

(表 14) 學習領域課程計畫

新北市 永和 國民中小學 107 學年度 7 年級 第一 學期 綜合活動 領域家政科課程計畫

設計者： 家政科-林旭美及家政教學團隊

※彈性學習節數之「國語文補強教學」、「數學補強教學」、「英語」、「資訊教育」，請列於或併入相關學習領域課程計畫資料夾中，並納入相關學習領域課程計畫撰寫，以方便備查作業進行。

一、本領域家政科每週學習節數（1）節，銜接或補強節數（0）節，本學期共（21）節。

二、本學期學習目標：（以條列式文字敘述）

【家政】

（一）協助學生適應國中新生活，做個自主新鮮人。

（二）認識並善用校內外環境，培養愛校愛鄉情操。

（三）協助學生增進生活自理即解決問題的能力，以提升生活品質。

（四）藉由團隊合作的概念，引導學生在與小隊伙伴合作的過程中，發現個人的興趣與專長並展現自我。

（五）探訪校園的活動，培養學生運用感官等能力覺察周遭，了解環境後引發學生惜物愛物的情操。

（六）從基本禮儀的教導，建立學生尊重彼此，舉止合宜。培養個人修為。

（七）從校服談起，引導學生學習認同學校，並落實於生活中。

（八）學習基本縫紉，融入資源再利用的觀念，引導學生發揮創意，善用身邊的物品。建立生活物品再利用的概念。

（九）協助學生了解國中必須學習的技能，培養學生烹飪技能及正確烹飪觀念。

三、本學期課程架構：（各校自行視需要決定是否呈現）

四、本學期課程內涵：

【家政】

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
------	------	-----------	----	------	------	----

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第一週 8/30— 8/31	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	師生相見歡 1. 自我介紹、本學期課程進度、上課規範、成績評量等說明 2. 家政概論、三年課程架構簡介	1	康軒版第一冊 用心過生活 自編	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 活動表現	【資訊教育】 3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【家政教育】 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第二週 9/3-9/7	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【活動 1】美好生活圖像 1. 歸納美好生活的面向。 2. 了解建立美好生活所需學習的能力。 【活動 2】生活樂趣大發現 1. 了解生活樂趣相關的主題及所需的資源。 【活動 1】生活新風貌 1. 能覺察自己的生活自理能力現況。 第一印象 服裝篇 1 教師說明：服裝的重要並引導學生思考對制服的感覺為何？ 2. 學生自由分享，教師進一步說明制服的意義。總結與歸納。 活動二：第一印象 禮儀篇 1 從學校服儀規範延伸至國民基本禮儀：飲食、衣著、外出、行走、坐姿、等禮貌、儀態示範說明。	1	康軒版第一冊 用心過生活 自編	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 活動表現	【資訊教育】 3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【家政教育】 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第三週 9/10— 9/14	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 2-4-7 充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。	【活動1】生活新風貌 1. 能分享與討論如何提升個人在服裝儀態、個人衛生習慣及各項事務的管理能力。 【活動2】打點好生活 1. 能展現整齊乾淨並符合禮儀的服裝儀態。 活動一：第一印象 禮儀篇 2 從學校服儀規範延伸至國民基本禮儀：飲食、衣著、外出、行走、坐姿、等禮貌、儀態示範說明。 總結養成良好基本禮儀之重要性。	1	康軒版第一冊 用心過生活 自編	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 活動表現	【資訊教育】 3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 5-4-5 能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力。 【家政教育】 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。
第四週 9/17— 9/21	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。 【第一次評量週】	【活動2】打點好生活 1. 能學會清潔臉部、清潔與梳理頭髮的正確方法。	1	康軒版第一冊 生活自理家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 活動表現	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。
第五週 9/24— 9/28	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	【活動1】探訪創意點子 1. 運用創意將不同生活物品功能再改造。	1	康軒版第一冊 居家玩創意	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 內省 5. 學習態度 6. 小組參與	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第六週 10/1— 10/5	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	【活動 1】探訪創意點子 1. 運用創意將不同生活物品功能再改造。分享舊物改造實例 【活動 2】居家創意達人 1. 察覺生活的需求，並透過改造舊物發揮新功能。 2. 能欣賞同學的作品，並具體說出優點。舊物改造學習單	1	康軒版第一冊 居家玩創意 自編	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 口頭發表	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。
第七週 10/8— 10/12	1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。 3-4-1 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。	基礎手縫 1-實習圍裙操作。 1. 認識常用的手縫用具。 2. 了解手縫用具的正確使用方法與安全須知。 3. 培養良好的手縫習慣。 4. 熟悉徒手穿針的基本動作，並會使用穿線器協助穿針。 5. 熟悉開始與結束的打結動作。 6. 能正確運用基本手縫法於日常生活中。	1	自編教材 示範教學	1. 觀察學生 2. 物品攜帶 3. 實作練習	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。
第八週 10/15— 10/19	1-4-2 展現自己的興趣與專長，並探索自己可能的發展方向。 3-4-1 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。	★第一次定期評量 10/16-10/17 基礎手縫 2-實習圍裙操作 1. 上週進度複習 2. 操作工作區準備及布片整理，穿針引線（預備工作） 3. 打結. 平針縫. 結束打結	1	自編教材 示範教學	1. 觀察學生 2. 物品攜帶 3. 實作練習	【家政教育】 3-4-2 展現合宜的禮儀以建立良好的人際關係。 【性別教育】 2-4-4 解析人際互動中的性別偏見與歧視。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第九週 10/22— 10/26	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	基礎手縫 3-實習圍裙操作 1. 上週進度檢查與複習 2. 穿針引線複習打結. 平針縫. 結束打結 3. 回針縫	1	自編教材 示範教學	1. 觀察學生 2. 物品攜帶 3. 實作練習	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。
第十週 10/29— 11/2	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要的事務。	基礎手縫 4-實習圍裙操作 1. 上週進度檢查與複習 2. 鈕扣縫合	1	自編教材 示範教學	1. 觀察學生 2. 物品攜帶 3. 實作練習	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。
第十一週 11/5— 11/9	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	基礎手縫 5-圍裙作品繳交、互評 基礎手縫應用說明與分享	1	自編教材 示範教學	1. 觀察學生 2. 物品攜帶 3. 實作練習	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十二週 11/12－ 11/16	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	【活動 1】烹飪教室小偵探 1. 熟悉烹飪教室的環境與設備。 2. 了解烹飪教室的規則及維護。 3. 認識廚房的 安全。器材使用方法及安全須知。 【活動 1】烹飪教室小偵探 1. 認識常見的調味品和辛香料	1	康軒版第一冊 第一次接觸	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 口頭發表 4. 實作作品	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十三週 11/19— 11/23	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	烹飪實習說明、分組	1	康軒版第一冊 第一次接觸 自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度（物品攜帶） 3.實作、.內省、 成品及環境整理	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十四週 11/26— 11/30	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	★第二次定期評量 11/26-11/27 烹飪實習-甜蜜的季節-巧克力脆片製作 1.學習操作巧克力食品 2.體驗分工合作及家人的辛苦 3.確實做到善後清潔	1	康軒版第一冊 第一次接觸 自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度（物品攜帶） 3.實作、.內省、成品及環境整理	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十五週 12/3— 12/7	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	中國結藝飾品製作 1 簡介及材料發放標註班別座號	1	康軒版第一冊 第一次接觸	1.學習態度 2.小組參與 3.口頭發表 4.得分記錄 5.實作作品	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十六週 12/10— 12/14	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。	中國結藝飾品製作 2 上周進度檢查及新進度施作	1	康軒版第一冊 第一次接觸	1.學習態度 2.小組參與 3.口頭發表 4.得分記錄 5.實作作品	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十七週 12/17— 12/21	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己與他人。	中國結藝飾品製作 3 上周進度檢查及完成作品. 成績 評比	1	康軒版第一冊 第一次接觸	1. 學習態度 2. 小組參與 3. 口頭發表 4. 得分記錄 5. 實作作品	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。 【家政教育】 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十八週 12/24— 12/28	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己與他人。	【活動 2】烹飪總動員 1. 認識廚房器材使用方法及安全須知。 2. 認識常見的調味品和辛香料。 【活動 1】「料」好實在 1. 熟悉選購食材的原則。 2. 認識各種食材的選購技巧與儲存方法。 3. 藉由簡易菜肴製作過程的體驗，增進學生飲食料理的能力。 【活動 2】「食」在好「譜」 1. 學習規畫食物製備時準備工作的各項事宜。 2. 增進烹製食物的自信心。	1	康軒版第一冊 第一次接觸 廚房我當家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 得分紀錄 4. 口頭發表	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。 【家政教育】 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第十九週 12/31－ 1/4	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己與他人。	【活動 2】烹飪總動員 1. 認識廚房器材使用方法及安全須知。 2. 認識常見的調味品和辛香料。 【活動 1】「料」好實在 1. 熟悉選購食材的原則。 2. 認識各種食材的選購技巧與儲存方法。 3. 藉由簡易菜肴製作過程的體驗，增進學生飲食料理的能力。 【活動 2】「食」在好「譜」 1. 學習規畫食物製備時準備工作的各項事宜。 2. 增進烹製食物的自信心。	1	康軒版第一冊 廚房我當家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 得分紀錄 4. 口頭發表	【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。 【家政教育】 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第廿週 1/7-1/11	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【活動3】料理輕鬆做 1. 運用烹製食物的技能。 2. 學習清理善後的做法。 3. 增進鑑賞食物的能力。	1	康軒版第一冊 廚房我當家	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 實作表現 4. 回饋發表	【家政教育】 1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 1-4-3 表現良好的飲食行為。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【海洋教育】 5-4-1 了解日常生活中水產的來源與製作過程。 5-4-2 了解水產可用食品特性與營養價值。

教學期程	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
第廿一週 1/14-1/18	1-4-1 探索自我的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	★第三次定期評量 1/16-1/17 課程回顧與檢討 寒假作業-烹飪小書	1	康軒版第一冊	1. 態度評定 2. 回饋發表	【家政教育】 1-4-1 了解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。 1-4-3 表現良好的飲食行為。 3-4-5 了解有效的資源管理，並應用於生活中。 3-4-6 欣賞多元的生活文化，激發創意、美化生活。 4-4-1 肯定自己，尊重他人。 【環境教育】 1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【海洋教育】 5-4-1 了解日常生活中水產的來源與製作過程。 5-4-2 了解水產可用食品特性與營養價值。

五、補充說明（例如：說明本學期未能規劃之課程銜接內容，提醒下學期課程規劃需注意事項……）