

108至110美感與設計課程創新計畫  
110學年度第2學期 學校實驗課程實施計畫  
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： 台中市立福科國民中學  
執行教師： 張雅喬 教師  
輔導單位： 中區 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

( 可貼原有計畫書內容即可，如有修改請紅字另註 )

## 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 ( 如有可放 )

## 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 )

## 實驗計畫概述


### 一、實驗課程實施對象

申請學校	台中市立福科國民中學
授課教師	張雅喬
實施年級	一年級
課程執行類別	<b>三、高級中等學校及國民中學美感精進課程 ( 6小時 )</b> <input type="checkbox"/> 普通型/技術型/綜合型高級中等學校 <input checked="" type="checkbox"/> 國民中學
班級數	5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	150名學生

### 二、課程綱要與教學進度

課程名稱：餐桌上的高顏值					
課程設定	發現為主的初階歷程	每週堂數	單堂	教學對象	國中一年級
學生先修科目或先備能力： * 先修科目：美感色彩構面、國一上視覺藝術課程 * 先備能力：( 概述學生預想現狀及需求 ) 曾學過「色彩學」、「美的形式原則」等課程					
一、課程活動簡介 ( 300字左右的整體課程介紹 )： 在繁忙的生活中，大眾對於生活品質的要求日益提升，越來越懂得放慢腳步體驗日常小確幸，與三五好友聚餐打卡，透過手機攝影珍藏餐桌上美好的生活片刻。 教師示範如何巧妙運用食材造型、餐盤、餐巾、桌布、餐具等配件，從過程中多方嘗試改變物件原有的外型、發現食材大小的變化、擺盤的方式、物件的替換與色彩的搭配，發掘材料之間的關係和背景間的和諧性。從課程中體認更多創意擺盤及食尚風格，發現具美感「構成」的餐桌上風景，了解擺盤亦是種生活、設計、知識與樂趣。					

<p>二、課程目標</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能理解構成的基本原則</li> <li>2. 能理解留白的重要性</li> <li>3. 能觀察食材造型的相互關係</li> <li>4. 能規劃構成中的合宜色彩</li> <li>5. 能了解布局的主從關係</li> <li>6. 能對擺盤構成畫面進行調整</li> <li>7. 能實踐美感精神並延伸至日常生活各種美感層面</li> </ol> <p>三、教學進度表</p>
---

週次	上課日期	課程進度、教學策略、主題內容、步驟	
1	3/30	單元目標	構成美感
		操作簡述	<p>1. 探討構成美感與生活周遭環境的關係，介紹構成涵蓋的範圍，秩序的重要性、對稱、均衡、格線分割。</p> <p>2. 分組挑戰顏色 Knolling。</p> 
2	4/6	單元目標	Kit 構成練習
		操作簡述	<p>操作何欣怡老師的 kit：用色塊排列引導視覺畫面，先以咖哩飯套餐找出色塊的大小關係，再讓元素的數量和造型增多，讓學生嘗試多種構成畫面，練習「格線分割」與「均衡畫面」，並且於操作中帶入主從關係、留白概念。</p>
3	4/13	單元目標	點線面構成練習 x 各國擺盤大集合
		操作簡述	<p>1. 介紹點線面之間的關係與視覺感受，如何運用點線面的大小數量變化和美的形式原則，呈現出不同的視覺畫面。欣賞擺盤中的點線面，將自己觀點與同學分享。</p> <p>2. 點線面構成練習，將點線面畫面加入食物照片紙板，初步體驗擺盤美感。</p> <p>3. 欣賞西式、日式、中式飲食習慣與擺盤美學，探討</p>

			食物與盤子的關係、點線面與美的形式原則的運用、食器的樣貌、色彩的和諧性，說出自己觀點與同學分享。
4	4/20	單元目標	餐桌上的高顏值1－製作草稿
		操作簡述	<p>1.以「開放性三明治」為主題，教師提供給每人「相同數量相同食材<sup>1</sup>」，讓學生於盤子內運用「點線面形式<sup>2</sup>」，並思考「食材間的主從關係<sup>3</sup>」，創造出有美感的構成畫面。</p> <p>2.一人一組，抽籤決定盤子造型(疫情關係)，講解盤子造型與吐司外型之間的關係。</p> <p>3.製作擺盤草圖，將食物用色紙替代，觀察各種食材外觀、色彩與質感的差異性，在盤內呈現和諧的構成畫面。</p>
5	4/27	單元目標	餐桌上的高顏值2－擺盤挑戰
		操作簡述	<p>1.依據擺盤草圖，在盤內呈現和諧的構成畫面，且於過程中分工合作並相互學習。</p> <p>2.思考盤外桌面背景、餐巾紙與餐具的構成畫面。</p> <p>3.運用攝影技巧捕捉餐桌上的風景。</p>
6	5/4	單元目標	構成的心理感受
		操作簡述	<p>1.成果發表，與學生討論：</p> <p>(1)材料越豐富看起來越好吃嗎？同樣的材料，有的作品看起來特別可口，這些作品在食材的選擇與排列上有什麼優點呢？</p> <p>(2)不同的構成畫面給你什麼樣的感覺？</p> <p>(3)擺盤製作過程中遇到問題如何解決？</p> <p>2.學生學習成效檢視：</p> <p>(1)是否運用點線面形式與美的形式原則達到秩序性的美感？</p> <p>(2)是否考慮到盤子(背景)與三明治(主體)之間的關係？</p> <p>(3)食材間的主從關係？</p> <p>(4)盤外背景和物件的擺放方式與畫面的拍攝角度？</p>

#### 四、預期成果：

此次教學以點線面的畫面構成做擺盤前引導，將點線面畫面轉換成食物擺盤學生較易理解。教師控制住食物的類型與色彩，讓學生能更聚焦在物件的相互關係。盤內布局完成後，再考慮桌面背景的部分，循序漸進的操作，讓學生能應用構成原理排列出屬於自己的擺盤美學。

1. 學生了解構成元素與基本原則。
2. 學生巧妙應用留白於繪畫及設計畫面中。
3. 學習構思生活中擺盤的重要性及藝術性。
4. 學生能對物體的觀察與發現，展開美感知覺的探尋，內化並陳述透過視覺觀察後的感受。
5. 學習解構過程中，延伸出物件的新造型，主動發覺物件之間的和諧性。
6. 學生主動的試驗與發掘，從做中學，做中思考調整，擺放具美感性的餐桌畫面。
7. 從眼睛到味蕾，透過攝影讓飲食變成一件美感經驗的體驗。
8. 學生能於課程中相互討論、互相學習、內化自省與表達內心所感。
9. 將課程體驗與日常產生連結，提升自我生活美感。

#### 五、參考書籍：(請註明書名、作者、出版社、出版年等資訊)

1. 亞烈士·維諾里，擺盤藝術：構圖比例 X 色彩設計 X 創意發想，39道 Fine Dining 擺盤基礎全圖解，麥浩斯，2018。
2. 飯塚隆太，職人魂米其林主廚的頂級法式料理，台灣東販，2017。
3. 美感練習誌
4. 漢寶德，設計型思考，聯經出版公司，2017。
5. Flair，版面設計學 平面設計的美感養成：以實際範例拆解設計手法、解說設計理論，扭轉失敗設計！，邦聯文化出版。
6. 町山千保，擺盤設計解構全書：6大設計概念 x 94種基本構圖與活用實例，麥浩斯出版社，2016。
7. La Vie 編輯部，料理擺盤：超簡明技法圖解事典，麥浩斯出版社，2014。
8. 喬·丹柏利, 卡拉·哈伯戴, 羅布·懷特/攝，擺盤設計：100+專業廚房核心技巧，讓日常餐點變身三星主廚料理，積木出版社，2015。
9. 常常生活文創編輯部，療癒木擺盤 木盤、砧板這樣用！：早午餐、午餐、晚餐、小酌、下午茶、派對的20個餐桌提案 x 73道暖心料理，常常生活文創股份有限公司，2016。

#### 六、教學資源：

美感教育計畫電子書、教師自編 PPT、平面設計教學網路資源、擺盤參考書籍、美感練習誌、木製餐盒、色鉛筆、紙張、攝影棚、攝影器材、美工刀、剪刀、單槍、其他相關物品。

## 實驗課程執行內容

### 一、核定實驗課程計畫調整情形

- 1.因疫情隨時有可能停課，調整成一人一組紙本擺盤草稿設計。
- 2.因疫情改為線上教學，原定要進家政教室食材製作的部分，改為直接紙本製作黏在圖畫紙描繪的盤子上。有到校上課的同學將製作完的紙本食材，直接放在盤子上做擺盤拍照。

### 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：

- 1.探討構成美感與生活周遭環境的關係，介紹構成涵蓋的範圍，秩序的重要性、對稱、均衡、格線分割。
- 2.分組做文具 Knolling 練習。
- 3.檢討各組成果。

#### C 課程關鍵思考：

1. 能理解構成的基本原則
2. 能理解留白的重要性



## 課堂2

### A 課程實施照片：



### B 學生操作流程：

操作何欣怡老師的 kit：用色塊排列引導視覺畫面，先以咖哩飯套餐找出色塊的大小關係，再讓元素的數量和造型增多，讓學生嘗試多種構成畫面，練習「格線分割」與「均衡畫面」，並且於操作中帶入主從關係、留白概念。

### C 課程關鍵思考：

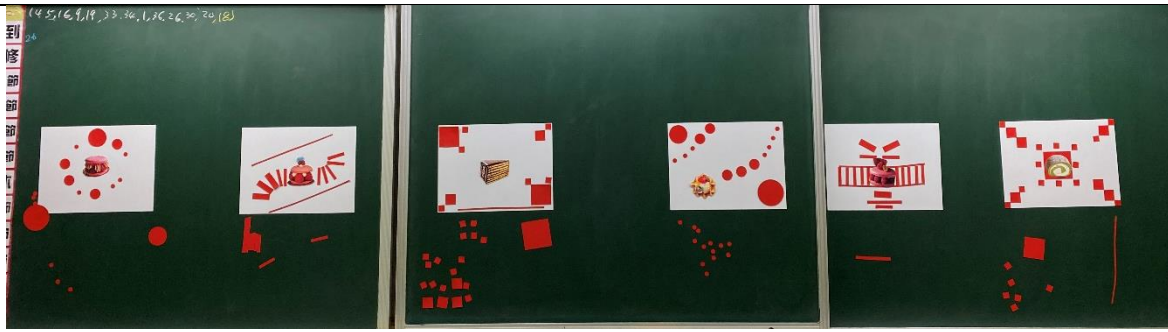
1. 能理解構成的基本原則
2. 能理解留白的重要性

## 課堂3

### A 課程實施照片：







### B 學生操作流程：

1. 介紹點線面之間的關係與視覺感受，如何運用點線面的大小數量變化和美的形式原則，呈現出不同的視覺畫面。欣賞擺盤中的點線面，將自己觀點與同學分享。
2. 點線面構成練習，將點線面畫面加入食物照片紙板，初步體驗擺盤美感。
3. 欣賞西式、日式、中式飲食習慣與擺盤美學與點線面的運用。

### C 課程關鍵思考：

1. 能了解布局的主從關係
2. 能理解留白的重要性
3. 能對擺盤構成畫面進行調整

## 課堂4

### A 課程實施照片：

1 2 3 4

5 6 7 8 9

3. 決定食材 & 造型

- 米色 — 吐司
- 紅 — 小番茄
- 白黃 — 水煮蛋、蜂蜜芥末醬
- 綠 — 小黃瓜
- 銘黃 — 起司
- 粉紅 — 火腿



### B 學生操作流程：

1. 一人一組，抽籤決定盤子造型，講解盤子造型與吐司外型之間的關係。
2. 製作擺盤草圖，將食物用色紙替代，觀察各種食材外觀、色彩與質感的差異性，在盤內呈現和諧的構成畫面。

### C 課程關鍵思考：

1. 能觀察食材造型的相互關係
2. 能規劃構成中的合宜色彩
3. 能了解留白的重要性、布局的主從關係
4. 能對擺盤構成畫面進行調整

### 課堂5

### A 課程實施照片：







### B 學生操作流程：

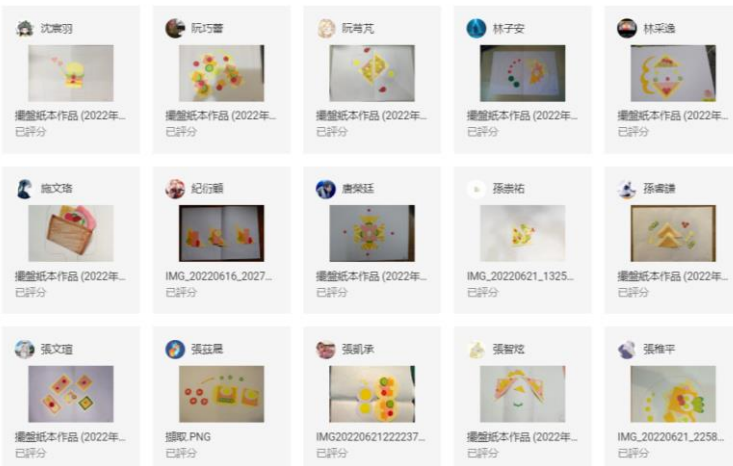
1. 依據擺盤草圖，在盤內呈現和諧的構成畫面。
2. 思考盤外桌面背景、餐巾紙與餐具的構成畫面。
3. 運用攝影技巧捕捉餐桌上的風景。

### C 課程關鍵思考：

1. 能規劃構成中的合宜色彩
2. 能了解留白的重要性、布局的主從關係
3. 能對構成畫面進行調整

## 課堂6

### A 課程實施照片：



### B 學生操作流程：

1. 因疫情改為線上課，請學生將成品黏於圖畫紙上，上傳繳交。
2. 線上成果發表，與學生討論
  - (1) 是否運用點線面形式與美的形式原則達到秩序性的美感？
  - (2) 是否考慮到盤子(背景)與三明治(主體)之間造型的關係？
  - (3) 食材間的主從關係？

### C 課程關鍵思考：

- 1.能對擺盤構成畫面進行評論思考調整
- 2.能實踐美感精神並延伸至日常生活各種美感層面

### 三、教學觀察與反思

- 1.拍實體擺盤前，要先上攝影構圖課程，介紹拍攝視角、構圖方式、視線引導、突破邊框，學生在安排盤外擺飾時，更能思考畫面整體性。
- 2.因疫情關係此次課程調整為一人製作一份，在家製作，缺少小組討論與互相觀摩，最終成品品質落差大。

### 四、學生學習心得與成果



