 構造
重大議題 (勾選一或兩項)	<input checked="" type="checkbox"/> 特別聚焦： <u>B12.責任消費及生產</u> (若有，請填寫 1 項) <input type="checkbox"/> 相關觸及：_ _ _ _ _ (若有，請填最多 3 項)
重大議題 選填項目 (填入上方欄位)	<p>【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。</p> <p>【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。</p>
創新課程說明	讓學生以 Kit 構成理解排版概念，以銜接設計菜單排版。
一、課綱核心素養 (請勾選符合項目)	
A.自主行動	<input type="checkbox"/> A1.身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2.系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> 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 <input checked="" type="checkbox"/> 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 <input checked="" type="checkbox"/> 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

* 先修科目：美的原理原則、色彩學

* 先備能力：

學生已具備美感原則、色彩應用與素描排線等基礎視覺藝術能力，並於上學期完成動物貼圖的繪畫任務，具備銜接本課程菜單設計與立體食物模型創作所需之先備知識與技能。

三、課程概述

有鑑於學生都不太喜愛營養午餐，因此本課程以「營養午餐改造計畫」為主題，結合視覺藝術與永續發展教育，引導學生運用在地與當季蔬菜，以創造兼具美味與永續理念的創意餐點。課程初期將透過設計觀察與案例欣賞，認識永續飲食相關議題，如地產地消、剩食再利用、植物性飲食等。同時導入字體設計與版面構成教學，讓學生學習如何透過排版、比例、色彩等元素，創作具有風格與美感的餐點視覺設計。

課程中，學生將統整生活中常見的食材，並根據當季蔬果設計一份創新菜單，搭配插畫與文字說明，提出小組的營養午餐提案。為了強化立體思考與創作表達，學生亦會以回收素材製作出餐點模型，展現其設計構想與飲食哲學。課程最終以發表會方式呈現，鼓勵學生將永續觀念實踐於日常生活中，成為更有意識的消費者與創作者。

四、課程目標

美感觀察	學生從學校營養午餐菜單到校外餐廳的菜單，觀察、分析其中吸引顧客的點
美感技術	字型運用與排版設計、回收物塑形
美感概念	瞭解排版的原則與色彩搭配概念
其他美感目標	結合永續發展目標

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
1	10/30	認識永續飲食與SDGs	1. 引導影片與提問引起動機 【看電視吧 EP1】超級體能王 PK! https://www.youtube.com/watch?v=XdZAo5D-BB0 2. 認識 SDG12與永續飲食議題：說明 SDG 12「責任消費與生產」子目標與永續飲食概念 3. 小組討論與分享個人經驗：小組討論常吃的學校或家中午餐，有無浪費？是否有當季食材？若不喜歡學校午餐，是否又另外買輕食？→碳足跡的問題。延伸：瞭解日本的營養午餐 回家作業：發學習單記錄 2 天便當內容與食材來源，下堂課分享觀察

2	11/06	食物設計靈感蒐集	<p>教師說明本單元菜單設計的原因：避免浪費，那要如何設計符合大眾喜歡、營養的菜色？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 欣賞創意菜單 / 便當設計：介紹創意便當、文青菜單、地方特色便當 (Pinterest/IG 實例) 2. 分析設計元素 (顏色搭配、視覺重點、命名風格、在地文化元素...等) 與記錄當季在地食材 3. 小組討論：根據上週便當觀察，討論有哪些地方可創新或永續轉化
3	11/13	字體與排版練習	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識字型風格 (如圓潤、手寫感、俐落等) 與排版原則 2. 排版原則：小組分析不同類型的菜單之排版原則 3. 抽題練習：學生依據抽到的食物類型，利用平板挑選符合的字體 (風格搭配主題) 與簡單構圖 <p>回家作業：同學喜歡什麼樣的午餐/菜色？</p>
4	11/20	菜單草圖發想與提案	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論：同學喜歡的菜色為何？如何兼具喜好、環境友善、營養？預算的控制？ 2. 學生根據蒐集資料發想創意營養午餐草圖 <p>設計重點：字體運用、插圖風格、色彩搭配、構圖概念</p> <p>3. 小組提案與同儕回饋</p>
5	11/27	菜單設計	<ol style="list-style-type: none"> 1. Quizizz 複習字型、排版原則 2. 菜單排版設計：使用之前的草圖進行精修，包括標題設計、版面規劃、插圖描繪、文字敘述等 <p>-提供設計模板、版面建議與色彩配色卡參考</p>
6-9	12/04-01/08 (遇到兩次國定假日)	立體食物模型創作 (回收素材)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 示範模型製作技巧與素材使用：介紹如何使用報紙、塑膠袋、廢棄容器、海綿等回收材料製作食物模型，分享丹鳳高中瀚海美術室之垃圾食堂照片。 2. 學生根據菜單的菜色進行模型實作，教師個別確認與指導
10	01/15	整體菜單設計完成與展示	<ol style="list-style-type: none"> 1. 完成完整菜單排版設計與理念說明：完成菜單的美編、模型擺設說明卡撰寫

六、預期成果

- 學生能夠瞭解永續飲食知識、辨識在地與當季蔬果，並嘗試應用於餐點設計中
- 學生能夠以組為單位完成一份完整的「營養午餐改造計畫—創意菜單」設計作品
- 學生能夠使用回收素材製作「立體食物模型」

七、參考書籍 (請註明書名、作者、出版社、出版年等資訊)

- 美感教育課程推廣計畫：Kit 構成 https://issuu.com/tzu-tetsai/docs/kit-__9bb8464409cdb9
- 最強排版設計：32個版面關鍵技巧，社群小編、斜槓設計，自學者神速升級！（作者：ingectar-e / 譯者：黃薇嬪 / 出版社：積木文化 / 2023）
<https://www.books.com.tw/products/0010966340?sloc=main>

八、教學資源

電腦、投影、教師與學生蒐集之菜單、圖畫紙、色鉛筆、水彩紙、水彩

貳、課程執行內容

一、核定課程計畫調整情形

因為本學期還有與輔導室合作之課程，所以可以操作美感設計的時間被壓縮，又遇到段考和兩次的國定假日，因此學生實作的時間比預定的少。

二、課程執行紀錄 (請依據課程小時數複製下表，並依課程順序填寫執行內容)

課堂 1

A 課程實施照片：



第一節課因講述時間較多，故無法拍攝課程內容

B 學生操作流程：

1. 觀看影片 <https://www.youtube.com/watch?v=XdZAo5D-BB0>
2. 認識 SDG12與永續飲食議題：說明 SDG 12「責任消費與生產」子目標與永續飲食概
3. 小組討論與分享個人經驗：小組討論常吃的學校或家中午餐，有無浪費？是否有當季材？若不喜歡學校午餐，是否又另外買輕食？

C 課程關鍵思考：

我們每天吃的午餐，和環境永續之間有什麼關係？

課堂 2

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 欣賞創意菜單 / 便當設計：介紹創意便當、文青菜單、地方特色便當 (Pinterest/IG 實例)
2. 分析設計元素 (顏色搭配、視覺重點、命名風格、在地文化元素...等) 與記錄當季在地食材
3. 分享學習單的書寫內容 (家人/朋友的訪談)

C 課程關鍵思考：

一份好的菜單，如何同時兼顧美味、營養與避免浪費？

課堂 3

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 認識字型風格 (如圓潤、手寫感、俐落等) 與排版原則
2. 排版原則：小組分析不同類型的菜單之排版原則
3. 抽題練習：學生依據抽到的食物類型，利用平板挑選符合的字體 (風格搭配主題) 與簡單構圖

C 課程關鍵思考：

字體與版面配置，如何影響我們對食物的第一印象？

課堂 4

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

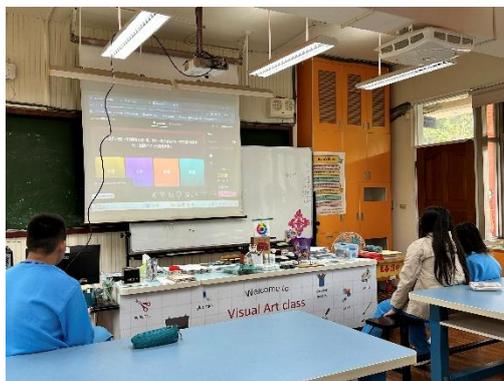
1. 討論：同學喜歡的菜色為何？如何兼具喜好、環境友善、營養？
2. 學生根據蒐集資料發想創意營養午餐草圖
3. 分配工作

C 課程關鍵思考：

如果要設計「大家都願意吃」的營養午餐，我們需要考慮哪些現實條件？

課堂 5

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. Quizizz 複習字型、排版原則
2. 菜單排版設計：使用之前的草圖進行精修，包括標題設計、版面規劃、插圖描繪、文字敘述等
3. 確認回收用品的分工

C 課程關鍵思考：

如何透過排版與視覺調整，讓菜單的重點更清楚、更吸引人？

課堂 6-9

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

學生根據菜單的菜色進行模型實作、負責菜單的同學持續優化菜單設計

C 課程關鍵思考：

回收材料如何透過創意轉化，變成具有吸引力的食物模型？

模型的外型、比例與質感，是否能忠實呈現菜單中的食物概念？

課堂 10

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

完成完整菜單排版設計與理念說明：完成菜單的美編、模型擺設說明卡撰寫

C 課程關鍵思考：

如何清楚地向他人說明自己的設計理念？

三、教學觀察與反思

(一) 遇到的問題

1. 分組方式影響共識形成

本課程採教師事先分組的方式進行，雖有助於課堂秩序與能力混合，但在菜單發想階段，部分小組成員對菜色主題與方向缺乏共識，導致討論時間拉長，甚至影響後續設計與製作進度。學生在「共同決策」與「協調分工」上的能力仍有待加強。

2. 回收材料轉化為模型的理解落差

儘管課堂中已有示範回收物轉化為食物模型的方式，實際操作時，學生仍常卡在「不知道如何開始」或「無法將材料與食物形象連結」的階段。加上課堂中僅有一位教師需同時關照多組學生，難以即時、深入地給予每組指導，導致部分學生在模型製作上停滯時間過長。

3. 永續飲食理念與學生設計產生脫鉤

在課程後期觀察發現，部分學生將「使用回收材料」視為永續的主要甚至唯一表現，卻未能在菜單內容本身落實永續飲食概念，如當季食材、營養均衡或減少食物浪費，顯示學生對「永續飲食」的理解仍偏向形式層面，而非飲食結構與生活實踐。

4. 製作人力分配影響學習重心

部分組別因人力配置不足或分工不均，將大部分時間與心力投入在食物模型製作，相對忽略菜單的紙本排版設計與文字說明，導致成果呈現偏重立體作品，視覺與理念表達未能完整整合。

(二) 未來教學規劃

1. 在分組後增加共識建立機制

未來將在分組完成後，加入「小組共識單」或「角色分工表」，引導學生在初期即釐清主題方向、菜單風格與個人任務，協助學生建立討論框架，減少意見分歧造成的學習阻礙。

2. 強化模型製作的階段式引導

針對回收材料模型製作，未來將調整為「分步示範 + 範例站點」方式進行，例如先統一完成一項簡單食物模型，再進入各組創作，降低學生因想像落差而卡關的情形。同時，可搭配示範影片或圖片範例，作為學生在教師無法即時指導時的參考資源。

3. 加深永續飲食的跨領域連結

針對永續概念理解不足的問題，未來可與家政課程進行跨領域合作，透過實際菜單設計、營養比例分析或食材來源討論，協助學生從「吃什麼」與「怎麼吃」的角度理解永續飲食，使理念不僅停留在材料使用層次。

4. 明確區分成果評量比重

在課程初期即清楚說明評量項目與比重，將「菜單設計」、「模型製作」與「理念說明」視為同等重要的成果面向，引導學生合理分配時間與人力，避免單一面向過度集中而影響整體學習表現。

四、學生學習心得與成果

學生心得：

- 802黃○易：我們這組是做義大利麵，我們分工合作，我覺得大家一起分工合作、同心協力用回收物完成一碗義大利麵，對我來說，這個活動很有趣。
- 802莊○諺：我覺得這次的菜單設計很有趣，雖然一開始我覺得很煩，因為要把紙搓成一顆一顆的，但是我還是繼續把它完成，這個課程告訴我不要放棄，要努力才會成功。
- 803何○廷：做菜單的時候，我學到了如何讓別人更集中注意在一個地方，還有如何用簡單的言語達到好的效果，而不是寫更多字說明。
- 803朱○璿：我覺得做菜單很好玩，因為我們組做三色豆便當，然後我們在用米飯的時候是用保麗龍，原本會飛來飛去很麻煩，之後用膠帶反面黏住，固定住保麗龍。
- 803朱○騏：這次的菜單設計我做了便當，在製作的過程中，我覺得很累，因為一直去找能用到的東西，而且找到的那些東西還不一定能用上。
- 803羅○彤：在做菜的時候蠻講求團隊精神的，我們要選出雙方都喜歡的菜色與食譜，還要選出好的菜名。

