

臺北市忠孝國民中學 113 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語文 <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 type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者,請均註記)					
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書: <u>南一</u> 版 <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週 1 節(家政與童軍科學期中對開)			
領域核心素養	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-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-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己及他人。 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-C1探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。					
課程目標	(一) 讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。 (二) 認識手縫工具並學習手縫技巧，練習如何延續物命，懷抱愛物、惜物之心。 (三) 讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 (四) 重新認識食物，建立正確飲食消費觀，並學習操作低碳飲食策略。 (五) 使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。 (六) 讓你能妥善經營家庭，適時表達對家人的關懷。					
學習進度	單元/主題	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
週次	名稱	學習表現	學習內容			
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),(二) 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。	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 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。	
第3-4週	主題一、青春魔法師(家政) 單元一、美味「食」驗室	家政： 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計	家政： 家 Ab-IV-1 食物的選購、保	家政： 1, 實作評量	家政： 戶 J4	

	<p>【活動二，三】「食」在有計畫</p> <p>1. 瞭解食材的挑選和清洗方式。</p> <p>2. 瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做烹飪計畫。</p>	<p>畫與執行個人生活中重要事務。</p> <p>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。</p>	<p>存與有效運用。</p> <p>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p>		<p>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。</p>
第5-6週	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元一、美味「食」實驗室</p> <p>【活動四】料理一定行</p> <p>依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。</p>	<p>家政：</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>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。</p>	<p>家政：</p> <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>家政：</p> <p>1. 口語分享</p> <p>2. 學習紀錄</p> <p>3. 高層次紙筆評量</p>	<p>家政：</p> <p>戶 J4</p> <p>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。</p>
第7週 第1次定期評量	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元一、美味「食」實驗室</p> <p>【活動四】料理一定行</p> <p>1. 分享烹飪過程中的心得。</p> <p>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。</p>	<p>家政：</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>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。</p>	<p>家政：</p> <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>家政：</p> <p>1. 口語分享</p> <p>2. 學習紀錄</p> <p>3. 高層次紙筆評量</p>	<p>家政：</p> <p>戶 J4</p> <p>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。</p>
第8-9週	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元二、「衣」美專家</p> <p>【活動一】「衣」探究竟</p> <p>覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。</p>	<p>家政：</p> <p>1. 口語分享</p>	<p>家政：</p> <p>涯 J4</p> <p>了解自己的人格特質與價值觀。</p>
第10-11週	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元二、「衣」美專家</p> <p>【活動二】打造高「衣」Q (二)</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。</p>	<p>家政：</p> <p>1. 口語分享</p>	<p>家政：</p> <p>涯 J4</p> <p>了解自己的人格特質與價值觀。</p>
第12-13週	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元二、「衣」美專家</p> <p>單元四、衣Q實驗室</p> <p>【活動三】翻閱「衣」Q事件簿(二)</p> <p>運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。</p>	<p>家政：</p> <p>1. 口語分享</p>	<p>家政：</p> <p>涯 J4</p> <p>了解自己的人格特質與價值觀。</p>
第14週 第2次定期評量	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元二、「衣」美專家</p> <p>【活動四】「玩」美「衣」Q研究室</p> <p>省思個人形象管理與欣賞個人美感。</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。</p>	<p>家政：</p> <p>1. 口語分享</p> <p>2. 團隊發表</p>	<p>家政：</p> <p>涯 J4</p> <p>了解自己的人格特質與價值觀。</p>
第15-17週	<p>主題一、青春魔法師(家政)</p> <p>單元三、幸福一家人</p> <p>【活動一】「緣」來一家人</p> <p>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。</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合</p>	<p>家政：</p> <p>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。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、</p>	<p>家政：</p> <p>1. 口頭分享</p> <p>2. 團隊發表</p>	<p>家政：</p> <p>多 J4</p> <p>了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5</p>

		宜的活動，豐富個人及家庭生活。	參與及正向家人關係的維繫。		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18-20週	主題一、青春魔法師(家政) 單元三、幸福一家人 【活動三】風華人生 【活動四】用心的愛 1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。 2. 檢視家庭對自我發展的影響。	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21週 第三次定評	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(二) 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 2. 高層次紙筆測驗	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。	
第二學期 第1-2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 【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。	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	

		2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。				中的角色責任。	
第3-6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)，(二) 【活動四】譜出家的溫度(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7週 第一次定期評量	主題三、青春愛加溫(家政) 單元二、料理傳家 【活動四】譜出家的溫度(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8-13週	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、傾聽心的聲音 【活動二】心的彼端 【活動三】對話中成長 練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。	家政： 2a-IV-2培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家政： 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 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。	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14週 第二次定評	主題三、青春愛加溫(家政) 單元一、傾聽心的聲音 【活動四】愛的連線(二) 1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。 2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。	家政： 2a-IV-2培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家政： 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 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。	家政： 1. 實作評量	家政： 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。		

第15-20週	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛家進行曲 【活動一】 家人親愛拼圖 表達個人家庭中的生活經營經驗。 【活動二】 愛的通關密語(二) {活動三} 愛的存摺	家政： 2a-IV-2培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家政： 家 Db-IV-1家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	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。	
第21週 第三次定期評量	主題三、青春愛加溫(家政) 單元三、愛家進行曲 【活動四】 讓愛久一點 擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	家政： 2a-IV-2培養親密關係的表達與處理知能。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家政： 家 Db-IV-1家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	家政： 1. 實作評量	家政： 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
教學設施 設備需求	電子螢幕，電腦，烹飪教室					
備 註						