

## 臺北市忠孝國民中學 108 學年度綜合活動領域/家政科課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動( <input checked="" type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)	
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級	
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)	
領域核心素養或課程目標	<p>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。</p> <p>綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。</p>	
學習重點	學習表現	<p>1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。</p> <p>1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。</p> <p>2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。</p> <p>2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。</p> <p>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。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p> <p>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。</p> <p>3a-IV-2 具備野外生活技能，提升野外生存能力，並與環境做合宜的互動。</p> <p>3c-IV-1 探索世界各地的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。</p>
	學習內容	<p>家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。</p> <p>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。</p> <p>家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。</p> <p>家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。</p> <p>家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現。</p> <p>家 Cc-IV-1 生活空間的規劃與美化，以及創意的展現。</p> <p>家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺</p>

		<p>察。</p> <p>家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。</p> <p>家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	
學習進度 週次/節數		單元主題	單元內容
第 1 學期	第 1-4 週	生活新人王 形象好手	<ol style="list-style-type: none"> <li>能以良好的禮儀與他人互動。</li> <li>包括良好的姿勢、常見生活禮儀、保養清潔方法、服裝穿著等。</li> </ol>
	第 5-8 週	生活新人王 縫紉巧手	<ol style="list-style-type: none"> <li>學習基礎手縫縫補生活常見的服飾差錯。</li> <li>認識縫紉用具、穿針、打結、平針縫、回針縫、鈕扣縫。</li> </ol>
	第 9-13 週	生活新人王 改造高手	<ol style="list-style-type: none"> <li>運用巧思動手改造物品，讓舊物新生。</li> <li>包括構思改造計畫、動手實作。</li> </ol>
	第 14-17 週	完美空間 淨亮新「室」計	<ol style="list-style-type: none"> <li>學習打掃教室環境、練習收納技巧。</li> <li>包括個人物品櫃、地板、黑板、公用區塊等。</li> </ol>
	第 18-20 週	完美空間 「玩」美我的家	<ol style="list-style-type: none"> <li>分享改造空間後的感受，並練習設計屬於自己的管理策略。</li> </ol>
第 2 學期	第 1-2 週	用愛鋪滿家 共學齊成長	<ol style="list-style-type: none"> <li>分享同學的家庭節慶活動，覺察家庭活動與家人親密關係的關聯。</li> <li>認識學習型家庭的特色。</li> <li>規畫並執行自己的家庭共學活動，建立家人間的正向互動，實踐學習型家庭。</li> </ol>
	第 3-5 週	用愛鋪滿家 語言愛流動	<ol style="list-style-type: none"> <li>分享並思考家人常說話語的意涵。</li> <li>感受家人對自己的愛，並願意表達自己的感受。</li> <li>分析家人溝通模式，運用較佳的溝通技巧以增進家人關係。</li> </ol>

	第 6-9 週	用愛鋪滿家 家庭愛行動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 察覺經營家庭生活所需的愛之語。</li> <li>2. 認識並擬定愛的具體行動，以促進家人情感，培養經營家庭生活的能力。</li> </ol>
	第 10-12 週	生活好味道 街角遇到菜市場	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解食物基本的選購原則及儲存方式。</li> <li>2. 能在生活中實際應用之。</li> </ol>
	第 13-16 週	生活好味道 從市場到廚房	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 熟悉烹飪教室或廚房的使用規則、安全注意事項及環境維護。</li> <li>2. 有效運用廚房常用的器材及用具。</li> </ol>
	第 17-20 週	生活好味道 「食」在好創意	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能體察食物本味，發現單純的食物之美。</li> <li>2. 能使用合適的烹飪技巧，呈現出食材之原色原味。</li> </ol>
議題融入	環境教育 A3 能經由規劃及執行有效的環境行動，發展多元專業之能力，充實生活經驗，發揮創新精神，增進個人的彈性適應力。		
評量方式	課堂觀察、學習態度、紙筆紀錄、口頭發表、實際操作		
教學設施 設備需求	電腦		
師資來源	本校家政教師		
備註	無		