

臺北市民族實驗國民中學 113 學年度綜合領域/家政科目課程計畫

領域/科目		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語文 ☐ 數學 ☐ 社會(☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民與社會) ☐ 自然科學(☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 地球科學) ☐ 藝術(☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術) ☒ 綜合活動(☒ 家政 ☐ 童軍 ☐ 輔導) ☐ 科技(☐ 資訊科技 ☐ 生活科技) ☐ 健康與體育(☐ 健康教育 ☐ 體育)					
實施年級		☐ 7 年級 ☒ 8 年級 ☐ 9 年級 ☒ 上學期 ☒ 下學期（若上下學期均開設者，請均註記）					
教材版本		☒ 選用教科書： <u>南一版</u> ☐ 自編教材 （經課發會通過）		節數	學期內每週 1 節（科目對開請說明，例：家政與童軍科上下學期對開）		
領域核心素養		第一學期：家政： 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。 綜-J-B3 運用創新能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。 第二學期：家政： 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。					
課程目標		第一學期：家政： （一）認識烹飪器具與基本的烹調法，進而學習食物的製備。 （二）分析自己的外型優勢，運用造型搭配原理，塑造合宜的個人形象。 （三）瞭解家庭長輩的人生經歷，接納不同的價值觀，增進家庭的互動關係。 第二學期：家政： （一）藉由食物連結自己的成長過程與家人互動關係，找到屬於家庭的味道。 （二）覺察自己與家人的溝通方式，並培養良好家庭關係的表達與處理能力。 （三）分析個人的家庭生活經驗，主動表達愛，創造出讓家人感動的時刻。					
學習進度週次		單元/主題 名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	跨領域/科目 協同教學
第一學季	第 1 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動一】「衣」探究竟 覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	家政： 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家政： 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	家政： 1. 口語分享	家政： 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
	第 2-3 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動二】打造高「衣」Q（一） 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。	家政： 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家政： 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	家政： 1. 口語分享	家政： 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
	第 4 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動二】打造高「衣」Q（二） 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。	家政： 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家政： 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	家政： 1. 口語分享	家政： 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
	第 5-6 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動三】翻閱「衣」Q 事件簿（一）	家政： 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家政： 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	家政： 1. 口語分享	家政： 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

		運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。					
	第 7-8 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元二、「衣」美專家 【活動四】「玩」美「衣」Q 研究室 省思個人形象管理與欣賞個人美感。	家政： 2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	家政： 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	家政： 1. 口語分享	家政： 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
	第 9 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動一】「緣」來一家人 說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。	家政： 1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家政： 家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	家政： 1. 口頭分享	家政： 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
	第 10 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動四】用心的愛（一） 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	家政： 1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家政： 家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	家政： 1. 口頭分享	家政： 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第二學季	第 1-2 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動一】探索料理祕訣（一） 1. 表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2. 嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。 3. 蒐集與善用資料，解決料理問題。	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用	1. 口語分享 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	第 1-2 週	
	第 3 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動二】「食」在有計畫 1. 瞭解食材的挑選和清洗方式。 2. 瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做烹飪計畫。	家政： 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家政： 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	家政： 1. 口語分享 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	家政： 戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。	跨領域 國文生態課程 城南走讀趣
	第 4-5 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動三】料理練功坊（一） 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	家政： 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家政： 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	家政： 1. 口語分享 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	家政： 戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。	跨領域 國文生態課程 城南走讀趣
	第 6-7 週	主題一、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室 【活動四】料理一定行 1. 分享烹飪過程中的心得。 2. 以烹飪流程計畫的概念分析檢核各階段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。	家政： 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	家政： 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	家政： 1. 口語分享 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	家政： 戶 J4 理解永續發展的意義與責任並在參與活動的過程中落實原則。	跨領域 國文生態課程 城南走讀趣
	第 8 週	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、料理傳家 【活動一】餐桌上的故事	家政： 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家政： 家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。	家政： 1. 口語評量	家政： 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	

		1. 探索各地年節料理所代表的文化意義。 2. 分享自己家庭的年節料理與背後象徵的意義。		家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。		家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
	第 9 週	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、料理傳家 【活動二】代代傳愛 1. 覺察在自己的生命經驗中，家人為自己準備的美食與自己的關係和意義。 2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。	家政： 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家政： 家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	家政： 1. 學習紀錄	家政： 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
	第 10 週	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、料理傳家 【活動三】家傳菜，手作情（一） 1. 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2. 在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義及價值。	家政： 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家政： 家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	家政： 1. 學習紀錄	家政： 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第三學季	第 1-10 週	綠色生態 蟾蜍好鄰居 蟾蜍好時光					
第四學季	第 1-10 週	綠色生態課程 綠色生活家 綠食代偵碳					
教學設施 設備需求		課程所需道具與器具，教學 PPT					
備 註							