

各年級各領域/科目課程計畫(另附資料夾檔案)

各年級各領域/科目課程計畫自導性撰寫表格

依據教育部「國民中學及國民小學課程計畫備查參考原則」所列領域/科目課程計畫(部定課程)應包含之「必備項目」，並參採「鼓勵辦理項目」，提供各校撰寫表格如下。該表格中，均有相對應說明，協助各校理解相關名詞內容；項目順序之編排，旨在協助學校課程發展脈絡一致，並朝課程計畫品質精進方向前進。

臺北市民生國民中學 112 學年度綜合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"/> 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>南一版</u> <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週 1 節
領域核心素養	第一學期： 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。 第二學期： 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： (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： (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	
		學習 表現	學習 內容				
第一 學期	第 1-7週	主題一、青春魔法師 單元一、美味「食」驗室 【活動一】 探索料理祕訣 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。 【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。 【活動三】 料理練功坊 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。 【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。	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	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。	此為非必要項目；若填寫，請須與學校課程總體架構附件八「跨領域/科目協同教學規劃」內容一致。
	第8-14週	主題一、青春魔法師 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。 【活動二】 打造高「衣」Q 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。 【活動三】 翻閱「衣」Q事件簿 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。 【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。	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 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1. 口語分享 2. 高層次紙筆評量(期中評量)	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	
	第 15-21週	主題一、青春魔法師 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。 【活動二】 打開時光寶盒	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 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。	1. 口頭分享 2. 高層次紙筆評量(期末評量) 3. 口頭報告	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。	

		<p>透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</p> <p>【活動三】風華人生</p> <ol style="list-style-type: none"> 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。 檢視家庭對自我發展的影響。 <p>【活動四】用心的愛</p> <ol style="list-style-type: none"> 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。 				<p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>	
第二學期	第 1-7週	<p>主題三、青春愛加溫</p> <p>單元二、料理傳家</p> <p>【活動一】餐桌上的故事</p> <ol style="list-style-type: none"> 探索各地年節料理所代表的文化意義。 分享自己家庭的年節料理與背後象徵的意義。 <p>【活動二】代代傳愛</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。 <p>【活動三】家傳菜，手作情</p> <ol style="list-style-type: none"> 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 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>【活動四】譜出家的溫度</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。 	<p>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。</p>	<p>家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。</p> <p>家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 口語評量 學習紀錄 高層次紙筆評量 實作評量(期中評量) 	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>	
	第 8-14週	<p>主題三、青春愛加溫</p> <p>單元一、傾聽心的聲音</p> <p>【活動一】家人互動二三事</p> <p>能表達自己與家人互動的情形。</p> <p>【活動二】心的彼端</p> <p>練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。</p> <p>【活動三】在對話中成長</p> <ol style="list-style-type: none"> 分析各種與家人溝通的模式。 找出並運用有效溝通方法，正向解決家人互動問題。 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。 	<p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p> <p>2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。</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 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。</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>	<ol style="list-style-type: none"> 口語評量 高層次紙筆評量 戲劇演出 	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>	

	<p>4. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。</p> <p>【活動四】愛的連線</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>					
第 15-20 週	<p>主題三、青春愛加溫</p> <p>單元三、愛家進行曲</p> <p>【活動一】家人親愛拼圖</p> <p>表達個人家庭中的生活經營經驗。</p> <p>【活動二】愛的通關密語</p> <p>覺察經營家庭生活所需的各種能力。</p> <p>【活動三】愛的存摺</p> <p>擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。</p> <p>【活動四】讓愛久一點</p> <p>擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。</p>	<p>2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。</p> <p>2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。</p>	<p>家 Db-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>1. 口語評量</p> <p>2. 高層次紙筆評量(期末評量)</p>	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>	
教學設施 設備需求	<p>電子教學設備 烹飪設備</p>					
備 註						