



教育部跨領域美感教育卓越領航計畫

合作學校創課方案(4.2 版)

114 學年度 第 2 學期

學校全銜	新竹市立建功高中附設國中部
申請類別	■種子學校
創課方案名稱	光影照情緒·情緒照心語
團隊成員	藝術類教師： ■視覺藝術/美術：<u>林雨蓮</u> ■表演藝術：<u>盧韋丞、陳育宣</u> 非藝術類教師：<u>林瑛密(健康教育)、吳姿穎(輔導活動)、蘇益嫻(健康教育)、楊賀鈞(生物)、陳俞閔(數學)、陳敬佳(數學)</u> 其他人員：<u>林國松校長(物理)、郭師貝教務主任(國文)</u> 總人數：11 人
實施對象	■國中：二年級 參與班級數：<u>普通班 2 班(114-1 為 ABCD 班，114-2 為 EF 班)</u> 參與總人數：<u>60 人(E、F 班)</u>
課程屬性 (可複選)	■必修課程 ■其他：彈性課程
創課方案來源	■延伸課程（依據之前跨領域方案走向，但延伸擴充之）
學生先備能力	1.情緒表演基礎：學生完成上學期的情緒表演練習，已有相當的基礎。 2.基礎認知與生活經驗：具備對藝術創作有基本的認知，能依照自己的情緒進行創作。 3.SEL 覺察與管理能力：學生已從上學期的課程中習得能力覺察之能力。
跨領域美感課程架構圖	

課程發展理念	1. 自我覺察與情緒管理：針對國中生常面臨的情緒管理困境，透過課程引導學生識別自我與他人情感，增強自信心與同理心。 2. 科技與藝術的交融：利用青少年對數位工具的近用性，將平板、Padlet 等工具融入創作，讓表演藝術的紀錄與呈現更具現代感與多元性。 3. 遊戲化學習動機：以「超級名模爭霸賽」為情境，吸引學生主動投入肢體創作與燈光設計，並在小組合作中建立友誼與溝通能力。 4. 情感的深度表達：最終目標是讓學生學會將抽象的情緒「視覺化」，在光影與鏡頭中找到自我，實現藝術即生活的教育目標。		
跨領域美感素養	※請參閱跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，勾選課程對應之跨領域美感素養(可複選)，並依課程設計相關程度排序。		
	跨領域美感素養	勾選欄	排序欄 (1 為相關程度最高，以此類推)
	1.美學思辨與覺察省思	☒	3
	2.符號識讀與脈絡應用	☒	6
	3.藝術參與及社會行動	☒	4
	4.設計思考與創意發想	☒	5
	5.數位媒體與網絡掌握	☒	7
	6.文化跨域與多元詮釋	☐	
	7.藝術探究與生活實踐	☒	2
	8.其他：情緒與藝術連結	☒	1
跨領域課程類型	※請參閱跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，勾選課程對應之跨領域課程類型(可複選)，並依課程設計相關程度排序。		
	跨領域課程類型	勾選欄	排序欄 (1 為相關程度最高，以此類推)
	1. 活化型課程	☒	2
	2. 議題式課程	☒	1
	3. 窗外式課程	☐	
	4. 交集性課程	☐	
	5. 學校本位課程	☐	
	6. 混成式課程	☐	
	7.其他：(請自行填寫)	☐	
跨領域內涵	■藝術科目： <u>視覺藝術、表演藝術</u> ■非藝術科目： <u>健康教育、輔導活動、生物、數學</u> ■融入之議題： <u>社會情緒學習(SEL)</u>		

美感元素 與美感形式	美感元素 ☐ 視覺藝術： ☐ 點 ☐ 線 ☐ 面 ☒ 空間 ☒ 構圖 ☐ 質感 ☒ 色彩(含色相、明度與彩度) ☐ 音樂： ☐ 節奏 ☐ 曲調 ☐ 音色 ☐ 力度 ☐ 織度 ☐ 曲式 ☐ 表演藝術： ☐ 聲音 ☒ 身體 ☒ 情感 ☐ 時間 ☐ 空間 ☐ 勁力 ☐ 即興 ☒ 動作 ☐ 主題 美感形式 ☒ 均衡 ☐ 和諧 ☒ 對比 ☒ 漸層 ☐ 比例 ☐ 韻律 ☐ 變奏 ☐ 反覆 ☐ 秩序 ☐ 統一 ☐ 單純 ☐ 虛實 ☐ 特異				
本期發展重點 (其他議題請參照 課程模組 4.2 核心 內涵)	■聯合國永續發展目標 (SDGs)： ☐ A.消除貧窮 ☐ B.終結飢餓 ☐ C.健康與福祉 ☐ D.優質教育 ☐ E.性別平等 ☐ F.淨水與衛生 ☐ G.可負擔的永續能源 ☐ H.就業與經濟成長 ☐ I.永續工業與基礎建設 ☐ J.消彌不平等 ☐ K.永續城鄉 ☐ L.責任消費與生產 ☐ M.氣候行動 ☐ N.永續海洋與保育 ☐ O.陸域生態 ☐ P.制度的正義與和平 ☒ Q.永續發展夥伴關係 ■社會情緒學習 (SEL)： ☒ 甲.自我覺察 ☒ 乙.自主管理 ☒ 丙.社會覺察 ☒ 丁.人際技巧 ☒ 戊.負責任的決定 ☐ 其他議題： ☒ 無				
學習活動設計 (依實際課程之主題數、課程目標與單元數逐一增列撰寫)					
學習活動內容與流程 主題(一)名稱：情緒認知與自我理解 單元 1 名稱：冰山下的真實景觀 (輔導活動) 課程目標：運用冰山理論拆解行為背後的情感與需求。 實施節數：1 一、導入活動 情緒地圖：繪製雲霄飛車： 1. 學生在「情緒雲霄飛車」學習單上，回顧並記錄過去一週的情緒起伏。 2. 在座標軸的轉折點標記具體事件與精確的情緒辭彙(如：從「愉快」跌落至「絕望」，或從「擔憂」上升至「驚喜」)。 3. 提問：觀察你的軌跡，哪些情緒是你常在他人面前展現的？哪些又是不喜歡展現的？ 二、開展活動 冰山浮現：行為觀察：展示一張「面無表情」或「防衛動作」照片，引導學生討論：除了看到的「行為」，在冰山底下可能藏著什麼？	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="1050 1176 1257 1406"> 跨領域美感素養(依前述跨領域美感素養表格代碼 1-8 填寫) </th><th data-bbox="1257 1176 1452 1406"> 本期發展重點(依前述本期發展重點表格SDGs代碼 A-Q /SEL代碼甲-戊填寫) </th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="1050 1406 1257 2016" style="text-align: center; vertical-align: middle;"> 1 2 8 </td><td data-bbox="1257 1406 1452 2016" style="text-align: center; vertical-align: middle;"> 甲 乙 丙 丁 </td></tr> </tbody> </table>	跨領域美感素養(依前述跨領域美感素養表格代碼 1-8 填寫)	本期發展重點(依前述本期發展重點表格SDGs代碼 A-Q /SEL代碼甲-戊填寫)	1 2 8	甲 乙 丙 丁
跨領域美感素養(依前述跨領域美感素養表格代碼 1-8 填寫)	本期發展重點(依前述本期發展重點表格SDGs代碼 A-Q /SEL代碼甲-戊填寫)				
1 2 8	甲 乙 丙 丁				

三、綜合活動 薩提爾冰山剖面圖：引導學生針對「情緒雲霄飛車」的一個轉折點進行冰山分析： 1. 感受：當時心情是什麼（如：驚、怒、憂）？ 2. 觀點：我對這件事的看法是什麼？ 四、3. 渴望：我其實希望被看見、被接納還是被愛？		
單元2 名稱：情緒動力的分析與調節（健康教育） 課程目標：學生能認識自我、價值澄清、分析壓力來源並調節情緒。 實施節數：1 一、導入活動—情緒字典與自我對話： 情感詞彙擴充：分析「情緒字典」中，同類情緒但不同強度的生理反應差異（如：從擔憂到絕望、從生氣到爆炸）。 二、開展活動 價值澄清：引導學生反思學習單中的兩個問題——「你常在他人面前展現的情緒」與「你不喜歡展現的情緒」。討論社會文化（如：愛面子）如何影響我們對情緒「好壞」的價值判斷。 三、綜合活動 情緒調節機制建模： 1. 調節策略研討：針對雲霄飛車中急墜的「負向情緒」區塊，小組討論非破壞性的調節機制（如：正念呼吸、向同儕分享、運動釋放）。 2. 冰山下的渴望連結：結合輔導課的冰山理論，釐清情緒反應背後的「心理渴望」是否得到滿足（如：生氣可能是因為渴望被公平對待）。 四、3. 實踐計畫：在「心情札記」中寫下一個未來一週預計採用的壓力應對策略。	1 2 8	甲 乙
單元3 名稱：從生物、感官到社群互動（生物） 課程目標：學生能透過文本，理解動物之間的社會互動模式，反思環境對生物情感心理的影響。 實施節數： 一、導入活動 動物行為文本導讀：閱讀關於動物社會性的文本（如：大象的哀悼行為、黑猩猩的安慰行為），討論動物如何透過肢體動作傳遞情感訊號。 二、開展活動 1. 分組討論：環境壓力（如：棲地減少、過度擁擠）如何影響動物的社會互動（如：變得具攻擊性或孤僻）。 2. 連結「心情札記」：分析學生在生物課觀察到的動物行為（如：小魚的爭鬥或貓的躲藏），推論其內在情感狀態。 三、綜合活動 四、跨物種冰山分析：將輔導課的「冰山理論」套用到動物行為上，反思：動物的「求偶」或「護食」（行為）背後，藏著什麼樣的生存渴望？	1 2 8	甲 丙
主題(二)名稱：藝術 X SEL 與創作 單元1 名稱：空間比例與構圖判斷（數學） 課程目標：學生能熟練操作三分法、三角構圖與引導線等幾何邏輯，在影像中建立情感的重心與視覺平衡。 實施節數：1 一、導入活動	1 2 3 5 7 8	甲 Q

視覺重心與幾何平衡：利用尺規在示範照上標出「三分法」與「三角構圖」的關鍵交點，討論交點分布如何影響視覺上的心理壓力平衡。 二、開展活動 空間比例與空間感：計算人物在畫面中所佔的面積百分比，探討從「特寫」到「遠景」的比例變化，如何從數學上的「小」轉化為心理上的「孤單」。 三、綜合活動 構圖決策實踐：學生在校園內分組，應用數學比例原則拍攝一張結構對稱或符合黃金比例的形象照，並說明其邏輯基礎。		
主題(二)名稱：藝術 X SEL 與創作 單元 2 名稱：光影情緒形象照 課程目標：學生能藉由先備經驗與知識，創造出屬於自己的一張光影情緒形象照。。 實施節數：3 一、導入活動 ● 情境營造：調暗教室燈光，播放節奏強烈、具包裹感的電子或劇場配樂。引導學生放下日常社會化的包袱。 ● 肢體表達：學生在空間中隨機走動。教師透過指令，引導學生將抽象的內在情緒，直接用「極致的身體動作」放大呈現： ● 指令【憤怒與狂妄】：「把日常裡被壓抑的憤怒，從腳底灌注到指尖。你的身體在空間中擴張、繃緊，定格出最具侵略性的姿態！」 ● 指令【脆弱與焦慮】：「感受內心的不安。讓身體縮小、蜷縮、扭曲，用最赤裸的肢體線條，定格出靈魂碎裂的瞬間。」 ● 組員兩人一組。當教師拍手示意「定格」時，一人展現情緒強度最高的肢體姿態；另一人使用粉筆或海報紙，在背景牆/地面上快速勾勒出對方身體的「動態線條輪廓」，將流動的情緒初步具象化。 二、開展活動 ● 光影介入：關閉所有大燈，僅開啟單點聚焦燈（手電筒），直射主牆面，並加入玻璃紙。 ● 認識光的方向與顏色所營造出不同的情緒。 三、綜合活動 ● 每組四人，分別擔任：燈光師、攝影師、布幕操作、模特。 ● 每個人抽出屬於自己的情緒卡牌，依照情緒卡牌進行創作。 ● 人情合一：分組以手電筒與背景布進行創作，藉由媒材創造出屬於自己的光影情緒形象照。 ● 在快門按下的那一刻，在光影間痛快哭泣、放聲大笑，將壓抑的靈魂揉碎，定格成最震撼、最真實的「情緒形象照」。	1 2 3 5 7 8	甲 Q
評量方式(請參見跨領域美感課程模組核心內涵 4.2 版，並詳述之)： 一、實作評量：學生於課程中完成每項作業與任務，如情緒雲霄飛車練習、影像創作等。 二、口語評量：能於課程中回應教師提問，並給予分享與回饋。 三、紙本評量：學生能完成課中的學習單。 四、觀察評量：學生於學習過程中投入之程度，與教師、同儕之間的學習互動歷程。		

教學省思	一、 跨領域課程亮點 1. 情緒與肢體的內在連結 學生透過輔導課的「薩提爾冰山理論」與健教課的「情緒雲霄飛車」做底蘊，能更細膩地覺察自身狀態，並在拍照實作中展現出超乎預期的肢體張力與空間感，打破了過往「只是在上台演戲」的刻板印象。 2. 學科知識的轉化與實作 原本擔心較為抽象的光學（如：舞台燈光的 RGB 三原色混色）與數學構圖比例，在引入「動態形象照」的實作誘因後，學生反而展現出高度的探究熱情，因為對學生來說，這樣的實驗就等於從做中學，證明從做中學或許更能引導學生理解跨學科的邏輯。 3. 生物學視角的同理延伸 結合生物課關於動物群體社會互動的文本，學生不只能觀察自然界，更能回頭反思環境壓力和生存本能對人類情感與心理的影響，進而從跨物種的視角，建立起對生命整體的同理心。 二、 未來教學調整建議 1. 結構化引導光影語彙 雖然學生這次在拍照實作上的渲染力很強，但未來可以引進更多國內外專業的劇場劇照或攝影範例，更系統化地帶領學生理解「特定光位（如頂光、逆光）」與「情緒強度」的對應關係。 2. 融入多元社會背景的討論 在價值澄清單元，可以再多放一些引導，討論不同的成長環境、文化或生活背景如何影響每個人對情緒的表達方式，讓學生能跨越自身的同溫層，對他人的情感多一份理解。 3. 釋放更多元的自主創作空間 後續的課程規畫中，可以再擴充燈具款式、彩色透鏡及不同材質的背景布，甚至由學生自行提案、設定拍攝情境，讓他們的創作潛能有更多發揮的彈性。
學生/家長回饋	1. 學生 A 以前上表演藝術課總覺得就是分組排戲，這次居然跟健教還有輔導課夢幻連動，尤其是做那個情緒雲霄飛車的主題。而且我第一次知道原來拍照可以有這種玩法，把心裡那些講不出來的心情，用燈光和影子直接拍成一個照片。後來大家把照片傳到網路上，看著別人的作品，我才驚覺原來不是只有我天天在心裡爆炸，大家其實都在面對自己的壓力，感覺大家都一樣。 2. 學生 B 在上這堂課的時候，我一直在想生物課學到的動物群體行為，還有那種尋求安全感的本能。後來在拍自己的形象照時，我刻意用了幾何構圖和光影的線條，去營造一種有規律的空間感。我很喜歡這種把生物、數學邏輯跟藝術美學扣在一起的設計，這讓影像不只是單純的好看，背後還有一種理性分析的樂趣。 3. 學生 C 我本來超級怕鏡頭，只要攝影機對著我，我整個人就僵硬到不行，而且老師要我們拍照，對我來說真的很可怕。結果老師上課教我們用各種身體痛的肢體引導，大家互相看來看去直接笑翻，原本很尷尬後來都沒了。看到我們這組攝影師在夕陽燈幫我抓拍的那張照片，連我自己都

原地嚇到了，原來我也可以有這種高冷又很有氣場的感覺，這張照片我一定要設成大頭貼。

4. 家長 1

我兒子那天回家，很難得拿他的聯絡簿來跟我聊天，還在那邊跟我解釋表藝課跟理化課學到的光三原色是怎麼在舞台上變色的。後來我看他聯絡簿裡面寫到對家裡柴柴的日常觀察，文字變得有點細膩、有點感情，這在以前真的很難看到。這門課不只讓孩子學會藝術創作，更重要的是讓他們學會停下來看世界，謝謝老師的帶領。

5. 家長 2

非常感謝學校老師們這麼有創意的跨領域課程。我們家孩子段考那陣子壓力很大，本來脾氣有點暴躁，但自從上了這個情緒引導的拍照課（應該是表藝課）之後，他好像找到了一個安全的宣洩管道，會開始嘗試用影像和色彩把心裡的起伏表達出來。看到孩子能用這麼健康的管道跟自己的負面情緒相處，做家長的真的感到很欣慰。

影像紀錄



課程討論與共備



肢體創作與開發



健康教育課引導同學自我覺察。



輔導活動課藉由遊戲引導學生探索社會覺察

		
	光影情緒形象照成果	光影情緒形象照成果
		
	光影情緒形象照成果展	成果回饋與分享
其他對於 本計畫之建議	再次感謝跨領域美感計畫，提供我們充足的資源與輔導，推進教學現場的老師們想做的事情，我們想說的是，感謝有跨領域美感，讓我們將美感深植每位同學的心裡。	