

臺北市立關渡國民中學 110 學年度 綜合 領域/家政科課程計畫 (八年級)

<p>領域/科目</p>	<p><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)</p> <p><input type="checkbox"/>自然科學 (<input type="checkbox"/>理化<input type="checkbox"/>生物<input type="checkbox"/>地球科學)</p> <p><input type="checkbox"/>藝術 (<input type="checkbox"/>音樂<input type="checkbox"/>視覺藝術<input type="checkbox"/>表演藝術)</p> <p><input 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)</p> <p><input type="checkbox"/>健康與體育 (<input type="checkbox"/>健康教育<input type="checkbox"/>體育)</p>		
<p>實施年級</p>	<p><input type="checkbox"/>7 年級 <input checked="" type="checkbox"/>8 年級 <input type="checkbox"/>9 年級</p>		
<p>教材版本</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>選用教科書:康軒版</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>自編教材</p>	<p>節數</p>	<p>每週 2 節 第 2 學期</p> <p>(對開可補充說明) 童軍家政對開</p>
<p>領域核心素養</p>	<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-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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</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> <p>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。</p> <p>綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向的影響力，培養力他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。</p> <p>綜-J-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。</p>		
<p>課程目標</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家政：</li> <li>● 能善用資料與經驗解決料理問題、增加料理速率。</li> <li>● 瞭解食材清洗與挑選方式。並嘗試製作料理計畫。</li> <li>● 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。</li> <li>● 分享烹調心得並檢核實作情形，提供可以改善的方案。</li> <li>● 覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。</li> <li>● 分析衣服顏色所呈現的感覺，並依據外型選擇衣物、配件，找出合適的服裝搭配。</li> <li>● 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。</li> <li>● 省思個人形象管理與欣賞個人美感。</li> <li>● 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。</li> <li>● 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 覺察家庭成員的情感維繫方式，並檢視家庭對自我發展的影響。</li> <li>● 策畫適合長輩或全家人的活動，增進家人互動關係。</li> <li>● 能表達自己與家人互動的情形。</li> <li>● 練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。</li> <li>● 能分析各種與家人溝通的模式，找出並運用有效溝通方法解決家人互動問題。</li> <li>● 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動，再修正、調整自己與家人的溝通方式。</li> <li>● 探索家庭料理與背後象徵的意義。</li> <li>● 覺察家人準備的美食與自己的關係和意義。</li> <li>● 製作並記錄家家傳料理，在過程中探索菜餚對自己與家庭的意義及價值。</li> <li>● 體會並連結自己與家庭文化傳承的意義及價值。</li> <li>● 表達個人家庭中的生活經營經驗。</li> <li>● 覺察經營家庭生活所需的各種能力。</li> <li>● 擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。</li> <li>● 擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。</li> </ul>
--	--

學習進度 週次	單元 活動主題	學習重點		評量方法	議題融入 實質內涵	教學設 施設備 需求	跨領 域/ 科目 協同 教學	備註
		學習 表現	學習 內容					
第 1 學期	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味 「食」驗 室	家政： 2c-IV- 1	家政： 家 Ab- IV-1 家 Ab- IV-2	家政： 1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊 頁面		
	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味 「食」驗 室	家政： 2c-IV- 1	家政： 家 Ab- IV-1 家 Ab- IV-2	家政： 1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊 頁面		
	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味 「食」驗 室	家政： 2c-IV- 1	家政： 家 Ab- IV-1 家 Ab- IV-2	家政： 1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊 頁面		
	主題一、 青春魔法	家政： 2c-IV-	家政： 家 Ab-	家政： 1. 口語分	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊		

4 週	<b>師(家政)</b> 單元一、 美味 「食」驗 室 <b>【活動三】</b> 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。	1	IV-1 家 Ab- IV-2	享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量		頁面 2. 準備 烹飪實 習器具		
第 5 週	<b>主題一、 青春魔法 師(家政)</b> 單元一、 美味 「食」驗 室 <b>【活動三】</b> 料理練功 坊(二) 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	家政： 家 Ab- IV-1 家 Ab- IV-2	家政： 1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊 頁面 2. 準備 烹飪實 習器具		
第 6 週	<b>主題一、 青春魔法 師(家政)</b> 單元一、 美味 「食」驗 室 <b>【活動四】</b> 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	家政： 2c-IV- 1	家政： 家 Ab- IV-1 家 Ab- IV-2	家政： 1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評量	家政： 家 J7	家政： 1. 學冊 頁面		

	段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。							
第 7 週	段考週							
第 8 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 觀察服飾搭 配與個人 形象管理 的關係。	家政： 2d-IV- 2	家政： 家 Bb- IV-1	家政： 1. 口語分 享	家政： 涯 J4	家政： 1. 學冊 頁面 2. 學生 帶來服 飾搭配 照片		
第 9 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	家政： 家 Bb- IV-1  家 Ab- IV-1	家政： 1. 口語分 享	家政： 涯 J4	家政： 1. 學冊 頁面 2. 上 衣、下 著、配 件		
第	主題一、 青春魔法	家政： 2d-IV-	家政： 家 Bb-	家政： 1. 口語分	家政： 涯 J4	家政： 1. 學冊		

10 週	<p><b>師(家政)</b> 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。</p>	2	<p>IV-1 家 Ab- IV-1 2</p>	享		<p>頁面 2. 上 衣、下 著、配 件</p>		
第 11 週	<p><b>主題一、 青春魔法 師(家政)</b> 單元二、 「衣」美 專家 【活動三】 翻閱 「衣」Q 事件簿 (一) 運用造型搭 配的原 理，形塑 合宜的個 人形象。</p>	家政： 2d-IV- 2	家政： 家 Bb- IV-1	家政： 1. 口語分 享	家政： 涯 J4	<p>家政： 1. 學冊 頁面 2. 各組 所需的 材料、 服裝、 道具</p>		
第 12 週	<p><b>主題一、 青春魔法 師(家政)</b> 單元二、 「衣」美 專家 【活動三】 翻閱 「衣」Q 事件簿 (二) 運用造型搭</p>	家政： 2d-IV- 2	<p>家政： 家 Bb- IV-1 家 Ab- IV-1</p>	家政： 1. 口語分 享	家政： 涯 J4	<p>家政： 1. 學冊 頁面 2. 各組 所需的 材料、 服裝、 道具</p>		

		配的原理，形塑合宜的個人形象。						
第 13 週		<b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元二、「衣」美專家 <b>【活動四】</b> 「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	家政：家 Bb-IV-1	家政：1. 口語分享	家政：涯 J4	家政： 1. 學冊頁面 2. 「衣」Q 事件簿 3. 便利貼	
第 14 週		段考週						
第 15 週		<b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人 <b>【活動一】</b> 「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 2d-IV-1	家政：家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1	家政：1. 口頭分享	家政：多 J4 家 J5 家 J6 家 J11	家政：1. 學冊頁面	
第 16 週		<b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人 <b>【活動二】</b>	家政：1a-IV-1 2d-IV-1	家政：家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1	家政：1. 口頭分享	家政：多 J4 家 J5 家 J6 家 J11	家政：1. 學冊頁面	

	<p>打開時光寶盒 (一) 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</p>							
第 17 週	<p><b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人 <b>【活動二】</b> 打開時光寶盒 (二) 1. 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</p>	<p>家政： 1a-IV-1 2d-IV-1</p>	<p>家政： 家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1</p>	<p>家政： 1. 口頭分享</p>	<p>家政： 多 J4 家 J5 家 J6 家 J11</p>	<p>家政： 1. 學冊 頁面</p>		
第 18 週	<p><b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人 <b>【活動三】</b> 風華人生 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。</p>	<p>家政： 1a-IV-1 2d-IV-1</p>	<p>家政： 家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1</p>	<p>家政： 1. 口頭分享</p>	<p>家政： 多 J4 家 J5 家 J6 家 J11</p>	<p>家政： 1. 學冊 頁面</p>		

第 19 週	<p><b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人</p> <p><b>【活動四】</b> 用心的愛(一)</p> <p>1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。</p> <p>2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。</p>	<p>家政： 1a-IV-1 2d-IV-1</p> <p>童軍： 3a-IV-2</p> <p>輔導： 1c-IV-3</p> <p>1a-IV-2 1c-IV-2</p>	<p>家政： 家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1</p> <p>童軍： 童 Cc-IV-1 童 Ca-IV-1 童 Ca-IV-2 童 Cc-IV-2</p> <p>輔導： 輔 Cc-IV-1 輔 Bc-IV-2 輔 Ca-IV-1 童 Aa-IV-2</p>	<p>家政： 1. 口頭分享</p> <p>童軍： 1. 活動參與 2. 口語評量 3. 學習紀錄</p> <p>輔導： 1. 高層次紙筆評量</p>	<p>家政： 多 J4 家 J5 家 J6 家 J11</p> <p>童軍： 戶 J5 安 J4 安 J11</p> <p>輔導： 涯 J3 涯 J6 生 J2</p>	<p>家政： 1. 學冊頁面</p> <p>童軍： 1. 學冊頁面</p> <p>輔導： 1. 學冊頁面 2. 便利貼 3. 電腦網路設備(視情況)</p>		
第 20 週	<p><b>主題一、青春魔法師(家政)</b> 單元三、幸福一家人</p> <p><b>【活動四】</b> 用心的愛(二)</p> <p>1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。</p> <p>2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。</p>	<p>家政： 1a-IV-1 2d-IV-1</p>	<p>家政： 家 Db-IV-1 家 Dc-IV-1</p>	<p>家政： 1. 口頭分享</p>	<p>家政： 多 J4 家 J5 家 J6 家 J11</p>	<p>家政： 1. 學冊頁面</p>		



	第 21 週	段考週							
第 2 學期	第 1 週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 傾聽心的 聲音 【活動 一】家人 互動二三 事 能表達自己 與家人互 動的情 形。	家政： 2a-IV- 3	家政： 家 Da- IV-1 家 Da- IV-2 家 Db- IV-2 輔 Dc- IV-1	家政： 1. 口語評 量	家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面 2. 便利 貼		
	第 2 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 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- 3	家政： 家 Da- IV-1 家 Da- IV-2 家 Db- IV-2 輔 Dc- IV-1	家政： 1. 學習紀 錄	J6 家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面		
	第 3 週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 傾聽心的 聲音 【活動 三】在對 話中成長 (一) 分析各 種與家人	家政： 2a-IV- 3	家政： 家 Da- IV-1 家 Da- IV-2 家 Db- IV-2 輔 Dc- IV-1	家政： 1. 實作評 量	家 J5 家 J6 家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面		

	<p>溝通的模式。</p> <p>2. 找出並運用有效溝通方法，正向解決家人互動問題。</p>							
第 4 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元一、傾聽心的聲音 【活動三】在對話中成長(二)</p> <p>1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。</p> <p>2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。</p>	家政：2a-IV-3	家政： 家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Db-IV-2 輔 Dc-IV-1	家政： 1. 實作評量	家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面		
第 5 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元一、傾聽心的聲音 【活動四】愛的連線(一)</p> <p>1. 分享烹飪過程中的心得。</p> <p>2. 以烹飪流程計畫</p>	家政：2a-IV-3	家政： 家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Db-IV-2 輔 Dc-IV-1	家政： 1. 實作評量	家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面		

		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。						
第 6 週		<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 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。</p>	家政： 2a-IV-3	家政： 家 Da-IV-1 家 Da-IV-2 家 Db-IV-2 Dc-IV-1	家政： 1. 實作評量	家政： 品 J8 防 J4 防 J6 戶 J2 戶 J5	家政： 1. 學冊 頁面	
第 7 週		段考週						
第 8 週		<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 【活動一】年年有餘</p>	家政： 1d-IV-2	家政： 家 Dd-IV-2	家政： 1. 口語評量	家政： 家 J3	家政： 1. 學冊 頁面 2. 小白板	

	<p>1. 探索各地年節料理所代表的文化意義。</p> <p>2. 分享自己家庭的年節料理與背後象徵的意義。</p>							
第 9 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 <b>【活動二】</b>代代傳愛</p> <p>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。</p> <p>2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。</p>	家政：1d-IV-2	家政：家 Dd-IV-2	家政：1. 學習紀錄	家政：家 J3	家政：1. 學冊頁面		
第 10 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 <b>【活動三】</b>家傳料理心裡「畫」 (一)</p> <p>1. 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。</p>	家政：1d-IV-2	家政：家 Dd-IV-2	家政：1. 學習紀錄	家政：家 J3	家政：1. 學冊頁面 2. A4 卡紙、美術用品		

	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。							
第 11 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 <b>【活動三】</b> 家傳料理心裡「畫」 (二)</p> <p>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。</p>	家政： 1d-IV-2	家政： 家 Dd-IV-2	家政： 1. 學習紀錄	家政： 家 J3	家政： 1. 學冊頁面 2. A4 卡紙、美術用品		
第 12 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 <b>【活動四】</b> 譜出家的溫度 (一)</p> <p>1. 藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理</p>	家政： 1d-IV-2	家政： 家 Dd-IV-2	家政： 1. 實作評量	家政： 家 J3	家政： 1. 學冊頁面		

	卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。							
第 13 週	<b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元二、料理傳家 <b>【活動四】</b> 譜出家的溫度 (二) . 藉由分享自己與欣賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	家政： 1d-IV-2	家政： 家 Dd-IV-2	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J3	家政： 1. 學冊 頁面		
第 14 週	段考週							
第 15	<b>主題三、青春愛加溫(家政)</b> 單元三、	家政： 2a-IV-2	家政： 家 Db-	家政： 1. 口語 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面		

週	愛家進行曲  【活動一】 親愛地圖 表達個人 家庭中的 生活經營 經驗。		IV-1					
第 16 週	<b>主題三、 青春愛加 溫(家政)</b> 單元三、 愛家進行 曲 【活動二】 愛的通關 密語 (一) 覺察經營 家庭生活 所需的各 種能力。	家政： 2a-IV- 2	家政： 家 Db- IV-1	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面 2. 便利 貼		
第 17 週	<b>主題三、 青春愛加 溫(家政)</b> 單元三、 愛家進行 曲 【活動二】 愛的通關 密語 (二) 覺察經營 家庭生活 所需的各 種能力。	家政： 2a-IV- 2	家政： 家 Db- IV-1	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面 2. 便利 貼		
第 18 週	<b>主題三、 青春愛加 溫(家政)</b> 單元三、 愛家進行 曲	家政： 2a-IV- 2	家政： 家 Db- IV-1	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面 2. 便利 貼		

	<p><b>【活動三】</b>          愛的存摺          (一)          擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。</p>							
第 19 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b>          單元三、愛家進行曲  <b>【活動三】</b>          愛的存摺          (二)          擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。</p>	家政： 2a-IV-2	家政： 家 Db-IV-1	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面 2. 便利 貼		
第 20 週	<p><b>主題三、青春愛加溫(家政)</b>          單元三、愛家進行曲  <b>【活動四】</b>          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。</p>	家政： 2a-IV-2	家政： 家 Db-IV-1	家政： 1. 實作 評量	家政： 家 J5	家政： 1. 學冊 頁面		
第 21 週	段考週							