

105 至 108 美感教育課程推廣計畫
107 學年度第 2 學期 學校實驗課程實施計畫
儲備核心教師

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： 嘉義縣立鹿草國民中學
執行教師： 蔡佩玲 教師
輔導單位： 南區 基地大學輔導

目錄

實驗計畫概述

- 一、 實驗課程實施對象
- 二、 課程綱要與教學進度

實驗課程執行內容

- 一、 核定實驗課程計畫調整情形
- 二、 實驗課程執行紀錄
- 三、 教學研討與反思
- 四、 學生學習心得與成果

實驗計畫概述

一、實驗課程實施對象

申請學校	嘉義縣立鹿草國民中學
授課教師	蔡佩玲
實施年級	二
班級數	8 班
班級類型	<input checked="" type="checkbox"/> 普通班 <input type="checkbox"/> 美術班 <input type="checkbox"/> 其他_____
學生人數	名學生

二、課程綱要與教學進度 (請整理參考教材，調整為適合自身的課程)

參考課程案例：_____ 106 學年度第 2 學期，_____ 南 區 _____ 台南市立永仁高中					
參考課程名稱：隱形的操盤手-比例					
課程名稱：美麗人身					
課程設定	<input checked="" type="checkbox"/> 發現為主的初階歷程 <input checked="" type="checkbox"/> 探索為主的中階歷程 <input checked="" type="checkbox"/> 應用為主的高階歷程	每週堂數	<input checked="" type="checkbox"/> 單堂 <input type="checkbox"/> 連堂	教學對象	<input type="checkbox"/> 國民中學 二 年級 <input type="checkbox"/> 高級中學 年級 <input type="checkbox"/> 職業學校 年級
學生先修科目或先備能力：					
* 先修科目：					
<input checked="" type="checkbox"/> 曾修美感教育實驗課程：(50~100 字概述內容即可) <input type="checkbox"/> 並未修習美感教育課程					
* 先備能力：(概述學生預想現狀及需求)					
上學期課程談構成基本構面單元，並未上過其他單元，本學期加入比例概念與色彩特性的原則，學習生活上穿搭表現。					

一、課程活動簡介 (300 字左右):

學生通常只考慮自己喜歡的服裝款式，並不考慮自己身材是否合適、大小長短等其他因素，透過教師引導學生理解比例概念及發現比例的原則與美感，經由測量生活物件與自己的身形，觀察比例存在的關係與影響力。藉由尋找與測量美醜穿搭圖片，試著找出優劣比例，再經過自行操作身形紙卡的比例分割試驗，找出最適合自己的服飾穿搭比例，最後再加入色彩並探討自己喜愛的原因、比例與美感的關連性為何。

二、教學目標 (建議精修原案)

既有目標/能力指標：(構面的學習目標描述) 能發現比例關係，將合宜的比例及色彩美感運用於生活中。

學生將會：

- 1.理解比例的概念與美感，利用的比例分割來提升美感，用合宜服裝搭配的分割來優化自己的身材比例。
- 2.學會用比例的眼光觀看生活中的視覺對象。

理解事項/核心概念：

了解比例在服飾穿搭時對人體分割造成的美感差異及色彩的特性

主要問題：

服飾穿搭造成的人體比例分割與色彩配置，如何影響我們的視覺感受？

學生將知道/知識：

比例分配與色彩能改變人體的尺度觀感。

學生將能夠/技能：

利用合宜的比例分割與色彩配置來找到最適合自己穿搭美感。

三、教學策略：【做】

- 1.六堂課的步驟簡列：
- 2.Show & Tell 提問與反思：
- 3.以上請簡要說明，課程意圖。

一：用比例的眼光看世界。

找一個生活中你認為最美的曲線瓶身，找出它的比例關係。

PPT：對比三組不同的比例關係物品，了解比例會影響物件的個性，讓人產生不同觀感。

以運動水壺或醬油瓶為例，你喜歡哪一種比例的瓶身設計？

提問：你會選擇這款瓶身的理由？它給你什麼感覺？不選其他瓶的原因？

反思：為什麼要設計不同長短胖瘦曲線比例的瓶身？比例對物品的個性有影響嗎？

課程意圖：發現比例能改變人的觀感與修飾身材。

二：發現自己的身材比例

以布尺測量自己的身材列出數值，換算出比例關係。

拍攝全身照，去掉衣物的寬度，將自己的身形描繪出來。

根據身形輪廓圖，在透明片上描繪出鏤空的身形透明片備用。裁切老師準備的 6 種灰階的卡紙，各裁出四種比例高度備用。

三：發現比例與服飾穿搭的關係

各找一張你認為變高帥與變矮胖的明星的服裝搭配圖，找出其穿搭的水平分割比例與灰階的比重(須將顏色轉變為 6 種灰階)。

(影響美醜的因素很多，本次暫時限定在水平分割與色彩輕重上的探討。) 請根據測量數字與比例值，寫下你認為該種穿搭方式美或醜的可能原因？ PPT：如何利用穿搭變高帥美的比例秘訣。

提問：動漫人物誇張的變形比例造成什麼視覺效果？影響明星變高帥與變矮胖的因素為何？

反思：高矮胖瘦(數值)與美的關係是絕對的嗎？ 課程意圖：發現人體比例與美的關係。

挑戰一

四：尋找最適合我的水平比例分割

利用 6 種灰階+四種比例的卡紙在身形透明片後方做水平排列測試，前兩份身形卡比例組合套用之前測量過的最美比例，第三張請自行測試最適合自己的水平灰階分割。

提問：你最喜歡哪一張身形卡的比例切割？你做了那些比例調整？ 反思：你能感受在挪動比例的過程中，自己身形的微妙變化嗎？

課程意圖：利用的比例分割來提升美感，用合宜服裝搭配的分割來優化自己的身材比例。

挑戰二

五：尋找最適合我的垂直比例分割

在最滿意的水平比例分割上，再試著做垂直分割。或直接將灰階卡紙進行垂直分割。也可將灰階卡紙剪裁成簡單的衣服樣式(切勿過度花俏造型)。

提問：你最喜歡哪一張身形卡的比例切割？你做了那些比例調整？ 反思：你能感受在挪動比例的過程中，整體感覺的微妙變化嗎？

課程意圖：利用的比例分割來提升美感，用合宜服裝搭配的比例分割呈現自己想達到造型感覺。

挑戰三

(第六節課)：最適合我的服裝穿搭定裝照。

以組為單位，帶來家中符合的衣物，進行小組內穿搭練習。

衣物可互相借用，找到最適合的穿搭方式，即可進行定裝拍照。比例分割作品成果展示與心得分享。

反思：你能感受在挪動比例的過程中，自己身形的微妙變化嗎？

課程意圖：利用比例的分割來提升美感，用合宜服裝搭配的分割來優化自己的身材比例。

挑戰二

(第五節課)：尋找最適合我的垂直比例分割並加入色彩關係

在最滿意的水平比例分割上，再試著做垂直分割。或直接將灰階卡紙進行垂直分割。也可將灰階卡紙剪裁成簡單的衣服樣式(切勿過度花俏造型)。

提問：你最喜歡哪一張身形卡的比例切割？你做了那些比例調整？ 反思：你能感受在挪動比例的過程中，整體感覺的微妙變化嗎？

課程意圖：利用的比例分割來提升美感，用合宜服裝搭配的比例分割呈現自己想達到造型感覺。

挑戰三

(第六節課)：最適合我的服裝穿搭定裝照。

以組為單位，帶來家中符合的衣物，進行小組內穿搭練習。

衣物可互相借用，找到最適合的穿搭方式，即可進行定裝拍照。比例分割作品成果展示與心得分享。

四、預期成果：(請分析原教案成效分析，並書寫教學期待與)

1. 原教案透過測量生活物件與自己的身材，理解比例的概念與美感，讓學生學會用比例的眼光觀看生活中的視覺對象，發現比例能形塑物體的個性，影響觀者感受是很符合生活需求。
2. 透過分析美醜服飾穿搭圖片，找出其比例關係，利用比例的分割來提升美感，用合宜服裝搭配的分割來優化自己的身材比例，呈現出自己想表達的個性感覺。
- 3.若加上色彩配置與色彩意象，利用色彩特質因素將可強化個人表現，將更能豐富服裝的表現內涵。

參考書籍：(請註明書名、作者、出版社、出版年等資訊)

參考書籍：(請註明書名、作者、出版社、出版年等資訊)

1. 伊莎貝拉·托瑪(著)，謝孟渝(譯)，《法式優雅的時尚穿搭：任何身材都能穿出有型，看到「更好的自己」!》，台北：晨星，2017.10
- 2.吳光庭(2015)。「美感入門」電子書
- 3.漢寶德(2010)。如何培養美感。台北：聯經
- 4.蔡冥瑜(2016)，《這樣穿變型男》，台北：城邦，2016.11

教學資源：

Apple TV 數位多媒體機、數件衣著、配件吳光庭。「美感入門」電子書

Pinterest。https://www.pinterest.com/

教學進度表

週次	上課日期	課程進度、內容、主題
1	3/12	階段 1：認識比例概念
2	3/19	階段 2：發現自己的身材比例，紀錄數值
3	3/26	階段 3：發現比例與服飾穿搭的關係
4	4/2	挑戰 1：尋找最適合我的水平比例分割
5	4/9	挑戰 2：尋找最適合我的比例分割及色彩風格表現
6	4/16	挑戰 3：最適合我的服裝穿搭定裝照

實驗課程執行內容

一、核定實驗課程計畫調整情形

強化比例在生活上的重要性原與運用，再導入服裝穿搭的課題。為了專注在身型的比例上，將原計畫比例相關的其他概念簡化，直接進入人體比例，丈量身材尺度，不提及與人體無關的例子。第三節課先讓學生自行切割比例小人，練習使用筆刀，再用於下次的服飾穿搭比例關係試驗。最後一個單元將課程除了分析自己的穿搭特色並須選出班上最佳穿衣達人(需考慮比例與色彩的運用)，探究並欣賞他們的呈現，對人的視覺感受如何？

二、6 小時實驗課程執行紀錄

課堂 1

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

透過老師簡報說明比例概念，理解不同時代對身體比例的美感差異與比例的概念，生活中的運用狀態後，學生使用捲尺，兩兩一組，進行身體的丈量，了解自我身體各部位的比例並記錄。

C 課程關鍵思考：

1 動漫人物誇張的變形比例造成什麼視覺效果?影響明星變高帥與變矮胖的因素為何?發現黃金比例雖然美，但並非絕對的標準，會隨時代或流行改變。

2 了解自身比例尺度關係，發現比例能改變人的觀感與修飾身材。。

課堂 2

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

以身高體重利用 BMI 公式算出自己的 BMI 值，將自己的身材數值與參考值對照，了解自己是否過重或過輕，以判斷自己的身材比例是否需要調整。

討論影響穿搭美感的變因有哪些？哪些可以改變？哪些無法改變？對於不能改變的可

以怎麼做？如何改變視覺身高？

從明星照片中發現改變方式，並找出自己的偶像照片，用灰階來呈現她的穿衣比例。

C 課程關鍵思考：

- 1 認識身材與健康關係，過瘦或過胖皆不健康，。
- 2 了解自己的身體使度後，進一步思考如何利用比例，適當穿搭改變視覺身高。
- 3 試著想想明星的穿搭比例是否有改變視覺身高?使用了那些技巧與方法?

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

先讓學生使用筆刀練習切割，自行製作比例小人型，再透過老師簡報說明改變身體比例的幾個方法後，實際利用人型調整比例來進行幾個小挑戰；從上衣、褲子(裙子)長度，腰線、袖長不同的比例感受、再紀錄於學習單、比較不同長度的差異性，並思考自己的穿搭。

C 課程關鍵思考：

- 1 利用人型調整比例的長度，感受長短的差異所造成的視覺感，再紀錄的過程中，再次提醒與思考比例的重要性。
- 2 思考同一件衣服在不同人身上穿為何效果不同，該如何調整比例才能增強美的身體比例。

課堂 5

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

老師用簡報講解除了比例，加上色彩因素後，會有什麼變化?皮膚的色彩適合那些衣服的色彩，選取相關文章讓學生自行閱讀，劃出重點，並依據此重點，填寫學習單，畫出適合自己的比例與色彩服裝。

C 課程關鍵思考：

- 1 思考顏色本身的膨脹收縮效果，胖子適合顏色?瘦子應該運用那些那些顏色才顯瘦?及搭配在上身或下身的差異性?
- 2 想想以自己平日常穿的衣服色彩適合自己膚色與身型嗎?真正適合的是什麼顏色的穿搭。
- 3 試著畫出適合自己的比例與色彩服裝。

課堂 6

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

前一堂課提醒讓學生帶自己的衣服到教室，以組為單位進行服裝或配件交換的穿搭練習，請由學習過的方法中運用在自己的穿搭上。

學生穿好後，搭配音樂走到台前定格，實施拍照活動。比較害羞的同學或忘記帶的回家補拍再傳給老師。學生依據自己的穿搭、寫下並說明穿搭原因。符合哪些比例原則?並選出自己心中的穿衣達人。

C 課程關鍵思考：

運用上課所學，實際穿搭，調整身體比例與色彩，達到修飾身材效果。也能將此經驗學習遷移到平日穿衣上。

三、教學觀察與反思

學生對於很生活化的服裝比例與色彩的穿搭感到非常有興趣，而且學校常有便服日，有機會讓學生展示自己的穿搭。對分析自己的偶像穿著也很有感，但讓學生自己製作比例小人型對他們算是比較有挑戰性，因為大多學生沒用過筆刀，需要事先練習。課程每星期只有一堂，很容易忘記之前所學，最後穿搭時，若老師沒特別提醒，很容易流於習慣性穿衣模式、忽略比例問題，回家就有學生穿著內衣拍照，完全沒考慮比例色彩問題，變成負面教材！日後也許可尋找電腦軟體或相關的 APP 直接操作會更方便。

四、學生學習心得與成果(如有)

絕色佳人

班級: 201 姓名: 賴品潔 座號: 25
 每個人屬於自己的膚色彩, 每種膚色彩有適合搭配的顏色, 請參考桌上講義, 回答以下問題:



- (1) 平日我最愛(或最常)穿的衣服是什麼顏色? 白色/灰色
 - (2) 我最愛的衣色彩適合我的膚色嗎? 適合
 為什麼? 因為我是自然膚色
 - (3) 依據講義, 我的膚色彩屬於哪一類: 自然 (白皙、自然、黝黑)
 - (4) 適合我的最佳顏色有哪些: 黑、白、粉紅、深紅、翠綠、藍
 - (5) 我要避免顏色: 芥末綠、淺卡其
 - (6) 那些顏色顯瘦: 黑色; 那些顏色胖: 亮綠
- (5) 請在小人身上畫出適合自己比例的服裝, 並填上適合色彩



班級: 201 姓名: 吳宜潔 座號: 15

穿搭達人秀

95

(1) 右邊人形直接貼上我的定裝照

說明我的穿搭運用了什麼比例原則? 為何? 能達到什麼效果? 請就腰線、腰帶、褲(裙)長、鞋襪、袖子說明, 透過該比例想呈現什麼特色?

我穿搭了蓬鬆感, 不過我的配色一黑一粉 有點奇怪。

在家穿給家人看, 家人覺得不好看, 把上衣繫進長褲裡, 腿看起來長一些, 拉長比例 ~ 就遮M



(2) 透過比例、色彩概念, 我學到了什麼? 未來如何應用?

在穿搭上時能更好搭配, 我的膚色較健康。

在選色上, 比較符合自己的喜好和款式!

在買衣服時, 選擇自己本身, 也顧自己身材的衣服

用比例顯腿長 ~ 在未來能做穿搭!!/:D

(3) 這次課程我的表現如何? 可得幾分?(60-99分)

96分 ~ 我覺得我有認真上課, 自己在穿搭上 還是需要多練習

班級: 2-1 姓名: 廖盈嫻 座號: 23

(4)請選出除了自己以外,我心目中的「穿搭達人」,並說明欣賞他的那些部份?其特色及運用比例及色彩的部分如何?

王心亭
內褲: 衣服緊湊,衣服較短,褲子較長
看起來腿長,較高
色彩: 上面較暗,下半身較亮,看起來輕盈
她的藍色也適合顏色。



(5)請回顧這學期上課的單元,有什麼話想對老師說?
(回饋或建議...)

老師:

你的教學生動活潑,常有活動,
像上次的野營,這次的衣服穿搭,
也會用學習單讓我們更加深入,
也會舉例不讓我們了,上課的課
很 Happy ~

班級: 2-1 姓名: 張和羅 座號: 4

(4)請選出除了自己以外,我心目中的「穿搭達人」,並說明欣賞他的那些部份?其特色及運用比例及色彩的部分如何?

褲子的部份,比例的搭配使他的腿變得很長
而且在他衣服的颜色,比例可使他顯瘦也帥氣



(5)請回顧這學期上課的單元,有什麼話想對老師說?
(回饋或建議...)

謝謝老師在這學期的教學
在每堂課都收穫滿滿
希望以後能夠有更多的課程多樣性