

臺北市立百齡高中(國中部) 112 學年度第 2 學期

八年級綜合活動領域 家政科 課程計畫

任課教師	蔡青芝老師	學分/每週節數	2 節
任教班級	801-804	教科書版本	南一版
課程學習目標	1. 認識生活中常見的烹飪器具、刀功及烹調方法，學習食物的選購、儲存與製備。 2. 學習善用資源規劃及執行料理製備，檢核實作成效並提出改進方案。 3. 覺察個人服飾搭配與形象的關聯性，分析個人條件，學習造型穿搭技巧，展現合宜的個人形象。 4. 分析個人的家庭生活經驗，覺察自己與家人的溝通方式，培養經營良好家庭關係的能力。 5. 瞭解家族長輩的生命故事，探討不同世代的價值觀異同，善用適當的溝通方法增進家人間的互動關係。		
評量方式	口語評量、實作評量、高層次紙筆評量、學生自我評量與同儕互評		
成績計算	日常評量 100%：課堂表現 20% 個人作品 20% 學習任務 40% 烹飪實習 20%		
對學生的期望/ 家長配合事項	1. 備齊課程所需用品及材料。 2. 專注投入課堂討論與活動，按時完成學習任務並繳交作業。 3. 多關懷家人，多參與協助家庭事務，將所學應用在家庭生活中。		

本學期各單元內涵：

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	核心素養	議題融入	評量方法	備註
11	1/22-1/26	學習啟航	了解本學期家政課程範疇，掌握學習方法要領，建立小組團隊合作默契。	綜-J-A2	品德教育 品J7 同理分享與多元接納。	課堂參與 口頭問答	1/23-26 補 4/20-25 全 中運停課
1	2/12-2/17	美味實驗室	探索料理秘訣	綜-J-A2 綜-J-B2	家庭教育 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 安全教育 安J9 遵守環境設施設備的安全守則。	課堂參與 口頭問答 學習任務 學習單	16 開學 17 補 2/15 課
2	2/19-2/23		料理停看聽				
3	2/26-3/1		烹調練工坊(一)				28 和平紀念日
4	3/4-3/8		烹調練工坊(二)				
5	3/11-3/15		料理高手				

週次	實施期間	單元活動主題		單元學習目標	核心素養	議題融入	評量方法	備註
6	3/18-3/22	衣美專家	衣探究竟	覺察服飾搭配與個人形象、風格的關聯性。	綜-J-B3	生涯規劃教育 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 家庭教育 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	課堂參與 口頭問答 學習任務 學習單	18-19 國八隔宿露營
7	3/25-3/29		打造高衣 Q	分析個人身型條件，學習造型、色彩穿搭技巧。				26-27 國七八第 1 次定期評量
8	4/1-4/5		衣 Q 事件簿	擬定個人穿搭計畫，型塑合宜的個人形象。				4-5 清明節連假
9	4/8-4/12		玩美研究室	分享個人風格穿搭設計成果。				
10	4/15-4/19	傾聽家的聲音	家人二三事	分析自己與家人溝通互動模式與影響家庭氣氛的原因。	綜-J-B1	家庭教育 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。	課堂參與 口頭問答 學習單	
11	4/22-4/26		心的彼端	練習同理家人需求並適切表達自己感受與想法。				22-25 全中運停課
12	4/29-5/3		愛的連線	運用有效溝通方法，增進家人關係、解決家人互動問題。				
13	5/6-5/10	幸福一家	緣來一家人	學習家庭發展歷程各階段可能面臨的挑戰。	綜-J-B1 綜-J-C3	多元文化 多J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家庭教育 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶) 等。	課堂參與 口頭問答 學習任務 學習單	
14	5/13-5/17		家庭時光寶盒	透過訪談，了解家中長輩的人生經歷與彼此生活差異。				13-14 國七八第 2 次定期評量
15	5/20-5/24		風華人生	分享訪談成果，檢視家庭對自我發展的影響。				
16	5/27-5/31		傳愛行動	分析家人需求，策劃、執行家庭活動，並評估成效。				
17	6/3-6/7	愛家進行曲	家庭拼圖	表達個人在家庭中生活經營的經驗。	綜-J-B1 綜-J-C2	家庭教育 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。	課堂參與 口頭問答 學習任務 學習單	4 畢業典禮
18	6/10-6/14		愛的通關密語	覺察經營家庭生活所需的能力，並練習相關技巧。				10 端午節放假
19	6/17-6/21		愛家行動	蒐集並運用資源，擬定經營家庭生活的行動策略並執行之。				
20	6/24-6/28		愛的存摺	整理並分享愛家行動成果，思考未來延續行動方向，總結本學期學習歷程與收穫。				26-27 國七八第 3 次定期評量 28 休業式