

114 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	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

多元面相 選擇環境 友善的服 飾				
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	<ul style="list-style-type: none"> ✓性別平等 ✓人權 ✓環境 ✓海洋 <input type="checkbox"/>品德 ✓生命 <input type="checkbox"/>法治 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>資訊 <input type="checkbox"/>能源 <input type="checkbox"/>安全 <input type="checkbox"/>防災 ✓家庭教育 ✓生涯規劃 ✓多元文化 <input type="checkbox"/>閱讀素養 ✓戶外教育 ✓國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育 <input type="checkbox"/>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	<ul style="list-style-type: none"> ✓性別平等 ✓人權 ✓環境 ✓海洋 ✓品德 ✓生命 ✓法治 ✓科技 <input type="checkbox"/>資訊 ✓能源 ✓安全 ✓防災 ✓家庭教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃 ✓多元文化 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>戶外教育 ✓國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育 ✓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	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>性別平等 <input type="checkbox"/>人權 <input type="checkbox"/>環境 <input type="checkbox"/>海洋 <input type="checkbox"/>品德 <input type="checkbox"/>生命 <input type="checkbox"/>法治 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>資訊 <input type="checkbox"/>能源 <input type="checkbox"/>安全 <input type="checkbox"/>防災 ✓家庭教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃 ✓多元文化 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育 <input type="checkbox"/>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	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>性別平等 ✓人權 ✓環境 ✓海洋 ✓品德 ✓生命 ✓法治 ✓科技 <input type="checkbox"/>資訊 ✓能源 ✓安全 <input type="checkbox"/>防災 <input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃 ✓多元文化 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>戶外教育 ✓國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育 ✓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	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 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	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input checked="" type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input checked="" type="checkbox"/> 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	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input checked="" type="checkbox"/> 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·充實婚姻活調 適知能	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input checked="" type="checkbox"/> 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	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input checked="" type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input checked="" type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 情緒教育 SEL
食物製備	15	酥皮類點心製作	咖哩餃，菊花酥	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 情緒教育 SEL
食物製備	16	燙麵類點心製作	泡芙	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 情緒教育 SEL
食物製備	17	蛋糕製作	戚風蛋糕捲	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 情緒教育 SEL
食物製備	18	塔類點心製作	大理石乳酪塔	<input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 情緒教育 SEL
學習評量	一、平時成績占50%，包含_____小組活動，實作 二、個人作業占50%含_____手作，心得感想，平時測驗			
對應學群	<input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input type="checkbox"/> 生物資源 <input type="checkbox"/> 地球環境 <input type="checkbox"/> 建築設計 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 社會心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語			

	<input type="checkbox"/> 文史哲 <input checked="" type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input type="checkbox"/> 遊憩運動
輔助教材 或參考書 目	自編教材