

教育部補助
112 學年度第 1 學期
高級中等學校及國民中學精選課程
種子教師
成果報告書

申請學校：新北市立中平國民中學

申請教師：陳昱螢

教師電話：0952013059

輔導單位：北區基地大學(國立○○○○大學)

計畫期程：112 年 8 月 1 日起至 113 年 1 月 31 日止

中華民國 113 年 01 月 25 日

目錄

壹、教學計畫概述

一、第一學期課程綱要與教學進度

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、教學研討與反思

四、學生學習心得與成果

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

高級中等學校及國民中學精選課程教師計畫概述

一、學校基本資料

學校名稱	新北市中平國民中學				
學校地址	242 新北市新莊區中平路 385 號				
聯絡資訊	校長	姓名	林裕國	電話	29908092*800
		Email	cpjh800@cpjh.ntpc.edu.tw		
	本計畫 申請教師	姓名	陳昱瑩	職稱	導師
		電話	0229965006	手機	0952013059
		Email	Yu6ying@hotmail.com		
全校學生數	一年級 ：22 班 675 人。 二年級 ：23 班 718 人。 三年級 ：21 班 652 人				
視覺藝術 任課教師	一年級教師	姓名：許亦婷/張湘梅			
	任教節數	科目：視覺藝術		節數 15/6	
	二年級教師	姓名：陳昱瑩/林怡君			
	任教節數	科目：視覺藝術		節數 10/22	
	三年級教師	姓名：陳昱瑩/許亦婷/黃秉儀			
	任教節數	科目：視覺藝術		節數 04/04/14	
學校實施美感課程經驗 (昱瑩)	104 學年上學期/課程計畫名稱學。色。感/教師 3/學生人數 700 104 學年下學期/課程計畫名稱比例/教師 3/學生人數 700 106 學年上學期/課程計畫名稱質感派對/教師 1/學生人數 250 106 學年下學期/課程計畫名稱構成無所不在/教師 1/學生人數 126 107 學年上學期/課程計畫名稱玩美比例/教師 1/學生人數 250 107 學年下學期/課程計畫名稱好食在質感/教師 1/學生人數 250 108 學年上學期/課程計畫名稱文字黑白構/教師 1/學生人數 562 108 學年上學期/課程名稱一張紙的結構魔力/教師 1/學生人數 562 109 學年下學期/課程名稱我的比例穿搭美照/教師 1/學生人數 573 109 學年下學期/課程計畫名稱派對擺盤/教師 1/學生人數 572				

110 學年下學期/課程計畫名稱我的五感小書/教師 1/學生人數 259
110 學年下學期/課程計畫名稱多元感官的色彩/教師 1/學生人數 258
111 學年下學期/課程名稱書法構有形/教師 1/學生人數 320
111 學年下學期/課程計畫名稱紙墨有感/教師 1/學生人數 320

二、112 學年度第一學期精選課程內容與教學進度

實施年級：九年級	每週堂數： <input checked="" type="checkbox"/> 單堂 <input type="checkbox"/> 連堂
實施班級數：10	學生數：320
九年級授課教師：陳昱螢	授課班級： <input checked="" type="checkbox"/> 普通班__10__班
<p>一、《美感行動誌》挑選示例： 美感構面類型勾選：<input type="checkbox"/>色彩 <input type="checkbox"/>質感 <input checked="" type="checkbox"/>比例 <input type="checkbox"/>構成 <input type="checkbox"/>構造 <input type="checkbox"/>結構 <input type="checkbox"/>綜合 課程設定：<input checked="" type="checkbox"/>發現為主的初階歷程 <input type="checkbox"/>探索為主的中階歷程 <input type="checkbox"/>應用為主的高階歷程 課程名稱：型男美女養成說明書</p> <p>二、《美感行動誌》挑選示例： 美感構面類型勾選：<input type="checkbox"/>色彩 <input type="checkbox"/>質感 <input type="checkbox"/>比例 <input checked="" type="checkbox"/>構成 <input type="checkbox"/>構造 <input type="checkbox"/>結構 <input type="checkbox"/>綜合 課程設定：<input checked="" type="checkbox"/>發現為主的初階歷程 <input type="checkbox"/>探索為主的中階歷程 <input type="checkbox"/>應用為主的高階歷程 課程名稱：校園構成 捕光捉影</p> <p>三、《美感行動誌》挑選示例： 美感構面類型勾選：<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"/>構造 <input type="checkbox"/>結構 <input type="checkbox"/>綜合 課程設定：<input checked="" type="checkbox"/>發現為主的初階歷程 <input type="checkbox"/>探索為主的中階歷程 <input type="checkbox"/>應用為主的高階歷程 課程名稱：忠孝-我最美麗的鄉愁</p> <p>學生先修科目或先備能力： * 先修科目：曾修美感教育實驗課程:我的五感小書.多元感官的色彩. 漢字構有形. 紙墨有感 * 先備能力：(概述學生預想現狀及需求) 1.能運用五感用色 2.能分辨質感 3.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。 4.會使用手機能知道畫面構成的概念</p>	

一、課程概述：

第一階段透過測量生活物件與自己的身形，發現存在比例關係，引導學生發現生活中的比例影響.....藉由美醜穿搭圖片，試著找出優劣比例，再經過自行穿搭的比例，找出最適合自己的服飾穿搭比例，並探討自己喜愛的原因？比例與美感是否有其關連性？

第二階段以鏡頭為眼睛、相機為工具，先了解手機攝影的基本功能。

從人物攝影構成中發現對稱、平衡、主從、格線的概念，建立畫面「構成」的基本概念。

以校園景觀為攝影對象，透過攝影構圖實驗，體會攝影中的構成如何影響影像美感。

第三階段在攝影中運用比例構成。藉用電影電視畫面中的主從與環境的構成分析，將經典構圖技巧轉化運用到生活攝影中，透過「單人/多人攝影」的拍照練習，讓學生養成「按下快門前先觀察人與物的位置關係」的美感判讀習慣，活化「構成比例」在生活中的運用。

二、課程目標

- 1.學生們能找出最適合自己的服飾穿搭比例。
- 2.運用便利性的手機與鏡頭取景.距離或位置的調整拍出多元比例美感的照片。
- 3.活化「構成比例」於個人服裝穿搭與人像群像攝影的影像創作上。
- 4.運用穿搭與攝影「比例」所學進行九年級上學期個人沙龍與團體生活照的設計運用。

三、教學進度表

三、教學進度表（依參採課程示例，調整授課進度）

週次	上課日期	項目	課程內容(可複製課程示例)
1	9/20	單元目標	發現比例與自己身型
		操作描述	1. 透過生活物件奶茶/桌椅/門/照片...觀測，發現存在比例的關係 2. 引導學生了解比例與身型的關係，審美比例並非絕對值。 3. 你知道自己最適合的服裝尺寸嗎？ 4. 教師示範正確測量的方試。 5. 學生 2-3 人相互測量並記錄身體數值。 6. 知道自己身形的優缺點，並懂得欣賞自身身型
2	9/29	單元目標	穿搭玩比例：腰線/褲袖長的調整成效？
		操作描述	1.大至腰線、褲裙長短對於視覺身高的影響？ 2.小至鞋口與袖長對於手腳的視覺影響？ 3.帶領學生理解穿搭比例之美感，藏在許多細節裡。 4.學生進行 APP 線上或穿搭圖片練習，給與穿搭建議，找出最佳穿搭比例。
3	10/6	單元目標	穿搭玩比例分享會
		操作描述	1.請學生實地穿搭練習。 2.請學生給與穿搭建議。 3.找出最適合自己的服飾穿搭比例， 4.探討自己喜愛的原因？比例與美感是否有其關連性？

4	10/13	單元目標	手機攝影玩構成
		操作描述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識手機攝影功能與基本技巧:理解鏡頭運用(廣角/中距/長距).對焦清楚.避免模糊。 2. 從實地人物攝影作品中發現廣角與標準鏡頭的視覺比例 3. 學習手機攝影進行個人沙龍照的人物取景.不同視角與比例的關係。
5	10/20	單元目標	手機攝影玩比例
		操作描述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請每位學生運用穿搭比例入境。 2. 以校園景觀為背景，群像人物為主題，體驗攝影構圖中大遠景、遠景、中景、近景、特寫等鏡頭概念及不同視角的敘事運用。 3. 分辨與運用對稱、平衡、主從、格線的概念。讓學生利用手機或平板以不同取景角度，探索群像攝影的畫面構成。 4. 透過實際攝影構圖實作，體會鏡頭運用.拍攝距離與方向如何影響影像美感？
6	10/27	單元目標	攝影影像中主從與環境的關係。
		操作描述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 擇要比較分析前一週學生攝影作品中的構成表現。 2. 請學生 5-6 人一組分組練習成套配色比例穿搭 3. 向電影/電視廣告畫面構成借鏡，了解攝影師如何透過畫面構成表達主題情感、畫面中的主從與環境的構成分析。 4. 透過主體、陪體與環境的互動，學生嘗試從不同角度/不同距離進行攝影，體會攝影構成的敘事效果。進行「群像攝影」的再練習。 5. 強化人物的組合方式及其他環境的互動，達到攝影比例構成的練習，並為青春留下美好的印記。
7	11/2	單元目標	我的比例穿搭美照封面
		操作描述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習使用 CANVA 將自己拍攝或廠商所拍的個人沙龍照片製作雜誌封面 2. 學習排版比例:每人三版實作練習。 3. 檢視自己個人沙龍照/人像攝影的穿搭比例動作設計的成果比例 4. 讓穿搭與拍照變成一種生活基本技能。 5. 作品繳至 CLASSROOM 進行作品評量分享
8		單元目標	我的玩比例美照書
		操作描述	<ol style="list-style-type: none"> 1.學習使用 CANVA 進行自己個人穿搭照片.人像攝影與群像攝影作品依類別並置於同一內頁上(共三頁) 2.觀察檢視自己的學習歷程 3.進行圖文比例排版練習並加入照片分析與心得分享.... 4.落實比例構面課程於生活中，展現自己比例身形的美照成果。

四、預期成果：

1. 隨著手機的普及便利，學生經常使用手機拍照來紀錄發現自己與同學群體穿搭與影像創作的**美感**；帶著手機來一趟影像學習之旅，**不同的**表達方式。
2. 學生能透過攝影練習探索攝影中的構成關係，學習構成概念與美感表現方法。
3. 學生能把構成美感概念運用於生活，並能常常啟動美的眼光看待生活中的事物。

五、參考書籍：

1. 從此不會穿錯衣：五官診斷 x 骨架分析的零失誤穿搭法，富澤理惠/李璦祺譯，大田，2021
2. 骨架分析 X 基因色彩＝史上最強最美穿搭術，二神弓子/蘇暉婷譯，時報出版，2018/11。
3. 骨架分析 X 基因色彩-男子選衣法，二神弓子/邱喜麗譯，時報出版，2020/09。
4. 手機拍照怎麼拍怎麼美，あああつし/元子怡譯，和平國際，2022/08/01。
5. 構圖的祕密，葛雷格·艾伯特 Greg Albert/陳琇玲譯，大牌出版，2019/01。
6. **圖解 13 堂新手必修攝影課**，野寺治孝，尖端出版，2020/10。
7. **攝影大師黃天仁教你用手機拍出完美**，黃天仁，尖端出版社，2018/09。
8. 零基礎 OK！培養你的攝影眼，王小路，艾格，時報出版，2022/11。

六、教學資源：

美感課程 <https://aade.project.edu.tw/example/>

附件 4-1

教育部補助計畫項目經費表





(請填寫 112 學年第 1 學期度整學年所需經費)

計畫申請單位：新北市中平國民中學

計畫承辦人：陳昱瑩

計畫期程：112 年 8 月 1 日至 113 年 1 月 31 日

計畫名稱：112 學年度第 1 學期高級中等學校及國民中學精選課程教師教學實施計畫書

工作項目	經費項目	單價	數量	小計	說明	備註
教師進班課程施作	教學材料費	90	100	9000	辦理課程發展所需之材料費用。 112-1 課程所需材料：尺規、紙材、剪貼工具、護貝膠膜、色鉛筆、塗鴉書寫筆、畫筆、水彩顏料。	以上編列供參，教師可依課程實際需求核實編列；業務費項下各項目請准予互相流用
	資料搜集費	4000	1	4000	辦理計畫所須購置或影印必需之參考圖書資料或資料檢索等； 1.手機拍照怎麼拍怎麼美。 2.零基礎 OK！培養你的攝影眼。 3.這樣構圖手殘也能拍出好照片 4.徹底提昇「攝影力」的 301 個致勝技巧。 5.構圖的祕密。 6.最強手機食物美照拍攝養成術 7.從此不會穿錯衣。 8.骨架分析 X 基因色彩 = 史上最強最美穿搭術。 9.骨架分析 X 基因色彩 = 最強男子選衣法。 10.VERSE。 11.LaVie。 12.CASA BRUTUS。	
	印刷費	6800	1	6800	會議資料印刷、教材研發、海報大圖輸出、印刷墨水等	
	雜支	200	1	200	其他辦公事務費，購買如文具用品、紙張、光碟片、資訊耗材、資料夾、郵資等。(整體經費 6% 為限，不得超過 1200) 凡前項費用為列支辦公室事務費用屬之。	
	合計			20,000		
承辦人	主(會)計		機關學校首長			
						
						

課堂 1 發現比例與自己的身材比例

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 透過生活物件奶茶/桌椅/門/照片...觀測，發現生活中的「比例」
 - (1) 請同學觀察為何教室裡的物品桌椅、文具門、窗.....等物件的尺寸都一樣嗎？
有考慮「使用者」的尺寸嗎？
 - (2) 身高體重都一樣？勝文、書豪外型一樣嗎？
2. 什麼是穿搭比例？什麼是身材比例？**審美比例並非絕對值。**
3. 請問同學知道自己最適合的服裝尺寸嗎？相同尺寸不同品牌依合身程度一樣嗎？
4. **教師示範正確測量的方試。**
5. 兩人一組以布尺測量記錄身材各部位數值，紀錄於學習單上
6. 再進行上下身比例算法，了解自己的「身材比例」
7. 將自己的身材 BMI 數值與參考值對照，了解自己各部位的長短胖瘦狀況，知曉自己身形的優缺點(對於衣著選擇有所依據)。
8. 拍下第一次穿搭便服(課前紀錄)。

C 課程關鍵思考：

1. 日常生活中跟比例有關的事物？
2. 一種尺寸可以適用所有人嗎？
3. 測量了解自己的身型尺寸與身體比值？

課堂 2 穿搭玩比例：腰線/褲袖長的調整成效？

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 上周量身了解自己的身型尺寸？
2. 今天想讓同學找出比例穿搭的方法？
3. 我是用“對的方式”穿制服嗎？
甲、請 2 位同學示範自己的制服穿搭習慣，做分析和分享。
乙、進行制服比例調整透過袖子、衣襖、褲長的微調，並將改變後的樣貌拍攝下來作為紀錄，進行比較。
丙、討論影響穿搭美感的變因有哪些？(學生若有穿便服直接進行比例討論.....)以上下身服裝的比例改變-腰線位置、上衣長短、長短袖長、長短褲長與褲型、或到鞋款高低，都有可能影響穿搭的比例感受?哪些可改變？哪些無法？
4. APP 線上練習-指導同學使用虛擬試衣間 APP 或學學網站-配色練習，練習比例穿搭舉如搭配不同的衣服款式使否影響身形?相同款式色彩的影響?鞋型鞋色的影響?
5. 下周請同學找出最適合自己的服飾穿搭比例。直接穿搭便服上課。

C 課程關鍵思考：

找出好比例-穿搭 5 法。腰線位置、上衣長短、長短袖長、長短褲長與褲型、鞋款高低，都有可能影響穿搭比例。

課堂 3 穿搭玩比例分享會

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

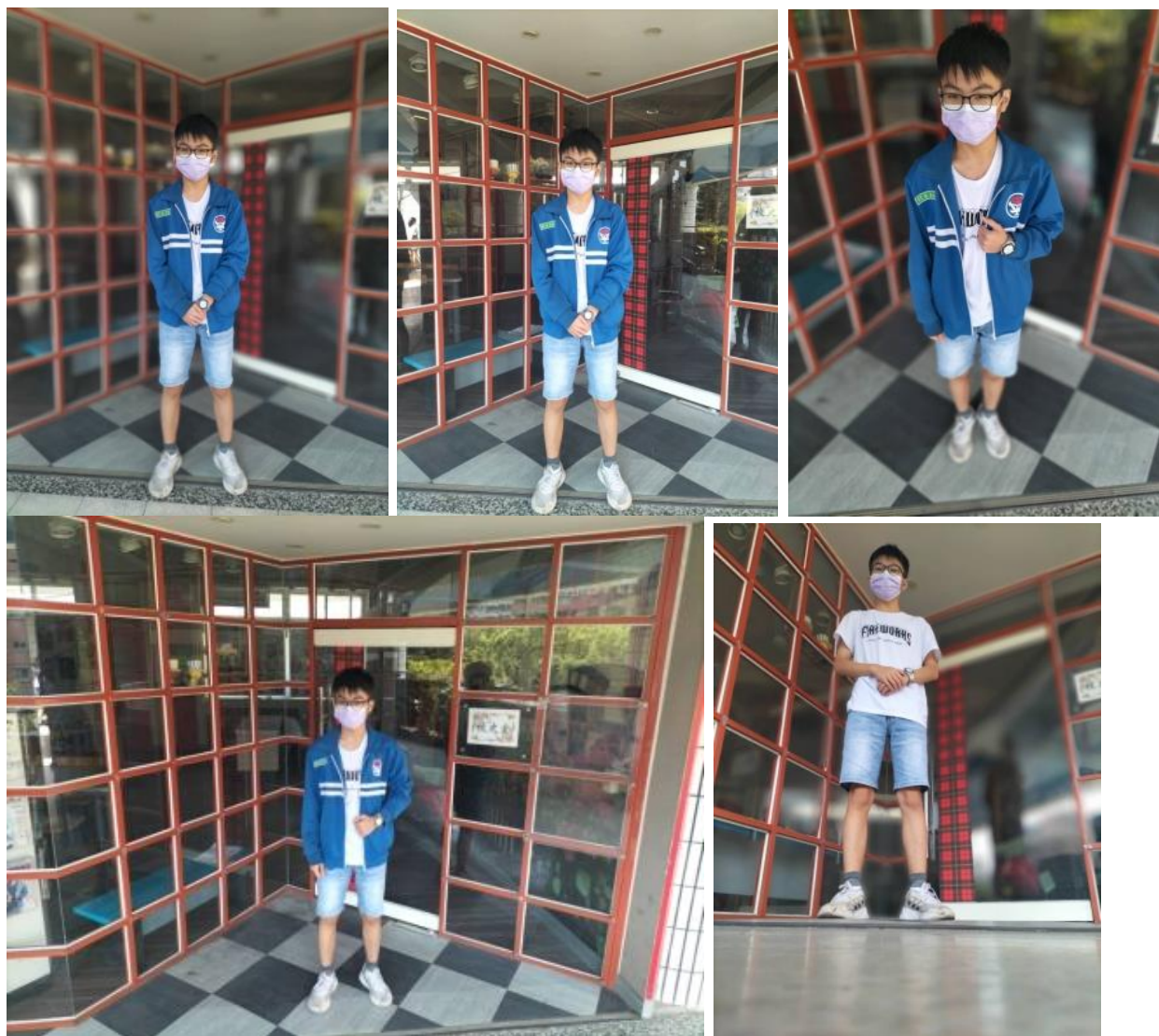
- 1.請學生實地穿搭練習。
- 2.請學生給與穿搭建議。
- 3.找出最適合自己的服飾穿搭比例，從長褲、短褲、長袖上衣、短袖上衣、同色套裝...都可以調整比例--測試視覺感受？
- 4.探討自己喜愛的原因?比例與美感是否有其關連性?

C 課程關鍵思考：

1. 找出適合自己的穿搭比例，運用色彩比例的穿搭可呈現不同的身形比例感。
2. 腰線、褲裙長短對於視覺身高的影響?鞋口與袖長對於手腳的視覺影響?

課堂 4 機攝影玩構成。

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 認識手機攝影功能與基本技巧:理解鏡頭運用(廣角/中距/長距).對焦清楚.避免模糊。
2. 從實地人物攝影作品中發現廣角與標準鏡頭的視覺比例
3. 學習手機攝影進行人物取景.不同視角讓身材比例改變。俯拍嬌小可愛。仰拍較高挑。
4. 體驗橫拍直拍取景會呈現不同的人與空間的比例感受。
5. 體驗拍攝不同的比例人像取景:全身、頭至下盤 - 半身人像照或頭至大腿 - 四分三人像照

C 課程關鍵思考：

1. 打開相機是廣角鏡頭-移動上下鏡頭的位置即可拍出明顯身材比例變化的照片
2. 使用手機對焦功能與人像攝影設定體驗畫面對焦的變化
3. 直拍/橫拍也會創造視覺比例變化...

課堂 5 手機攝影玩比例

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 以校園景觀為背景，群像人物為主題，體驗攝影構圖中大遠景、遠景、中景、近景、特寫等鏡頭概念及不同視角的敘事運用。
2. 分辨與運用對稱、平衡、主從、格線的概念。讓學生利用手機或平板以不同取景角度，探索群像攝影的畫面構成。
3. 透過實際攝影構圖實作，體會鏡頭運用.拍攝距離與方向如何影響影像美感？
4. 上傳照片給老師，下堂課賞評。

C 課程關鍵思考：

1. 了解使用手機功能，運用拍照的尺寸、鏡頭運用、與被攝者距離都可以呈現照片比例效果
2. 實地體驗留白空間、拍攝的角度、姿勢的調整、構圖.....，可產生不同的身形比例感。

課堂 6 攝影影像中主從與環境的關係。

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 擇要比較分析前一週學生攝影作品中的構成表現。
2. 請學生 5-6 人一組分組練習成套配色比例穿搭
3. 向電影/電視廣告畫面構成借鏡，了解攝影師如何透過畫面構成表達主題情感、畫面中的主從與環境的構成分析。
4. 透過主體、陪體與環境的互動，學生嘗試從不同角度/不同距離進行攝影，體會攝影構成的敘事效果。進行「群像攝影」的再練習。
5. 強化人物的組合方式及其他環境的互動，達到攝影比例構成的練習，並為青春留下美好的印記。
6. 體驗借位攝影，因為人物不同的距離拍出畫面的比例變化。

C 課程關鍵思考：

「按下快門前先觀察人與物的位置關係」的美感判讀習慣。

課堂 7 我的比例穿搭美照封面

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

1. 學習使用 CANVA 將自己拍攝或廠商所拍的個人沙龍照片製作雜誌封面
2. 學習排版比例:每人三版實作練習。
3. 檢視自己個人沙龍照/人像攝影的穿搭比例動作設計的成果比例
4. 讓穿搭與拍照變成一種生活基本技能。
5. 作品繳至 CLASSROOM 進行作品評量分享

C 課程關鍵思考：

1. 反思課程過程中比例的發現，進行記錄與分析。
2. 封面圖文編排也是比例設計的歷程。
3. 比例穿搭與拍照變成一種生活基本技能。

A 課程實施照片：



B 學生操作流程：

- 1.學習使用 CANVA 雜誌內頁版型進行自己個人穿搭照片.人像攝影與群像攝影作品，依類別並置於同一內頁上(共三頁)
- 2.觀察檢視自己的學習歷程
- 3.進行圖文比例排版練習並加入照片分析與心得分享....
- 4.落實比例構面課程於生活中，展現自己比例身形的美照成果。

C 課程關鍵思考：

- 1.反思課程過程中比例的發現，進行記錄與分析。
- 2.書的製作也是比例設計的歷程。
- 3.比例穿搭與拍照變成一種生活基本技能。

三、教學觀察與反思

(一)遇到的問題與對策:

- 1.以人物攝影作品來分辨對稱、平衡、主從、格線的概念。挪移到群像攝影進行實地練習。
- 2.先從個人人像攝影練拍認識鏡頭再進行群像攝影的穿搭與動作設計與構圖安排.....

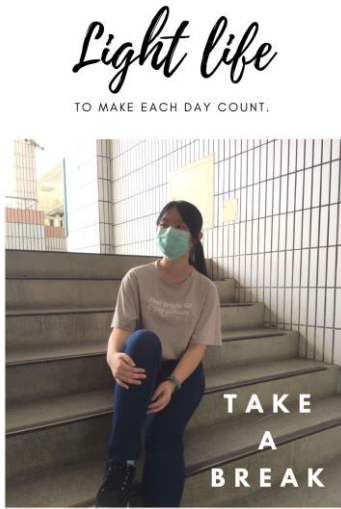
(二)未來的教學規劃仍持續在九年級進行此精選課程，可作為本校校本課程推廣之參考

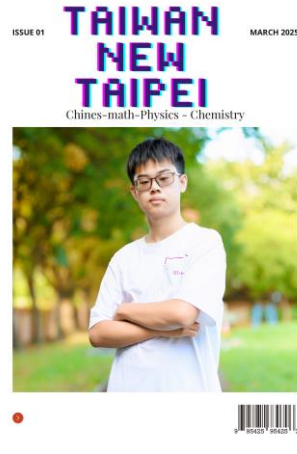
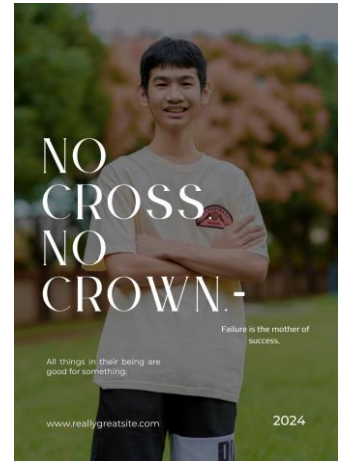
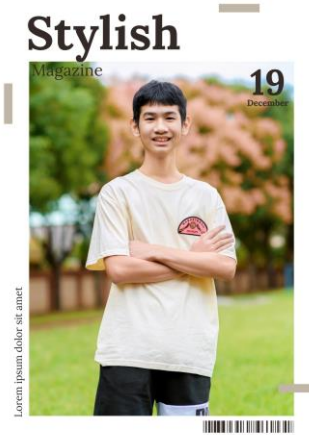
四、學生學習心得與成果

5-6 手機攝影玩比例+攝影影像中主從與環境的關係



7.我的比例穿搭美照封面





DEC 2023 | VOL. 32

GADGET

MAGAZINE

ON-LINE SHOP
@reallygreatsite
www.reallygreatsite.com

STORE
123 Anywhere st. Any
City, ST 12345



LIBERIA & CO.

MAGAZINE



LOOK BOOK LOOK BOOK

FEB

>Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In fucibus nec dolor eget pulvinar. Nulla ultricies feugiat fructibus. Proin placerat.

2023
CITAYEM
FASHION
WEEK

SUMMER
MAGAZINE



12

TIPS FOR STYLING
YOUR OUTFIT

WITH SPECIAL
MODEL

JULIANA SILVA



00000 00001

www.reallygreatsite.com

Barcode

Fashion Lookbook
September Edition

Sephiras



2022

Jemifer Lewis

Vol. 15

MAGAZINE

FASHION






TREND FASHION 2023

LIMITED EDITION | DECEMBER, 2023

www.reallygreatsite.com

KPOP STYLE

Fashionista

Volume 15
Issue 27

Collection
Exclusive Look at the Making of the Latest Fashion Campaign




25 Dec 2023 18:10:09



MERAKI



Fashion Magazine


Lookbook Fashion

Brand New Collection



Volume 122

Stylish
Magazine

19
December



>Lorem ipsum dolor sit amet

DECEMBER 2023

FASHIONIST
FASHION MAGAZINE

8. 我的玩比例美照書





心得

從學期初到現在將近三個月的活動，讓我學習到了穿搭、拍攝技巧，在無形中也和同學增加許多美好的回憶。雖然我比起當主角，更喜歡當掌鏡者，但可以和朋友拍這麼多照片，也是一個開心的體驗。希望老師在下學期，可以繼續準備這種有趣的活動！



中平帥哥們

MEN

SHOP NOW

ZONG PING JH

904

看完自己的照片跟大家的分組照之後才發現自己好帥好有魅力 希望大家都可以漂漂亮亮帥帥氣氣 跟大家拍照很開心 啊哈哈啊哈



心得

我覺得拍照這堂課最有趣，因為能讓我感受到不同角度拍出來的感覺，而且又很自由能穿自己想要的衣服，而我最喜歡的是拍分組照因為能幫同學拍，也能叫同學拍，藉由鏡頭的深透、角度、人的站位拍一張美麗的照片。