臺北市信義國民中學110學年度綜合活動領域家政科課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 領域/科目 | | □國語文□英語文□數學□社會(□歷史□地理□公民與社會)□自然科學(□理化□生物□地球科學)  □藝術(□音樂□視覺藝術□表演藝術)■綜合活動(■家政□童軍□輔導)□科技(□資訊科技□生活科技)  □健康與體育(□健康教育□體育) | | | | | | | |
| 實施年級 | | □7年級□8年級■9年級  ■上學期 ■下學期**(上下學期與童軍對開)** | | | | | | | |
| 教材版本 | | □選用教科書: 南一 版 | | 節數 | | 學期內每週 2 節**(上下學期與童軍對開)** | | | |
| 領域核心素養 | | 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-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。  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。  綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 | | | | | | | |
| 課程目標 | | 1. 能關心自己的飲食、並培養健康之飲食習慣 2. 能知道自己的飲食方式對環境的影響。 3. 能知道如何採買與保存新鮮之食物 4. 能認識廚房用具及注意安全 5. 能熟悉各種食物烹調法，並實地練習，以增進廚藝與照顧自己及家人的能力   認識本土及世界各地之美食與文化及禮儀 | | | | | | | |
| 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 | 第一週 | 課程介紹 | 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。 | | 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 | | 1.觀察學生  2.態度評定  3.口語分享 | 【家庭教育】  家J7:運用家庭資源，規畫個人生活目標。 | 無 |
| 第二週 | 食物家族 | 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。 | | 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 | | 1．觀察學生  2.態度評定  3.口語分享 | 【家庭教育】  家J7:運用家庭資源，規畫個人生活目標。 | 無 |
| 第三週 | 食品添加物 | 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | | 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐 策略及行動 。 | | 1．觀察記錄  2.態度評定  3.口語分享 | 【性別平等教育】  生 J5 覺察生活中䄪各種 迷思，在生活作息、健康促進、飲 食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 | 無 |
| 第四週 | 食品添加物 | 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | | 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐 策略及行動 。 | | 1．觀察記錄  2.態度評定  3.口語分享 | 【性別平等教育】  生 J5 覺察生活中䄪各種 迷思，在生活作息、健康促進、飲 食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 | 無 |
| 第五週 | 「外食」在好安心 | 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。 | | 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3．態度評定 | 【安全教育】  安 J4 探討日常生活發生事故的影響因 素。 | 無 |
| 第六週 | 街角遇到菜市場-食物選購與貯存 | 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。 | | 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 | | 1．上台報告  2．態度評定 | 【環境教育】  環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。  【安全教育】  安 J4 探討日常生活發生事故的影響因 素。 | 無 |
| 第七週 | 街角遇到菜市場-食物選購與貯存 | 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。 | | 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 | | 1．上台報告  2．態度評定 | 【環境教育】  環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。  【安全教育】  安 J4 探討日常生活發生事故的影響因 素。 | 無 |
| 第八週 | 盛食・剩食 | 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 | | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【環境教育】  環 J4 了解永續發展的 意義(環境、社 會、與經濟的均 衡發展)與原 則。  【環境教育】  環 J6 了解世界人口數 量增加、糧食供 給與營養的永 續議題  【品德教育】  品 J3 關懷生活環境與 自然生態永續 發展。 | 無 |
| 第九週 | 盛食・剩食 | 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 | | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【環境教育】  環 J4 了解永續發展的 意義(環境、社 會、與經濟的均 衡發展)與原 則。  【環境教育】  環 J6 了解世界人口數 量增加、糧食供 給與營養的永 續議題  【品德教育】  品 J3 關懷生活環境與 自然生態永續 發展。 | 無 |
| 第十週 | 從市場到廚房-中式烹調注意事項 | 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 | | 家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。  安全教育】  安 J9 遵守環境設施設備的安全守則 | 無 |
| 第十一週 | 從市場到廚房-烹飪(一) | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性 別權力關係，促 進平等與良好 的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與 興趣 | 無 |
| 第十二週 | 從市場到廚房-廚房衛生 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.實作評量 | 【閱讀素養教育】  閱 J9 樂於參與閱讀相關的學習活動，並與他人交流。 | 無 |
| 第十三週 | 從市場到廚房-烹飪二、三 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性 別權力關係，促進平等與良好的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第十四週 | 從市場到廚房-烹飪二、三 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性 別權力關係，促進平等與良好的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第十五週 | 吃飯啦！-餐桌佈置、餐巾藝術 | 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。 | | 家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現 | | 1.觀察記錄  2.實作評量 | 【國際教育】  國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 | 無 |
| 第十六週 | 吃飯啦！-  飲食禮儀 | 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。 | | 家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【國際教育】  國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 | 無 |
| 第十七週 | 期末宴會 | 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Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【家庭教育】  家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)  【品德教育】  品 J8 理性溝通與問題 解決。 | 無 |
| 第十八週 | 期末宴會 | 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Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【家庭教育】  家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)  【品德教育】  品 J8 理性溝通與問題 解決。 | 無 |
| 第十九週 | 期末宴會 | 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Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【家庭教育】  家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)  【品德教育】  品 J8 理性溝通與問題 解決。 | 無 |
| 第二十週 | 綜合活動 | 1b-IV-1培養主動積極的學習態 度，掌握學習方法，養 成自主學習與自我管理的能力。 | | 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的 金錢及時間管理。 | | 學習檔案整理 | 【生涯教育】  涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力 | 無 |
| 第二學期 | 第一週 | 課程介紹 | 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。 | | 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 | | 1.觀察學生  2.態度評定  3.口語分享 | 【家庭教育】  家J7:運用家庭資源，規畫個人生活目標。 | 無 |
| 第二週 | 食物家族 | 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。 | | 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 | | 1．觀察學生  2.態度評定  3.口語分享 | 【家庭教育】  家J7:運用家庭資源，規畫個人生活目標。 | 無 |
| 第三週 | 盛食・剩食 | 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 | | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【環境教育】  環 J4 了解永續發展的 意義(環境、社 會、與經濟的均 衡發展)與原 則。  【環境教育】  環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題  【品德教育】  品J3 關懷生活環境與自然生態永續 發展。 | 無 |
| 第四週 | 盛食・剩食 | 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 | | 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【環境教育】  環 J4 了解永續發展的 意義(環境、社 會、與經濟的均 衡發展)與原 則。  【環境教育】  環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題  【品德教育】  品J3 關懷生活環境與自然生態永續 發展。 | 無 |
| 第五週 | 從市場到廚房-中式烹調注意事項 | 2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。 | | 家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。  【安全教育】  安 J9 遵守環境設施設備的安全守則 | 無 |
| 第六週 | 從市場到廚房-烹飪(一) | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性 別權力關係，促 進平等與良好 的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第七週 | 從市場到廚房-廚房衛生 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.實作評量 | 【閱讀素養教育】  閱 J9 樂於參與閱讀相關的學習活動，並與他人交流。 | 無 |
| 第八週 | 從市場到廚房-烹飪二、三 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第九週 | 從市場到廚房-烹飪二、三 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第十週 | 從市場到廚房-烹飪二、三 | 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Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【性別平等教育】  性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。  【生涯教育】  涯 J3 覺察自己的能力與興趣 | 無 |
| 第十一週 | 食品添加物 | 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | | 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐 策略及行動 。 | | 1．觀察記錄  2.態度評定  3.口語分享 | 【性別平等教育】  生 J5 覺察生活中䄪各種 迷思，在生活作息、健康促進、飲 食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 | 無 |
| 第十二週 | 食品添加物 | 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | | 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐 策略及行動 。 | | 1．觀察記錄  2.態度評定  3.口語分享 | 【性別平等教育】  生 J5 覺察生活中䄪各種 迷思，在生活作息、健康促進、飲 食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 | 無 |
| 第十三週 | 「外食」在好安心 | 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。 | | 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3．態度評定 | 【安全教育】  安 J4 探討日常生活發生事故的影響因 素。 | 無 |
| 第十四週 | 吃飯啦！-  飲食禮儀 | 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。 | | 家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現 | | 1.觀察記錄  2.實作評量 | 【國際教育】  國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 | 無 |
| 第十五週 | 吃飯啦！-餐桌佈置、餐巾藝術 | 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。 | | 家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現 | | 1.課堂問答  2. 態度評定 | 【國際教育】  國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 | 無 |
| 第十六週 | 期末宴會 | 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Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【家庭教育】  家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)  【品德教育】  品 J8 理性溝通與問題 解決。 | 無 |
| 第十七週 | 期末宴會 | 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Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 | | 1.課堂問答  2.觀察記錄  3.實作評量 | 【家庭教育】  家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)  【品德教育】  品 J8 理性溝通與問題 解決。 | 無 |
| 第十八週 | 綜合活動 | 1b-IV-1培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 | | 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 | | 學習檔案整理 | 【生涯教育】  涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力 | 無 |
| 教學設施  設備需求 | | 電腦、投影機、烹飪用具、桌遊、餐巾、實驗器材 | | | | | | | |
| 備 註 | |  | | | | | | | |

**※以上規劃將視各班學生學習狀況，適時調整教學內容及進度。**

※童軍、家政課程上下學期互換，則課程計畫內容上下學一樣。