

## 臺北市立南門國民中學112學年度學習課程計畫

<b>課程名稱</b>		<input checked="" type="checkbox"/> 八大領域/科目：綜合活動領域/家政 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程：	
<b>班型</b>		<input checked="" type="checkbox"/> 特教班 <input type="checkbox"/> 資源班	
<b>實施年級</b>		<input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 跨年級(7、8、9年級)	<b>節數</b> 每週 <u>1</u> 節
<b>核心素養 具體內涵</b>		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-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。	
<b>學習 重點</b>	<b>學習 表現</b>	1a-IV-1 探索自我與家庭，了解個人成長的家庭。 1b-IV-2 運用問題解決策略，解決家庭議題。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行健康飲食。 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。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，解決生活問題。 3c-IV-1 探索世界的生活方式，展現自己對國際文化的理解與尊重。	
	<b>學習 內容</b>	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 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。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的策略及行動。 家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 家 Cb-IV-1 多元的生活文化與合宜的禮儀展現。 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。 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。	
<b>課程目標 (學年目標)</b>		1. 能了解家庭的意義及責任。 2. 能了解健康飲食的觀念並執行。 3. 能舉出日常生活中的環保餐具並運用。 4. 能在生活中執行飲食禮儀，並注意飲食衛生。 5. 能依照食譜製作簡易餐點，並安全使用烹飪用具。 6. 能了解衣服的材質及搭配適宜的服裝。	
<b>學習進度 週次/節數</b>		<b>單元子題</b>	<b>單元內容與學習活動</b>
<b>第</b>	第1-7週	我的家族樹	1. 了解自己及家庭的成員。

1 學 期			<ul style="list-style-type: none"> <li>2.家人角色意義與責任角色。</li> <li>3.參與家務工作，學習分擔家庭責任。</li> <li>4.了解不同的家庭相處方式及因應辦法。</li> <li>5.規劃家庭日可執行的休閒活動。</li> </ul>
	第8-13週	健康飲食	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.認識七大類營養食物。</li> <li>2.調整個人的飲食習慣與喜好。</li> <li>3.計畫與實踐合宜的飲食行為。</li> <li>4.了解健康的外食選擇。</li> </ul>
	第14-21週	飲食行為 與綠色生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.了解需求及進行食物選購。</li> <li>2.知道各類食物處理與貯存的方法。</li> <li>3.了解在地食材的選項及了解碳足跡概念。</li> <li>4.可以在日常生活中使用環保餐具。</li> </ul>
第 2 學 期	第1-7週	生活文化與禮儀	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.知道良好的飲食禮節。</li> <li>2.團體生活中展現合宜的生活禮儀。</li> <li>3.在公共場所展現合宜的生活禮儀。</li> </ul>
	第8-13週	烹飪大師	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.了解生活中常用的烹調器具與方法。</li> <li>2.依照食譜製作簡易餐點。</li> <li>3.廚房使用完畢後進行收拾。</li> </ul>
	第14-20週	時尚造型師	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.了解縫紉用材料。</li> <li>2.在視覺提示下製作手工串珠。</li> <li>3.了解各類衣服材質及各式場合服裝。</li> <li>4.利用衣物打扮適合的服裝。</li> </ul>
議題融入	無		
評量規劃	實作評量〈60%〉、觀察評量〈40%〉		
教學設施 設備需求	觸控大電視、電腦、環保餐具、烹飪用具、針、線、串珠、衣物。		
教材來源	<input type="checkbox"/> 教科書 <input checked="" type="checkbox"/> 自編		
備註			