

一、設計理念：

「怎麼辦？畢業了！下一步該往哪裡？」遇到人生階段新變化或困境，總使人迷茫，對現今的高中生更是倍感焦慮。透過藝術引導學生關注體驗並探索，活在當下。獨特與美麗，是要被發現的。發現差異，看見自己，經營自己，培養覺察自己的能力，並從創作中找到生命中的意義與價值

課程在剖析學生生活背景下展開，讓學生透過冥想、探索、澄清、詮釋生命的價值創造心靈與他人的對話。在與他人互動對話中，看到自己和尊重他人。對話下創作、構思連結自己和環境，將對話連結內在的意義展現創作中。冀望學生藉由心靈對話創作中突破，有一份看見的眼光，思索「遇到哪些困境呢？」「並想想能做些什麼？」覺知到，或許看見了不一定能解決，但可貴的是走出新的思維，尊重個體的獨特性，只要生命動起來就有不同。

二、教學流程：

活動一名稱：夢想起飛

時間：100分鐘

藉由學生提問及影片《青春發言人 | 我們的青春練習曲》促發學習動機，鼓勵學生說出自己感受，思考在人生各個階段原本的梦想為何改變？發生哪些狀況增進學生自我釐清，夢想和現實狀況的處境；深究阻礙、促發學生發現問題，迷惘正是覺知到渴望，啟動學生聆聽內心的聲音，正是課程的主軸，先有覺知才能接受，而引導學生擁有行動力也是重要要素。

活動二名稱：穿越時空

時間：50分鐘

引導靜心，開啟內心真正的想法，順著寧靜安定心思，接續對自己未來一年後的想法加以梳理，定下具體想法目標。並以學習單中主角範例信件，乘載著時空膠囊飛越時空，寫信給一年後的自己，對未來的自己喊話，為自己啟動更多的正能量。

活動三名稱：遇見藝術

時間：50分鐘

結合畫展展覽，畫展主要是從畫中連結自己的未來生涯之迷，引導學生思索畫與自己未來或者未來世界大環境的關聯。並透過擔任導覽員的培訓，探索發現自我潛力及表達溝通能力。

活動四名稱：人生之謎

時間：100分鐘

以「找路學習單」引發同學討論，請學生找一個地點，最好是沒有去過的地方，利用假期周末進行一場探險之旅，規劃路線圖，打開五感。敘說希臘神話裡囚禁米諾陶的迷宮故事，在古今迷宮與路線圖中，引導學生找夢想找出路，將循著自己的想法，創作在作品之中。

活動五名稱：找路-找出生命之光

時間：200分鐘

引導學生運用多媒材的方式，創作屬於自己的人生迷宮。進行個人實作，與自己的內在對話，將心靈轉化成作品。

活動六名稱：一起找出生命之光

時間：300分鐘

在個人實作後，進行分組活動製作雖然相同，但因為小組成員的融入增添互動的難度，但當中更看到他人的想法，與自己的不同，透過分組彼此檢視以及挑戰彼此想法，激發互相解決問題的能力，拋出問題，是否需要修正呢？而作品討論與分享，將是最精采的部分，將深思這不同過程，對生命議題有著不同啟發。

三、教學設計與流程			
領域/科目	藝術領域/家政美學	設計者	謝佳豫
實施年級	幼保科三年級	教學節次	16節課
課程名稱	走出迷宮尋找生命之光		
教案實施情形	<p>■1.本教案已實際教學實施</p> <p>(1)實施時間：__2021/8/19_____</p> <p>(2)實施課程名稱：_家政美學_____</p> <p>■2.本教案尚未實際教學實施，預計實施日期：_____</p>		
設計依據			
核心素養	總綱核心素養	面向:A 自主 行動 項目:A2 系統思考 與 解決問題 面向:B 溝通 互動 項目:B3 藝術涵養 與 美感素養	
	領域核心素養具體內涵	綜S-U-B3 透過生活美學的省思，豐富生活美感的體驗，欣賞與分享美善的人事物，創新經營家庭生活，開創美好人生。	
學習重點	學習表現	家政-專-美學-2 具備美的覺知、賞析能力，展現自我精進、創新、符號表達及賞析之素養。	
	學習內容	家政-專-美學-C-c環境美學賞析，如：庭(公)園與裝置藝術、傢俱(飾)與空間美學、溫馨友善環境美學等賞析	
議題融入	實質內涵	生U2 看重人皆具有的主體尊嚴與內在價值，覺察自我與他人在自我認同上的可能差異，尊重每一個人的獨特性。	
	學習主題	人學探索	
教材來源	<ol style="list-style-type: none"> 《青春發言人 我們的青春練習曲》 《青春發言人 事情一大堆，時間不夠用怎麼辦？斜槓大師怎麼說？Feat.蔡尚樺》 引用線上資源僅限用於教學用~廣達游於藝遇見大未來展品~ 		

	<p>已取得該部門之同意</p> <p>https://iic.quanta-edu.org/exhibition/27/exhibition_exhibits_info/73?hide=1</p>
教學設備/ 資源	電腦、投影機、學習單、課程簡報、
使用的公 視影片	<ol style="list-style-type: none"> 1. 《青春發言人 我們的青春練習曲》 2. 《青春發言人 事情一大堆, 時間不夠用怎麼辦? 斜槓大師怎麼說? Feat.蔡尚樺》
學習目標	
<ol style="list-style-type: none"> 1.透過影片主角生涯變化, 啟動學生聆聽內心的聲音, 覺察自我。 2.藉由作品傳達心中意涵, 連結生命故事並賦予意義, 與人互動學合作習。 	

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>一、夢想起飛</p> <p>(1) 引起動機:學生提問:「目前108新課綱,該選哪所大學?還是先工作呢?對於未來不知道怎麼辦....」師:「對於未來沒有絕對的答案,但找出符合自己的是最重要,一邊探索給自己前進的力量。」</p> <p>(2) 影片賞析: 播放《青春發言人 我們的青春練習曲》、《青春發言人 事情一大堆,時間不夠用怎麼辦?斜槓大師怎麼說?Feat.蔡尚樺》</p> <p>(3) 提問:邀請同學上台發表關於夢想的探討與想法,人總是充滿夢想,人生有夢最美,但現實世界的你遭遇哪些事件或有哪些使命讓你對夢想改變或不改的想法?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 國小、國中、高中各有哪些夢想呢? 2. 夢想改變或不改變的理由? 3. 夢想中的阻礙有哪些? 4. 為了達成我現在想要的目標,現階段高中期間我想怎麼做? <p>(4) 找一位同學,聽聽他的夢想,和他分享你的夢想,聽完請鼓勵對方,給對方稱讚與鼓勵的話(正向的話)寫下來。(學習單附件三)</p> <p>(5) 總結整理,請學生寫下問題與感受。每個人的夢想都不相同,所以每個人的計劃也不同,做好計劃,然後一步步走,每天都堅持做完每天的任務,這樣就離夢想越來越近。有效的計劃是夢想實現的前提,而行動力將決定一切,大部分的人空有夢想,不行動,在好的想法都只是空想。鼓勵學生放膽去做夢,提高自我的執行力。</p> <p>二、穿越時空</p> <p>(1) 引起動機:接續上堂課討論:夢想只是夢想嗎?上一堂課同學們互享鼓勵並給佳句。現在我們將進入深層的冥思,給自己和未來的自己一個對話的機會。</p>	<p>50分鐘</p> <p>50分鐘</p> <p>50分鐘</p>	<p>口語 評量</p>

<p>(2) 活動過程:冥想未來:播放靜心音樂,邀請大家聆聽老師的指導語,在自己的位置上,選個坐姿最舒服的姿勢,閉上眼睛(若有人不想閉眼不強迫),專注在自己的身上,隨著音樂,想像自己徜徉在綠油油草地上,搭上熱氣球飛上天空,躺在軟綿綿的雲朵上,緩緩深深吸氣,再慢慢的吐氣,此時你感覺很放鬆,隨著引導語掃描身體的部位,並深深呼氣與吐氣,「感受一下頭部,覺得頭很放鬆;掃描全身;再回您的全身,感受到全身更放鬆。」慢慢地請您回到現場,緩緩睜開您的眼睛。</p> <p>(3) 隨著音樂停止,請大家張開眼睛,並說說剛剛的感受?覺得心情如何?</p> <p>(4) 接著,我們即將乘載著時空膠囊飛越時空,寫給一年後的你一封信,你們面對面,你有千言萬語跨時空告知他,你目前的狀況,給未來的自己鼓勵和力量。</p> <p>(5) 總結活動:發下學習單,朗讀範例信件(如學習單附件四)教師提問:目前有哪些困擾呢?有哪些優勢能力?不論是學業成績、身體、人際.....等,外在的挑戰,練習與他並存,為自己的人生播種、扎根,想一想可以為自己的人生加入甚麼可能?還有想做些甚麼?現在的你出現甚麼事情?有哪些期待?對未來的你喊話吧!</p>	50分鐘	高層次紙筆評量
<p>三、遇見藝術</p> <p>(1) 引起動機:游於藝畫展走入校園,藉由圖書館展覽畫作,學生接受藝術饗宴,徜徉課程。(為本校每年特有的活動融入) PS:建議,亦可以線上畫展的方式與同學交流,以線上教學的方式呈現。詳見 https://iic.quanta-edu.org/exhibition/27/exhibition_exhibits_info/73?hide=1引用線上資源僅用於教學用。 大地出了什麼事呢? 全球暖化與氣候變遷的議題與人的永續生存息息相關,如果,人類還能遇見美好的大未來,這一球我們絕對要守住..... 吶喊之中,請大家思索和自己未來的關聯性。</p> <p>(2) 活動過程:學生接受圖書館培訓擔任導覽員,將畫作藉由口說方式講述給同學們聽,使自己也更了解畫。 學生間擔任解說,說說畫作與作家的想法,與同學之間可互相</p>		

<p>學習。</p> <p>(3) 邀請學生連結未來生涯，在賞析畫作時，請由上次課程找一找對未來生涯最有想法的一幅畫，並和它一起拍照，提問：哪一幅畫讓你最有深刻印象且扣緊此次主題未來生涯？為什麼？想到哪些？是否帶來力量與想法？若有請在創作中展現出來並寫下來並編一個故事。(學習單附件五)</p> <p>(4) 綜合討論：共同欣賞同學的導覽影片，予以同學鼓勵，共同討論分享與哪個畫作拍照？為什麼？</p> <p>四、人生之謎</p> <p>(1) 引起動機：欣賞了游於藝的畫展，邀請大家一起來場心靈之旅，結合生活情境，以「找路學習單」引發同學討論，請學生找一個地點，最好是沒有去過的地方，利用假期周末進行一場探險之旅，規劃一下路線圖，畫下來。</p> <p>(2) 活動過程：接著，請開啟你的五感，找出最有感覺的感官，細細的思考，並聯想這個味道，這個場景，這個觸覺，這個聽覺，嗅覺，使你想起甚麼？</p> <p>(3) 不論是現實的探索之旅或是人生中對未來的迷惘，就如同走入迷宮之中，說說：希臘神話裡囚禁米諾陶的迷宮故事：這個迷宮設計的很巧妙，只能進、不能出，像極了中國的神獸貔貅。迷宮彎彎繞繞、複雜無比……。牆壁上，壁畫中的人物則反映愛琴海文明與古埃及，古代壁畫，邀請大家一起觀看與討論。</p> <p>(4) 教師引導：人生猶如一座迷宮中或許有阻礙但也是前進的動力，大家努力尋找方向，路上的風景璀璨，大家尋找自己的出口，運用五感。</p> <p>(5) 請大家在學習單上(附件五)標示出找路的想法與五感，也和大家分享，當中的趣事。</p> <p>邀請同學將想法在學習單中表現，請想要分享的同學做分享，請大家尊重每個人的想法？</p> <p>(6) 總結活動：透過上述活動，對未來的迷惘，找夢、找路，預告我們將來製作迷宮教具，讓自己獲得力量。請大家攜帶材料，製作迷宮，從中找路。</p> <p>五、找路-找出生命之光</p>	<p>200 分鐘</p>	<p>筆評 量</p> <p>口語 評量</p>
--	-------------------	----------------------------------

<p>(1) 引起動機:畫展的畫作,例如:「寂靜的春天」,原本該是鳥語花香,處處充滿生機的春天,為何寂靜無聲?還有找路和迷路的經歷,將思考運用於人生的迷惘,這些想法可運用於創作之中。</p> <p>(2) 活動過程:賞析影片李蕢至:高雙陂塘漣漪迷宮:影片中探索人、自然與環境之間的關係。</p> <p>(3) 小組討論:從藝術家的創作觀察:稻田上的漣漪,用水的意象結合迷宮,尋找的是生態平衡的出口或是人生的出口,強調環境永續採用竹子這個永續材料,漣漪產生擴散性能量去影響更多人,從作家李蕢至的作品請大家進行討論,作品中看到哪些?使用的材料?他想表達甚麼?你和小組有不同的想法嗎?</p> <p>(4) 從藝術賞析到李蕢至的地景創作,一連串課程,請學生扣緊著自己的生涯探討—如何能設計屬於自己心靈之旅的迷宮?迷宮中你想設計的是哪些呢?不論是關卡、或路線、回到對自我對問題的選擇,不是家長或長輩的選擇,做出選擇又會走向哪個方向呢?</p> <p>(5) 對採用個人實作方式,請學生思考下列提問: 思考現況有些許困擾與傷感,將感受與迷宮中的關卡連結,你可以試看看。思索「遇到哪些困境呢?」「並想想能做些什麼?」並寫在學習單中(附件六)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 關卡須符合使用者年齡可操作的教具。 2. 探究在議題中對困擾的期待或改善方法? 3. 路線的素材運用,將路線構思想像更多元。 4. 教師提問:如何設計路線,出入口如何暢通?單一或多路線?想想平面變立體又會有甚麼火花呢?如何在色彩和細節度有驚豔感?除了用筆畫線,可以思考大自然中鬆散素材,或者文化產物的廢物利用,素材上不限定,但須考量其穩固性,課程上提問:何種素材可以成為迷宮的路線?哪種素材可以黏貼比較牢固不掉下來?需使用哪種黏著劑?請同學思考黏著劑的適用性? <p>(6) 邀請討論:教具中實驗成效,發生哪些狀況?滾珠無法進行的原因?找出比較與找資源的方法。</p> <p>(7) 綜合活動:個人實作沉澱課程,</p>	<p>300 分鐘</p>	<p>實作 評量</p> <p>口語 評量</p> <p>實作 評量</p> <p>口語 評量</p>
--	-------------------	---

<p>教師引導同學將作品與生涯或困境連結與聯想，可以問自己：這樣的我，像甚麼？經歷哪些故事？遇到哪些關卡？伴隨學生喜愛的輕音樂，思考最貼近自己內在的心，或許只是模糊的畫面，或許沒有東西，但只要願意試試就很好。</p> <p>六、找路-一起找出生命之光</p> <p>(1) 分組學習： 請同學分組，分成12組，每組3-4人，進行迷宮創作。</p> <p>(2) 請同學進行分組後，將大家的創作連結在小組中，將想法架構主軸討論，找出想法的主題，分配工作、購買材料。</p> <p>(3) 小組實作：引導不同於個人的思考，在腦力激盪下學習不同的關卡製作方式，當中尊重每個人的想法。</p> <p>(4) 作品分享與討論，邀請各組同學線上分享，並提出當中的困境、解決、反思等，也可分享個人和小組的不同。</p>		
<p>實施成果：</p> <p>「怎麼辦？畢業了！下一步該往哪裡？」學生的提問，令人心有戚戚焉，連大人的我也陷入沉思迷惘。課程的迷路與找路中，體驗五感與回味就是回過頭細細的品味，回味美好的經驗迎向未來，享受什麼樣的場景和時光讓自己充滿力量，會更喜歡這樣的自己，一次次的更喜歡自己，就是自信的關節源頭，有自信進而對選擇投入，啟迪對生命的認真。而夢想起飛和冥想穿越時空，這些心靈雞湯，將想法紀錄，並細細品嚐，之後轉化成作品。將所思所想投入作品中，製作屬於自己的迷宮，嘗試走出迷宮；另一方面和小組製作小組迷宮，從中發現團隊合作與學習他人的解決問題方法，在自主學習和共學中，與自己心靈對話也和他人互動，從製作迷宮中，找到自己生命之光，從而創造自己的生涯之路。</p>		
<p>教學心得與省思：</p> <p>如果以改變教室的風景，在實施課程後，我深覺和學生的關係更進一步，似乎更有默契確實改變我和學生的關係。學生看完《青春發言人 我們的青春練習曲》及藝人蔡尚樺的分享，頗有共鳴，有種原來大家的高中都是在懵懂迷惘中。透過主角的鼓勵與製作迷宮，有學生家庭功能失能，繼父有疑似性侵事件，他在課程的拼圖之間，突然失去方向，操作中覺察自我。或者有學生寫到：在國中曾經因錯誤評量誤認為資源班學生，學生當中的感嘆，被嘲笑自卑，埋怨父母，對命運作弄無能為力。學生種種的自我剖析，該生將人生之迷惘，隱喻在作品之中。我省思：課程並不是在這邊結束，而是引發另一節點，也發現當孩子願意和我連結，知道能有老師安全的陪伴，不再無助，在眼神交會之間，拉近和學生的距離，期許將能力能量帶給學生。</p>		

本課程，以滋養為主軸，教師要有敏銳力，看見困難點，總是鼓勵想想辦法，或者向google大師學習，或者陪伴一起操作看看，陪伴方式，神奇，像是魔法般，將盲點突破。課程中，視覺藝術與美學融入良性互動的循環，能自動互相予以修正的建議，例如：學生會說：我覺得你們組作品很棒，但可以增加滑梯，這樣呈現的滑動感，作品也活起來了。從中看出學生深入課程，勇於表達、批判與比較。走入迷宮如走入人生之謎，生活中不論困境或選擇，加入一點新思維，走出不同的生命，相信新生活就從此展開。除思索生涯或困境議題的意義，連結思辨與價值澄清，提升自我價值感，更聯繫師生與人的連結。令人感動的是，發現了學生願意學習如何培養自我覺察，也願意分享內心或是創造出口，藉由作品展現出迷宮之光。

參考資料：

廣達游於藝線上畫展：

https://iic.quanta-edu.org/exhibition/27/exhibition_exhibits_info/73?hide=1