

實驗計畫概述

一、實驗課程實施對象

申請學校	南投縣立旭光高級中學
授課教師	黃培茹
實施年級	國中二年級
班級數	4 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	112 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 陳潔婷老師					
參考課程名稱：隱形的操盤手-比例					
課程名稱：型男美女養成說明書					
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 checked="" type="checkbox"/> 國民中學 2 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：此次班級為本學年度新接觸的班級，在一年級時曾由另一位老師教授過兩學期的色彩構面，並在前一學期上過構成構面。學生對於色彩和構成皆已有基本瞭解。 <input type="checkbox"/> 並未修習美感教育課程					
* 先備能力：大部份的學生對於比例的概念缺乏。在上學期的構成當中，是藉由食物來瞭解基本的構成形式，本學期期望藉由學生感興趣的穿搭主題，了解到身形比例的美感。					
一、課程活動簡介 (300 字左右):					
教師引導學生發現比例的美感,透過測量生活物件與自己的身形,發現存在比例關係。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,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

既有目標/能力指標：能發現比例關係,將合宜的比例美感運用於生活中。

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：

1. 了解比例構面
2. 在服飾穿搭時對人體分割造成的美感差異。

主要問題：

1. 自己身形的比例是什麼樣子呢？
2. 這樣的比例好看嗎？
3. 這樣的比例如何影響身形？如何好看？

學生將知道/知識：

1. 了解比例分配人體身形的影響。
2. 知道適合自己的穿搭比例。
3. 知道自己身形的優缺點，並懂得欣賞自身身型

學生將能夠/技能：

1. 利用合宜的比例分割來找到最適合自己穿搭美感。
2. 能夠給他人客觀且有幫助的穿搭建議。

三、教學策略：【做】

1.六堂課的步驟簡列：

- (1) **比例與身型** 課程一開始教師帶領學生討論什麼是比例？接著探討比例與身型的關係。讓學生瞭解比例不僅是數學概念，也同時是應用在生活中各種層面，影響美感的隱形因子。
- (2) **發現自己的身型** 在本節課，透過布尺與記錄單來讓學生徹底理解自己身型的特質，透過數據與比例瞭解自己後小小的自我評估欣賞自己的地方與想要改進的地方。
- (3) **型男美女養成範例** 在上一堂課的活動中更認識自己後，接著看看當今世界對於身型與穿搭的看法。藉此認為首先必要之道就是破除一些外在對於帥哥美女的迷思，避免學生批評或是感受到自信心不足。建立自我價質感後，接著透過範例圖示和討論，探討合宜的比例對於身形的影響。
- (4) **養成練習一：腰線與整體比例的調整** 在看過範例後，接下來兩節透過學習單與模特兒同學的範例，了解衣服穿搭的合宜比例，並思考自己適合及想要的穿搭比例。
- (5) **養成練習二：細節比例的搭配** 在瞭解大方向的穿搭比例後，細節比例的部分就加入身體寬度與厚度的調整，進階部分更加入簡單的色彩搭配概念，練習色彩比例對身形的影響。
- (6) **成果發表會** 在一系列的討論與調整後，最後讓學生實際穿上自己覺得最適合的穿搭衣物，換上並拍攝照片。

2.Show & Tell 提問與反思：

- (1) 你覺得比例可以影響到什麼呢？
- (2) 你瞭解自己的身型嗎？
- (3) 這樣比例搭配比例好看嗎？怎麼樣調整可以更好呢？
- (4) 這些比例怎麼應用在自身的穿搭上呢？

3.以上請簡要說明，課程意圖。

期待透過比例的概念，理解個人身型的特色與特質，並且能從中找出適合自己的比例搭配之道。

四、預期成果：(請分析原教案成效分析，並書寫教學期待與)

因著欣賞原教案中的成果，期待在本次課程當中，學生也能從中學到比例與身體的關係，並瞭解自身外在價值並不在外界標準的審美感當中，而是能夠以正向自信的眼妝欣賞自己的身型比例並作出最適合的搭配。

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：

1. Apple TV 數位多媒體機、數件衣著、配件
2. 吳光庭。「美感入門」電子書
3. Pinterest。https://www.pinterest.com/
4. Instagram

教學進度表

週次	上課日期	課程進度、內容、主題
1	2/	一、認識比例 二、比例與身型
2	3/	一、發現自己的身型
3	3/	一、破除迷思 二、型男美女怎麼搭？
4	3/	我的穿搭術一：腰線與整體比例的調整
5	3/	我的穿搭術二：細節比例的搭配
6	4/	型男美女成發會

實驗課程執行內容

一、核定實驗課程計畫調整情形

1. 在課程時師後，為了切重要旨也幫助學生在測量身體數值時可以較有信心，將原定第三次上課才會講的破除迷思挪至第一節課。
2. 原定第二節「發現自己的身型」實施後發現需要兩節課，在課程時間有限的狀況下暫先取消第六節規劃的發表會。

二、6 小時實驗課程執行紀錄

課堂 1

A 課程實施照片：



審美比例並非絕對值！

1. 每個人對美的感受不同。
2. 內在比外在更重要。
3. 重點是整體特質而非只當洋娃娃。

左圖：第一節課引導學生了解比例與身型的關係

右圖：破除外在至上的迷思

B 學生操作流程：

為了擔心學生以外在判定自己的價值，在第一節課先破除迷思，釐清課程的目的在於幫助學生利用穿搭調整自己的視覺比例。

C 課程關鍵思考：

了解比例構面

A 課程實施照片：



左圖：教師示範正確測量的方試

右上圖：學生分組相互測量並記錄身體數值

右下圖：學生分組相互測量並記錄身體數值

B 學生操作流程：

二三節課開始讓學生分組測量自己的身體數值，為求數值精確，教師先示範如何正確測量數值，接著讓學生開始測量並記錄。

C 課程關鍵思考：

知道自己身形的優缺點，並懂得欣賞自身身型

課堂 4

A 課程實施照片：



左上圖：瞭解搭配對比例的影響

右上圖：計算自己的身型比

右圖：學生學習單

身型比

公式一 腿長 / (身高-腿長)

五五身	六四身	七三身
1:1-1.25	1:1.26-1.35	1:1.36以上

接近名模比例

公式二 腿長 / 身高

數值越接近 則最美
數值越高代表腿 !

我的身型比例紀錄表

姓名: 李冠廷 學號: 111111

我的身高: 161

我的腿長: 99.4

我的腿長 / (身高-腿長): 1.35

我的腿長 / 身高: 0.61

我的理想 / 想像比例: 1.35

我的理想 / 想像比例: 1.35

我的理想 / 想像比例: 1.35

我的身材尺寸與健康標準

我的身高: 161

我的理想 / 想像比例: 1.35

分析我的偶像的穿搭比例

我的理想 / 想像比例: 1.35

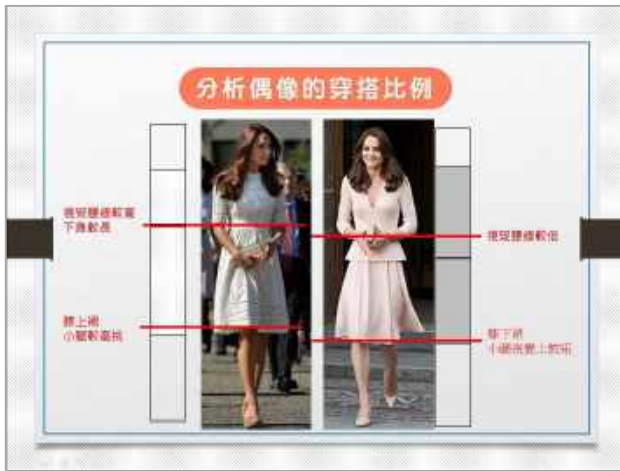
B 學生操作流程：

在瞭解自己的數值後，教學生瞭解自己的身型比例。並且透過照片帶領大家認識穿搭對於身型比例的影響。

C 課程關鍵思考：

服飾穿搭對人體分割造成的美感差異、知道適合自己的穿搭比例

A 課程實施照片：



左上圖：分析搭配對身型比例的影響

右上圖：學生課堂練習

左下圖：操作比例教具探索身型比例之美

右下圖：觀看照片練習給與穿搭建議

B 學生操作流程：

最後兩堂課透過學習單和教具的輔助，大至腰線、褲裙長短對於視覺身高的影響，小至鞋口與袖長對於手腳的視覺影響。帶領學生理解比例之美藏在許多細節裡。最後透過右圖的照片請學生練習給與穿搭建議。

C 課程關鍵思考：

知道適合自己的穿搭比例、利用合宜的比例分割來找到最適合自己穿搭美感、能夠給他人客觀且有幫助的穿搭建議。

三、教學觀察與反思

1. 青春期剛好是最在意自己外在時期，剛好也是最容易口無遮攔的時期。在課堂進行時，教師可先正經的告知同學對於他人身型的用詞的影響。教師在課堂進行時的用詞若能多加注意，對於課堂進行將會很有幫助。例如：胖→豐腴；身材好→身型比例較佳。
2. 課程進行時，可以感受到大部份的男生對這類較缺乏興趣，即使如此，在一步一步的帶領下是可以完成學習單，並學習到相關知識。教學者認為可能是 ppt 和學習單的圖示以女性為主，建議之後要施行的老師可以將學習單分為男生版與女生版。
3. 本課程使用的教材為陳潔婷老師開發之比例教具，學生第一次接觸時會有許多不清楚的地方，教師可多花些時間幫同學調整。確保學生使用順暢及教具的完整性。

四、學生學習心得與成果(如有)

