

壹、家政職群【核心主題-美容】教學活動設計

單元名稱	皮膚保養	教學時間	3 節/150 分鐘
單元內容	1-1.皮膚的認識與清潔 1-2.保養品的認識與使用 1-3.皮膚保養的程序 1-4.居家皮膚保養的技巧與實作		
學生學習條件分析	1.應具備動手操作的興趣。 2.應具備良好的學習態度。		
教學地點	美容教室		
單元目標	具體目標		
【認知】 1.學生能認識皮膚的構造。 2.學生能認識保養品。 3.學生能認識保養的意義及目的。	1-1.學生會說出皮膚的構造。 1-2.學生會說出皮膚的功能。 2-1.學生會說出保養品的用途。 2-2.學生會說出保養品的種類。 3-1.學生會說出保養的意義及目的。 3-2.學生會說出不同季節的皮膚保養。 3-3.學生會說出保養品保存方式。		
【技能】 4.學生能學會使用保養品的方法。 5.學生能學會皮膚保養的程序。 6.學生能學會居家保養手技按摩。	4-1.學生會正確使用及取用保養品。 5-1.學生會操作臉部保養程序。 6-1.學生會操作額部保養手技。 6-2.學生會操作眼部保養手技。 6-3.學生會操作鼻、嘴部保養手技。 6-4.學生會操作頰部保養手技。 6-5.學生會操作頸保養手技。		
【情意】 7.學生能養成正確優美姿勢。 8.學生能養成認真敬業的工作態度。	7-1.學生能解釋姿勢正確的重要。 8-1.學生能表現認真敬業的工作態度。		

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	<p>《第 1-3 節課》</p> <p>【準備活動】</p> <p>一、教師</p> <p>(一) 準備皮膚的認識講義。</p> <p>(二) 準備皮膚保養示範用教具。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 塑膠人頭模型。 2. 皮膚保養 DVD 光碟。 3. 美容沙龍設備圖片。 <p>(三) 準備示範操作用品：卸妝乳、洗面皂 按摩霜、化妝水、乳液、隔離霜、面紙、化妝棉、毛巾。</p> <p>二、學生 準備卸妝乳、洗面皂、按摩霜、化妝水、 乳液、隔離霜、面紙、化妝棉、毛巾。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <p>1-1 (一) 說明良好皮膚的特質。 7-1 (二) 以肉眼觀察皮膚的狀態，判別皮膚的類型及狀態。 8-1 (三) 以手觸摸皮膚的狀態，判別皮膚的膚質及彈性。</p> <p>二、提示主題 明確地告訴學生今日學習的主題包含：</p> <p>1-1 講述法 1-2 問答法 2-1 觀察法 2-2 講述法 3-1 5 分鐘 3-2 3-3</p> <p>(一) 皮膚的構造及功能。 (二) 保養品的用途及種類。 (三) 皮膚保養的目的。 (四) 皮膚保養的程序。 (五) 居家皮膚保養的技巧與實作。</p>	講述法 問答法 觀察法 講述法	30 分鐘 5 分鐘	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
4-1	三、說明內容			
5-1	(一) 介紹皮膚的構造及功能。	講述法	15 分鐘	
6-1	(二) 介紹保養品的用途及種類。		15 分鐘	
6-2	(三) 介紹皮膚保養的意義及目的。		20 分鐘	
6-3	(四) 介紹皮膚保養的程序。			
6-4	1.卸妝。2.洗臉。3.化妝水。4.去角質。			
6-5	5.蒸臉。6.按摩。7.敷臉。8.清除敷面劑。 9.化妝水。10.乳液。11.隔離霜。		10 分鐘	
	(五) 介紹居家皮膚保養的技巧。			
	1.卸妝。2.洗臉。3.化妝水。4.營養滋潤。	講述法		
	5.按摩。6.保護隔離。	示範法	5 分鐘	
	(六) 示範居家皮膚保養的手技按摩。			
	(七) 準備用具及材料。	練習法	30 分鐘	
	(八) 學生實際操作練習額部按摩。			
	(九) 學生實際操作練習眼部按摩。			
	(十) 學生實際操作練習鼻部按摩。			
	(十一) 學生實際操作練習嘴部按摩。			
	(十二) 學生實際操作練習頰部按摩。			
	(十三) 學生實際操作練習頸部按摩。		15 分鐘	
	【綜合活動】 一、請學生展示額部按摩手技。二、請學生展示眼部按摩手技。三、請學生展示鼻部按摩手技。四、請學生展示唇部按摩手技。五、請學生展示頰部按摩手技。六、請學生展示頸部按摩手技。七、規定家庭作業	觀察法 發表法		
4-1				
5-1				
6-1				
6-2				
6-3				
6-4				
6-5			5 分鐘	
7-1	(一) 重複練習至少 2 次居家皮膚保養。			
8-1	(二) 比較保養前與保養後之差別。			

貳、知識單

知識單 編號：家政-3-1/知

單元名稱	皮膚保養	教學使用地點	美容教室
------	------	--------	------

【單元簡介】

愛美是人的天性，誰不希望自己嬌豔嫋媚、青春長駐，對美的追求，可以說是一個人對生活充滿希望追求的目標。皮膚看起來只是一張薄膜，但卻有著複雜的組織及功能，同時皮膚會因為年齡、季節、遺傳、保養、環境等因素而產生不同的變化，所以想擁有健康美麗的肌膚，最基本的應先瞭解皮膚有關的知識與保養方法。

【學習目標】

- 一、學生會說出皮膚的構造。
- 二、學生會說出皮膚的功能。
- 三、學生會說出保養品的用途及種類。
- 四、學生會說出保養的意義及目的。

【相關知識】

一、皮膚的認識

皮膚為身體的最大器官，面積約 1.6 平方公尺，眼瞼的皮膚最薄，手掌和腳底的皮膚最厚。

(一) 皮膚的構造：皮膚由上而下可分為表皮、真皮、皮下組織三層。

1.表皮	由內而外可分為基底層、有棘層、顆粒層、透明層、角質層。
2.真皮	<ul style="list-style-type: none">(1) 皮膚的主要部份，內含血管、淋巴、神經、汗腺和皮脂腺等。(2) 上層為乳頭層，會給予皮膚彈性和伸縮性，但一旦皮膚老化，波浪形狀會逐漸喪失，致使皮膚的彈性消失而鬆弛。(3) 下層為網狀層，由膠原纖維和彈性纖維構成，皮膚的彈性、硬度、伸張度決定於此層。
3.皮膚上的腺體有三種	<ul style="list-style-type: none">(1) 皮脂腺。(2) 汗腺。(3) 頂漿腺。
4.皮下組織	由脂肪細胞構成，與美容上的曲線有關。

(二) 皮膚的功能：

1.保護作用	人體的第一道防線。
2.分泌作用	(1) 分泌皮脂和汗液，形成弱酸性保護膜，稱為皮脂膜。 (2) 健康皮膚 PH 值約為 4.5~6.5 左右。
3.調節體溫	體內散發熱量，約有 80%由皮膚進行。
4.排泄作用	
5.呼吸作用	
6.知覺作用	
7.吸收作用	

(三) 顏面筋肉紋理：

- 1.額頭的筋肉是縱向的紋理。
- 2.眼睛周圍的肌肉走向是圍繞著眼睛周圍環狀紋理。
- 3.臉頰的筋肉是斜向的紋理。
- 4.口角周圍的筋肉是環狀紋理。
- 5.頸部的筋肉是縱向的紋理。

二、保養品的用途及種類

(一) 保養品的用途	選擇適當的保養品保養皮膚或護理皮膚，使皮膚經常保持具有光澤與彈性。
(二) 保養品的種類	1.卸妝。2.清潔。3.化妝水。4.按摩霜。5.乳液。6.隔離霜。

三、保養的意義及目的

- (一) 維護皮膚應具備的正常功能。
- (二) 促進皮膚的功能。
- (三) 改善部分皮膚的瑕疵。
- (四) 保持皮膚的最佳狀況。

四、不同季節的皮膚保養

- (一) 夏天：選擇較清爽的製品。
- (二) 冬天：選擇具滋潤作用的製品。

五、保養品保存方式

- (一) 保養品一旦開封使用，就要持續盡快使用，尤其是季節性化妝品，宜在當季使用完畢。
- (二) 保養品使用後瓶蓋立刻蓋緊，如果沒有蓋緊，會使水分、酒精蒸發，香味也會變淡，空氣中的灰塵、雜菌會掉入使保養品變質。
- (三) 放置保養品一定要避免陽光直接照射，也不可放在高溫或低溫處，應置於陰涼、通風的地方。

【習題】

- (A) 1.皮膚最外層為 (A) 表皮層 (B) 乳頭層 (C) 真皮層 (D) 皮下組織。
- (C) 2.皮膚所須之營養素由 (A) 神經 (B) 肌肉 (C) 血液 (D) 脂肪 供應。
- (A) 3.皮膚不具有的功能是 (A) 消化作用 (B) 吸收作用 (C) 排汗作用 (D) 分泌作用。
- (D) 4.臉部保養時，顧客臉上有化膿性的粉刺，應該 (A) 擠掉 (B) 塗外用藥 (C) 口服藥 (D) 請顧客看皮膚科醫師。
- (C) 5.女性的曲線美是決定於 (A) 表皮 (B) 真皮 (C) 皮下組織 (D) 角質層。
- (C) 6.表皮的最內層是 (A) 有棘層 (B) 顆粒層 (C) 基底層 (D) 角質層。
- (C) 7.皮下組織的位置是在 (A) 角質層之上 (B) 表皮之上 (C) 真皮之下 (D) 脂肪組織之下。
- (A) 8.下列哪一層與皮膚表面柔軟，光滑有關？(A) 角質層 (B) 透明層 (C) 顆粒層 (D) 基底層。
- (C) 9.人體之最大器官是 (A) 心臟 (B) 肺臟 (C) 皮膚 (D) 胃。
- (B) 10.內部含有血管、神經、汗腺、皮脂腺等構造的是 (A) 表皮層 (B) 真皮層 (C) 皮下組織 (D) 基底層。
- (D) 11.皮膚構造分為 3 層，表皮構造可分為 (A) 2 層 (B) 3 層 (C) 4 層 (D) 5 層。
- (A) 12.正常角質層約含多少水份 (A) 15% (B) 25% (C) 35% (D) 40%。
- (B) 13.表皮細胞之營養補給來自真皮的 (A) 結締組織 (B) 微細血管 (C) 皮脂腺 (D) 汗腺。
- (D) 14.皮脂腺分泌皮脂、汗腺分泌汗液，形成一層保護作用的 (A) 細胞膜 (B) 皮膚膜 (C) 角質膜 (D) 皮脂膜。
- (B) 15.皮膚健康與老化、結實與萎縮，影響最大的是 (A) 表皮 (B) 真皮 (C) 皮下組織 (D) 基底層。

參、實作單

實作單		編號：家政-3-1/實 1					
單元名稱	皮膚保養						
【實作內容】							
一、題目：(一) 重點卸妝、全臉卸妝。 (二) 洗臉。 (三) 居家臉部皮膚保養。							
二、操作時間：50 分鐘。							
【機具設備】							
編號	名稱	規格	數量	備註			
1	講桌	示範工作臺	1 張				
2	白板或黑板	一般用	1 面				
3	工作臺	附鏡臺	1 人 1 張				
4	工作椅	附椅背	1 人 1 張				
5	洗臉臺	附冷熱水	4 組				
6	化妝箱	內附保養品一套	1 組	教師示範用			
7	塑膠人頭模型	半身	1 個	教師示範用			
【材料】							
編號	名稱	規格	數量	備註			
1	卸妝乳	一般用	1 組 1 份				
2	洗面皂	一般用	1 組 1 份				
3	按摩霜	一般用	1 組 1 份				
4	化妝水	一般用	1 組 1 份				
5	乳液	一般用	1 組 1 份				
6	隔離霜	一般用	1 組 1 份				
7	面紙	一般用	1 組 1 份				
8	化妝棉	一般用	1 組 1 份				
9	毛巾	一般用	1 人 1 條				

【操作步驟】

一、卸妝

- (一) 重點卸妝：清潔乳清潔雙眼及唇部。
- (二) 全臉卸妝：清潔乳以打螺旋方式清潔額部、眼部、鼻部、唇部、兩頰及頸部皮膚，以面紙清除清潔乳。

二、洗臉

- (一) 取洗面乳加一點水揉搓出泡沫。
- (二) 以打螺旋方式清潔臉部約 1 分鐘。
- (三) 以清水沖淨泡沫，毛巾擦乾。

三、居家臉部保養手技一操作步驟如下：

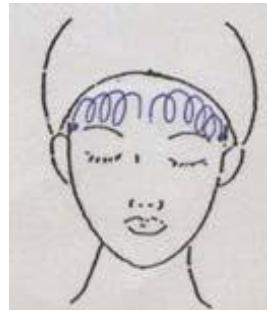


圖 1 化妝水擦拭步驟

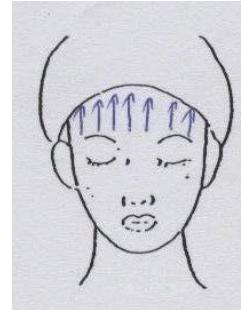
- (一) 擦上化妝水，其步驟，如圖 1：
 - 1. 將化妝棉置於手心，倒入適量化妝水。
 - 2. 用食指及無名指夾住化妝棉。
 - 3. 化妝棉完全貼服於臉龐，並順著臉的弧度擦上。
 - 4. 由臉頰和額頭部位開始，由臉中心往外側慢慢仔細地擦，使其融入。
 - 5. 鼻部由上往下塗擦。
 - 6. 頸部由下往上塗擦。
- (二) 塗抹按摩霜
 - 1. 按摩霜以打螺旋方式塗抹額部、眼部、頰部及唇部。
 - 2. 按摩霜塗抹鼻部由上往下塗抹，頸部由下往上塗抹。

(三) 居家臉部保養手技

1.額部按摩

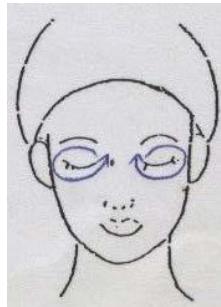


- (1) 螺旋動作。
- (2) 至太陽穴輕壓。

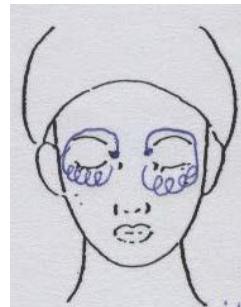


- (1) 雙手交替，服貼額部，往上滑。

2.眼部按摩

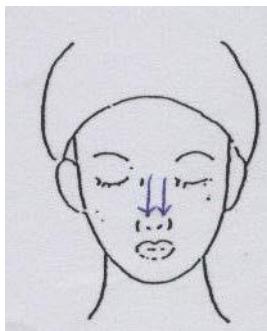


- (1) 眼頭輕壓、上抬。
- (2) 由上往下繞至眼頭輕壓。

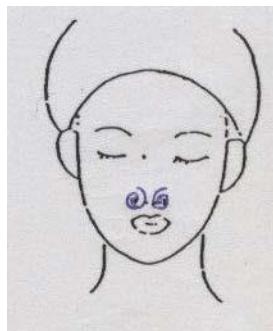


- (1) 下眼瞼打螺旋至眼尾。
- (2) 由眼尾繞至眼頭輕壓。

3.鼻部按摩

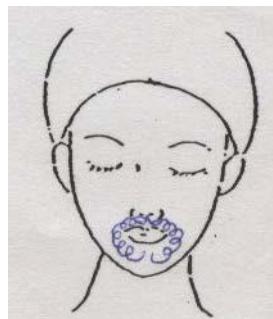


- (1) 輕撫鼻梁。
- (2) 由上往下。
- (3) 雙手交替。

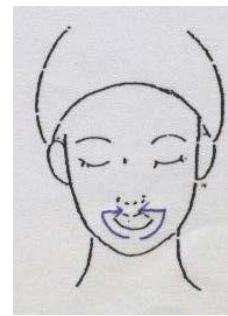


- (1) 小鼻子往內打螺旋。

4.唇部按摩

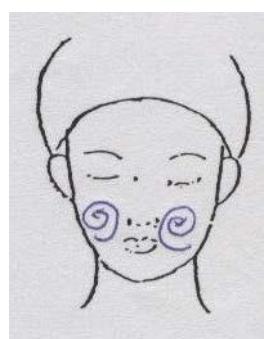


- (1) 嘴唇四周畫螺旋。
- (2) 由上往下，再由下往上。



- (1) 下唇外滑至嘴角。
- (2) 嘴角處略往上提。

5.頰部按摩

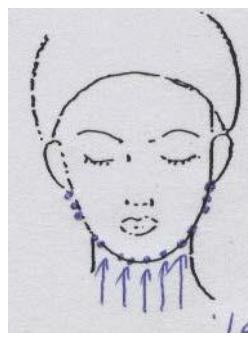


- (1) 臉頰往上畫大螺旋。
- (2) 雙手交替滑行。

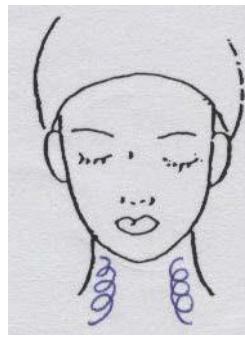


- (1) 輕撫臉頰。
- (2) 雙手交替滑行。

6.頸部按摩



- (1) 頸部由下往上輕撫。
- (2) 雙手交替。



- (1) 頸部兩側打螺旋。
- (2) 由下往上。

【注意事項】

- 一、足量按摩霜應均勻的塗抹在要施行保養部位。
- 二、手技按摩動作應配合顏面肌肉紋理施行。
- 三、按摩時力量、速度應適中，有韻律感。

【參考文獻】

- 1.資生堂廣告 DM。

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-3-1/評

單元名稱	皮膚保養
------	------

【 認 知 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會說出皮膚的構造。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會說出皮膚的功能。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會說出保養品的用途。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會說出保養品的種類。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會說出保養的意義。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會說出保養的目的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 七、會說出不同季節的皮膚保養。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 八、會說出保養品保存方式。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 九、會說出正確使用及取用保養品。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【 技 能 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會正確使用及取用保養品。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會操作臉部保養程序。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會操作額部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會操作操作眼部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會操作鼻、嘴部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會操作頰部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 七、會操作頸部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【 情 意 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、能說出姿勢正確的重要。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、能表現認真敬業的工作態度。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

壹、家政職群【核心主題-美容】教學活動設計

單元名稱	臉部的按摩	教學時間	6 節/300 分鐘
單元內容	2-1.按摩的目的 2-2.按摩用品的種類 2-3.臉部按摩的技巧與實作		
學生學習條件分析	1.學生對皮膚保養已有相當的知識。 2.學生需有皮膚構造的基本知識。		
教學地點	美容教室		
單元目標	具體目標		
【認知】 1.學生能認識按摩的目的。 2.學生能認識按摩用品的種類。 3.學生能認識皮膚的類型。 4.學生能認識顏面肌肉紋理分布。	1-1.學生會說出按摩的目的。 1-2.學生會說出按摩的功效。 2-1.學生會說出按摩霜的用途。 2-2.學生會說出按摩霜的種類。 3-1.學生會說出皮膚類型。 3-2.學生會指出不同皮膚類型的差異。 3-3.學生會指出皮膚的狀況。 4-1.學生會說出顏面肌肉紋理分布方向。		
【技能】 5.學生能學會工作前準備。 6.學生能學會手技按摩。 7.學生能學會蒸氣美膚機的使用。	5-1.學生會正確使用及取用保養品。 5-2.學生會正確使用頭巾及肩巾。 5-3.學生會正確操作重點卸妝及全臉卸妝。 6-1.學生會操作額部保養手技。 6-2.學生會操作眼部保養手技。 6-3.學生會操作鼻、嘴部保養手技。 6-4.學生會操作頰部保養手技。 6-5.學生會操作頸、下顎及耳朵保養手技。 6-6.學生會操作清除按摩霜。 7-1.學生會正確操作蒸氣美膚機。		
【情意】 8.學生能養成正確優美姿勢。 9.學生能養成認真敬業的工作態度。 10.學生能養成課後收拾環境的習慣。 11.學生能培養職場安全的觀念。	8-1.學生能解釋姿勢正確的重要。 9-1.學生能表現認真敬業的工作態度。 10-1.學生能表現重視環境整潔的態度。 11-1.學生能表現重視工作安全的態度。		

學習目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	<p>【準備活動】《第 1-6 節課》</p> <p>一、教師</p> <p>(一) 準備臉部的按摩講義。</p> <p>(二) 準備臉部的按摩示範用教具。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 塑膠人頭模型。 2. 手技按摩 DVD 光碟。 3. 蒸臉器。 <p>(三) 準備示範操作用品：卸妝乳、洗面皂、按摩霜、化妝水、乳液、隔離霜、面紙、化妝棉、毛巾。</p> <p>二、學生 準備卸妝乳、洗面皂、按摩霜、化妝水、乳液、隔離霜、面紙、化妝棉、毛巾。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <p>1-1 (一) 介紹按摩的歷史。 講述法 8-1 (二) 進行手部的柔軟運動。 問答法 9-1 (三) 以肉眼觀察皮膚的狀態，判別皮膚的類型及狀態。 觀察法</p> <p>二、提示主題</p> <p>1-1 明確地告訴學生今日學習的主題包含： 講述法 1-2 (一) 按摩的功效。 2-1 (二) 按摩用品的種類。 2-2 (三) 皮膚的類型。 3-1 (四) 顏面肌肉紋理分布圖。 3-2 (五) 工作前準備。 3-3 (六) 手技按摩技巧與實作。 4-1 (七) 蒸氣美膚機的使用。</p> <p>三、說明內容</p> <p>(一) 介紹按摩的功效。 講述法 (二) 介紹按摩用品的種類。 講述法 (三) 介紹皮膚的類型。 講述法 (四) 介紹顏面肌肉紋理分布圖。 講述法</p> <p>10 分鐘 5 分鐘 10 分鐘 5 分鐘</p>		15 分鐘	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
5-1	(五) 準備用具及材料，分 A、B 組互做。 (六) 介紹及示範工作前準備。 (七) A 組學生實際練習工作前準備。 (八) 介紹及示範手技按摩技巧與實作。 (九) A 組學生實際操作練習額部按摩。	示範法 練習法 講述法、示範法 練習法 示範法、練習法	5 分鐘 10 分鐘 15 分鐘 10 分鐘 10 分鐘	
5-2	(十) A 組學生實際操作練習眼部、鼻部、嘴部、頰部、頸部、下顎及耳朵按摩。		30 分鐘	
6-1	(十一) 清除按摩霜及善後工作。		20 分鐘	
6-2	(十二) B 組學生工具準備。		5 分鐘	
6-3	(十三) 介紹及示範工作前準備。		10 分鐘	
6-4	(十四) B 組學生實際練習工作前準備。		15 分鐘	
6-5	(十五) 介紹及示範手技按摩技巧與實作。		10 分鐘	
6-6	(十六) B 組學生實際操作練習額部按摩。		10 分鐘	
7-1	(十七) B 組學生實際操作練習眼部、鼻部、嘴部、頰部、頸部、下顎及耳朵按摩。		30 分鐘	
8-1	(十八) 清除按摩霜及善後工作。		20 分鐘	
9-1	(十九) 介紹及示範蒸氣美膚機使用。		10 分鐘	
10-1	(二十) 學生實際操作練習蒸氣美膚機使用。		10 分鐘	
11-1	(二十一) A、B 組學生複習手技按摩。 【綜合活動】一、請學生展示額部按摩手技。二、請學生展示眼部按摩手技。三、請學生展示鼻部按摩手技。四、請學生展示唇部按摩手技。五、請學生展示頰部按摩手技。 六、請學生展示頸部、下顎及耳朵按摩手技。 七、規定家庭作業 (一) 重複練習包頭及面紙摺疊 10 次 (二) 重複練習手技按摩至少 2 次。	練習法 示範法 練習法 示範法	15 分鐘 15 分鐘	
6-1				
6-2				
6-3				
6-4				
6-5				
8-1				
9-1				

貳、知識單

知識單	編號：家政-3-2/知		
單元名稱	臉部的按摩	教學使用地點	美容教室

【單元簡介】

按摩能消除緊張、使肌肉放鬆，在皮膚表面以觸摸、輕撫、摩擦、按壓等方法進行按摩，可以適度刺激肌肉、血管、淋巴、神經等促進其活動，使血液順暢，新陳代謝良好，消除皮膚疲勞，使皮膚有柔軟、舒暢，防止小皺紋產生，當血液循環通暢時，各種營養容易被皮膚吸收，更能滋潤皮膚，保持皮膚有彈性與光澤。

【學習目標】

- 一、學生會說出按摩的歷史。
- 二、學生會說出按摩的功效。
- 三、學生會說出按摩霜的種類與用途。
- 四、學生會說出皮膚類型。
- 五、學生會指出不同皮膚類型的差異。
- 六、學生會指出皮膚的狀況。
- 七、學生會說出顏面肌肉紋理方向。

【相關知識】

一、按摩的歷史

- (一) 「按摩」兩字的由來，是希臘與 Massoc (搓揉) 之意，指的是在皮膚上以手指、機器、電流或光線，使全身組織活潑，提高新陳代謝的手技。
- (二) 19世紀末，此技術自西歐東傳，並與中國漢方醫術合為一流，成為今日之按摩技術。
- (三) 按摩在世界各地被普遍使用，且被當作是一種治療方式，英文將按摩稱為 Massage，目前都使用此名稱。

二、手技按摩的意義

手技按摩是利用手部的柔軟度及熟練度，依臉部不同部位而採用不同手法，以達到促進血液循環及細胞活化之目的。

手技按摩常用之手法

(一) 輕擦法	以指腹由下往上，由內往外摩擦。
(二) 柔捻法	以螺旋圓圈式的摩擦。
(三) 拍打法	以指腹有彈性拍彈皮膚。
(四) 振動法	以指腹輕彈皮膚。
(五) 按壓法	以手指的力道加壓在經絡交會點。

三、按摩的功效

- (一) 促進血液循環，使肌膚富有生氣；讓皮膚功能順暢，保持健康美麗的外觀。
- (二) 提高皮膚溫度，使新陳代謝活潑，幫助血液循環，讓日常保養效果佳。
- (三) 紿予皮膚張力和彈力，延緩老化的作用；讓皮膚不會暗沉無光澤，使皮膚的彈性、光澤看得見，上妝更持久，膚色更加亮麗。
- (四) 預防筋肉的衰老，按摩不僅是皮膚，連筋肉的功能也可以提高，按摩能預防更深層的肌肉衰老，延緩臉部的皺紋和皮膚的鬆弛。

四、按摩霜的種類與用途

(一) 按摩霜的種類	按摩霜可依皮膚的性質選擇，乾性皮膚者可使用油性按摩霜，油性皮膚者可用水性按摩霜。
(二) 按摩霜的用途	按摩霜可潤滑皮膚，促進血液循環及新陳代謝正常，也可以消除疲勞，恢復皮膚彈性，預防老化。

五、皮膚的類型

皮膚的類型取決於水分和油分，由此可將皮膚分成四個主要類型：

(一) 中性皮膚	皮脂分泌含水量充足，表皮角化正常，血液循環及新陳代謝功能正常。
(二) 乾性皮膚	(1) 皮脂分泌不足，保濕能力缺乏。 (2) 呈現缺水、無光澤、膚質薄、毛孔細小、易生小皺紋的乾燥現象。
(三) 油性皮膚	(1) 皮脂分泌過多。 (2) 呈現皮膚表面光滑油亮，毛孔粗大、皮溝較深、毛孔明顯的特徵。
(四) 混合性皮膚	臉部的 T 字區（額頭、鼻子、下巴）較其他部位容易出油，兩頰的肌膚又可分為中性混合性肌膚及乾性混合性肌膚。

六、皮膚的狀況：

- (一) 粉刺。(二) 面庖。(三) 毛孔粗大。(四) 細紋。(五) 粗糙。
(六) 暗沉。(七) 黑斑。(八) 雀斑。(九) 黑眼圈。

七、認識顏面肌肉紋理分布

顏面肌肉的紋路（如圖 1 所示），各部位之分布方向都不同，鬆弛和皺紋出現的地方是在肌肉方向成直角的部分，因此，按摩時要瞭解肌肉的走向及牽動的情況，才能確保按摩後得到最佳效果。

按摩要順著筋肉生長的方向來施行

- (一) 額部的肌肉是縱向的紋路，必須要直的由下往上或斜著畫半圓由內往外的方向按摩。
 - (二) 眼睛周圍的肌肉走向是圍繞著眼睛周圍環狀紋理，用包著眼睛的方法來做按摩。
 - (三) 臉頰筋肉是斜向的紋路，要斜著往上或以斜向畫螺旋的方法做按摩。
 - (四) 口角周圍的筋肉走向是環狀紋理，用包著口角的方式來做按摩。
 - (五) 頸部的筋肉是縱向紋理，必須要直的由下往上做按摩。

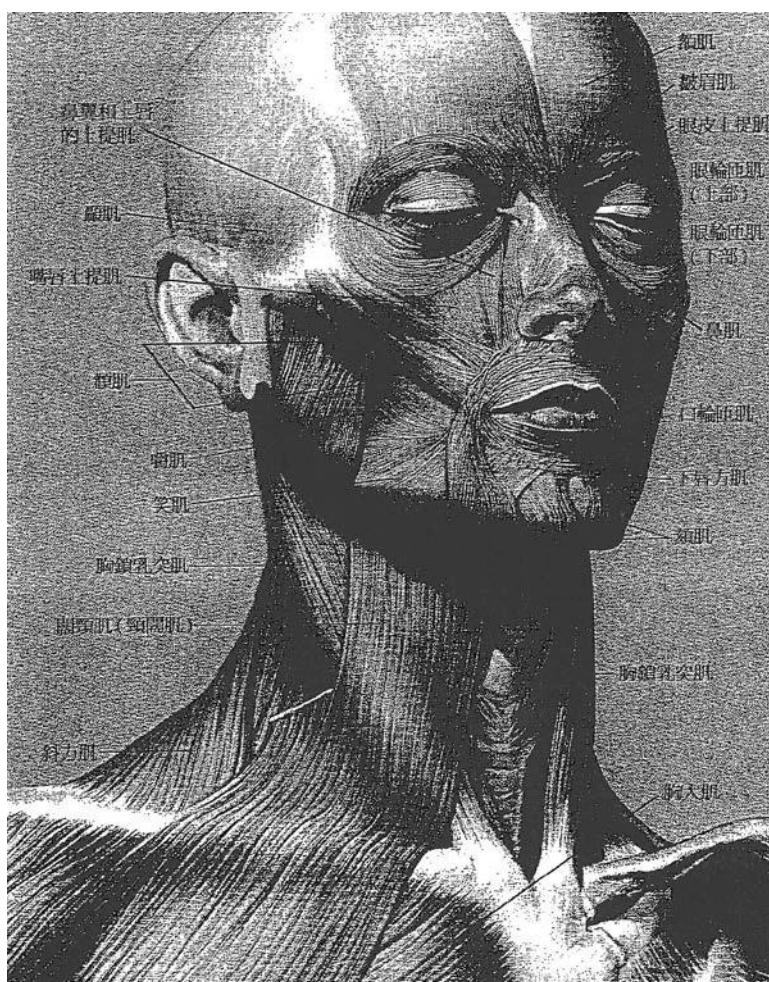


圖 1 顏面肌肉紋理分布

八、蒸氣美膚機的認識

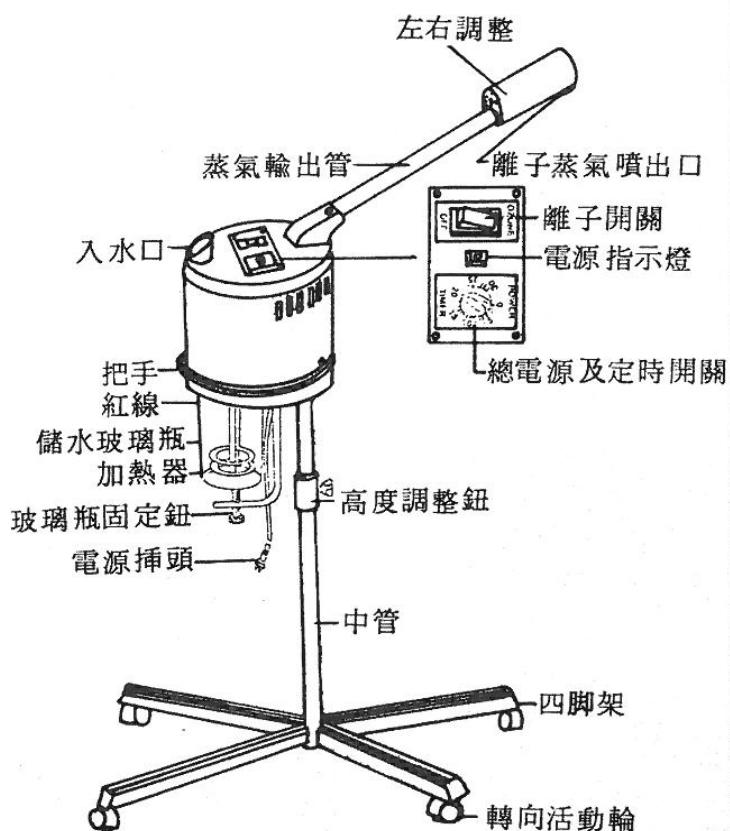


圖 2 蒸氣美膚機 蒸氣美膚機主要是一種利用微熱蒸氣及附加有臭氧的電子美膚器，蒸氣對表皮角質層用途很大，能給予角質水分使之軟化，讓死細胞容易移去；溫暖的噴霧能幫助毛孔打開，使皮膚便於清潔。在美容沙龍中，蒸臉器是使用的電器中最重要的一種，它所噴出的蒸氣能滲透到毛孔中，軟化毛孔中堆積的油垢、黑頭、化妝品殘留物及污垢，以便於清除；還能幫助毛孔排泄毒物，暫時軟化細紋，促進血液循環，改善細胞新陳代謝。

蒸氣美膚機之功效：

- (一) 使臉部毛孔張開，污物徹底清除。
- (二) 促使臉部的循環旺盛，使皮膚光滑柔軟。
- (三) 具有消毒殺菌的作用，因加有“OZONE”（臭氧）。

蒸臉時間與距離

皮膚類型與狀況	距離	時間
中性肌膚	40 公分	7~10 分鐘
乾性肌膚	40 公分	3~5 分鐘
油性肌膚	40 公分	10~15 分鐘

【參考文獻】

1. 美容技能檢定術科題庫。

【習題】

- (B) 1.皮脂分泌過少的皮膚是 (A) 油性皮膚 (B) 乾性皮膚 (C) 中性皮膚 (D) 混合性皮膚。
- (A) 2.T字部位是指 (A) 額頭、鼻子、下巴 (B) 額頭、臉頰 (C) 臉頰、下巴 (D) 臉頰、鼻子、下巴。
- (D) 3.臉部按摩的方向是順著 (A) 骨骼 (B) 血液流動的方向 (C) 毛孔 (D) 肌肉紋理。
- (B) 4.高油度的營養霜適合 (A) 面龐皮膚 (B) 乾性皮膚 (C) 油性皮膚 (D) 皮脂溢漏皮膚。
- (B) 5.按摩時常用的手指是 (A) 食指、中指 (B) 中指、無名指 (C) 中指、小指 (D) 小指、無名指的第一、二節指腹。
- (C) 6.下列哪個部位的肌肉紋理是斜向的？ (A) 眼部 (B) 額部 (C) 頰部 (D) 唇部。
- (B) 7.按摩時應該使用 (A) 清潔霜 (B) 按摩霜 (C) 隔離霜 (D) 潔膚乳。
- (C) 8.按摩時要順著肌肉紋理 (A) 由上往下，由內往外 (B) 由下往上，由外往內 (C) 由下往上，由內往外 (D) 由上往下，由外往內 的原則。
- (A) 9.皮膚保養程序，何者為先？ (A) 卸妝 (B) 洗臉 (C) 按摩 (D) 敷臉。
- (B) 10.蒸臉器使用時，噴霧口距離顧客臉部約 (A) 20 公分 (B) 40 公分 (C) 60 公分 (D) 10 公分。
- (C) 11.膠原纖維失去了柔軟及溶水性時，皮膚呈何種現象？ (A) 細緻 (B) 柔潤 (C) 皺紋與鬆弛 (D) 健康。
- (A) 12.全臉油膩，毛孔粗大、易生面龐是 (A) 油性 (B) 乾性 (C) 中性 (D) 敏感性皮膚的特徵。
- (B) 13.皮膚易出油，表面看起來油膩感的是 (A) 乾性皮膚 (B) 油性皮膚 (C) 敏感性皮膚 (D) 中性皮膚。
- (C) 14.下列部位中，何者的皮脂腺分泌最豐富？ (A) 手掌 (B) 腳掌 (C) 額頭 (D) 臉頰。
- (B) 15.皮膚健康有光澤，紋理細緻的是 (A) 油性皮膚 (B) 中性皮膚 (C) 乾性皮膚 (D) 混合性皮膚。

參、實作單

實作單		編號：家政-3-2/實 1						
單元名稱	臉部的按摩							
【實作內容】								
一、題目：(一) 手部運動。(二) 工作前準備。 (三) 手技按摩。(四) 蒸氣美膚機的使用。								
二、操作時間：200 分鐘。								
【機具設備】								
編號	名稱	規格	數量					
1	美容床	W58×L170×H59~79cm (±2cm)	2人 1張					
2	美容椅	45cm (±2cm)	2人 1張					
3	工作推車	三層附輪子	2人 1台					
4	蒸氣消毒箱	寬 41×高 39×深 23cm (毛巾 2打)	1座					
5	熱水器		1座					
6	水龍頭	附冷熱水	4組					
7	電源插座	110V	2人 1座					
8	蒸臉器	78×78×148cm	2人 1台					
9	化妝箱	內附保養品一套	1組 教師示範用					
【材料】								
編號	名稱	規格	數量					
1	卸妝乳	一般用	1組 1份					
2	洗面皂	一般用	1組 1份					
3	按摩霜	一般用	1組 1份					
4	化妝水	一般用	1組 1份					
5	乳液	一般用	1組 1份					
6	隔離霜	一般用	1組 1份					
7	面紙	一般用	1組 1份					
8	化妝棉	一般用	1組 1份					
9	毛巾	一般用	1人 1條					

【操作步驟】

一、手部的運動

(一) 甩手運動：雙手齊胸，猛力搖動，大約數 25 下即可停止。本運動可以使手部柔軟靈活，增加血液循環，使手部溫暖。（見圖 3）

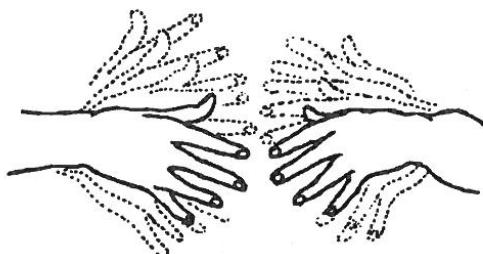


圖 3 甩手運動

(二) 抓球運動：雙手握拳與胸平齊，假想手中握有一小球。從 1 數到 5，盡量握緊拳頭，然後假想把小球丟開，儘量把手指伸開，從 1 數到 5。重複 10 至 20 次。本運動可增加手部及手腕的力量。（見圖 4）

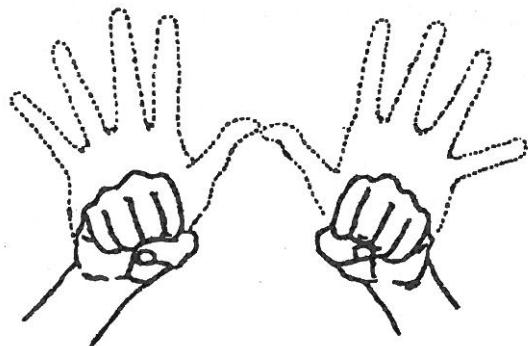


圖 4 抓球運動

(三) 彈琴運動：在一硬的平面上雙手掌向下，由拇指開始到小指，做有節奏的輕彈，同時數 1 2 3 4 5，然後由小指彈回拇指，同時數 5 4 3 2 1。本運動與彈琴類似，可控制手部，促進手指間的協調。（見圖 5）



圖 5 彈琴運動

(四) 壓掌運動：兩手併攏與胸平齊，盡量用力彎曲左手腕，然後再換邊，每邊數 20 下後再換邊，本運動可以增加手部及手腕的力量與柔軟度。（見圖 6）



圖 6 壓掌運動

(五) 按摩手指：

由左手拇指開始逐一按摩每一根手指，從指關節到指尖，直到每根手指都經徹底按摩為止，然後同樣的按摩右手的所有手指，本運動可以促進血液循環，使手部溫暖、柔軟。(見圖 7)



圖 7 按摩手指

(六) 手腕繞圈運動：

雙手握拳與胸平齊，在手腕處做繞圈動作，數 20 下停下，再以反方向下做繞圈動作，也數 20 下停止。本運動可增加手腕的力量，也可以使手腕柔軟靈活。(見圖 8)



圖 8 手腕繞圈運動

二、工作前準備

(一) 毛巾被舖床，鋪上小毛巾 3 條（頭巾、肩巾、包頭巾），腳部 1 條（腳巾）。

(二) 扶模特兒躺下，拖鞋放床下，蓋上毛巾被及胸巾。

(三) 套上腳巾、包頭。

(四) 酒精棉片消毒雙手。

(五) 重點卸妝：雙眼及唇部。

1.取化妝棉 3 片加清潔乳，置於雙眼及唇部。

2.先擦唇部，再以雙手取化妝棉擦雙眉及眼部。

(六) 全臉卸妝：頸、兩頰、鼻、額、眼、耳朵，6 處皮膚清潔。

1.取卸妝乳打螺旋塗在臉部，額→右頰→下巴→左頰→鼻頭。

2.將卸妝乳均勻揉搓在雙手上。

3.卸妝順序，由脖子→臉頰 3 段（滑行、打螺旋）→鼻子（打螺旋、洗鼻溝、滑鼻樑）→額頭（往上滑行）→眼部（劃圈、滑至太陽穴壓點）→耳朵（打螺旋）。

4.面紙擦式清潔乳順序：額→眼→鼻子（往下）→臉頰→脖子。

(七) 擦上化妝水再次清潔：額→眼→鼻子（往下）→臉頰→脖子。

三、臉部手技按摩—操作步驟如下：

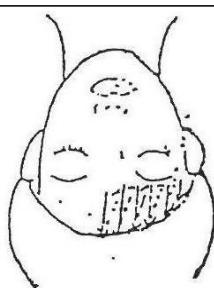
1.額部按摩



由額頭中央開始向兩側太陽穴螺旋畫圈。



額頭中央部位由眉間向髮際交互輕撫。



額頭中央開始，向兩側太陽穴，由下往上，交互撫搓，至太陽穴處輕壓。



以一手三、四指指腹展開眉間皮膚，另一手三、四指指腹由額頭中央眉間部位，向髮際，螺旋狀畫圈。

2.眼部按摩



先在眉頭輕壓，再繞眉毛上方滑至眼尾經下眼瞼回到眼頭。



輕捏眉骨後，沿著上眼瞼至下眼瞼再回到眉頭。



以兩手中指指腹交替畫「∞」。

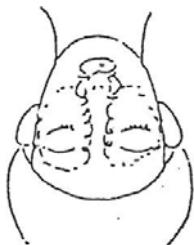


輕壓眉骨→太陽穴→下眼瞼→眼頭。

3. 鼻子、嘴部按摩



鼻樑兩側由上向下輕擦，再於鼻翼兩側作半圓型滑動。



鼻樑兩側先以螺旋式向鼻翼畫圈，鼻翼處上下來回滑動後在鼻翼兩側、耳中、太陽穴輕壓後再回到眉頭。



沿著唇的四周由下往上滑動，嘴角處略往上提。



由人中開始繞著嘴角向下滑向下唇及下頸。

4. 頰部按摩



在雙頰斜上螺旋式由內向外畫圈。



下巴至耳下，嘴角至耳中，鼻翼至太陽穴輕擦。



雙頰由下往上輕輕彈拍。



雙頰由下向上輕捏。

5. 頸部、下頷及耳朵



下頷左、右來回輕擦。



頸部由下向上輕撫。



下頷向上輕抬。



耳朵以螺旋式向上畫圈。



頸部由下向上輕撫。



將耳殼子骨由外向內輕輕上提後輕壓。

四、蒸氣美膚機的使用

- (一) 檢視水量：蹲下，觀察玻璃瓶水位，若水量低於玻璃瓶內下面那條紅線時，則須將蒸餾水由給水注入，水量不可高於上面那條紅線。
- (二) 插上插頭。
- (三) 打開電源。
- (四) 護目片，以濕棉墊保護顧客之雙眼。
- (五) 蒸氣出來，確認蒸氣噴出正常，打開“OZONE”（臭氧鍵）開關。
- (六) 取出一張面紙撐開用雙手拿著，在蒸氣口下方測試噴出的蒸汽是否正常。
- (七) 將噴嘴對準顧客臉部，距離 40cm。
- (八) 蒸臉完畢，移開噴嘴朝腳部方向，關閉“OZONE”（臭氧鍵），再關電源。
- (九) 收妥蒸臉器，必須將電線盤整齊在把手上，不可掉落在儲水玻璃瓶。

【注意事項】

- 一、手技按摩動作應輕巧熟練，姿勢正確優美。**
- 二、進行臉部手技按摩操作之前，雙手應先做消毒的工作。**
- 三、使用按摩霜時應用挖棒取出，用完立刻蓋上蓋子。**
- 四、按摩要順著筋肉生長的方向施行。**
- 五、按摩時需放輕手指力量且有韻律感。**
- 六、使用蒸臉器時應注意用電安全，拔掉插頭時，不可以只拉電線，要手握插頭將電線拔離插座。**

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-3-2/評

單元名稱	臉部的按摩
------	-------

【 認 知 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會說出按摩的目的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會說出按摩的功效。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會說出按摩霜的用途。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會說出按摩霜的種類。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會說出皮膚的類型。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會說出不同皮膚類型的差異。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 七、會說出皮膚的各種狀況。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 八、會說出蒸氣美膚機的功效。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 九、會說出正確使用蒸氣美膚機。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【 技 能 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會操作手部運動。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會操作額部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會操作操作眼部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會操作鼻、嘴部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會操作頰部保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會操作頸、下顎及耳朵保養手技。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 七、會操作蒸氣美膚機。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【 情 意 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- | | | | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、能說出正確姿勢的重要。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、能表現認真敬業的工作態度。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、能表現重視環境整潔的態度。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、能表現重視工作安全的態度。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

壹、家政職群【核心主題-美容】教學活動設計

單元名稱	紙上化妝	教學時間	6 節/300 分鐘
單元內容	3-1.眉型的美化 3-2.各式眉型的認識與紙上練習 3-3.彩妝紙上化妝介紹、說明、示範及練習		
學生學習條件分析	1.應具備動手操作的興趣。 2.應具備良好的學習態度。		
教學地點	美容教室		
單元目標		具體目標	
【認知】 1.學生能認識標準眉型。 2.學生能認識各種眉型。 3.學生能認識眉型與臉型的搭配。 4.學生能認識化妝與色彩。		1-1.學生會說出標準眉型的比例。 2-1.學生會說出各種眉型的名稱。 2-2.學生會說出各種眉型的特色。 3-1.學生會說出各種臉型適合之眉型。 4-1.學生會說出色彩的分類。 4-2.學生會說出色彩與時間、地點、場合的配合。	
【技能】 5.學生能學會標準眉型的紙上化妝。 6.學生能學會各種眉型的紙上化妝。 7.學生能學會彩妝紙上化妝。		5-1.學生會正確操作標準眉型的紙上化妝。 6-1.學生會操作各種眉型的紙上化妝。 7-1.學生會操作眉型紙上化妝。 7-2.學生會操作眼影紙上化妝。 7-3.學生會操作眼線紙上化妝。 7-4.學生會操作腮紅紙上化妝。 7-5.學生會操作口紅紙上化妝。	
【情意】 8.學生能養成欣賞美的事物。 9.學生能養成乾淨整潔的習慣。 10.學生能養成認真敬業的工作態度。		8-1.學生能表現對美的欣賞態度。 9-1.學生能表現乾淨整潔的態度。 10-1.學生能表現認真敬業的工作態度。	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	<p>《第 1-6 節課》</p> <p>【準備活動】</p> <p>一、教師</p> <p>(一) 準備標準眉型講義。</p> <p>(二) 準備眉型紙上練習用教具。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 修眉前後照片。 2. 眉型紙上練習完成作品。 <p>(三) 準備示範操作用品：眉型練習講義、鉛筆、色鉛筆、尺、眼影、化妝刷、海棉棒、面紙、橡皮擦。</p> <p>二、學生 準備眉型練習講義、鉛筆、色鉛筆、尺、</p> <p>眼影、化妝刷、海棉棒、面紙、橡皮擦。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <p>1-1 (一) 展示修眉前及修眉後圖片。</p> <p>1-2 (二) 展示明星各式眉型。</p> <p>1-3 (三) 觀察自己眉型形狀及分析眉型問題。</p> <p>二、提示主題</p> <p>1-1 明確地告訴學生今日學習的主題包含：</p> <p>2-1 (一) 標準眉型的比例及紙上化妝練習。</p> <p>2-2 (二) 各式眉型及紙上化妝練習。</p> <p>3-1 (三) 各式眉型適合之臉型。</p> <p>4-1 (四) 彩妝紙上化妝色彩搭配。</p> <p>4-2 (五) 彩妝紙上化妝介紹、說明、示範及練習。</p> <p>三、說明內容</p> <p>1-1 (一) 介紹標準眉型的比例。</p> <p>2-1 (二) 介紹各式眉型。</p> <p>1.標準眉。2.平凡眉。3.曲線眉。 4.箭型眉。5.角度眉。6.下垂眉。 7.弓型眉。8.直線眉。</p>	講述法 展示法 觀察法 講述法 講述法 展示法 講述法 展示法	15 分鐘 20 分鐘 15 分鐘 10 分鐘	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
2-2	(三) 分組示範標準眉型紙上化妝。	示範法	15分鐘	
3-1	(四) 學生實際操作練習標準眉型紙上化妝。	練習法	25分鐘	
4-1				
4-2	(五) 分組示範各式眉型紙上化妝。	示範法	10分鐘	
5-1	1.箭型眉。2.角度眉。			
6-1	3.弓型眉。4.直線眉。			
7-1	(六) 學生實際操作練習各式眉型紙上化妝	練習法	40分鐘	
7-2	(七) 介紹彩妝紙上化妝。	講述法	20分鐘	
7-3	(八) 介紹彩妝紙上化妝色彩搭配	講述法	20分鐘	
7-4	(九) 分組示範彩妝紙上化妝。	示範法	10分鐘	
7-5	(十) 準備紙上化妝工具。	練習法	40分鐘	
8-1	(十一) 學生實際操作練習彩妝紙上化妝。	觀察法	10分鐘	
9-1	(十二) 分組示範彩妝紙上化妝。	發表演法	30分鐘	
10-1	(十三) 學生實際操作練習彩妝紙上化妝。 【綜合活動】 一、展示 10 位學生眉型作品。 二、展示 10 位學生彩妝紙上化妝作品。 三、請學生上台分享學習心得。 四、規定家庭作業 (一) 重複練習至少 3 對標準眉型。 (二) 重複練習彩妝紙上化妝一張。	觀察法 發表演法	15分鐘 5分鐘	

貳、知識單

知識單

編號：家政-3-3/知

單元名稱	紙上化妝	教學使用地點	美容教室
------	------	--------	------

【單元簡介】

化妝是一門藝術，在實際練習真人化妝前，必須瞭解化妝技巧的原理原則，尤其是眉型的美化，必須先認識眉型，瞭解標準眉型，養成心中有眉的習慣，如此畫出來的眉型才能幫化妝加分，一個成功的彩妝，眉型是最重要的部分，所以真人實作前，先練習眉型紙上化妝及彩妝紙上化妝是一個重要的課題。

【學習目標】

- 一、學生會說出標準眉型的比例。
- 二、學生會說出各種眉型的名稱。
- 三、學生會說出各種眉型的特色。
- 四、學生會說出各種臉型適合之眉型。
- 五、學生會說出色彩的分類。
- 六、學生會說出色彩與時間、地點、場合的配合。

【相關知識】

一、眉毛的認識 眉毛在臉部佔有極重要的部位，彎彎細細的眉毛顯示出女性的嬌媚，有角度的眉型給人理智的印象，短而直的眉毛給人年輕之感，因此，眉毛一經改變及給人不同的印象，充分表現個性美；眉型是化妝過程中最感困難的一個部位，學習中必須多加練習，才能描畫出完美的眉型。

(一) 標準眉型的特點：自然、大方、穩

重、高尚，適合各種臉型及各種年齡。

畫法：

- 1.眉頭在眼頭直上方。
- 2.眉尾在鼻翼與眼尾連結的一直線上，及眼尾斜上去的 45 度方向。
- 3.眉峰從眉頭開始 眉長 $2/3$ 稍內側一點。
- 4.眉頭與眉尾在同一水平線上。
- 5.兩眉之間約一隻眼寬度。

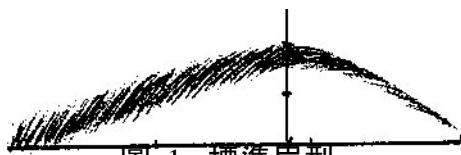


圖 1 標準眉型

(二) 平凡眉的特點：

可愛、俏麗，眼睛看起來又圓又大，適合年輕人。

畫法：

- 1.是短型眉的一種 眉毛長度與眼寬相同。
- 2.眉頭在眼頭直上方。
- 3.眉頭與眉尾在同一水平線上。

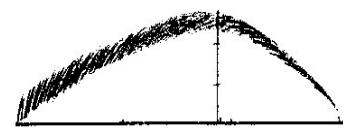


圖 2 平凡眉（短眉型）

(三) 曲線眉的特點：

年輕、俏麗之感，適合年輕、時髦的女性，適合三角型臉。

畫法：

- 1.也是短型眉的一種 眉毛長度與眼寬相同。
- 2.眉頭在眼頭直上方。
- 3.眉尾稍稍往上翹。

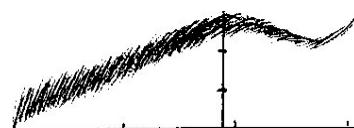


圖 3 曲線眉（短眉型）

(四) 箭型眉的特點：

有收縮感，臉頰顯得瘦，表現堅強個性，東方人的眉型。

畫法：

- 1.眉尾比眉頭高。
- 2.眉毛整個看起來無任何角度的眉型。

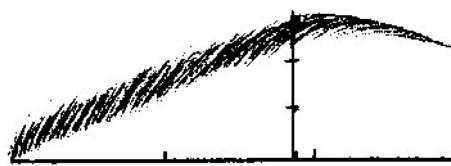


圖 4 箭型眉

(五) 角度眉的特點：

有理智、敏銳及個性之感的眉型，使眼睛顯得小，適合圓型臉。

畫法：

- 1.眉尾比眉頭高。
- 2.眉毛整個看起來無任何角度的眉型。



圖 5 角度眉（向上眉型）

(六) 下垂眉的特點：

有憂愁、溫柔、無辜之感的眉型，使臉頰顯得豐滿。

畫法：

- 1.眉尾低於眉頭的水平線上。
- 2.眉頭在眼頭直上方。

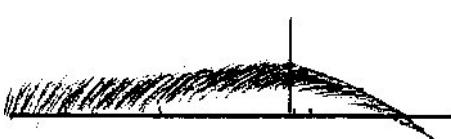


圖 6 下垂眉

(七) 弓型眉的特點：

有優雅、妖豔、成熟美的感覺，演藝明星人較常畫此眉型，弓型眉會使眼睛顯得浮腫，適合眼皮深陷的人。

畫法：

- 1.眉頭在眼頭直上方。
- 2.眉峰處挑高，弧度較彎的眉型

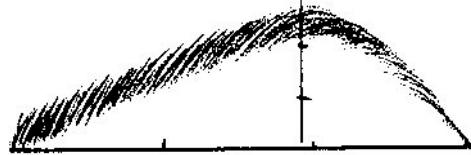


圖 7 弓型眉

(八) 直線眉的特點：

有年輕、可愛的感覺，使眼睛顯得大，眼顯得寬些，適合長臉型的人。

畫法：

- 1.眉頭與眉尾在一直線上的眉型。
- 2.眉尾要比眼尾長一些。

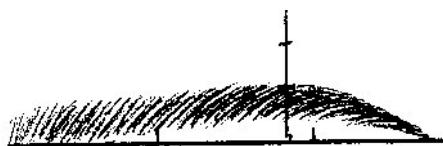


圖 8 直線眉（一字眉）

二、色彩的分類

在化妝的領域裡，色彩是一個神奇鮮活的精靈，自然界的萬物因它而鮮明，也因它而形體化，在大自然的色彩妝點下，豐富了我們周遭的環境。

(一) 色彩三原色

- 1.我們都知道，如果將顏料混合在一起，就可以調出各種顏色，要混合色彩創造出新顏色，最主要有一種顏色，幾乎所有的顏色便能夠創造出來。
- 2.這三種色就是紅、黃、藍三色，稱之為三原色。

(二) 色彩三屬性

- 1.色相：指的是色彩的名稱。
- 2.明度：指的是色彩的明暗度。
- 3.彩度：指的是色彩的鮮豔度。

(三) 色彩的分類

- 1.色彩又分為有色彩及無色彩。
- 2.有色彩：是指純色及非純色，如紅、黃、藍、綠及純色中加入、白、灰等有彩度的色彩。
- 3.無色彩：是指黑、白、灰等沒有彩度的色彩。

三、色彩與時間、地點、場合 (TPO) 的配合 色彩在化妝領域中又分金黃色系與粉紅色系，金黃色系，如：橙、黃橙、黃、黃綠、綠、藍綠、咖啡色等表現出年輕、活潑、富有青春氣息；粉紅色系，如：紅、紅紫、紫、藍紫、藍、綠藍等表現出溫柔、端莊、優雅、高貴的風采；化妝除了配合服裝外，還要配合時間、地點、場合及燈光的設備來使用。

(一) 時間	1.太陽光、電燈泡下採用金黃色系。 2.陰天、雨天、日光燈下採用粉紅色系。
(二) 地點	1.室內採用金黃色系。 2.室外採用粉紅色系。
(三) 場合	1.與同輩、晚輩相處採用金黃色系。 2.與長輩見面採用粉紅色系。

【習題】

- (B) 1.理想的眉型，其眉頭應在 (A) 嘴角 (B) 眼頭 (C) 鼻頭 (D) 眼尾 的正上方。
- (A) 2.金黃色系的化妝，不包含 (A) 白色 (B) 黃色 (C) 棕色 (D) 金色。
- (D) 3.純色是指色彩裡沒有 (A) 青色 (B) 紅色 (C) 綠色 (D) 白或黑色 的成分。
- (C) 4.任何臉型、年齡都適合的眉型是 (A) 弓型眉 (B) 短型眉 (C) 標準眉 (D) 箭型眉。
- (B) 5.無彩色就是指 (A) 紅、橙、黑 (B) 黑、白、灰 (C) 青紫、青、青綠 (D) 黃、綠、紫色。
- (A) 6.下列何種顏色彩度最高？ (A) 紅色 (B) 紅色+白色 (C) 紅色+黑色 (D) 紅色+灰色。
- (C) 7.能表現年輕、活潑的眉型是 (A) 細而彎的眉型 (B) 有角度眉 (C) 短而平穩的眉型 (D) 下垂眉。
- (D) 8.欲表現剛強個性的眉型，化妝設計最好採用 (A) 標準眉 (B) 直線眉 (C) 下垂眉 (D) 角度眉。
- (B) 9.能給人可愛感印象的眉型是 (A) 眉毛較長 (B) 眉毛較短 (C) 眉弓較高 (D) 兩眉較近。
- (A) 10.色彩的三屬性是 (A) 色相、明度、彩度 (B) 色相、色彩、明度 (C) 彩度、明度、純度 (D) 色相、純度、明度。
- (D) 11.眉尾低於眉頭，此為 (A) 角度眉 (B) 直線眉 (C) 下垂眉 (D) 上揚眉。
- (A) 12.兩眉之間的寬是一眼寬，此為何種眉型之條件 (A) 標準眉 (B) 直線眉 (C) 弓形眉 (D) 角度眉。
- (A) 13.眉毛畫短時，眼睛看起來 (A) 較大 (B) 較小 (C) 不變 (D) 浮腫。
- (C) 14.眉毛畫長時，顯得 (A) 年輕 (B) 活潑 (C) 老氣 (D) 可愛。
- (C) 15.拜訪長輩時化妝應採用 (A) 綠色調 (B) 藍色調 (C) 粉紅色調 (D) 金黃色調。

參、實作單

實作單	編號：家政-3-3/實 1
單元名稱	紙上化妝

【實作內容】

- 一、題目：(一) 標準眉型紙上練習。
(二) 各種眉型紙上練習。
(三) 彩妝紙上化妝。
- 二、操作時間：135 分鐘。

【機具設備】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	講桌	示範工作臺	1 張	
2	白板或黑板	一般用	1 面	
3	工作臺	一般用	1 人 1 張	
4	工作椅	附椅背	1 人 1 張	

【材料】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	鉛筆	HB	1 人 1 支	
2	橡皮擦	一般用	1 人 1 個	
3	尺	一般用	1 人 1 把	
4	眼影棒	海棉製	1 人 5 支	
5	眼影盤	各色眼影及腮紅	1 組 1 盤	
6	口紅盤	含金黃及粉紅色系	1 組 1 盤	
7	挖勺	塑膠挖勺	1 人 1 支	

【操作步驟】

一、標準眉型紙上練習

- (一) 先定出眉頭、眉峰、眉尾位置。如：眉長 4.8cm、眉峰約在 2.8cm、上提 0.8cm、眉尾上提 0.2cm。
- (二) 用鉛筆輕輕將眉頭、眉峰連成一直線 眉峰、眉尾連成一直線 眉峰修成弧線，決定眉型之下緣線。
- (三) 逐筆添畫毛流，眉頭寬、眉峰次之、眉尾最尖，將眉型完成。
- (四) 以橡皮擦修飾不順部分，完成對稱之標準眉型。
- (五) 標準眉型紙上練習（如練習一）。

二、弓型眉紙上練習

- (一) 先定出眉頭、眉峰、眉尾位置。如：眉長 4.8cm、眉峰約在 2.4cm、上提 1.2cm，眉尾上提 0.3cm。
- (二) 用鉛筆輕輕將眉頭、眉峰連成一直線 眉峰、眉尾連成一直線 眉峰修成弧線，決定眉型之下緣線。
- (三) 逐筆添畫毛流，眉頭寬、眉峰次之、眉尾最尖，將眉型完成。
- (四) 以橡皮擦修飾不順部分，完成對稱之標準眉型。
- (五) 弓型眉紙上練習（如練習二）。

三、直線眉（一字眉）紙上練習

- (一) 先定出眉頭、眉峰、眉尾位置。如：眉長 4.8cm、眉峰約在 2.8cm、上提 0.2cm，眉尾上提 0.1cm。
- (二) 用鉛筆輕輕將眉頭、眉峰連成一直線 眉峰、眉尾連成一直線 眉峰修成弧線，決定眉型之下緣線。
- (三) 逐筆添畫毛流，眉頭寬、眉峰次之、眉尾最尖，將眉型完成。
- (四) 以橡皮擦修飾不順部分，完成對稱之標準眉型。
- (五) 直線眉紙上練習（如練習三）。

四、彩妝紙上化妝

(一) 眉毛描繪	使用眼影棒尖頭沾取深咖啡眼影，由眉峰往眉尾上色，再推至眉頭，眉峰最深、眉尾次之、眉頭最淺，勻稱、立體，左右對稱，最後再以鉛筆細細畫出毛流。
(二) 眼影	使用眼影棒沾取眼影以打螺旋方式塗在眼皮靠近睫毛上，一次一次加深，每次上色都要由睫毛根處往上推，掌握眼影下深上淺、後深前淡的原則，眉骨處留白，眼影不超過眼皮 2/3 處。
(三) 眼線	上眼線沿著上睫毛根處描繪，距眼尾 0.3cm 處稍稍上揚，下眼線順著下睫毛根處由後往前描繪，線條採後粗前細原則。
(四) 腮紅	使用 12 號眼影刷或海綿沾取腮紅，一次少量沾取，打螺旋方式由額骨往內塗，往內部超過眼球瞳孔中心，往下不超過鼻翼水平線。
(五) 口紅	使用唇筆刷沾取口紅描繪唇邊後，下唇先從開合線上色，用唇筆往下暈至下唇中間，再由下唇線往上暈，完成下唇上色，上唇由上唇線往下暈至開合線，由深到淺漸層，完成下唇上色。
(六) 彩妝紙上化妝 (如練習四)	

【注意事項】

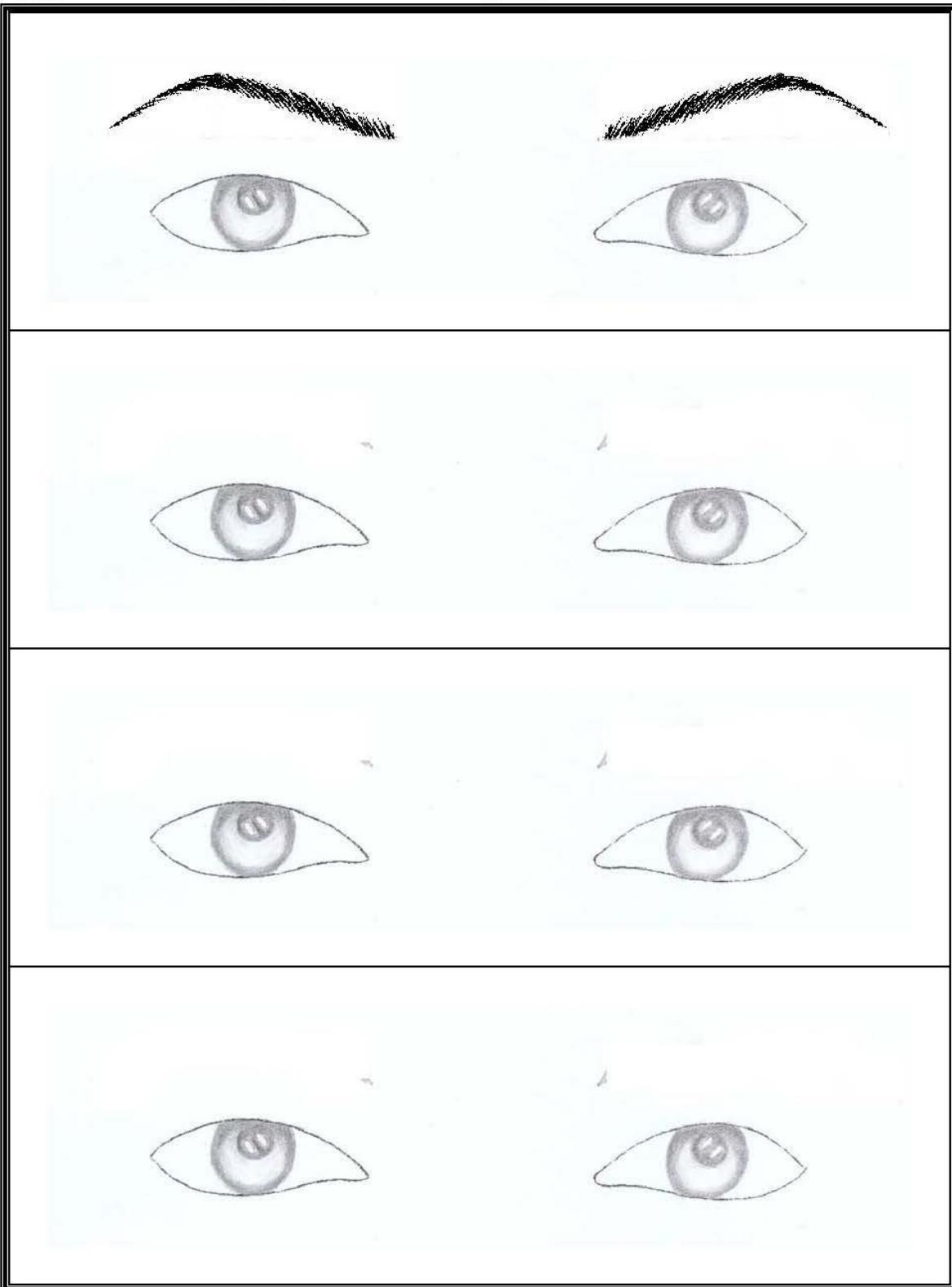
- 一、繪圖工具擺放整齊，保持圖面潔淨。
- 二、描繪眉型毛流時，筆要削尖或使用自動鉛筆，才能描繪出細緻毛流。
- 三、描繪眼線可以使用 0.1cm 黑色水性筆，要熟練使線條順暢。
- 四、沾取眼影及腮紅時，一次少量，重複塗抹，以免產生色塊。
- 五、準備面紙一張備用，隨時清潔海棉棒及唇筆刷。

練習一 標準眉型

班級：

姓名：

座號：

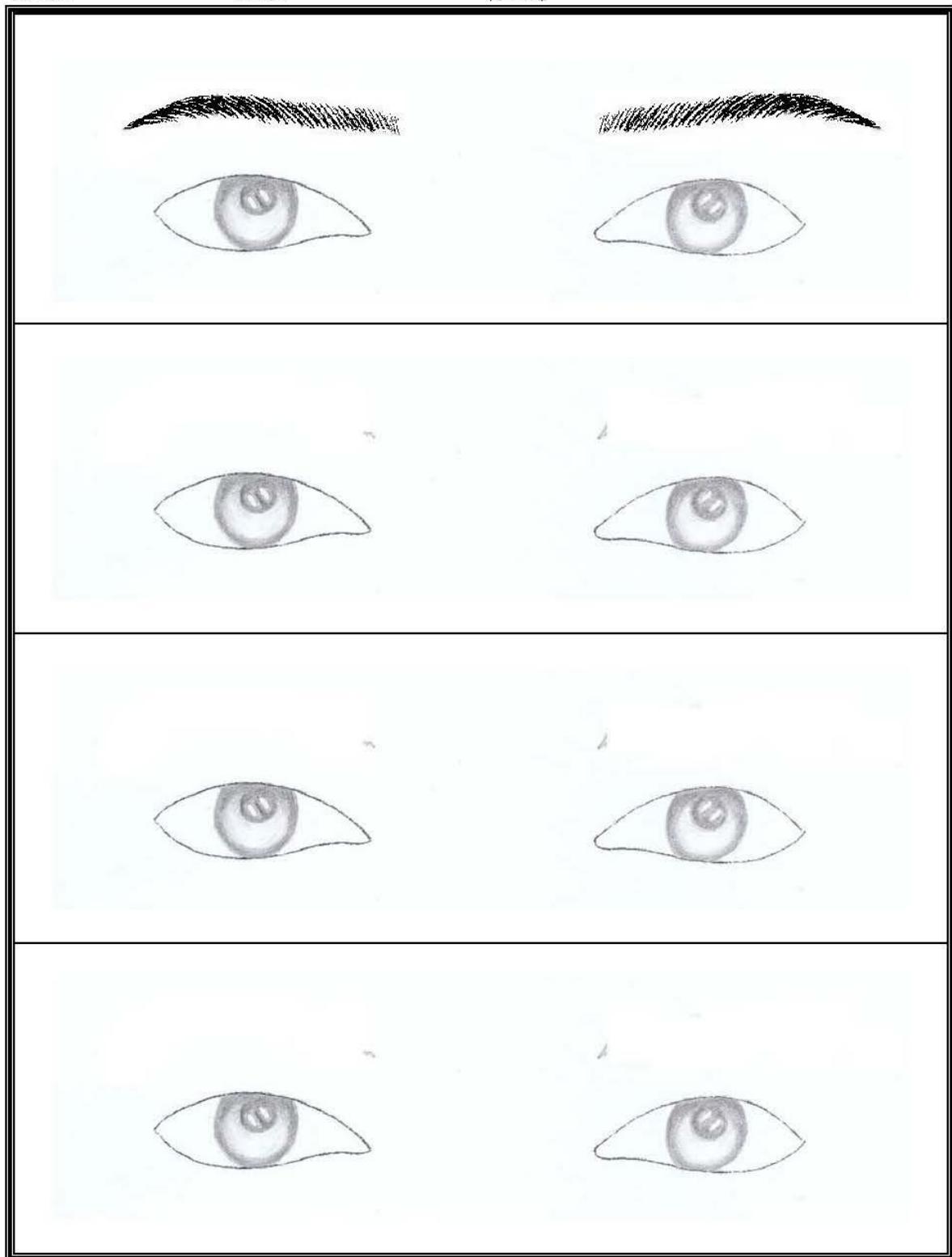


練習二 直線眉(一字眉)

班級：

姓名：

座號：

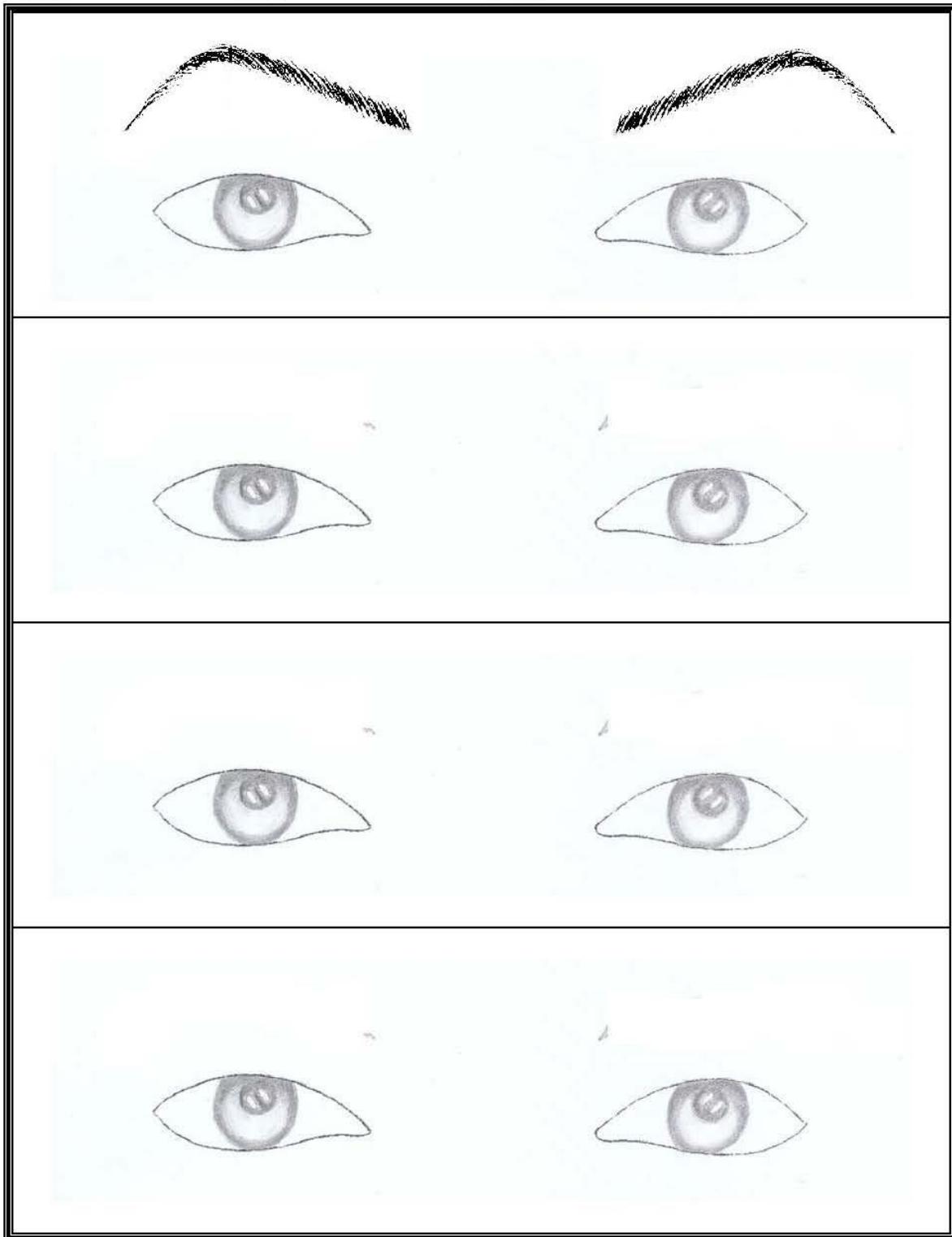


練習三 弓型眉

班級：

姓名：

座號：

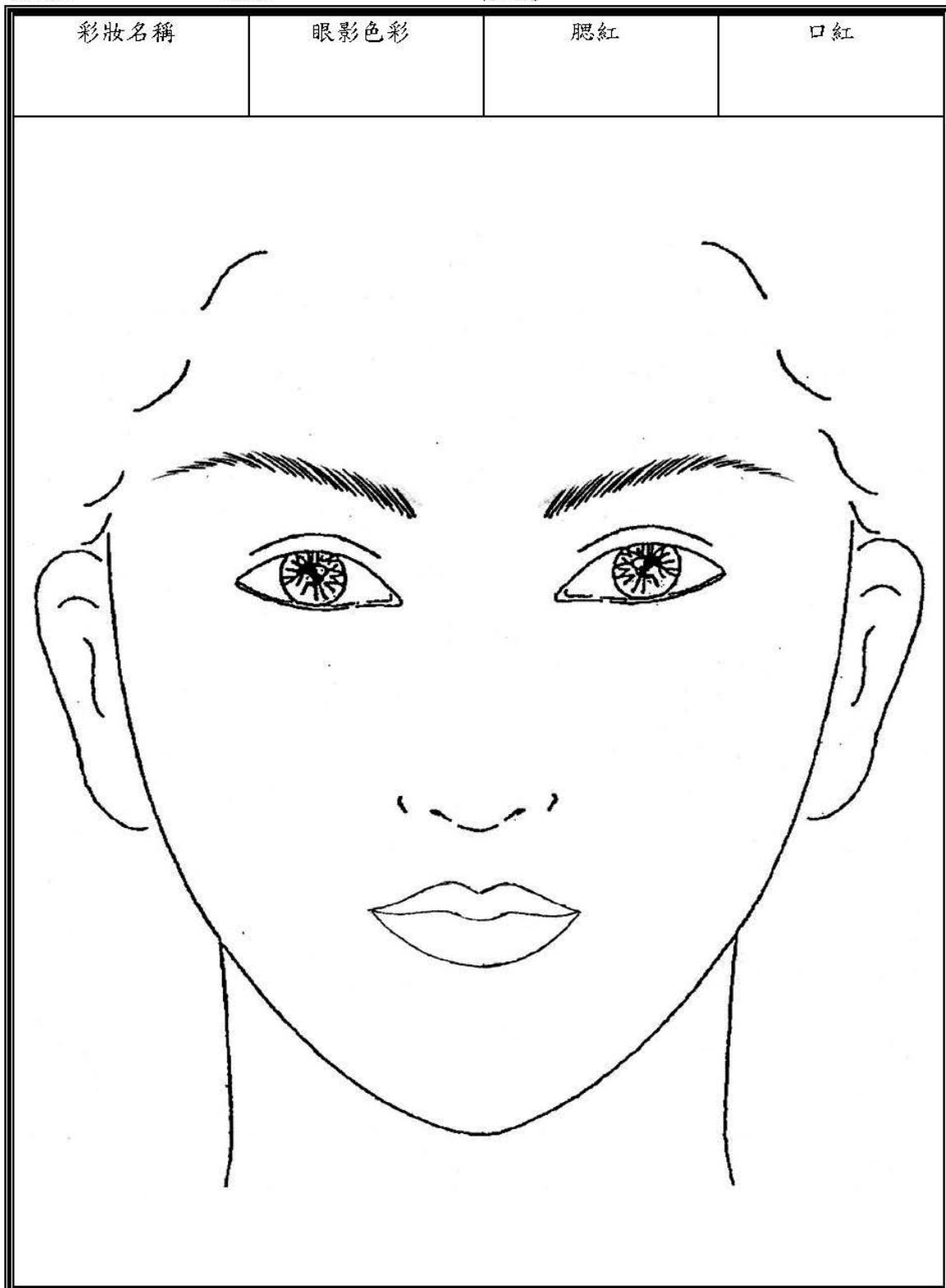


練習四 彩妝紙上化妝

班級：

姓名：

座號：



肆、評量準則

評量準則

編號：家政-3-3/評

單元名稱	紙上化妝
------	------

【 認 知 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- 一、會說出標準眉型的比例。
二、會說出各種眉型的名稱。
三、會說出各種眉型的特色。
四、會說出各種臉型適合之眉型。
五、會說出色彩的分類。
六、會說出色彩與時間、地點、場合的配合。

【 技 能 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- 一、會正確操作標準眉型的紙上化妝。
二、會操作各種眉型的紙上化妝。
三、會操作眉型紙上化妝。
四、會操作眼影紙上化妝。
五、會操作眼線紙上化妝。
六、會操作腮紅紙上化妝。
七、會操作口紅紙上化妝。

【 情 意 學 習 評 量 指 標 】

優 良 可 差

- 一、能表現對美的欣賞態度。
二、能表現乾淨整潔的態度。
三、能表現認真敬業的工作態度。

壹、家政職群【核心主題-美容】教學活動設計

單元名稱	基礎化妝	教學時間	10 節/500 分鐘
單元內容	4-1.妝前的準備工作 4-2.化妝的程序及注意事項 4-3.基礎化妝實作		
學生學習條件分析	1.學生對眉型的認識有相當的瞭解。 2.學生對色彩分類有基礎的認識。 3.應具備動手操作的興趣。 4.應具備良好的學習態度。		
教學地點	美容教室		
單元目標	具體目標		
【認知】 1.學生能認識與選擇化妝製品。 2.學生能認識化妝的基本概念。 3.學生能認識化妝的程序。 4.學生能認識化妝的基本技巧。	1-1.學生會說出化妝品的種類與功能。 1-2.學生會說出選擇化妝品要領。 1-3.學生會說出化妝用具的種類。 1-4.學生會說出使用化妝品的注意事項。 1-5.學生會說出化妝品的保存方法。 2-1.學生會說出標準眉型的比例。 2-2.學生會說出標準臉型比例。 3-1.學生會說出基礎化妝的程序。 4-1.學生會說出粉底化妝技巧。 4-2.學生會說出眉型化妝技巧。 4-3.學生會說出眼影化妝技巧。 4-4.學生會說出眼線化妝技巧。 4-5.學生會說出睫毛化妝技巧。 4-6.學生會說出唇型化妝技巧。 4-7.學生會說出腮紅化妝技巧。		

單元目標	具體目標
<p>【技能】</p> <p>5.學生能學會基礎化妝技能。</p> <p>6.學生能學會使用化妝用具。</p> <p>7.學生能學會善後工作。</p> <p>【情意】</p> <p>8.學生能養成欣賞美的事物。</p> <p>9.學生能養成乾淨整潔的習慣。</p> <p>10.學生能養成認真敬業的工作態度。</p>	<p>5-1.學生會操作粉底化妝技巧。</p> <p>5-2.學生會操作眉型化妝技巧。</p> <p>5-3.學生會操作眼影化妝技巧。</p> <p>5-4.學生會操作眼線化妝技巧。</p> <p>5-5.學生會操作睫毛化妝技巧。</p> <p>5-6.學生會操作唇型化妝技巧。</p> <p>5-7.學生會操作腮紅化妝技巧。</p> <p>6-1.學生會正確操作化妝用具。</p> <p>7-1.學生會正確操作善後工作。</p> <p>8-1.學生能表現對美的欣賞態度。</p> <p>9-1.學生能表現乾淨整潔的態度。</p> <p>10-1.學生能表現認真敬業的工作態度。</p>

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	三、說明內容 (一) 介紹化妝品的種類與功能。 (二) 介紹選擇化妝品要領。 (三) 介紹化妝用具的種類。 1-1 (四) 介紹眉型化妝技巧。 1-2 (五) 介紹粉底、眼影化妝技巧。 1-3 (六) 介紹眼線化妝技巧。 1-4 (七) 介紹睫毛化妝技巧。 1-5 (八) 介紹唇型化妝技巧。 2-1 (九) 介紹腮紅化妝技巧。 2-2 (十) 基礎化妝實作介紹、說明、示範及練習一（粉紅色系彩妝）。	講述法、展示法 講述法 講述法 示範法	15 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 15 分鐘 5 分鐘 10 分鐘	
3-1		講述法 示範法	10 分鐘	
4-1	(十一) A 組分組示範眉型修飾及描畫。	練習法	20 分鐘	
4-2	(十二) A 組學生實際操作練習眉型修飾及描畫。	示範法	20 分鐘	
4-3		練習法	10 分鐘	
4-4	(十三) 分組示範粉底、眼影化妝技巧。		10 分鐘	
4-5	(十四) 分組示範眼線化妝技巧。			
4-6	(十五) 分組示範睫毛化妝技巧。			
4-7	(十六) 分組示範唇型化妝技巧。			
5-1	(十七) 分組示範腮紅化妝技巧。	練習法	30 分鐘	
5-2	(十八) A 組學生實際操作練習粉紅色系彩妝。	練習法	20 分鐘	
5-3		練習法	10 分鐘	
5-4	(十九) A 組學生實際操作練習粉紅色系彩妝。	講述法	20 分鐘	
5-5		展示法	20 分鐘	
5-6	(二十) 教師講評（A 組作品）。	示範法	30 分鐘	
5-7	(二十一) A 組拍照、卸妝及善後。	練習法	10 分鐘	
6-1	(二十二) B 組分組示範眉型修飾及描畫。		10 分鐘	
7-1	(二十三) B 組學生實際操作練習眉型修飾及描畫。（含善後）		10 分鐘	
8-1				
9-1	(二十四) 分組示範粉底、眼影化妝技巧。			
10-1	(二十五) 分組示範眼線化妝技巧。 (二十六) 分組示範睫毛化妝技巧。 (二十七) 分組示範唇型化妝技巧。 (二十八) 分組示範腮紅化妝技巧。			

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
1-1	(二十九) B 組學生實際操作練習粉紅色系彩妝。		30 分鐘	
1-2				
1-3	(三十) B 組學生實際操作練習粉紅色系彩妝。	講述法	20 分鐘	
1-4		展示法	10 分鐘	
1-5	(三十一) 教師講評 (B 組作品)。		20 分鐘	
2-1	(三十二) B 組拍照、卸妝及善後。		10 分鐘	
2-2	(三十三) 基礎化妝實作介紹、說明、示範及練習二 (金黃色系彩妝)。		10 分鐘	
3-1			10 分鐘	
4-1	(三十四) 學生實際操作練習眉型修飾及描畫。		10 分鐘	
4-2				
4-3	(三十五) 分組示範粉底、眼影化妝技巧。			
4-4	(三十六) 分組示範眼線化妝技巧。			
4-5	(三十七) 分組示範睫毛化妝技巧。			
4-6	(三十八) 分組示範唇型化妝技巧。			
5-1	(三十九) 分組示範腮紅化妝技巧。		20 分鐘	
5-2	(四十) 學生實際操作練習金黃色系彩妝。		10 分鐘	
5-3	(四十一) 學生實際操作練習金黃色系彩妝。		5 分鐘	
5-4			15 分鐘	
5-5	(四十二) 教師講評。		15 分鐘	
5-6	(四十三) 拍照及善後。		15 分鐘	
6-1	【綜合活動】			
7-1	一、展示 5 位學生化妝實作作品。	觀察法		
8-1	二、每位學生作品拍照。三、請學生上臺分享學習心得。四、規定家庭作業	發表法	5 分鐘	
9-1				
10-1	(一) 重複練習至少 3 次眉型描畫。			
9-1	(二) 重複練習至少 1 次粉紅色系化妝實作。			
10-1	(三) 重複練習至少 1 次金黃色系化妝實作。			

貳、知識單

知識單		編號：家政-3-4/知	
單元名稱	基礎化妝	教學使用地點	美容教室
【單元簡介】			
<p>時代的改變，大多數的女性已擴大了她們的生活範圍，不再侷限在家庭、廚房的狹隘空間，日漸擴大的接觸面使得人際關係更形重要，諸如上班、出席會議、赴宴、聚會、與客戶的應酬等，在許多場合中都需要以大方的氣質、優雅的儀態以及得宜的妝扮來促進彼此良好的印象，化妝已成為禮貌上不可或缺的一環。雖然化妝的美感因人而各有不同，但不論是任何場合都有一定的標準，因此，就產生了基礎化妝的技術，化妝和做任何事情一樣，有一定的步驟，由正確的上妝步驟，可使彩妝的表現效果更加完美出色。</p>			
【學習目標】			
<p>一、學生會說出化妝品的種類與功能。 二、學生會說出選擇化妝品要領。 三、學生會說出化妝用具的種類。 四、學生會說出使用化妝品的注意事項。 五、學生會說出化妝品的保存方法。 六、學生會說出標準眉型的比例。 七、學生會說出標準臉型比例。 八、學生會說出基礎化妝的順序。 九、學生會說出粉底、眉型化妝技巧。 十、學生會說出眼影化妝技巧。 十一、學生會說出眼線化妝技巧。 十二、學生會說出睫毛化妝技巧。 十三、學生會說出唇型化妝技巧。 十四、學生會說出腮紅化妝技巧。</p>			

【相關知識】

一、化妝品的種類與功能 化妝品是指施於人體外部，以潤澤髮膚、刺激嗅覺、掩飾體臭及修飾容貌的物品。

化妝品主要分三大類：

(一) 保養用品：

1.清潔用品	包含清潔乳、眼唇卸妝液、洗面乳（皂）等，主要功能為清潔皮膚表面及毛孔內部積存汙垢。
2.化妝水類	包含柔軟化妝水及收斂化妝水，主要功能為皮膚再次清潔、平衡酸鹼值、收縮毛細孔及鎮定肌膚。
3.保養用品	包含乳液、面霜、精華液、面膜等，主要功能為保持肌膚濕潤與光澤。

(二) 彩色化妝品：

1.粉底	2.蜜粉	3.粉餅
4.眉筆	5.眼影	6.眼線液（筆）
7.睫毛膏	8.腮紅	9.口紅

彩妝化妝品主要功能為修飾膚質、膚色、臉部五官比例，增加臉部立體感，使臉部更佳亮麗生動的產品。

(三) 芳香用品：包含香水、香精、古龍水、香皂及制汗爽身噴霧等，主要功能為掩飾體臭、增加

香味、創造個人獨特個性及加深他人印象的產品。

二、選擇化妝品要領 隨著大眾傳播媒體的報導，民眾對美容知識及生活水準已大幅提升，化妝品的功

效已逐漸被更多的人接受與肯定，能認識化妝品的選擇要領是非常重要的。

(一) 化妝品的標示：合格的化妝品應該要有合格的標示，經衛生主管機關核准化妝品，使用才有保障，化妝品外盒包裝容器必須標示內容包含：

1.中文品名	2.廠名或進口商名稱	3.廠址
4.重量或容量	5.成分	6.用途用法
7.出廠日期或批號	8.保存期限	9.許可字號（含藥化妝品）

(二) 化妝品的選購要領

1.粉底	宜選擇色澤佳、質地細緻，具遮蓋效果及透明感。
2.蜜粉、粉餅	宜選擇質地細滑、潤滑，具有明亮、透明效果。
3.眼影	宜選擇質地柔細、富濕潤性、無刺激性、顏色高雅易於清除，且不會造成皮膚乾燥現象。
4.眉筆	宜選擇筆心軟硬適中，配合髮色及彩妝顏色。
5.眼線液（筆）	宜選擇質地柔軟、細緻、無刺激性、持久，且易於使用之產品。
6.睫毛膏	宜選擇增加睫毛濃密度、持久性佳，不易脫落、成分溫和，且筆刷設計良好。
7.腮紅	宜選擇質地細緻、無刺激性、色澤自然，不會造成皮膚乾燥，使用後無負擔感。
8.口紅	宜選擇潤滑、香味淡雅無油耗味、具保濕效果、不油膩，使用後無負擔感，容易清除，色素不會沉澱嘴唇上。

三、認識化妝用具

「工欲善其事，必先利其器」，在化妝的每個步驟中，都必須使用適當的工具，適當的工具能使化妝更完美。

(一) 腮紅刷	又叫修容刷，沾取粉質修容餅，輕刷於臉部需修飾部位。
(二) 眼影刷	可使眼影均勻的擦在眼瞼上，可依塗抹範圍大小選用不同尺寸眼影刷。
(三) 眼影棒	同眼影刷功能，但上色效果較眼影刷易附著，化濃妝時好用。
(四) 睫毛夾	內附橡皮墊，將睫毛夾翹，增加弧度的工具，在刷睫毛前使用。
(五) 睫毛刷	可刷去睫毛上多餘的睫毛膏，亦可用於刷眉毛，使眉型較為自然。
(六) 眉梳	刷順眉毛，可使眉色均勻，有立體感。
(七) 唇筆	描繪唇部的工具，以唇刷沾取口紅塗抹唇部，可增加唇型立體感。
(八) 海綿	質地柔細，具有彈性，用於推勻粉底，可使粉底自然、服貼。
(九) 粉撲	用於沾取蜜粉，均勻按壓於皮膚，可固定粉底，可使皮膚呈現粉嫩漂亮。
(十) 化妝棉	取用液狀化妝品用，用於化妝水、乳液、眼唇卸妝液用，濕布敷臉時亦可以使用。
(十一) 面紙	吸油、吸濕性良好，用於擦拭清潔乳、按摩霜及補妝時擦拭唇膏等用。
(十二) 棉花棒	用於修飾化妝時小瑕疵及卸除眼部彩妝用。
(十三) 挖棒	用於取用霜狀化妝品用，如：面霜、粉膏、口紅等用，以防止化妝品污染。

四、使用化妝品的注意事項

- (一) 選擇適合皮膚性質的化妝品。
- (二) 遵照說明書，並正確使用各種化妝品。
- (三) 使用化妝品後皮膚有異常狀況，如：紅、腫、癢、痛等，應立即停止使用。
- (四) 正確取用化妝品，霜狀以挖勺取用，液狀以化妝棉取用，防止汙染。
- (五) 已取出之化妝品不可再倒回容器內，以防止汙染。
- (六) 化妝品取用後立刻蓋上瓶蓋，一定要蓋緊，以防水分及酒精揮發。
- (七) 粉撲不可直接放在粉餅上，以防污染及結塊變質。
- (八) 美容用具要時常清洗，以保持清潔。

五、化妝品的保存方法

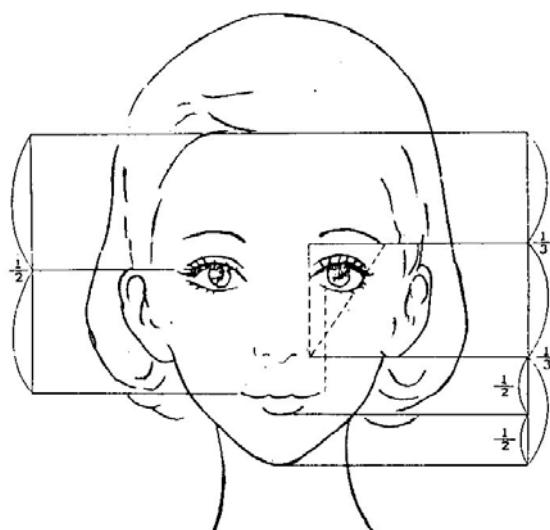
- (一) 避免放在高溫及陽光直射的地方。
- (二) 注意保存期限，開封後盡快使用完畢，以防過期變質。
- (三) 打開瓶蓋時蓋口朝上，用後立刻蓋上瓶蓋，一定要蓋緊，以防污染。
- (四) 不要隨意分妝化妝品，以免誤用。
- (五) 化妝品部要放置在嬰幼兒手無法觸及之處，以防誤食。

六、標準眉型的比例

- (一) 眉頭在眼頭直上方。
- (二) 眉尾在鼻翼與眼尾連結的一直線上，在眼尾斜上去的 45 度方向。
- (三) 眉峰從眉頭開始，眉長 $\frac{2}{3}$ 稍內側一點。
- (四) 眉頭與眉尾在同一水平線上。
- (五) 兩眉之間約一隻眼寬度。

七、標準臉型比例

- (一) 臉型：蛋型。
- (二) 臉長：從額頭中央髮際至下顎部。
- (三) 眉毛位置：從額頭開始 $\frac{1}{3}$ 處。
- (四) 鼻之位置：從額頭開始 $\frac{2}{3}$ 處。
- (五) 唇之位置：下唇線為鼻頭至下顎的 $\frac{1}{2}$ 處。
- (六) 眼睛位置：髮際至嘴角 $\frac{1}{2}$ 處。
- (七) 眼睛大小：臉寬之 $\frac{1}{5}$ 。
- (八) 兩眼間距：與眼寬相同。
- (九) 眉長：眉頭在眼頭直上方。
- (十) 鼻寬：與眼寬相同。
- (十一) 唇寬：虹彩內側垂直線上。
- (十二) 上下唇比例為 1 : 1.2。



八、基礎化妝的順序

(一) 基礎保養	洗臉、化妝水、乳液、隔離霜。
(二) 粉底	自然膚色，以手或海綿由內往外、由下往上推勻。
(三) 蜜粉	自然膚色，以按壓方式使妝持久。
(四) 眉型	配合髮色，先以眉刷刷去多餘蜜粉，再順著眉毛生長方向一根一根的描畫，畫好以後利用眉刷順著眉毛生長的方向刷勻。
(五) 眼影	由下往上暈勻，一次一次重複擦上，由深漸淺，眉骨打亮。
(六) 眼線	從眼頭向眼尾，靠近睫毛生長的地方，畫上細細的線，下眼線再補上粉紫色眼影粉。
(七) 夾、刷睫毛	用睫毛夾將睫毛夾翹 刷上睫毛膏，由睫毛根向睫毛梢處刷捲。
(八) 口紅	1.唇峰。2.外框。3.內唇：橫塗、縱塗。
(九) 腮紅	以頰骨為中心向太陽穴及耳下刷成朦朧感。
(十) 卸妝	1.重點卸妝：眼唇先以卸妝用品擦拭。 2.全臉卸妝：用卸妝乳以打螺旋方式將全臉塗抹，再以化妝棉擦拭乾淨。

九、化妝的基本技巧

(一) 粉底化妝技巧	1.利用挖棒取用粉膏，以海綿推勻。 2.不可一次多量使用，要少量輕薄，由下往上、由內往外推勻。 3.髮際、頸部及耳朵不可有界線。 4.將蜜粉倒在面紙上，再以粉撲沾取以按壓方式定妝。
(二) 眼影化妝技巧	1.利用眼影刷沾取眼影，由近睫毛處往上推勻。 2.不可一次多量使用，要少量一次一次重覆擦上。 3.睫毛處較濃，往上漸淡，顏色均勻，有漸層感。 4.可選擇單色漸層或雙色漸層，掌握下深上淡，後深前淡的原則。
(三) 眼線化妝技巧	1.畫上眼線時，將上眼瞼向上撐起。 2.沿著睫毛根部描繪，線條順暢，眼尾稍呈水平狀。 3.畫下眼線時，將下眼瞼向下撐開。 4.沿下睫毛根處畫上細細的線，可採後粗前細線條。

(四) 睫毛化妝技巧	<p>1.用睫毛夾將睫毛夾翹： (1) 夾睫毛時眼睛往下看。 (2) 攢住眼皮，由根部夾住睫毛，向外分 3 段將睫毛夾翹。</p> <p>2.刷睫毛膏： (1) 刷上睫毛時，毛刷與睫毛平行地由睫毛根向睫毛梢處刷捲。 (2) 刷下睫毛時，用毛刷前端，以左右刷動方式擦上。</p>
(五) 唇型化妝技巧	<p>1.用挖棒挖取口紅，再以唇刷沾取口紅。</p> <p>2.以唇筆描繪唇型，先畫唇峰，左唇峰→右唇峰→左上唇→右上唇→下唇底→左下唇→右下唇。</p> <p>3.下唇亦由嘴角往中央描畫。</p> <p>4.完成外輪廓，再將唇形塗滿。</p>
(六) 腮紅化妝技巧	<p>1.將腮紅刷沾取腮紅，在手背上調試色調，一次少量。</p> <p>2.基本腮紅位置是在顴骨、太陽穴及耳中成三角區域。</p> <p>3.以顴骨正下方為中心，以畫圓的方式由下往上刷勻。</p> <p>4.往內不超過瞳孔，往下不超過鼻尖與耳唇連線，呈現柔和自然。</p>

【習題】

- (B) 1. 粉底霜塗抹均勻後，宜再使用 (A) 腮紅 (B) 蜜粉 (C) 粉條 (D) 粉霜按勻。
- (D) 2. 使臉色紅潤，並具修飾臉型效果的是 (A) 蜜粉 (B) 眼影 (C) 眼線 (D) 腮紅。
- (B) 3. 理想的眉型，其眉頭應在 (A) 嘴角 (B) 眼頭 (C) 鼻頭 (D) 眼尾的正上方。
- (C) 4. 化妝前宜做 (A) 敷臉 (B) 按摩 (C) 基礎保養 (D) 去角質。
- (C) 5. 基本腮紅刷法，由太陽穴通過眼睛下方到耳中大約刷成哪種形狀？(A) 長形 (B) 圓形 (C) 三角形 (D) 水平線。
- (B) 6. 畫眉之前應使用哪一種化妝用具，除去附著在眉毛上的粉底？(A) 眉筆 (B) 眉刷 (C) 眉夾 (D) 眉刀。
- (A) 7. 可增添眼部色彩、修飾眼型的是 (A) 眼影 (B) 眼線 (C) 眉型 (D) 鼻影。
- (B) 8. 乳霜狀粉底其取用法是 (A) 以海綿沾取 (B) 以挖杓取用 (C) 用手指挖取 (D) 倒於臉上塗抹。
- (B) 9. 基礎化妝的順序，第一個步驟是 (A) 粉底化妝 (B) 基礎保養 (C) 眼部美化 (D) 修飾。
- (A) 10. 選擇粉底時，應考慮皮膚狀態、季節及 (A) 膚色 (B) 眉型 (C) 眼型 (D) 脣型。
- (A) 11. 標準臉型比例，眉毛的位置是位於額頭開始 (A) 1/3 處 (B) 2/3 處 (C) 1/2 處 (D) 1/4 處。
- (B) 12. 擦粉底的化妝用具是 (A) 粉撲 (B) 海綿 (C) 面紙 (D) 化妝棉。
- (D) 13. 何者不是選擇眼影的重點 (A) 質地柔軟 (B) 無刺激性 (C) 易於卸除 (D) 不具濕潤效果。
- (D) 14. 眼影的使用方法是要 (A) 一次多量使用 (B) 多量逐次擦上 (C) 以棉花棒沾取 (D) 少量逐次擦上。
- (B) 15. 化妝品放置地方何者正確？(A) 陽光直射處 (B) 陰涼通風處 (C) 冰箱 (D) 高溫處。
- (B) 16. 蜜粉以粉撲取用方法 (A) 倒入盒蓋沾取 (B) 倒在面紙上沾取 (C) 直接以粉撲沾取 (D) 倒在手心後沾取。
- (D) 17. 標準眼寬的比例是臉寬的 (A) 1/3 處 (B) 1/2 處 (C) 1/4 處 (D) 1/5 處。
- (A) 18. 脣型的描畫首先要決定脣型部位是 (A) 脣峰 (B) 嘴角 (C) 上脣 (D) 下脣。
- (C) 19. 標準臉型中，鼻寬是 (A) 大於眼寬 (B) 小於眼寬 (C) 與眼寬相同 (D) 與脣寬相同。
- (B) 20. 標準型態美中，鼻頭的位置是從額頭開始 (A) 1/3 處 (B) 2/3 處 (C) 1/2 處 (D) 1/4 處。

參、實作單

實作單

編號：家政-3-4/實 1

單元名稱 基礎化妝

【實作內容】 一、題目：(一) 眉型

描畫實作練習。

(二) 真人實作化妝，粉紅色系彩妝練習。

(三) 真人實作化妝，金黃色系彩妝練習。

二、操作時間：240 分鐘。

【機具設備】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	講桌	示範工作臺	1 張	
2	白板或黑板	一般用	1 面	
3	工作臺	附鏡臺	1 人 1 位	
4	工作椅	附椅背	1 人 1 張	
5	洗臉臺	附冷熱水	4 組	
【材料】	化妝箱	內附化妝品一套	1 組	教師示範用

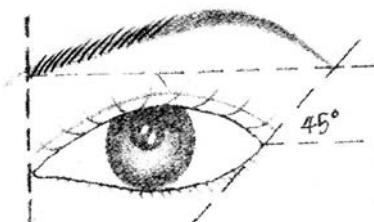
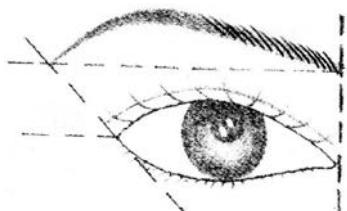
編號	名稱	規格	數量	備註
1	卸妝乳	一般用	1 組 1 份	
2	洗面皂	一般用	1 組 1 份	
3	按摩霜	一般用	1 組 1 份	
4	化妝水	一般用	1 組 1 份	
5	乳液	一般用	1 組 1 份	
6	隔離霜	一般用	1 組 1 份	
7	粉底	一般用	1 組 1 份	
8	蜜粉	一般用	1 組 1 份	
9	眉筆	一般用	1 組 1 份	
10	眼線筆	一般用	1 組 1 份	
11	睫毛膏	一般用	1 組 1 份	
12	化妝刷組	含各式刷具及修眉刀	1 組 1 份	

編號	名稱	規格	數量	備註
13	眼影棒	海棉製	1人 5支	
14	眼影盤	各色眼影及腮紅	1組 1盤	
15	口紅盤	含金黃及粉紅色	1組 1盤	
16	挖勺	塑膠挖勺	1人 2支	
17	面紙	一般用	1組 1份	
18	化妝棉	一般用	1組 1份	
19	毛巾	一般用	1人 1條	

【操作步驟】

一、眉型描畫實作練習

- (一) 利用眉刷將眉毛梳整齊。
- (二) 由眉峰開始用眉筆一根一根的畫上去，再畫眉尾，眉尾要尖。
- (三) 最後才畫眉頭，眉頭顏色太深時，可用眉刷直接刷較為自然。
- (四) 畫好以後利用眉刷順著眉毛生長的方向刷勻，使眉型看起來自然。
- (五) 眉色是眉峰最深，眉尾次之，眉頭最淡，呈現層次立體感。
- (六) 檢查眉型標準位置：用眉筆比一下



- 1.眉頭—在眼頭直上方。
- 2.眉尾—鼻翼和眼尾延長線交叉點為眉尾（即眼尾斜上去的 45 度處）眉頭和眉尾的位置在一水平線上。
- 3.眉峰—從眉頭開始長三分之二稍內側一點。

- (七) 注意左右對稱，以眉梳梳順，過長眉毛以左手食指抵住以修眉刀切斷。

二、真人實作化妝，粉紅色系彩妝練習

(一) 眼線描畫：

- 1.一手將上眼瞼向上撐起。
- 2.在靠近睫毛生長的地方，慢慢的描畫，畫上細細的眼線，眼尾 0.3 公分處稍呈水平狀，線條乾淨俐落。
- 3.畫下眼線時，將下眼瞼往下撐一些比較容易畫上。
- 4.下眼線的重點是後粗前細，線條乾淨俐落。
- 5.完成後，可使眼睛顯得大，而且呈現輪廓分明的印象。

(二) 睫毛膏：

1.用睫毛夾將睫毛夾翹：

(1) 眼瞼撐高夾住睫毛根部，壓 3 秒。

(2) 往後 0.2 公分，再壓。

2.刷上睫毛時，毛刷與睫毛平行，由睫毛根向睫毛梢處刷捲。

3.下睫毛使用睫毛刷的前端，以左右刷動的方式刷上。

4.想使睫毛更長時，要等睫毛膏稍乾時，重複刷上。

5.完成後，可使睫毛有加長和更濃密的感覺，令眼部更加明媚動人。

(三) 基礎化妝（粉紅色系）：

1.基礎保養	洗臉、化妝水、乳液、隔離霜。
2.粉底	自然膚色，以手或海棉由內往外、由下往上推勻。
3.蜜粉	自然膚色，以按壓方式使妝持久。
4.眉型	配合髮色，先以眉刷刷去多餘蜜粉，再順著眉毛生長方向一根一根的描畫，畫好以後利用眉刷加黑色，畫好以後利用眉刷順著眉毛生長的方向刷勻。
5.眼影	粉紫色，由下往上暈勻，一次一次重複擦上，由深漸淺，眉骨打亮。
6.眼線	從眼頭向眼尾，靠近睫毛生長的地方，畫上細細的線，下眼線再補上眼影粉。
7.夾、刷睫毛	用睫毛夾將睫毛夾翹，刷上睫毛膏，由睫毛根向睫毛梢處刷捲。
8.口紅	淺粉紅 (1) 唇峰 (2) 外框 (3) 內唇：橫塗、縱塗。
9.腮紅	淺粉紅，以頰骨為中心向太陽穴及耳下刷成朦朧感。
10.卸妝	(1) 重點卸妝：眼唇先以卸妝用品擦拭。 (2) 全臉卸妝：用卸妝乳以打螺旋方式將全臉塗抹，再以化妝棉擦拭乾淨。

三、真人實作化妝，金黃色系彩妝練習

(一) 基礎保養	洗臉、化妝水、乳液。
(二) 粉底	自然膚色，以手或海棉由內往外、由下往上推勻。
(三) 蜜粉	自然膚色，以按壓方式使妝持久。
(四) 眉型	配合髮色，先以眉刷刷去多餘蜜粉，再咖啡色眉筆順著眉毛生長方向一根一根的描畫，畫好以後利用眉刷加黑色，順著眉毛生長的方向刷勻。
(五) 眼影	粉黃色→綠色→墨綠色，下深上淺，後深前淺，漸層由下往上暈勻，眉骨打亮。

(六) 眼線	從眼頭向眼尾，靠近睫毛生長的地方，畫上細細的線，下眼線再補上墨綠色眼影粉。
(七) 夾、刷睫毛	用睫毛夾將睫毛夾翹，刷上睫毛膏，由睫毛根向睫毛梢處刷捲。
(八) 腮紅	豆沙色，以頰骨為中心向太陽穴及耳下刷成朦朧感。
(九) 口紅	粉橘色：1.唇峰。2.外框。3.內唇：橫塗、縱塗。
(十) 卸妝	1.重點卸妝：眼唇先以卸妝用品擦拭。 2.全臉卸妝：用卸妝乳以打螺旋方式將全臉塗抹，再以化妝棉擦拭乾淨。

【注意事項】

一、化妝的每個步驟中，注意使用最適當工具。二、畫粉底時髮際、頸部與臉不可有分際線，選擇近膚色粉底較自然。三、畫眼影時，近睫毛處用色稍重，近眉骨與眼頭部份明度較高，即由下往上漸淡，

由後往前漸淡，顏色與顏色之間不可有明顯痕跡，即兩色之間要暈勻，不可有色塊。

四、沾取眼影及腮紅時，一次少量，重複塗抹，以免產生色塊。五、注意完成後之眉型、眼影、眼線、腮紅、口紅等，務必修飾左右對稱。

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-3-4/評

單元名稱	基礎化妝
------	------

【認知學習評量指標】

優 良 可 差

- 一、會說出化妝品的種類與功能。
二、會說出選擇化妝品要領。
三、會說出化妝用具的種類。
四、會說出使用化妝品的注意事項。
五、會說出化妝品的保存方法。
六、會說出標準眉型的比例。
七、會說出標準臉型比例。
八、會說出基礎化妝的程序。
九、會說出粉底化妝技巧。
十、會說出眉型化妝技巧。
十一、會說出眼影化妝技巧。
十二、會說出眼線化妝技巧。
十三、會說出睫毛化妝技巧。
十四、會說出唇型化妝技巧。
十五、會說出腮紅化妝技巧。

【技能學習評量指標】

優 良 可 差

- 一、會操作粉底化妝技巧。
二、會操作眉型化妝技巧。
三、會操作眼影化妝技巧。
四、會操作眼線化妝技巧。
五、會操作睫毛化妝技巧。
六、會操作唇型化妝技巧。
七、會操作腮紅化妝技巧。
八、會正確操作化妝用具。
九、會正確操作善後工作。

【情意學習評量指標】

優 良 可 差

- 一、能表現對美的欣賞態度。
二、能表現乾淨整潔的態度。
三、能表現認真敬業的工作態度。

壹、家政職群【核心主題-美髮】教學活動設計

單元名稱	編髮的技巧與實作	教學時間	6 節/300 分鐘
單元內容	3-1.編髮的技巧 3-2.編髮基本型 3-3.編髮實作		
學生學習條件分析	1.應具備珍惜實習工具的工作態度。 2.應具備創新設計的精神。 3.課前應收集編髮的相關圖片。		
教學地點	美髮教室		
單元目標	具體目標		
【認知】 1.學生能認識編髮。 2.學生能認識編髮的工具。 3.學生能認識編髮的基本型。 【技能】 4.學生能學會使用編髮的工具。 5.學生能學會編髮的技巧。 6.學生能學會編髮的基本型。 【情意】 7.學生能養成良好的工作習慣。 8.學生能培養審美能力。	1-1.學生會說出編髮的用途。 2-1.學生會說出編髮工具的名稱。 2-2.學生會說出編髮工具的維護方法。 3-1.學生會說出一股編的編髮種類。 3-2.學生會說出二股編的編髮種類。 3-3.學生會說出三股編的編髮種類。 4-1.學生會使用尖尾梳。 4-2.學生會使用橡皮筋。 4-3.學生會使用髮夾。 5-1.學生會操作分區。 5-2.學生會操作髮束取法。 6-1.學生會操作一股編法。 6-2.學生會固定一股編髮。 6-3.學生會操作二股編法。 6-4.學生會操作二股加髮編法。 6-5.學生會操作三股編法。 6-6.學生會操作三股加髮編法。 7-1.學生能愛護編髮的工具。 7-2.學生能細心的使用編髮工具。 8-1.學生能體會粗細不同的編髮紋路之美。 8-2.學生能欣賞自己及他人的編髮作品。		

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
8-1	<p>《第 1-6 節課》</p> <p>【準備活動】 一、教師</p> <p>一) 準備教材及講義。</p> <p>二) 準備編髮作品。</p> <p>1.一股編作品。</p> <p>2.二股編作品。</p> <p>3.三股編作品。</p> <p>(三) 準備示範操作用品：假人頭、腳架、毛巾、水槍、尖尾梳、橡皮筋、髮夾、鴨嘴夾、髮膠。</p> <p>二、學生</p> <p>(一) 準備假人頭、腳架、毛巾、水槍、尖尾梳、橡皮筋、髮夾、鴨嘴夾、髮膠。</p> <p>(二) 課前收集的編髮參考圖片。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 展示編髮創作實品，請學生到展示區瀏覽，引起學生的興趣。</p> <p>(二) 藉由 PPT 播放展示一股編法圖片，分別解說圖片造型中的編髮設計。(提示學生觀察編髮之分區、髮流方向、編髮紋理)</p> <p>(三) 藉由 PPT 播放展示二股編法圖片，分別解說圖片造型中的編髮設計。(提示學生觀察編髮之分區、髮流方向、編髮紋理)</p> <p>(四) 藉由 PPT 播放展示三股編法圖片，分別解說圖片造型中的編髮設計。(提示學生觀察編髮之分區、髮流方向、編髮紋理)</p> <p>(五) 藉由 PPT 播放展示多種編髮技巧綜合運用的設計，請學生指出該髮型運用到的技巧有哪幾種？</p> <p>(六) 請學生用心觀察所展示的編髮造型，感受不同編髮的設計巧思及美感，並思考如何創作自己的作品。</p>	講述法 問答法 觀察法	30 分鐘	
8-2				

學習目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	二、提示主題 告訴學生單元學習的主題包含： (一) 編髮的用途。 (二) 編髮的工具及維護方法。 (三) 一股編、二股編、三股編的編髮基本型。 (四) 編髮的分區及髮束取法。 (五) 一股編、二股編、三股編的操作技能。 (六) 學生彼此欣賞編髮作品及分享心得。	講述法	5分鐘	
1-1	三、說明內容	講述法	15分鐘	
2-1	(一) 介紹編髮的用途。			
2-2	(二) 介紹編髮的工具及維護方法。			
3-1	(三) 介紹一股編、二股編、三股編的編髮基本型。			
3-2	(四) 準備編髮工具：學生將水槍裝滿水， 架上腳架及假人頭，頭髮稍微噴濕、 梳順。			
4-1				
4-2				
4-3	(五) 示範分區及橡皮筋綁法。	示範法	5分鐘	
5-1	(六) 學生進行分區及綁橡皮筋練習。	練習法	10分鐘	
5-2	(七) 示範一股扭轉編法及髮夾固定方法。	示範法	5分鐘	
6-1	(八) 學生進行一股扭轉編法及髮夾固定方法練習。	練習法	40分鐘	
6-2				
6-3	(九) 完成一股編髮作品。			
6-4	(十) 學生互相觀摩作品。	觀察法	5分鐘	
6-5	(十一) 示範二股編髮型之分區及綁橡皮筋。	示範法	10分鐘	
6-6	(十二) 學生進行分區及綁髮。	練習法	5分鐘	
7-1	(十三) 示範二股加髮編法操作。	示範法	40分鐘	
7-2	(十四) 學生進行二股加髮編法操作。 (十五) 完成二股編髮作品。 (十六) 學生互相觀摩作品。 (十七) 示範三股編法操作。 (十八) 學生進行三股編法操作練習。 (十九) 示範三股加髮編法操作，分區由學生自行設計。 (二十) 學生進行三股加髮編法設計及操作。 (二十一) 完成三股加髮編髮作品。 (二十二) 學生互相欣賞作品。	練習法 觀察法 示範法 練習法 示範法 練習法 觀察法 示範法 練習法 示範法 練習法 觀察法	5分鐘 5分鐘 10分鐘 5分鐘 40分鐘 5分鐘 5分鐘 10分鐘 10分鐘 60分鐘 5分鐘	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	<p>【綜合活動】</p> <p>一、讓學生不具名票選最欣賞的作品 一人 5 票，分別投給 5 個作品，不得重複給票。</p> <p>二、統計出票數最高的 5 個作品。三、請作品的操作者上臺分享設計理念及獲選感想。四、請學生分享學習心得。</p> <p>五、規定家庭作業 一) 繼續收集編髮造型圖片，增加造型設計概念。二) 日常生活中留意編髮造型，並試著分析其編髮型式。三) 運用所學，幫家人或同學設計至少 2 個編髮造型，並拍照存檔。</p>	發表法 發表法 練習法	10 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 5 分鐘	

貳、知識單

知識單		編號：家政-4-3/知													
單元名稱	編髮的技巧與實作	教學使用地點	美髮教室												
【單元簡介】															
<p>編髮是靈活運用手指，以各種編扭技巧在頭髮上做編結，可依設計編出局部點綴性或全頭式整體的髮型。自古以來，編髮即是展現獨特美感的一種技巧，也是留長髮的大人和小孩普遍使用的一種整髮技術。</p>															
【學習目標】															
<p>一、學生會說出編髮的用途。 二、學生會說出編髮工具的名稱及維護方法。 三、學生會說出編髮的分區及髮束取法。 四、學生會說出一股編、二股編、三股編的編髮基本型。</p>															
【相關知識】															
一、編髮的用途															
<p>(一) 以各種編扭技巧在頭髮上做編結，展現個人獨特美感。</p>															
<p>(二) 增加頭髮造型的變化。</p>															
二、編髮工具的認識及維護															
<table border="1"><tbody><tr><td>(一) 尖尾梳</td><td>挑髮片用，並可梳直頭髮及輔助編髮操作，使用後，將梳子上的髮絲去除，有沾黏污染物一定要洗乾淨。</td></tr><tr><td>(二) 橡皮筋</td><td>固定髮束及固定編髮用，使用後清洗乾淨，晾乾置陰涼處備用。</td></tr><tr><td>(三) 髮夾</td><td>固定髮型用，有鐵製及不鏽鋼製二種，鐵製碰水易生鏽，須置於乾燥處保存。</td></tr><tr><td>(四) 獅魚夾或鴨嘴夾</td><td>暫時固定髮束用，使用後清洗乾淨。</td></tr><tr><td>(五) 髮膠</td><td>使髮型固定可維持較長時間，罐裝須注意保持瓶口及內容物不受汙染。</td></tr><tr><td>(六) 水槍</td><td>用於噴濕頭髮，以利編髮操作，使用後，將清水倒掉並清洗乾淨待用。</td></tr></tbody></table>				(一) 尖尾梳	挑髮片用，並可梳直頭髮及輔助編髮操作，使用後，將梳子上的髮絲去除，有沾黏污染物一定要洗乾淨。	(二) 橡皮筋	固定髮束及固定編髮用，使用後清洗乾淨，晾乾置陰涼處備用。	(三) 髮夾	固定髮型用，有鐵製及不鏽鋼製二種，鐵製碰水易生鏽，須置於乾燥處保存。	(四) 獅魚夾或鴨嘴夾	暫時固定髮束用，使用後清洗乾淨。	(五) 髮膠	使髮型固定可維持較長時間，罐裝須注意保持瓶口及內容物不受汙染。	(六) 水槍	用於噴濕頭髮，以利編髮操作，使用後，將清水倒掉並清洗乾淨待用。
(一) 尖尾梳	挑髮片用，並可梳直頭髮及輔助編髮操作，使用後，將梳子上的髮絲去除，有沾黏污染物一定要洗乾淨。														
(二) 橡皮筋	固定髮束及固定編髮用，使用後清洗乾淨，晾乾置陰涼處備用。														
(三) 髮夾	固定髮型用，有鐵製及不鏽鋼製二種，鐵製碰水易生鏽，須置於乾燥處保存。														
(四) 獅魚夾或鴨嘴夾	暫時固定髮束用，使用後清洗乾淨。														
(五) 髮膠	使髮型固定可維持較長時間，罐裝須注意保持瓶口及內容物不受汙染。														
(六) 水槍	用於噴濕頭髮，以利編髮操作，使用後，將清水倒掉並清洗乾淨待用。														

三、編髮的分區

- (一) 編髮的分區應依髮型設計的需要將頭髮分區。
- (二) 分區線要清楚，可依設計隱藏或顯露，並將暫時不操作的分區以鯊魚夾或鴨嘴夾暫時固定好，避免影響操作區。

四、編髮的髮束取法

- (一) 髮束取法是編髮的重點，取髮角度、髮流方向、底盤大小及厚度都是設計重點，均須仔細及流暢才能創造美麗作品。
- (二) 編髮須靈活運用雙手的拇指、食指及中指，小指則是取髮束的指頭，也可以用尖尾梳取髮束，須注意每個髮束的分線要清楚。
- (三) 編髮力道要平均，保持髮束順暢與光澤亮度，才能表現出編髮的紋路之美。
- (四) 每個髮束的厚度要一致，才能做出規則有序的編髮紋理。
- (五) 髮尾可用橡皮筋或髮夾做固定，並將橡皮筋或髮夾隱藏住。
- (六) 編髮髮束之鬆緊宜適中，過鬆會散亂，過緊會變形，並依髮流方向服貼著頭皮編髮。

五、編髮的基本型 編髮基本型分為一股編、二股編及三股編，可再

細分如下表：

編 髮 方 法	一股編法	扭轉編法		
	二股編法	不加髮編法	扭轉編法 不扭轉編法	
		加髮編法	單邊加髮	扭轉編法 不扭轉編法
			雙邊加髮	扭轉編法 不扭轉編法
	三股編法	魚尾編		
		外編法（正編）	不加髮編法 單邊加髮編法 雙邊加髮編法	
		內編法（反編）	不加髮編法 單邊加髮編法 雙邊加髮編法	

【習題】

- (D) 1. (A) 髮筒 (B) 電鉗 (C) 吹風 (D) 編髮 是長髮大人和小孩普遍使用的一種整髮技術。
- (D) 2.下列哪一個不是編髮的重點？(A) 取髮角度 (B) 髮流方向 (C) 底盤大小及厚度 (D) 髮質粗細。
- (B) 3.配合編髮使用的梳子為 (A) 大板梳 (B) 尖尾梳 (C) 排骨梳 (D) 圓梳。
- (C) 4.編髮完成到髮尾處，應用 (A) 鯊魚夾 (B) 鴨嘴夾 (C) 橡皮筋 (D) 髮膠做固定。
- (B) 5.關於水槍的使用，何者錯誤？(A) 可噴濕頭髮，方便造型 (B) 可當水槍玩噴水遊戲 (C) 使用後應將裡面的水倒掉 (D) 使用後應清洗乾淨。
- (A) 6.編髮時，尚未操作的分區可用 (A) 鯊魚夾或鴨嘴夾 (B) 橡皮筋 (C) 髮夾 (D) 尖尾梳 暫時固定。
- (D) 7.編髮取髮束的指頭為 (A) 拇指 (B) 食指 (C) 中指 (D) 小指。
- (D) 8.編髮之注意事項為 (A) 頭髮要梳順，力量均勻 (B) 髮片厚度要一致 (C) 髮束之鬆緊要適中 (D) 以上皆是。
- (B) 9.魚尾編是屬於 (A) 一股編法 (B) 二股編法 (C) 三股編法 (D) 四股編法。
- (A) 10.三股編的外編法是屬於 (A) 正編 (B) 反編 (C) 內編 (D) 圓形編法。

參、實作單

實作單		編號：家政-4-3/實 1																																															
單元名稱	編髮的技巧與實作																																																
【實作內容】																																																	
一、題目：(一) 一股編法練習與實作。 (二) 二股編法練習與實作。 (三) 三股編法練習與實作。																																																	
二、操作時間：210 分鐘。																																																	
【機具設備】																																																	
<table border="1"><thead><tr><th>編號</th><th>名稱</th><th>規格</th><th>數量</th><th>備註</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>講桌</td><td>示範工作臺</td><td>1 張</td><td></td></tr><tr><td>2</td><td>白板或黑板</td><td>一般用</td><td>1 面</td><td></td></tr><tr><td>3</td><td>電源插座</td><td>110V</td><td>1 人 1 座</td><td></td></tr><tr><td>4</td><td>工作臺</td><td>附鏡臺</td><td>1 人 1 張</td><td></td></tr><tr><td>5</td><td>美髮座椅</td><td>附椅背</td><td>1 人 1 張</td><td></td></tr><tr><td>6</td><td>工作推車</td><td>3 層 4 輪</td><td>1 人 1 臺</td><td></td></tr><tr><td>7</td><td>紫外線消毒箱</td><td>小型</td><td>1 臺</td><td></td></tr><tr><td>8</td><td>吹風機</td><td>110V</td><td>1 人 1 支</td><td></td></tr></tbody></table>					編號	名稱	規格	數量	備註	1	講桌	示範工作臺	1 張		2	白板或黑板	一般用	1 面		3	電源插座	110V	1 人 1 座		4	工作臺	附鏡臺	1 人 1 張		5	美髮座椅	附椅背	1 人 1 張		6	工作推車	3 層 4 輪	1 人 1 臺		7	紫外線消毒箱	小型	1 臺		8	吹風機	110V	1 人 1 支	
編號	名稱	規格	數量	備註																																													
1	講桌	示範工作臺	1 張																																														
2	白板或黑板	一般用	1 面																																														
3	電源插座	110V	1 人 1 座																																														
4	工作臺	附鏡臺	1 人 1 張																																														
5	美髮座椅	附椅背	1 人 1 張																																														
6	工作推車	3 層 4 輪	1 人 1 臺																																														
7	紫外線消毒箱	小型	1 臺																																														
8	吹風機	110V	1 人 1 支																																														
【材料】																																																	
<table border="1"><thead><tr><th>編號</th><th>名稱</th><th>規格</th><th>數量</th><th>備註</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>腳架</td><td>一般用</td><td>1 組 1 份</td><td></td></tr><tr><td>2</td><td>假人頭</td><td>一般用</td><td>1 組 1 份</td><td></td></tr><tr><td>3</td><td>假髮</td><td>一般用</td><td>1 人 4 條</td><td></td></tr><tr><td>4</td><td>尖尾梳</td><td>塑膠或電木製</td><td>1 人 1 支</td><td></td></tr><tr><td>5</td><td>橡皮筋</td><td>一般用</td><td>1 組 1 份</td><td></td></tr><tr><td>6</td><td>鱉魚夾或鴨嘴夾</td><td>一般用</td><td>1 人 4 支</td><td></td></tr></tbody></table>					編號	名稱	規格	數量	備註	1	腳架	一般用	1 組 1 份		2	假人頭	一般用	1 組 1 份		3	假髮	一般用	1 人 4 條		4	尖尾梳	塑膠或電木製	1 人 1 支		5	橡皮筋	一般用	1 組 1 份		6	鱉魚夾或鴨嘴夾	一般用	1 人 4 支											
編號	名稱	規格	數量	備註																																													
1	腳架	一般用	1 組 1 份																																														
2	假人頭	一般用	1 組 1 份																																														
3	假髮	一般用	1 人 4 條																																														
4	尖尾梳	塑膠或電木製	1 人 1 支																																														
5	橡皮筋	一般用	1 組 1 份																																														
6	鱉魚夾或鴨嘴夾	一般用	1 人 4 支																																														

【操作步驟】

一、一股編法

(一) 編髮前，先將頭髮梳理順暢，稍微噴濕，塗抹些許髮膠或亮油。

(二) 進行分區。

(三) 一股編髮設計。

		
1.以尖尾梳做鋸齒狀分線。	2.分線位置可自由設定在中分位置或其他部位。	3.將尚不操作區域的頭髮梳順整理。
		
4.以鱉魚夾或鴨嘴夾暫時固定。	5.髮束固定步驟一：將橡皮筋套於拇指後繞緊髮束。	6.髮束固定步驟二：橡皮筋兩端交叉。
		
7.髮束固定步驟三：交叉後之一端套髮束一圈。	8.挑出適量髮束以順(逆)時針方向進行一股扭轉，注意力量平均。	9.髮尾繞髮夾2-3圈後固定於髮基。
		
10.依序將全部髮束扭轉。	11.完成圖。	12.完成圖。

二、二股編法

(一) 編髮前，先將頭髮梳理順暢，稍微噴濕，塗抹些許髮膠或亮油。

(二) 進行分區。

(三) 二股編髮設計。

		
1.分區：髮際邊緣留 2 公分，其餘頭髮以橡皮筋固定於右後側。	2.中分線，左側取三角形髮片，分為二股。	3.兩股交叉，外股在上，內股在下。
		
4.以小指取髮片，加於外股。	5.注意取出之髮束要順暢。	6.以髮夾固定髮束，夾子要夾到二股的交叉點才不會鬆掉。
		
7.依序完成右側，固定於髮基，其餘頭髮以二股扭轉編結後固定於後部。	8.完成圖。	9.完成圖。

三、三股編法

(一) 三股單邊加髮編法練習。

(二) 進行分區。

(三) 三股編髮設計。

		
1. 將頭髮分成三股。	2. 上股重疊於中股。	3. 下股重疊於中股。
		
4. 上股再次重疊於中股，不加頭髮。	5. 下股再次重疊於中股，以小指取髮束加髮。	6. 上頭部分成四區（可讓學生自行設計）。
		
7. 後頭部以橡皮筋固定。	8. 第 1 區進行單邊加髮編髮 (正編)。	9. 注意編髮時儘量拉低角度服貼皮膚。
		
10. 編至髮尾以橡皮筋固定。	11. 第 2 區進行雙邊加髮編髮 (正編)。	12. 第 3 區進行雙邊加髮編髮 (反編)。

		
13.注意編髮服貼頭皮。	14.第四區進行單邊加髮 編髮（反編）。	15.將全部髮束用橡皮筋 一起固定於髮基。
		
16.正面完成圖。	17.右側完成圖。	18.左側完成圖。

【注意事項】

一、編髮過程中頭髮如果打結，務必先以尖尾梳梳順後再繼續編。

二、頭髮如果過於毛躁，可隨時塗抹髮膠或亮油。 三、工作

完成後，應將桌面及工具清理乾淨，做好環境整理。

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-4-3/評

單元名稱	編髮的技巧與實作
------	----------

【 認 知 學 習 評 量 指 標 】

- 優 良 可 差 一、會說出編髮的用途。.....
 二、會說出編髮工具的名稱。.....
 三、會說出編髮工具的維護方法。.....
 四、會說出一股編的編髮種類。.....
 五、會說出二股編的編髮種類。.....
 六、會說出三股編的編髮種類。.....

【 技 能 學 習 評 量 指 標 】

- 優 良 可 差 一、會使用尖尾梳。.....
 二、會使用橡皮筋。.....
 三、會使用髮夾。.....
 四、會操作分區。.....
 五、會操作髮束取法。.....
 六、會操作一股編法。.....
 七、會固會定一股編髮。.....
 八、會操作二股編法。.....
 九、會操作二股加髮編法。.....
 十、會操作三股編法。.....
 十一、會操作三股加髮編法。.....

【 情 意 學 習 評 量 指 標 】

- 優 良 可 差 一、能愛護編髮的工具。.....
 二、能細心的使用編髮工具。.....
 三、能體會粗細不同的編髮紋路之美。.....
 四、能欣賞自己及他人的編髮作品。.....

壹、家政職群【核心主題-美髮】教學活動設計

單元名稱	髮筒使用的技巧與實作	教學時間	6 節/300 分鐘
單元內容	4-1.髮筒的基本角度與捲法 4-2.髮筒的基本排列 4-3.髮筒實作		
學生學習條件分析	1.應具備珍惜實習用具的工作態度。 2.應具備良好的衛生習慣，準備乾淨的實習用具。		
教學地點	美髮教室		
單元目標	具體目標		
<p>【認知】</p> <p>1.學生能認識髮筒捲髮。 2.學生能認識髮筒捲髮的工具。 3.學生能認識髮筒捲髮的角度應用。 4.學生能認識髮筒的操作方法。 5.學生能認識髮筒的基本排列。</p> <p>【技能】</p> <p>6.學生能學會使用髮筒捲髮的工具。 7.學生能學會髮筒的操作方法。 8.學生能學會髮筒的排列方法。</p> <p>【情意】</p> <p>9.學生能養成良好的工作習慣。 10.學生能培養審美能力。</p>	<p>1-1.學生會說出髮筒捲髮的意義。 2-1.學生會說出髮筒捲髮的工具。 3-1.學生會說出髮筒捲髮的角度。 3-2.學生會說出髮筒捲髮不同角度的效果。 4-1.學生會說出髮筒的操作方法。 5-1.學生會說出髮筒的排列方法。</p> <p>6-1.學生會使用髮筒上捲。 6-2.學生會使用髮夾固定髮筒。 7-1.學生會操作髮筒下捲法。 7-2.學生會操作髮筒上捲法。 7-3.學生會操作髮筒直立捲法。 8-1.學生會操作疊磚式髮筒排列。 8-2.學生會操作側分線髮筒排列。 8-3.學生會操作不分線髮筒排列。</p> <p>9-1.學生能愛護整髮的工具。 9-2.學生能注重工具的清潔衛生。 10-1.學生能欣賞自己及他人的髮筒捲髮作品。</p>		

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
	(六) 學生彼此欣賞髮筒捲髮作品並分享學習心得。 三、說明內容 (一) 說明髮筒捲髮的意義。 (二) 介紹髮筒捲髮的工具。 (三) 介紹髮筒捲髮的角度與效果。 (四) 介紹髮筒的操作方法及排列方法。 (五) 準備髮筒工具：學生將水槍裝滿水，架上腳架及假人頭 頭髮全部噴濕並梳順。 (六) 示範下捲法的操作方法。 (七) 學生進行下捲法操作練習。 (八) 以下捲法分組示範疊磚排列捲法。 1.前頭部和頂部區以 135~90 度上捲。 2.後頭部以 60 度上捲。 (九) 學生以下捲法操作疊磚排列捲法。 (十) 完成作品。 (十一) 學生互相觀摩作品。 (十二) 示範上捲法的操作方法。 (十三) 學生進行上捲法操作練習。 (十四) 以上捲法分組示範側分線排列捲法。 1.前頭區和頂部區以側分線排列，操作下捲法。 2.後頭區操作上捲法。 (十五) 學生以上捲法操作側分線排列捲法。 (十六) 完成作品。 (十七) 學生互相觀摩作品。 (十八) 分組示範直立捲法的操作方法。 (十九) 學生進行直立捲法操作練習。 (二十) 示範直立捲法操作。 1.前頭區和頂部區以側分線排列，操作下捲法。 2.後頭區操作直立捲法。 (二十一) 學生進行直立捲法操作。 (二十二) 完成作品。 (二十三) 學生互相欣賞作品。	講述法 示範法 練習法 示範法 練習法 觀察法 示範法 練習法 示範法 練習法 觀察法 示範法 練習法 示範法 練習法 觀察法	25 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 50 分鐘 5 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 50 分鐘 5 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 25 分鐘 5 分鐘	
1-1				
2-1				
3-1				
3-2				
4-1				
5-1				
6-1				
6-2				
7-1				
7-2				
7-3				
8-1				
8-2				
8-3				
9-1				
9-2				

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
9-1	【綜合活動】 一、教師挑選較優秀的 3 個作品，分別解說作品之優缺點，提供給學生改善方法。二、藉由作品的解說使學生能觀察細節並增加作品判別能力，。	講述法 觀察法	10 分鐘	
9-2			5 分鐘	
10-1	三、請學生分享學習心得。 四、規定家庭作業 (一) 收集整髮造型圖片，增加髮型概念。 (二) 重複練習至少 2 次疊磚式髮筒操作。	發表法 練習法	5 分鐘	

貳、知識單

知識單 編號：家政-4-4/知

單元名稱	髮筒使用的技巧與實作	教學使用地點	美髮教室
------	------------	--------	------

【單元簡介】

髮筒捲髮是整髮方式之一，利用髮筒從髮尾捲至髮根，透過不同的排列方式，可以呈現不同的髮型變化。髮筒捲髮可以讓頭髮捲度維持較長的時間，也可以讓頭髮達到蓬鬆有彈性的效果，且頭髮沒有長度的限制，可依長短變化出各種不同的造型。

【學習目標】

一、學生會說出髮筒捲髮的意義。二、學生會說出髮筒捲髮的工具。三、學生會說出髮筒捲髮的角度及效果。四、學生會說出髮筒的操作方法。五、學生會說出髮筒的排列方法。

【相關知識】

一、髮筒捲髮的意義

- (一) 髮筒捲髮即是利用髮筒從髮尾捲至髮根，並吹乾成型達到整髮的目的。
- (二) 可以透過不同的排列方式，呈現不同的髮型變化。
- (三) 使用上沒有頭髮的長度限制，長短髮皆可以變化出不同的造型。
- (四) 成型效果蓬鬆、捲度持久、光澤有彈性。

二、髮筒捲髮的工具

(一) 髮筒	1.髮筒的種類有歐式塑膠髮筒、日式絨毛髮筒、海綿髮筒、臺灣式髮筒以及插電式的電熱髮筒。 2.練習操作使用臺灣式髮筒，它是空心圓柱狀的綠色塑膠捲子，在圓筒周圍有針狀突起環繞，又稱「青筒捲」，大小分成 1~4 種不同尺寸，可依頭髮長短或造型捲度需求選用。
(二) 髮夾	固定髮筒用。
(三) 尖尾梳	挑髮片及梳順頭髮用。



三、髮筒捲髮的角度及效果

(一) 120~90°	(二) 90~60°	(三) 60~45°	(四) 45°以下
一般使用在頭冠部、中分線或旁分線等區域，可達到強調重感、蓬鬆的效果。	使用在頭頂部、黃金點區域，可達到波浪立體，重感平均的效果。	使用在後頭部以下，能避免蓬鬆。	使用在後頸線或鬢角處，有服貼的效果。
			
持髮 120~90°	持髮 90~60°	持髮 60~45°	持髮 45°以下

四、髮筒的操作方法

(一) 髮筒下捲法	(二) 髮筒上捲法
髮筒置於髮片下方，由髮尾向內捲至髮根，效果呈現量感、立體、髮根蓬鬆，是一般最常用的使用方法，可運用於整個頭部。	髮筒置於髮片上方，由髮尾向上捲至髮根，上捲法可做出髮尾上翹或外翻的造型效果。
	

(三) 髮筒直立捲法

髮筒直立的方向可分為向心式（向臉部）及離心式（向後頭部）兩種，依臉型及造型需求來決定捲髮方向，常運用於長髮造型上。

	
髮筒直立捲法（離心式）	髮筒直立捲法（向心式）

五、髮筒的排列方法

- (一) 髮筒的排列會直接影響造型效果，應依髮型設計的不同，規劃排列方式。
- (二) 頭冠部依設計採中分線、側分線或不分線排列。
- (三) 疊磚式髮筒排列適用於全頭每個部位。
- (四) 直立式髮筒排列適用於黃金點以下。

六、髮筒操作注意事項

- (一) 頭髮要保持一定的溼度。
- (二) 底盤的長度與厚度約為髮筒長寬的 8 公分。
- (三) 上捲時，髮筒由髮根滑至髮尾，髮尾捲入需順暢不可受折。
- (四) 髮夾固定於底盤，要與頭皮成水平，髮夾留 1 公分不插入，以便拆捲時方便取下髮夾與髮筒。

【習題】

- (C) 1. 髮筒捲髮適合哪些人使用？(A) 長髮者 (B) 短髮者 (C) 長、短髮皆可 (D) 直髮者。
- (A) 2. 適合用來固定髮筒的工具為 (A) 髮夾 (B) 鯊魚 (C) 鴨嘴夾 (D) 髮膠。
- (D) 3. 要強調髮筒捲髮的重感、蓬鬆的效果，其取髮角度為 (A) 45°以下 (B) 60~45° (C) 90~60° (D) 120~90°。
- (A) 4. 要髮筒捲髮的效果服貼，其取髮角度為 (A) 45°以下 (B) 60~45° (C) 90~60° (D) 120~90°。
- (D) 5. 髮筒捲髮的取髮角度在 120~90°，不適合使用的部位為 (A) 頭冠部 (B) 中分線區域 (C) 旁分線區域 (D) 後頭部。
- (A) 6. 可做出髮尾上翹或外翻的造型效果的髮筒捲髮方法為 (A) 上捲法 (B) 下捲法 (C) 向心式直立捲法 (D) 離心式直立捲法。
- (B) 7. 適合運用於整個頭部的髮筒捲髮方法為 (A) 上捲法 (B) 下捲法 (C) 向心式直立捲法 (D) 離心式直立捲法。
- (D) 8. 髮筒捲髮前應先將頭髮 (A) 完全吹乾 (B) 吹 7~8 分乾 (C) 吹半乾 (D) 噴溼。
- (A) 9. 髮筒捲髮時，須注意取髮角度是否將 (A) 髮尾捲至髮根部 (B) 髮根捲至髮尾部 (C) 只捲髮根 (D) 只捲髮尾部。
- (A) 10. 固定髮筒之髮夾應留 (A) 1 公分 (B) 2 公分 (C) 3 公分 (D) 4 公分 不插入，以便拆捲時方便取下髮夾與髮筒。

參、實作單

實作單

編號：家政-4-4/實 1

單元名稱 髮筒使用的技巧與實作

【實作內容】

- 一、題目：
 - (一) 髮筒的基本角度與捲法練習。
 - (二) 髮筒的基本排列練習及實作。
 - (三) 髮筒的疊磚排列練習及實作。
 - (四) 髮筒的直立排列練習及實作。
- 二、操作時間：220 分鐘。

【機具設備】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	講桌	示範工作臺	1 張	
2	白板或黑板	一般用	1 面	
3	電源插座	110V	1 人 1 座	
4	工作臺	附鏡臺	1 人 1 張	
5	美髮座椅	附椅背	1 人 1 張	
6	工作推車	3 層 4 輪	1 人 1 臺	
7	紫外線消毒箱	小型	1 臺	
8	吹風機	110V	1 人 1 支	

【材料】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	腳架	一般用	1 組 1 份	
2	假人頭	一般用	1 組 1 份	
3	假髮	一般用	1 人 4 條	
4	尖尾梳	塑膠或電木製	1 人 1 支	
5	髮筒	一般用	1 人 1 份	
6	毛夾	黑色髮夾	1 人 1 份	
7	鯊魚夾或鴨嘴夾	一般用	1 人 4 支	

【操作步驟】

一、髮筒操作練習

(一) 操作前將頭髮全部噴濕並梳順。

(二) 進行下捲捲法操作練習。

1.底盤的長度與厚度約為髮筒長寬的 8 公分。	2.髮尾捲入時，以尖尾梳壓住，注意髮尾順暢不可受折。	3.力量平均將頭髮捲入。
4.注意捲入時頭髮保持順暢不歪斜。	5.髮夾固定於底盤上，與頭皮成水平。	6.髮夾留 1 公分不插入，以便拆捲時方便取下髮夾與髮筒。

二、髮筒的疊磚排列練習及實作

(一) 操作前將頭髮全部噴濕並梳順。

(二) 以不分線方式進行疊磚排列練習。

1.第一個髮筒置於中心點位置上，提高角度捲入。	2.第二、三個髮筒置於第一個髮筒後方。	3.依序以疊磚方式上髮筒。
4.正面完成圖。	5.背面完成圖。	6.側面完成圖。

三、側分線上捲捲法練習及實作

(一) 操作前將頭髮全部噴濕並梳順。

(二) 側分線方式進行上捲捲法之疊磚排列練習。

	
1.於眉峰處往上分出側分線。	2.第一個髮片取三角形底盤，以下捲法上髮筒。
	
3.頂部分出側分線以後，採疊磚式排列上捲。	4.以下捲法操作至黃金點，黃金點以下區域則改以上捲法上髮筒。
	
5.上捲法將髮筒置於髮片上方，由髮尾向上捲至髮根。	6.注意髮尾順暢不可受折。
	
7.髮夾固定於底盤上，並留 1 公分不插入。	8.正面完成圖。
	
9.背面完成圖。	

四、髮筒的直立排列練習及實作

- (一) 操作前將頭髮全部噴濕並梳順。
- (二) 頂部區域以上捲捲法操作。
- (三) 頂部區域以下採直立捲法操作（向心或離心方向）。

	
1.頂部區域以上捲捲法上髮筒。 2.頂部區域以下採直立捲法操作。	3.正面完成圖。
	
4.側面完成圖。	5.側面完成圖。
6.背面完成圖。	

【注意事項】

- 一、髮筒操作過程中，頭髮要保持一定的溼度。
- 二、每一個髮束都要保持順暢，尤其注意髮尾不可受折。
- 三、髮筒捲入時，注意髮流勿歪斜，以免形成捲髮波紋不均勻。

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-4-4/評

單元名稱	髮筒使用的技巧與實作
------	------------

【認知學習評量指標】

優 良 可 差

- | | | | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會說出髮筒捲髮的意義。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會說出髮筒捲髮的工具。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會說出髮筒捲髮的角度。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會說出髮筒捲髮不同角度的效果。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會說出髮筒的操作方法。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會說出髮筒的排列方法。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【技能學習評量指標】

優 良 可 差

- | | | | | |
|---------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、會使用髮筒上捲。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、會使用髮夾固定髮筒。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、會操作髮筒下捲法。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 四、會操作髮筒上捲法。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 五、會操作髮筒直立捲法。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 六、會操作疊磚式髮筒排列。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 七、會操作側分線髮筒排列。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 八、會操作不分線髮筒排列。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【情意學習評量指標】

優 良 可 差

- | | | | | |
|--------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 一、能愛護整髮的工具。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 二、能注重工具的清潔衛生。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 三、能欣賞自己及他人的髮筒捲髮作品。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

壹、家政職群【核心主題-美髮】教學活動設計

單元名稱	電鉗操作的技巧與實作	教學時間	4 節/200 分鐘
單元內容	5-1.電鉗的構造與功用 5-2.電鉗的操作方式 5-3.電鉗實作		
學生學習條件分析	1.應具備重視安全的工作態度。 2.應具備創新設計的精神。		
教學地點	美髮教室		
單元目標		具體目標	
【認知】 1.學生能認識電鉗的種類。 2.學生能認識電鉗的構造與功用。 3.學生能認識電鉗的保養。 4.學生能認識電鉗的操作。 【技能】 5.學生能學會電鉗的握持及測試方法。 6.學生能學會電鉗的操作方法。 【情意】 7.學生能養成良好的工作習慣。 8.學生能培養審美能力。		1-1.學生會說出電鉗的種類。 2-1.學生會說出電鉗的構造名稱與功用。 3-1.學生會說出電鉗的清潔方法。 3-2.學生會說出電鉗的保養方法。 4-1.學生會說出電鉗的使用溫度。 4-2.學生會說出電鉗操作法的種類。 5-1.學生會操作電鉗的握持法。 5-2.學生會測試電鉗的溫度。 6-1.學生會電鉗操作的髮束取法。 6-2.學生會控制電鉗的操作角度。 6-3.學生會操作電鉗做出垂直捲髮型。 7-1.學生能注意電鉗使用的安全性。 7-2.學生能注重工具的清潔衛生。 8-1.學生能欣賞自己及他人的電鉗作品。 8-2.學生能增進電鉗造型的能力。	

目標	教學活動歷程 《第 1-4 節課》	教學方法	時間分配	備註
8-1 8-2	<p>【準備活動】</p> <p>一、教師</p> <ul style="list-style-type: none"> (一) 準備教材及講義。 (二) 急救箱。 (三) 準備電鉗作品。 <ul style="list-style-type: none"> 1.內捲型。 2.波浪型。 3.鬈鬈型。 (四) 準備示範操作用品：假人頭、腳架、毛巾、電鉗、電木梳、鯊魚夾或壓嘴夾。 <p>二、學生 準備假人頭、腳架、毛巾、電鉗、電木梳、鯊魚夾或鴨嘴夾。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <ul style="list-style-type: none"> (一) 以美麗時尚的電鉗造型吸引學生的注意。 (二) 展示內捲型電鉗造型作品。 (三) 請 2 位學生發表對造型的喜好或想法。 (四) 展示波浪型電鉗造型作品。 (五) 請 2 位學生發表對造型的喜好或想法。 (六) 展示鬈鬈型電鉗造型作品。 (七) 請 2 位學生發表對造型的喜好或想法。 (八) 請學生分享自己或家人使用電鉗的經驗及效果。 <p>二、提示主題</p> <p>告訴學生單元學習的主題包含：</p> <ul style="list-style-type: none"> (一) 電鉗的種類。 (二) 電鉗的構造及功用。 (三) 電鉗的保養方法。 (四) 電鉗操作方法與造型種類。 (五) 以電鉗操作鬈鬈髮型。 (六) 學生彼此欣賞電鉗作品，並分享學習心得。 	講述法 問答法 觀察法 講述法 講述法	15 分鐘 5 分鐘	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
1-1 2-1 3-1 3-2 4-1 4-2 5-1 5-2 6-1 6-2 6-3 7-1 7-2	<p>三、說明內容</p> <p>(一) 介紹電鉗的種類：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.電棒。 2.燙髮用電鉗。 3.離子平板夾。 4.特殊造型電鉗。 <p>(二) 介紹電鉗的構造及功用：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.圓棒。 2.凹槽。 <p>(三) 介紹電鉗的保養方法：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.清潔方法。 2.保養方法。 <p>(四) 介紹電鉗的操作方法：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.電鉗使用的梳子。 2.電鉗握持、旋轉的基本方法。 <p>(五) 介紹電鉗的造型種類：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.內捲型。 2.波浪型。 3.鬈鬈型。 <p>(六) 準備電鉗操作工具：學生將腳架及假人頭架好，頭髮梳順。</p> <p>(七) 示範電鉗的握持方法。</p> <p>(八) 插上電源，調整電鉗溫度，示範以紙片測試溫度方法。</p> <p>(九) 示範操作之髮束底盤取法：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.三角形底盤。 2.長方形底盤。 3.正方形底盤。 <p>(十) 示範髮束的角度及效果：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.On Base 120°。 2.1/2 On Base 90°。 3.Off Base 60°。 	<p>講述法</p> <p>示範法</p>	<p>30 分鐘</p> <p>15 分鐘</p>	

具體目標	教學活動歷程	教學方法	時間分配	備註
8-1 8-2	<p>(十一) 示範垂直捲髮型操作方法。</p> <p>(十二) 學生進行電鉗的握持方法練習。</p> <p>(十三) 學生進行電鉗溫度測試。</p> <p>(十四) 學生進行電鉗操作練習。</p> <p>(十五) 學生進行電鉗垂直捲髮型實作。</p> <p>(十六) 完成作品。</p> <p>(十七) 學生互相觀摩作品。</p> <p>【綜合活動】</p> <p>一、教師挑選較優秀的 3 個作品，分別解說作品之優缺點，提供給學生改善方法。二、藉由作品的解說使學生能觀察細節，並增加作品判別能力。</p> <p>三、請學生分享學習心得。</p> <p>四、規定家庭作業</p> <p>(一) 收集電鉗造型圖片，增加髮型概念。</p> <p>(二) 重複練習電鉗操作，至少 2 次。</p>	示範法 練習法 練習法 講述法 觀察法 發表法 練習法	15 分鐘 20 分鐘 80 分鐘 10 分鐘 5 分鐘 5 分鐘	

貳、知識單

知識單 編號：家政-4-5/知

單元名稱	電鉗操作的技巧與實作	教學使用地點	美髮教室
------	------------	--------	------

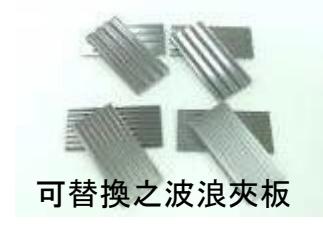
【單元簡介】

電鉗是利用電、熱及其特殊構造特性做頭髮造型的一種暫時性整髮技術，依電鉗構造可將頭髮做出鬈髮、波浪、玉米鬚或直髮造型，適用於任何髮質，是相當方便實用的造型工具。

【學習目標】

一、學生會說出電鉗的種類。二、學生會說出電鉗的構造及功用。三、學生會說出電鉗的保養方法。四、學生會說出電鉗操作方法與造型種類。

【相關知識】

一、電鉗的種類	(一) 圓形電棒：其圓棒直徑有多種粗、細不同的尺寸。	 圓形電棒
	(二) 燙髮用電鉗：有圓形、五角星型。	
	(三) 離子平板夾：可做拉直造型或燙直頭髮。	 離子平板夾
	(四) 波浪夾電鉗：有粗、細波浪的板型，可壓出玉米鬚效果。	 可替換之波浪夾板

二、電鉗的構造及功能	<p>(一) 圓棒：熱度由電力傳達，溫度可達 120~200°C，能讓頭髮依圓棒粗、細尺寸或不同結構形式而使頭髮捲曲或拉直。</p> <p>(二) 凹槽：半圓結構，有固定作用。凹槽靠近圓棒的一邊稱為「內緣」，靠近操作者一邊稱為「外緣」。</p>
<p>電鉗的構造</p>	
三、電鉗的保養	<p>(一) 清潔：電鉗應保持清潔並防止生鏽及積炭，可用棉花沾取含少量阿摩尼亞的肥皂溶液去除灰塵及油漬；用細砂紙加上一點油可幫助去除生鏽及積炭。</p> <p>(二) 保養：電鉗接頭處點上少許油並擦拭予以潤滑，以便下次使用。</p>
四、電鉗的使用溫度	<p>(一) 電鉗的使用溫度取決於髮質，一般約 120~140°C 間。</p> <p>(二) 粗硬髮及不易鬈的頭髮溫度可調高一些。</p> <p>(三) 細軟髮及受損髮溫度則不宜過高。</p> <p>(四) 經常使用電鉗整髮易使頭髮乾燥，所以使用電鉗前後頭髮都須保養。</p>
五、電鉗的溫度測試	<p>(一) 可用薄紙片或利用剪下的小撮頭髮來測試合宜的溫度。</p> <p>(二) 如果溫度過高，應先使其冷卻再行操作。</p>
六、電鉗的握持法	<p>(一) 大拇指靠於凹槽手把，可控制凹槽開張。</p> <p>(二) 四指握持電鉗手把，便於固定夾髮後，利用手腕轉動電鉗。</p>

七、電鉗使用的梳子	<p>(一) 搭配電鉗所使用的梳子應為電木梳，電木梳能耐高熱避免變形。</p> <p>(二) 梳齒宜選用較密的，以方便掌控梳起的頭髮。</p> <p>(三) 以左手食指放於梳背上，拇指、食指控制梳子的平衡穩定性。</p>	
電鉗的溫度測試		電木梳
八、髮束的底盤		<p>(一) 三角形底盤：約 2~3 公分的三角形底盤，適用於分線的前端區域或髮際邊緣等部位。</p> <p>(二) 長方形底盤：長 3 公分、寬 2 公分的長方形底盤，可以橫式排列或縱式排列應用，適用於長髮或短髮之髮條復古造型。</p> <p>(三) 正方形底盤：長寬約 2~3 公分的正方形底盤，其特點是髮束受熱平均，較容易塑造出均勻的波紋。</p>
九、髮束的角度	<p>(一) On Base 120°：可讓髮根蓬鬆。</p> <p>(二) 1/2 On Base 90°：一般膨鬆度。</p> <p>(三) Off Base 60°：髮根較服貼。</p>	
十、電鉗造型的種類	<p>(一) 內捲型：多用在短髮造型上，可方便迅速達到立體蓬鬆效果。</p> <p>(二) 波浪型：波浪髮型復古、典雅、高貴，除極短髮外的各種髮長都可以操作；波浪是讓頭髮呈現向左 45° 右 45° 的反復連接，達到 S 型的效果。</p> <p>(三) 鬢鬢型：適用於長髮變化，可依造型需要將鬢髮梳開或不梳開，各具不同韻味。</p>	

十一、電鉗操作 注意事項

- (一) 使用電鉗整髮時頭髮最好是乾的，並可塗抹少量護髮素保護髮質。
- (二) 電鉗操作需距離頭皮 2.5 公分，以免燙傷頭皮。
- (三) 左右二側耳朵邊緣要特別小心，可使用耳罩避免燙傷。
- (四) 不可使用金屬梳子，以免燙傷。
- (五) 髮量過多時可先做打薄處裡。
- (六) 操作過程保持頭髮順暢，髮尾不可受折。
- (七) 嚴重受損髮質儘量不要使用電鉗，以免過度傷害頭髮。
- (八) 電鉗使用完畢，關閉電源使其降溫，並用柔軟毛巾擦拭，保持清潔。
- (九) 準備急救箱，燙傷時做處理。

【習題】

- (D) 1. 電鉗造型適合用於 (A) 油性髮質 (B) 中性髮質 (C) 乾性髮質 (D) 任何髮質。
- (B) 2. 電鉗操作所需要的溫度取決於 (A) 電鉗的種類 (B) 髮質 (C) 操作的速度 (D) 電鉗的大小。
- (D) 3. 電鉗構造主要是圓棒和 (A) 把手 (B) 接合點 (C) 凸出軸 (D) 凹槽。
- (A) 4. 配合電鉗使用的梳子應為 (A) 電木梳 (B) 金屬梳 (C) 塑膠梳 (D) 鬚毛梳。
- (B) 5. 經常使用電鉗整髮易造成 (A) 髮質變好 (B) 髮質容易乾燥 (C) 髮質變細 (D) 髮質變粗。
- (B) 6. 使用電鉗時，電鉗夾髮處離頭皮至少要有 (A) 4 公分 (B) 2.5 公分 (C) 6 公分 (D) 1.5 公分。
- (B) 7. 電鉗操作時頭髮應是 (A) 半溼 (B) 乾的 (C) 溼的 (D) 不一定。
- (D) 8. 測試電鉗的溫度要用 (A) 梳子 (B) 手指頭 (C) 自己的頭髮 (D) 剪下來的頭髮。
- (B) 9. 受損的頭髮所能忍受的熱度要比正常髮質為 (A) 高 (B) 低 (C) 一樣 (D) 不一樣。
- (A) 10. 電鉗靠近操作者的一邊稱 (A) 外緣 (B) 上緣 (C) 下緣 (D) 邊緣。
- (A) 11. 電鉗操作之髮束角度若為 120° ，可達到 (A) 髮根蓬鬆 (B) 頭髮服貼 (C) 頭髮稀疏 (D) 減少髮量 的效果。
- (C) 12. 能讓髮束受熱平均，容易塑造出電鉗均勻波紋效果的底盤為 (A) 三角形 (B) 長方形 (C) 正方形 (D) 半月型。
- (B) 13. 具有復古、典雅、高貴的電鉗造型為 (A) 內捲型 (B) 波浪型 (C) 鬢鬚型 (D) 外翻型。
- (C) 14. 使用電鉗須特別注意避免 (A) 割傷 (B) 扭傷 (C) 燙傷 (D) 電傷。
- (D) 15. 電鉗使用完畢應 (A) 馬上收起來 (B) 放於工作檯 (C) 拔掉插頭 (D) 關閉電源降溫，清潔後放置安全地方。

參、實作單

實作單

編號：家政-4-5/實 1

單 元 名 稱	電鉗操作的技巧與實作
---------	------------

【實作內容】

- 一、題目：(一) 電鉗的正確操作方式練習。
(二) 電鉗操作垂直捲髮型練習及實作。
- 二、操作時間：130 分鐘。

【機具設備】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	講桌	示範工作臺	1 張	
2	白板或黑板	一般用	1 面	
3	電源插座	110V	1 人 1 座	
4	工作臺	附鏡臺	1 人 1 張	
5	美髮座椅	附椅背	1 人 1 張	
6	工作推車	3 層 4 輪	1 人 1 臺	
7	紫外線消毒箱	小型	1 臺	
8	吹風機	110V	1 人 1 支	

【材料】

編號	名稱	規格	數量	備註
1	腳架	一般用	1 組 1 份	
2	假人頭	一般用	1 組 1 份	
3	假髮	一般用	1 人 4 條	
4	尖尾梳	電木製	1 人 1 支	
5	關刀梳	電木製	1 人 1 支	
6	排骨梳	塑膠製	1 人 1 支	
7	電鉗	專業用	1 人 1 支	
8	鯊魚夾或鴨嘴夾	一般用	1 人 4 支	

【操作步驟】

一、電鉗的握持方法及溫度測試



- 1.大拇指靠於凹槽手把，可控制凹槽開張。
- 2.四指 握持 電鉗 手把，便 於 固定夾髮 後，利 用 手 腕 轉 動 電鉗。

3.以薄紙片測試圓棒溫度。

二、電鉗操作練習



1.溫度調整適當後取髮片練習電棒操作。



2.由髮根捲至髮尾 待熱度傳導至頭髮後再將頭髮鬆開。



3.觀察頭髮是否達到理想捲度。

三、垂直捲髮型練習及實作

		
1.取出適量厚度之髮量由後頸線開始操作，其他頭髮以鴨嘴夾或鱉魚夾固定。	2.電棒操作時注意與皮膚保持距離，以避免燙傷。	3.由下往上分層操作。
		
4.正面完成圖。	5.側面完成圖。	6.背面完成圖。
		
7.完成之髮捲可以用尖尾梳挑開，可得到不同風格之波浪鬈髮。	8.挑開完成圖。	9.背面完成圖。

【注意事項】

一、電鉗操作的頭髮最好是乾的。二、電鉗使用要特別小心，不燙傷自己及他人。三、如果有不慎燙傷，要立即報告老師進行急救處理。

肆、評量準則

評量準則

編號：家政-4-5/評

單元名稱	電鉗操作的技巧與實作
------	------------

【 認 知 學 習 評 量 指 標 】

優良可差

- 一、會說出電鉗的種類。
- 二、會說出電鉗的構造名稱與功用。
- 三、會說出電鉗的清潔方法。
- 四、會說出電鉗的保養方法。
- 五、會說出電鉗的使用溫度。
- 六、會說出電鉗操作法的種類。

【 技 能 學 習 評 量 指 標 】

優良可差

- 一、會操作電鉗的握持法。
- 二、會測試電鉗的溫度。
- 三、會電鉗操作的髮束取法。
- 四、會控制電鉗的操作角度。
- 五、會操作電鉗做出垂直捲髮型。

【 情 意 學 習 評 量 指 標 】

優良可差

- 一、能注意電鉗使用的安全性。
- 二、能注重工具的清潔衛生。
- 三、能欣賞自己及他人的電鉗作品。
- 四、能增進電鉗造型的能力。