

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
113 學年度第二學期美感智能閱讀計畫

成果報告書

主辦單位： 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 新竹縣竹北市安興國民小學

執行教師： 徐琬淳 教師

目錄

一、美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

二、同意書

1. 成果報告授權同意書
2. 著作權及肖像權使用授權書 (如有請附上)

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	新竹縣竹北市安興國民小學
授課教師	徐琬淳
教師主授科目	安興語文(校本課程)
實際授課班級數	(實際授課 8 班)
實際教授學生總數	(實際教授 227 名學生)

二、課程概要與目標

課程名稱	可能的探索-我來定義我自己--做自己生命的英雄				
報紙使用 期數及頁數	第 19 期，第 1/3/5/8 頁	文章標題	第一頁：封面 第三頁：巴黎奧運場上的體態之美 第五頁：世界這麼大，原來美可以這麼不一樣 第八頁：你的臉不是你的臉，羨慕、挫折與成長：如何在比較中找到真正的自己		
課程融入 議題	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 無特定議題 <input type="checkbox"/> 其他 _____				
施作課堂	安興語 文	施作總節數	5	教學對象	<input checked="" type="checkbox"/> 國民小學 4 年級 <input type="checkbox"/> 國民中學 _____ 年級 <input type="checkbox"/> 高級中學 _____ 年級 <input type="checkbox"/> 職業學校 _____ 年級

1.課程活動簡介：

本課程以「接納自己—我來定義我的美」為核心，帶領學生深入探索「我是誰？」並重新思考「什麼是美？誰說得算？」透過 TED 演講與文章閱讀與討論一位罕見疾病患者的生命故事。從她幽默與勇氣面對與眾不同的成長歷程分享中，找出接納自我與定義自我的關鍵語句，思考「是什麼定義了我？」鼓勵孩子認識到：真正的價值來自選擇、夢想與熱愛，而非外貌或他人評價。最後，學生閱讀安妮新聞，討論「美」的定義如何隨時間與文化演變，理解「健康就是美」、「每個人都是獨特的」等觀點，並思考如何在群體中安心地做自己，避免落入容貌焦慮。

課程透過閱讀、討論、命題與繪畫等多元活動，和學生討論對美的多元理解，勇敢定義自我，學習欣賞自己的獨特與不完美。

2. 課程目標 (條列式)

- (1) 理解並重新定義「自我」與「價值」
- (2) 培養自我認識與接納能力
- (3) 理解多元之美與自我價值

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果 (請提供 5-8 張，如有學生學習回饋可附上。)





Who am I

請為文章命名：(我是誰)

1 今天能來到現場，我感到無比興奮。今天，我想跟大家分享一個特別的故事——關於我自己。

2 我天生患有極罕見的疾病，全世界目前只有三個人確診。這種病的其中一個特徵是，無法增重。從出生至今，我的體重從未超過過60公斤。但你知道嗎？這也讓我體會到人生的另一面：我可以享受食物的美好，不用擔心肥胖，還能半夜偷偷吃甜甜圈和粉紅糖。這是我大學生活的小小樂趣！

3 我的疾病也讓我有些與眾不同的地方，比如我有「雙眼能看清楚東西，但我習慣了，也會會善用這一點——如果有人太少，我就請他站在我旁邊(笑)。戴眼鏡時我總需要配一副鏡片，這不也挺方便的嗎？

4 我從小就在一個充滿愛的家庭中長大。爸媽在我出生時就決定要帶我回家，用全部的心力愛我、照顧我。他們從沒因為醫生的預測而氣餒，反而相信我會擁有自己獨特的人生。媽媽是我們家的核心，她像膠水一樣把我們牢牢黏在一起，給我無盡的勇氣與支持。

5 從小我就像其他孩子一樣生活著。雖然我長得和他們不太一樣，但我從不覺得自己不正常。我會帶著比自己還大的書包上學，會笑著主動跟同學打招呼，也會在操場和同學們一起玩耍。只是有時，別人對我的反應，會讓我開始思考：「我是誰？別人怎麼看我？我又怎麼看我自己？」

6 成長的過程中，我曾經有段時間對自己的外表感到疑惑。為什麼我看起來和其他人不同？我也曾試圖用各種方法想變得「更像他們」，希望自己某天醒來就變成「普通人」。但日子一天天過去，我開始明白，外貌並不是定義一個人的全部。

7 我曾經問過自己：「我不是做錯了什麼，為什麼有人不願意跟我做朋友？」他們告訴我：「你只是你，你不需要改變。」這話聽起來很簡單，但對我來說，這是一句多麼珍貴的話。它提醒我，我不需要去迎合任何人，我應該去發光。

8 這句話深深影響了我。於是，我繼續走自己的路。拒絕標籤，面帶微笑。我開始思考：「什麼才是真正的定義？」是外貌、家庭背景，還是朋友的眼光？經過多年探索，我明白了——真正定義我的，是我的選擇、我的夢想，以及我對世界的熱愛。

9 我曾看過一段影片，它問了一個問題：「你要怎麼定義你自己？」我開始把這個問題當作生活的指南。我不讓外貌、病名或他人的評價限制我。相反地，我選擇用夢想與行動，來描繪我的樣子。

10 我想成為心靈導師——幫助那些對自己懷疑、對未來迷惘的人。於是我開始寫書，目前已經完成三本，還順利從德州州立大學畢業，主修傳播與輔導英文。我喜歡演講，喜歡站在舞台上鼓勵他人，也期望未來能建立一個屬於自己的家庭。

11 我曾開玩笑說：「我要成為減肥中心的代言人。」因為我的身體總是那麼輕盈(笑)。但這也是我學到的重要一課——讓我們與眾不同，也可以用幽默與勇氣面對人生。

12 人生不會永遠順利，但我們可以選擇如何面對它。我選擇用善意、感謝與堅持，回應生活的一切。我也相信，每個人都擁有自己的挑戰，但也都有屬於自己的光。我的光，不是因為我與別人一樣，而是因為我接受了與眾不同的自己。

現在，我想請你們也問問自己一個問題：是什麼定義了你？

當你能夠誠實回答這個問題，你會開始相信，你的價值從來不由別人決定，而是來自你願意愛自己的那一刻。

別人定義一樣 按圖

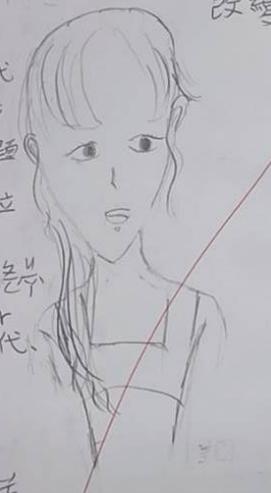
Who am I

什麼你
是義
扣心

What am I

① 不要因為你天生生了什麼病，就
 沒法和普通人一樣生活
 ② 不要因為別人的言論，而去
 改變自己。

答案：不同時代
 的外觀造型
 女性新聞主題
 身份地位
 or
 看急下
 or
 時代



請記住
 健康就是美
 你覺得什麼定義了你？
 我其實覺得是我的爸爸，因為他每一句話都讓
 我的心受到感動、快樂、去更堅定我自
 己，但我還是受到各種心情的影響。

成為英雄的關鍵是？

① 勇敢去考，克服心中的恐心
 害怕被笑、笑、笑、笑
 的那張去臉。

② 面對現實，已知自己會失敗
 不再為困難感到害怕。

努力
 勇敢
 (克服內心的恐心)

1. 不要用人家的眼光來定義我
 2. 即便與眾不同，也可以用幽默與勇氣面對人生
 3. 朝自己的目標努力前進

新聞主題：不同年代的外觀定義我

1. 我的成績定義了我自己



成為英雄的關鍵是？

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.

1. 勇敢嘗試你不敢去做和害怕的事，若能成功更進一步。
 2. 要有永不放棄的精神，不要因為失敗就放棄。

成為英雄的關鍵？
 ① 克服心中的恐懼。因為害怕被失敗丟臉
 ② 勇敢嘗試不敢做的事情。因為如果沒有辦法克服心中的恐懼就不能成為英雄。

要怎麼定義自己？
 不要因為有人嘲笑你而放棄。

成績定義了我
 遊戲對我
 安妮新聞
 主題
 不學樣的戲

Ford



2. 課堂流程說明

第一節課：認識不一樣的她

一、課程目標：

- (1) 學生能初步認識一位與眾不同但積極樂觀的人物。
- (2) 學生能開始思考外貌與自我認知的關係。
- (3) 學生能為文章發想標題，培養概括能力。

二、活動內容：

- (1) **引導開場**：老師提問：「你們覺得自己和別人有什麼不一樣的地方嗎？」或「你覺得什麼是『特別』？」
- (2) **閱讀故事**：老師播放或帶領學生閱讀「認識自己」中關於作者的個人故事。請學生透過文章猜猜看文章主角性別、身體特徵。
- (3) **小組討論與活動**：
 - ◆ **為文章下標題**：讓學生分組討論並為這篇文章發想標題。引導他們思考作者最想表達的是什麼。
 - ◆ **畫你眼中的她**：鼓勵學生根據文章描述，畫出他們想像中作者的樣子。討論：「你們從文章的哪些關鍵敘述，找到她容貌的可能樣子？」
 - ◆ **TED 影片**：從三個角度→文章閱讀、畫你眼中的她和實際影片的演講，檢核與對照心中的想像。
 - ◆ **分享與反思**：請學生分享他們發想的標題、畫作與影片，並討論：「你們覺得作者對於自己『與眾不同』的地方，一開始有什麼感受？後來又是怎麼面對的？」

三、**延伸思考**：老師引導：「外貌對一個人來說重要嗎？它會影響我們怎麼看自己嗎？」

第二、三節課：2-1 接納自己？

一、課程目標：

- (1) 學生能理解「接納自我」的意義。
- (2) 學生能從文本中找出作者接納自我的關鍵語句，並理解其背後的力量。
- (3) 學生能思考家庭支持在自我接納中的作用。

二、活動內容：

(1) **複習與提問**：快速複習上一節課的內容，並提問：「作者是怎麼學會接納自己的呢？」

(2) **討論與摘要—接納自我**：

- ◆ 老師引導學生再次閱讀文章，找出作者「接納自我」的關鍵語句。
- ◆ 重點討論作者父母對她的影響：「我從小便在一個充滿愛的家庭中長大。爸媽在我出生時就決定要帶我回家，用全部的心力愛我、照顧我。他們從沒因為醫生的預測而氣餒，反而相信我會擁有自己獨特的人生。媽媽是我們家的核心，她像膠水一樣把我牢牢黏在一起，給我無盡的勇氣與支持」。
- ◆ 重點討論父母的話：「妳只是比其他孩子瘦小，這是妳的特色，不是錯誤。別人看不懂妳，不代表妳不值得被喜愛。只要妳繼續做自己，總有人會明白妳的光」。
- ◆ 討論作者的體悟：「我的光，不是因為我與別人一樣，而是因為我接受了與眾不同的自己」。
- ◆ **小組討論**：讓學生討論：「如果我是作者，聽到父母說那些話，會有什麼感覺？」
「為什麼接受自己與眾不同很重要？」

三、**延伸思考**：老師引導：「我們身邊有沒有人曾說過類似的話，讓你覺得被理解或被接納？
接納自己和愛自己有什麼關係？」

第二、三節課：2-2 接什麼是真正的「我」？

一、**課程目標**：

- (1) 學生能理解「定義自我」的概念，不被外在因素限制。
- (2) 學生能從文本中找出作者定義自我的關鍵語句。
- (3) 學生能初步思考自己的「選擇、夢想與熱愛」如何定義自己。

二、**活動內容**：

(1) **開場**：老師提問：「除了外表，還有什麼可以定義一個人？」

(2) **文本分析——定義自我**：

- ◆ 老師引導學生再次閱讀文章，找出作者「定義自我」的關鍵語句。
- ◆ 重點討論：「真正定義我（作者）的，是我選擇、我夢想，以及我對世界的熱愛」。
- ◆ 強調作者如何不讓「外貌、病名或他人的評價限制我（她），相反地，我（她）選擇用夢想與行動，來描繪我（她）的樣子」。

(3)分享與討論：

- ◆ 請學生分享作者的夢想和行動，例如成為心靈導師、寫書、演講、希望建立家庭。
- ◆ 討論：「為什麼作者說她的『選擇、夢想和對世界的熱愛』比外貌更能定義她？」
「你覺得作者的幽默感（例如：要成為減肥中心的代言人）是如何幫助她面對挑戰的？」

三、延伸思考：老師引導：「如果你要用三個詞來定義你自己，你會選哪三個詞？為什麼？」

第三節課：美的多元宇宙

一、課程目標：

- (1) 學生能拓展對「美」的理解，認識美的多元性。
- (2) 學生能理解「健康就是美」和「每個人都是獨特的」概念。
- (3) 學生能初步學習面對「容貌焦慮」的方法。

二、活動內容：

(1) **引導開場：** 老師提問：「你們覺得什麼是『美』？誰說了算？」

(2) **讀報活動：**

- ◆ 老師發放安妮新聞，讓學生閱讀。
- ◆ **討論主題：**
 1. 「美」的理解有何改變？
 2. 「健康就是美」和「每個人都是獨特的」。
 3. 分享他們最喜歡的報紙版面。

(3) **小組討論：**

- ◆ **重新定義自我之美：**討論「世界這麼大，原來美可以這麼不一樣」。
- ◆ **打敗容貌焦慮的方法：**討論「打敗容貌焦慮的方法」（例如：有哪些方法？）。
- ◆ **如何在群體中安心地當自己：**討論「如何在群體中安心地當自己，有自己的獨特性，但又不會太不一樣？」

三、延伸思考：「在生活中，有沒有人因為外表而覺得不開心？我們能怎麼幫助他們？」

第四節課：定義我的價值與行動

一、課程目標：

- (1) 學生能將所學連結自身經驗，深度反思「是什麼定義了你」。
- (2) 學生能理解自我價值不應由他人決定，而是源於愛自己的那一刻。
- (3) 學生能被激勵選擇積極的態度，主動定義自己的人生。

二、活動內容：

(1) 核心問題反思：

- ◆ 老師再次提出文章最後的問題：「是什麼定義了你？」
- ◆ 引導學生進行深度反思：
 1. 「我有在意過自己的小選擇嗎？」
 2. 「我做的選擇真的反映了我的價值觀嗎？」
 3. 「在成長過程中，有沒有什麼事情讓你開始思考『我是誰？』」
 4. 「你曾試圖用各種方法想變得很『像他們』嗎？」

(2) 討論與分享：寫下或畫出「是什麼定義了你？」。

- ◆ 請學生分享他們對「是什麼定義了你」的答案，並討論為什麼他們會這樣選擇。
- ◆ 強調作者的人生選擇：「我（她）選擇用善意、感謝與堅持，回應生活的一切」，並「用夢想與行動，來描繪我（她）的樣子」。
- ◆ 重申：「你的價值從來不由別人決定，而是來自你願意愛自己的那一刻」。

三、結語與鼓勵：老師總結：「人生不會永遠順利，但我們可以選擇如何面對它」。鼓勵學生學習作者的幽默與勇氣，成為自己生命故事的英雄。

3. 教學觀察與反思 (遇到的問題與對策、未來的教學規劃等等，可作為課程推廣之參考。)

遇到的問題

在引導國小四年級學生探索自我認知和定義時，遇到的主要問題在於**抽象概念的理解深度**和**討論的參與度與深度不足**。對於「自我定義」、「價值觀」等較為抽象的概念，四年級學生難以進行深度內化，即便能從文本中找出作者接納與定義自我的關鍵語句，但要真正連結到「我的選擇真的反映了我的價值觀嗎？」這種批判性思考，很少有學生能覺察並說出深度反省內容。此外，對於「容貌焦慮」等較敏感的議題，學生有這樣的經驗，但很難具體說明與表達他們在乎和焦慮原因。

對策：

1. **具體化**：增加影片和 **114 年會考作文考題** 輔助教學，將「選擇」、「夢想」和「熱愛」等抽象概念，轉化為孩子們日常生活中更易理解的實際案例，例如：當面對兩難問題時，如何做選擇，或如何從每天的小習慣中看見自己的「光」。
2. **多元表達形式**：除了口語討論，可加入繪畫……等多元表達形式，讓學生能透過不同方式呈現對「自我」和「美」的理解，增加趣味性，提升整體參與度。
3. **引導與鼓勵**：老師需更**提供更多開放式問題**，並**鼓勵每位學生嘗試發言**，無論答案如何，都給予正向回饋，營造安全的分享氛圍。
4. **敏感議題**：對於「美」與「容貌焦慮」的討論，**強調「健康就是美」和「每個人都是獨特的」**，鼓勵學生欣賞多元之美，而非過度聚焦於「焦慮」本身。

未來的教學規劃

未來可將此課程擴展為跨領域學習，例如與藝術、語文課程結合。可進一步設計「我的優點樹」活動，讓學生寫下自己的特點與才能，並從中找出「我的光」。

課程實施可以拉長至 7 週：鼓勵學生持續紀錄自己的「小選擇」及其帶來的感受，並觀察這些選擇如何逐漸塑造了他們的「價值」。最終目標是讓學生不僅理解理論，更能將「愛自己」與「定義自己」融入日常，成為真正「自己生命故事的英雄」。

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫

113 學年度第二學期美感智能閱讀計畫

成果報告授權同意書

_____同意無償將 113 學年度第二學期美感智能閱讀計畫之成果報告之使用版權為教育部所擁有，教育部擁有複製、公佈、發行之權利。教育部委託國立成功大學（總計畫學校）於日後直接上傳「美角 | 生活中的每一課」粉絲專頁或美感與設計課程創新計畫之相關網站，以學習觀摩交流之非營利目的授權公開使用，申請學校不得異議。

※ 立授權同意書人聲明對上述授權之著作擁有著作權，得為此授權。

雙方合作計畫內容依雙方之合意訂之，特立此書以資為憑。

此致

教育部

立同意書學校：_____（請用印）

立同意書人姓名：_____（請用印）（教案撰寫教師）

學校地址：_____

聯絡人及電話：_____

中華民國____年____月____日