

臺北市立松山高中家政科 高二課程計畫

一、教學理念

與家庭相關的事務都在於家政的範疇內，譬如飲食、服裝、消費、家人關係、兩性交往、婚姻、家庭資源管理、居住環境、環保等議題；故家政課程中，我們可以學習到種種與家庭相關的理論知識與實作技能，也期待同學們能將之運用於生活中，確實達到家政的目的—改善生活！

二、教學對象：高二學生

三、教學時數：每週兩節課（100 分鐘）

四、授課教師：伊 飛

五、使用教材

（一）自編教材為主

（二）陳惠娟、黃思華、李瑞婷、伊飛、朱蘭慧編著（2015）。高中家政課本。

台中：育達文化。

六、教學策略：講述法、問答法、討論法、發表法、練習法

七、教學大綱

主 題	內 容 介 紹
分組、課程介紹與作業說明	分組，介紹本學期課程大綱、評分標準，說明上課規則。
兩用午安枕	應用基本車縫技巧，製作實用生活小物，享受手作樂趣。
衣服永遠少一件！？ —服飾計畫與消費	買衣、穿衣也要講究 CP 值，盤點現有資源、有效取得及運用，各種場合均可穿搭得宜。
個人形象管理	個人形象該如何打造？ 面對甄審面試及求職，具備合宜的穿著、態度及生活禮儀。
松高好煮藝	台灣在地美食、異國風味飲食、異鄉學子求生料理、

	創意好滋味……輪你大展廚藝！
環保綠生活	愛護環境的生活態度與方法從你我手邊做起，食衣住行中，每個微小決定都有大大影響力。
認識食品添加物	食安事件頻傳，商人無良、消費者無知均會造成恐慌，認識食品添加物，懂得選擇也保護自己。
期末回顧總覽、 大掃除	大家分工合作，清潔整理使用了一學期的家政教室，以維護良好的學習環境！

八、教學評量

（一）平時成績與上課表現 25%

學習態度、出缺席、作業繳交、物品攜帶等
小組合作、活動參與及表現、競賽成果等

（二）縫紉實作 25%

裁剪、熨燙、車縫等技巧，縫紉成品

（三）烹飪實作 25%

成品、善後清潔、公共服務等

（四）作業與測驗 25%

上課學習單、作業與測驗