

113 學年度第二學期 中山女子高級中學二年級家政科課程計畫表

課程名稱	中文名稱	家政		
	英文名稱	Home Economics		
授課年段	高二		學分數	2學分
課程屬性	必修課程			
師資來源	校內單科			
課綱 核心素養	A 自主行動	✓ A1. 身心素質與自我精進 ✓ A2. 系統思考與問題解決 ✓ A3. 規劃執行與創新應變		
	B 溝通互動	□ B1. 符號運用與溝通表達 □ B2. 科技資訊與媒體素養 ✓ B3. 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與	✓ C1. 道德實踐與公民意識 ✓ C2. 人際關係與團隊合作 ✓ C3. 多元文化與國際理解		
學習目標	一、 秉持自發互動及美好的理念，關注自我生活經驗，落實核心素養的精神 二、 以人際關係與愛為核心內涵，培養健康家庭知能 三、 以生活管理為核心內涵，培養生活應用與創造能力並增進國際視野 四、 以生活實務為核心內涵，提升生活品質，面對生活挑戰			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	重要議題融入 (請勾選)
家政概論及其內容概述	1	認識家政	心智圖，家政與生活經驗	✓ 性別平等 ✓ 人權 ✓ 環境 ✓ 海洋 □ 品德 ✓ 生命 □ 法治 □ 科技 □ 資訊 □ 能源 □ 安全 □ 防災 ✓ 家庭教育 ✓ 生涯規劃 ✓ 多元文化 □ 閱讀素養 ✓ 戶外教育 ✓ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL
觀察先天體型與後天氣質並勾勒自我形象藍圖	2	形象管理(一)	認識自己，展現優勢	✓ 性別平等 ✓ 人權 ✓ 環境 □ 海洋 □ 品德 □ 生命 □ 法治 □ 科技 □ 資訊 □ 能源 □ 安全 □ 防災 □ 家庭教育 □ 生涯規劃 ✓ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL
由自我形象環保永續收納等多元面相選擇環境友善的服飾	3	形象管理(二)	服裝搭配與管理	✓ 性別平等 ✓ 人權 ✓ 環境 □ 海洋 □ 品德 □ 生命 □ 法治 □ 科技 □ 資訊 □ 能源 □ 安全 □ 防災 ✓ 家庭教育 □ 生涯規劃 ✓ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL

家政各大領域主題深入討論	4	綜合討論	討論各組研究主題	ˇ 性別平等 ˇ 人權 ˇ 環境 ˇ 海洋 □ 品德 ˇ 生命 □ 法治 □ 科技 □ 資訊 □ 能源 □ 安全 □ 防災 ˇ 家庭教育 ˇ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 ˇ 戶外教育 ˇ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL
融合個人化居住與環境友善考量設計選擇居住方式	5	居家布置	居家美宅與環保	ˇ 性別平等 ˇ 人權 ˇ 環境 ˇ 海洋 ˇ 品德 ˇ 生命 ˇ 法治 ˇ 科技 □ 資訊 ˇ 能源 ˇ 安全 ˇ 防災 ˇ 家庭教育 □ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 ˇ 國際教育 □ 原住民族教育 ˇ 情緒教育 SEL
毛線製品製作與創意分享	6	手工品製作	毛線相關應用	□ 性別平等 □ 人權 □ 環境 □ 海洋 □ 品德 □ 生命 □ 法治 □ 科技 □ 資訊 □ 能源 □ 安全 □ 防災 ˇ 家庭教育 □ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL
如何建立維持良好生活的消費意識	7	消費與生活	消費與永續環境	□ 性別平等 ˇ 人權 ˇ 環境 ˇ 海洋 ˇ 品德 ˇ 生命 ˇ 法治 ˇ 科技 □ 資訊 ˇ 能源 ˇ 安全 □ 防災 □ 家庭教育 □ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 ˇ 國際教育 □ 原住民族教育 ˇ 情緒教育 SEL
常用食材介紹及用途	8	點心材料概論	常用食材介紹	□ 性別平等 □ 人權 ˇ 環境 ˇ 海洋 □ 品德 ˇ 生命 □ 法治 ˇ 科技 □ 資訊 □ 能源 ˇ 安全 □ 防災 □ 家庭教育 □ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 原住民族教育 □ 情緒教育 SEL
人際關係金錢與時間的經營管理原則	9	生活資源管理	生活資源認識與運用	ˇ 性別平等 ˇ 人權 ˇ 環境 □ 海洋 ˇ 品德 □ 生命 ˇ 法治 ˇ 科技 □ 資訊 ˇ 能源 □ 安全 □ 防災 ˇ 家庭教育 ˇ 生涯規劃 ˇ 多元文化 □ 閱讀素養 □ 戶外教育 □ 國際教育 □ 原住民族教育 ˇ 情緒教育 SEL

尋找人生伴侶與保護自我的態度方式	10	愛的自我完成	多元性別，人際互動， 健康的交往態度	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化 ♡ 閱讀素養 ♡ 戶外教育 ♡ 國際教育 ♡ 原住民族教育 ♡ 情緒教育 SEL
婚姻的意義及功能	11	婚姻大觀園	婚姻與擇偶的意義，充實婚姻生活調適知能	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化 ♡ 閱讀素養 ♡ 戶外教育 ♡ 國際教育 ♡ 原住民族教育 ♡ 情緒教育 SEL
建立維持健全家庭功能的意識與增進自我生活能力	12	家庭尋寶圖	家人關係與家庭韌性	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化 ♡ 閱讀素養 ♡ 戶外教育 ♡ 國際教育 ♡ 原住民族教育 ♡ 情緒教育 SEL
關於生命個週期的飲食重點與個人照護	13	智慧飲食(一)	正確飲食觀，了解各生命週期營養	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化 ♡ 閱讀素養 ♡ 戶外教育 ♡ 國際教育 ♡ 原住民族教育 ♡ 情緒教育 SEL
接納不同飲食文化與認識永續環境經營	14	智慧飲食(二)	了解異國飲食與文化，綠色飲食觀及糧食永續	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化 ♡ 閱讀素養 ♡ 戶外教育 ♡ 國際教育 ♡ 原住民族教育 ♡ 情緒教育 SEL
食物製備	15	酥皮類點心製作	咖哩餃，菊花酥	♡ 性別平等 ♡ 人權 ♡ 環境 ♡ 海洋 ♡ 品德 ♡ 生命 ♡ 法治 ♡ 科技 ♡ 資訊 ♡ 能源 ♡ 安全 ♡ 防災 ♡ 家庭教育 ♡ 生涯規劃 ♡ 多元文化

				☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 情緒教育 SEL
食物製備	16	燙麵類點心製作	泡芙	☐ 性別平等 ☐ 人權 ☐ 環境 ☐ 海洋 ☐ 品德 ☐ 生命 ☐ 法治 ☐ 科技 ☐ 資訊 ☐ 能源 ☐ 安全 ☐ 防災 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯規劃 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 情緒教育 SEL
食物製備	17	蛋糕製作	戚風蛋糕捲	☐ 性別平等 ☐ 人權 ☐ 環境 ☐ 海洋 ☐ 品德 ☐ 生命 ☐ 法治 ☐ 科技 ☐ 資訊 ☐ 能源 ☐ 安全 ☐ 防災 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯規劃 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 情緒教育 SEL
食物製備	18	塔類點心製作	大理石乳酪塔	☐ 性別平等 ☐ 人權 ☐ 環境 ☐ 海洋 ☐ 品德 ☐ 生命 ☐ 法治 ☐ 科技 ☐ 資訊 ☐ 能源 ☐ 安全 ☐ 防災 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯規劃 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民族教育 ☐ 情緒教育 SEL
學習評量	一、平時成績占 <u>50%</u> ，包含_____小組活動，實作 二、個人作業占 <u>50%</u> 含_____手作，心得感想，平時測驗			
對應學群	資訊 工程 數理化 醫藥衛生 生命科學 生物資源 地球環境 建築設計 藝術 ☐ 社會心理 大眾傳播 外語 文史哲 ☐ 教育 法政 管理 財經 遊憩運動			
輔助教材 或參考書 目	自編教材			