

新北市_永和_國民中學 107 學年度 第 二 學期 七 年級 綜合領域-家政 課程計畫 設計者：家政教學團隊林旭美

學習總目標：

1. 了解家庭對個人成長的影響並養成良好的飲食習慣。
2. 了解居家逃生安全及提升戶外活動的應變能力。

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	重大議題	十大基本能力
一	2/11 2/15	三、 家庭的生命	光陰的故事	1-4-1 探索自我的發展過程,並分享個人的經驗與感受。	【活動1】成長回顧 1.能透過活動的觀察與參與,體會成長故事的意義。 2.能將成長過程與家人互動經驗連結,並檢視自己與家人互動情況。 【活動2】戀戀真情 1.繳交烹飪小書 2.透過整理與記錄,體會成長的意義與價值。	1	康軒版第二冊 光陰的故事	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.書面報告	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
二	2/18 2/22	三、 家庭的生命	光陰的故事	1-4-1 探索自我發展的過程,並分享個人的經驗與感受。	【活動2】戀戀真情 1.補交烹飪小書 2.透過整理與記錄,體會成長的意義與價值。	1	康軒版第二冊 光陰的故事	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.書面報告	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
三	2/25 3/1	三、 家庭的生命	光陰的故事	1-4-1 探索自我發展的過程,並分享個人的經驗與感受。	柳橙切雕實習說明	1	自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定 3.口頭發表 4.書面報告	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
四	3/4 3/8	三、 家庭的生命	光陰的故事	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。	柳橙切雕實習操作	1	自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
五	3/11 3/15	三、 家庭的生命	光陰的故事	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。	【活動3】珍藏的愛 1.能學習適當的 方法 、技巧,經營良好家人關係。 【活動1】幸福的滋味 1.能將故事內容與生活經驗連結,並反思自己家庭中存在的問題。 2.面對生活困境,能用積極樂觀的態度解決問題。			1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	重大議題	十大基本能力
六	3/18 3/22	三、家庭的生命樂章	光陰的故事	1-4-1 探索自我發展的過程,並分享個人的經驗與感受。	【活動 2】家庭事件簿 1.能檢視與家人的相處狀況。 2.能說明自己與家人的溝通狀況。 【活動 3】 家庭互動故事 1.能探討家人間的互動模式。 2.能反思溝通方式與家庭氣氛的關聯性。 3.能將所知道與人相處的技巧運用於生活中,增進家庭和諧。	1	康軒版第二冊 光陰的故事 家人協奏曲	1.觀察學生 2.實作表現 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。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
七	3/25 3/29	三、家庭的生命樂章	光陰的故事	1-4-1 探索自我發展的過程,並分享個人的經驗與感受。 【第一次評量週】	烹飪實習說明、分組	1	自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定	【家政教育】 3-4-1 運用生活相關知能,肯定自我與表現自我。	一、了解自我與發展潛能 四、表達、溝通與分享
八	4/1 4/5	三、家庭的生命樂章	家人協奏曲	2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。 2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式,增進經營家庭生活能力。	烹飪實習>製作壓模玻璃餅乾 1.學習食品烘培操作 2.體驗分工合作及家人的辛苦 3.確實做到善後清潔	1	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	【家政教育】 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。	四、表達、溝通與分享
九	4/8 4/12	三、家庭的生命樂章	家人協奏曲	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。	紙藝-製作手工卡片 正確使用工具	1	自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表 5.成品展示	【家政教育】 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。	四、表達、溝通與分享
十一	4/22 4/26	三、家庭的生命樂章	家人協奏曲	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。	紙藝-製作手工卡片-完成繳交評分 正確使用工具	1	自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表 5.成品展示	【家政教育】 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。	四、表達、溝通與分享
十二	4/29 5/3	三、家庭的生命樂章	餐飲實習	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。	【活動 1】蔬果切切樂(見習) 1.學習常見蔬果的清洗要訣。 2.學習安全使用刀具及各式基本刀法。 3.製作沙拉【活動 2】蔬果大拼盤 1.學習將切工練習的食材變化為簡易健康佳肴。 2.能聆聽各組健康佳肴的分享。 3.能品嚐小組佳肴並予以回饋。	1	康軒版第二冊 蔬食・舒食 自編教材	1.觀察學生 2.態度評定 3.實作表現 4.口頭發表 5.成品展示	【家政教育】 4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	重大議題	十大基本能力
十三	5/6 5/10	手縫練習	襪子娃娃	2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	基礎手縫溫故知新 1-襪子娃娃製作 ppt 1.材料準備暨操作流程說明 (不影響主課程下，給予英語歌唱比賽相關諮詢與建議)	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】 4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐
十四	5/13 5/17	手縫練習	襪子娃娃	2-4-6 有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。 【第二次評量週】	基礎手縫溫故知新 2--襪子娃娃製作 1. 材料準備、工具檢查、發放材料並標記班別姓名 2. 穿針引線（預備工作）、裁剪襪子 3. 回針縫、藏針縫、輪廓繡及緞面繡 (不影響主課程下，給予英語歌唱比賽相關諮詢與建議)	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】 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊
十五	5/20 5/24	手縫練習	襪子娃娃	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。	基礎手縫溫故知新 3--襪子娃娃製作 1. 材料準備、工具檢查、發放材料並標記班別姓名 2. 穿針引線（預備工作）、裁剪襪子 3. 回針縫、藏針縫、輪廓繡及緞面繡	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】 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊
十六	5/27 5/31	手縫練習	襪子娃娃	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	基礎手縫溫故知新 4--襪子娃娃製作 1. 材料準備、工具檢查、發放材料並標記班別姓名 2. 穿針引線（預備工作）、裁剪襪子 3. 回針縫、藏針縫、輪廓繡及緞面繡	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】 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊
十七	6/3 6/7	手縫練習	襪子娃娃	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	襪子娃娃作品繳交、互評 【活動 1】飲食大考驗 1.能透過飲食習慣調查，檢視個人飲食習慣並說出能調整之處。 2.能透過外食實果活動，了解外食種類與潛藏危機。 【活動 2】外食報報 1.能透過評估個人常去的外食場所，學習健康的外食消費選擇。	1	康軒版第二冊 老外正「饌」 自編教材	1.觀察學生 2.態度評定 3.填寫學習單 4.口頭發表 5.自我檢核 6.多元發表 7.文字發表	【家政教育】 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊
十八	6/10 6/14	四、就是愛營養	「益」飲而盡	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	【活動 1、2】最愛飲品、飲調計畫擬訂 1.能透過討論，檢視常喝飲品對健康的影響。 2.能依據健康原則，擬訂飲調計畫。 3.烹飪實習說明、分組	1	康軒版第二冊 「益」飲而盡 自編合適教材 示範教學	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口頭發表 5.填寫「小組飲料調製」 6.實作評量	【家政教育】 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	重大議題	十大基本能力
十九	6/17 — 6/21	養父愛女 四、就是愛營	「益」飲而盡	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	烹飪實習>製作茶凍 1.學習操作茶凍 2 體驗分工合作及家人的辛苦 3.確實做到善後清潔	1	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	【家政教育】 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊
二十	6/24 — 6/28	養女愛父 四、就是愛營養(家)	「益」飲而盡	2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 【第三次評量週】【休業式】	【活動 1】家事一籬筐 1.能列出各種家事類別，並了解家事的實際需求。 2.能明瞭家事分工的重要。 【活動 2】生活小達人 1.能規畫家事分工計畫。 2.能將規畫家事能力，轉為執行能力。 課程回顧與檢討	1	康軒版第二冊 與家人有約	1.觀察學生 2.態度評定 3.填寫學習單 4.口頭發表 5.自我檢核 6.多元發表 7.文字發表	【家政教育】 1-4-1 瞭解個人的營養需求，設計並規畫合宜的飲食。 1-4-2 選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。	四、表達、溝通與分享 七、規畫、組織與實踐 八、運用科技與資訊