

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

111 學年度嘉義縣鹿草國民中學 九 年級第 一 學期彈性學習課程 技藝課程 A-家政職群 教學計畫表

設計者：劉霖佳 (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1.  統整性課程 ( 主題  專題  議題探究)

2.  社團活動與技藝課程 ( 社團活動  技藝課程)

3.  其他類課程

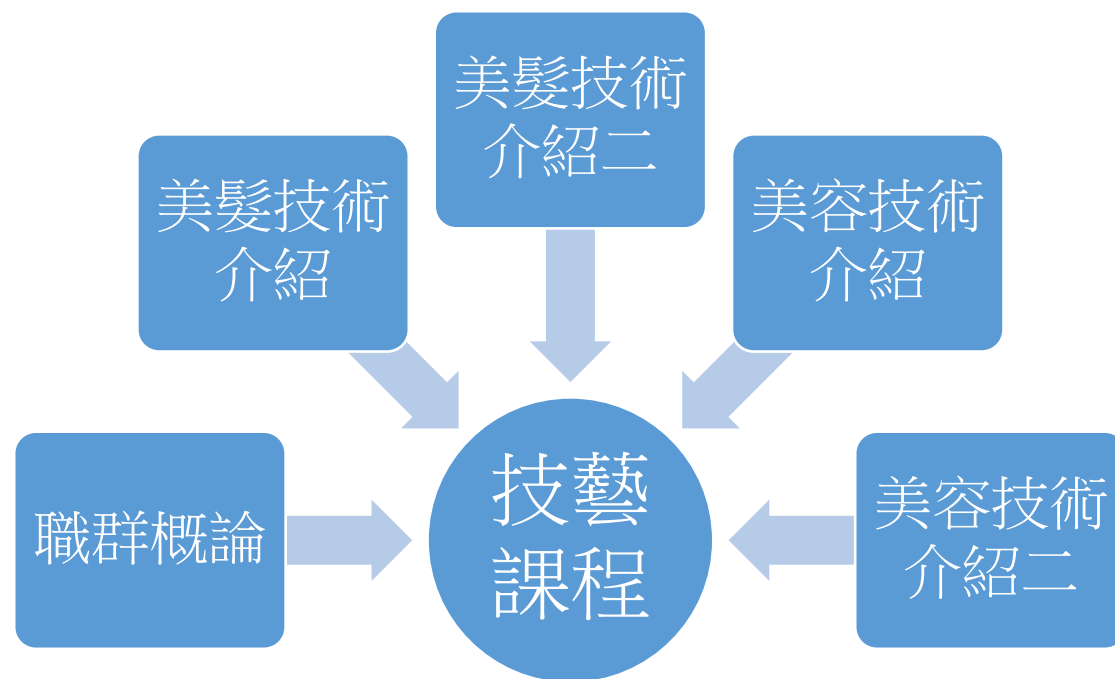
本土語文/新住民語文  服務學習  戶外教育  班際或校際交流  自治活動  班級輔導

學生自主學習  領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念：學習家政職群相關內容。

四、課程架構：



五、本學期課程內涵：  
第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編 自選 教材 或 學習單
一	職群概論	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養	安全教育 品德教育 良好公民養成	1. 使學生瞭解家政 基本介紹及職業安 全與道德 2. 瞭解家	1. 課程介紹 2. 用具介紹 3. 認識環境與設備 使用。	說明評分 標準。 撰寫回饋 單。	

		與美感素養		政法規與倫理 3. 培養學生瞭解家政相關行業與工作	4. 安全規範說明。 5. 逃生路線與消防設備認識。		
二	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	按摩服務與實作- 1. 按摩指壓的操作手法 2. 指壓的種類	指壓的基本技巧	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
三	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	洗髮技巧與實作- 1. 洗髮劑的種類及應用 2. 洗髮前的準備工作 3. 洗髮應注意事項	1. 洗髮精的種類 2. 洗頭髮的基本原理和程序	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
四	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	美髮- 1. 電鉗的構造與功用 2. 電鉗操作方式	1. 電鉗的使用注意事項 2. 基本電鉗操作技巧	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
五	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	1. 頭部、肩背部、 手部按摩指壓 2. 洗髮練習實作 3. 電鉗實作	1. 肩頸的按摩技巧 2. 洗髮的實際操作	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	

六	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	編髮的技巧與實作- 1. 編髮技巧	1. 編髮的工具應用 2. 編髮的種類	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
七	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	編髮的技巧與實作- 1. 編法基本型 2. 編髮實作	1. 3股編髮技巧。 2. 認識編髮的基本型	實際操作演 練評分及撰 寫回饋單	
八	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	皮膚保養	了解皮膚類型及保養	實際操作演 練評分及撰 寫回饋單	
九	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	臉部的按摩- 1. 按摩的目的 2. 按摩用品的種類	1. 臉部基礎保養的 步驟 2. 卸妝洗臉的重要 性 3. 判斷膚質及保養 品的選用	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	

十	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	臉部的按摩- 1. 臉部按摩的技巧 與實作	1. 臉部按摩基本技巧 2. 按摩的步驟及程序	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
十一	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	紙上化妝- 1. 眉型的美化 2. 各式眉型的認識 與紙上練習	1. 臉部彩妝設計圖 2. 各種眉型的美化 3. 唇形的美化	成品實作 評分。 撰寫回饋 單	
十二	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	紙上化妝- 1. 彩妝紙上化妝介 紹、說明、示範及 練習	1. 化妝品材質認識 和色彩學的應用 2. 眼影的暈染技巧 3. 眉型的繪畫技巧	成品實作 評分。 撰寫回饋 單	
十三	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	基礎化妝	1. 彩妝技巧及保養 觀念 2. 基礎彩妝技巧	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
十四	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養	安全教育 多元文化教育	指甲彩繪- 1. 認識指甲油 2. 指甲油上色及卸 除方法 3. 認識彩繪材料及	1. 產品認識與工具 使用方法 2. 如何正確將指甲	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	

		與美感素養		工具	油卸除乾淨的方法		
十五	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	指甲彩繪- 1. 各種技法製作流 程及作品介紹 2. 指甲彩繪練習及 實作	1. 彩繪貼紙、顏料 創作設計	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
十六	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	指甲彩繪- 1. 各種技法製作流 程及作品介紹 2. 指甲彩繪練習及 實作	1. 彩繪貼紙、顏料 創作設計 2. 凝膠的使用方式 及操作步驟	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
十七	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	紙上化妝進階- 1. 彩妝紙上化妝作 品欣賞 2. 彩妝色彩搭配與 紙上練習 3. 一般妝紙上化妝 練習	1. 彩妝修飾理論 2. 平塗、暈染的基 礎上色技巧	成品實作 評分。 撰寫回饋 單	
十八	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	紙上化妝進階- 1. 彩妝紙上化妝作 品欣賞 2. 彩妝色彩搭配與 紙上練習 3. 一般妝紙上化妝	1. 彩妝修飾理論 2. 漸層、線條的基 礎上色技巧	成品實作 評分。 撰寫回饋 單	

				練習			
十九	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	3 少女化妝 3-1 粉紅色系配色 及化妝實作	1. 彩妝基本原理及 應用 2. 基礎彩妝步驟及 程序	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
廿	美容	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	3 少女化妝 3-1 粉紅色系配色 及化妝實作	1. 彩妝基本原理及 應用 2. 基礎彩妝步驟及 程序	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
廿一	美髮	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	安全教育 多元文化教育	2. 吹風的基本技巧 2-1 吹風的功用 2-2 吹風機與梳子 的拿法 2-3 吹風機與風口 的角度 2-4 直吹內彎髮型 實作	1. 吹風髮型的角度 及方向感 2. 吹風的基本概念 及應用 3. 吹風髮型的種類	實際操作 演練評分及 撰寫回饋單	
※身心障礙類學生： <input type="checkbox"/> 無							

■有-智能障礙( 1 )人、學習障礙( 3 )人、情緒障礙( )人、自閉症( 1 )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：■無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 降低評量標準，減少課程目標的難度。
2. 給予更多口頭提醒和協助，幫助同學更能理解、融入課程之中。
3. 安排同班同學擔任小老師，就近協助課程的進行，給予最直接的協助。

特教老師簽名：劉霖佳(打字即可)

普教老師簽名：劉霖佳(打字即可)

111 學年度嘉義縣鹿草國民中學 九 年級第 二 學期彈性學習課程 技藝課程 A-餐旅職群 教學計畫表

設計者：劉霖佳（表十三之一）

一、課程四類規範(一類請填一張)

1.  統整性課程 ( 主題  專題  議題探究)

2.  社團活動與技藝課程 ( 社團活動  技藝課程)

3.  其他類課程

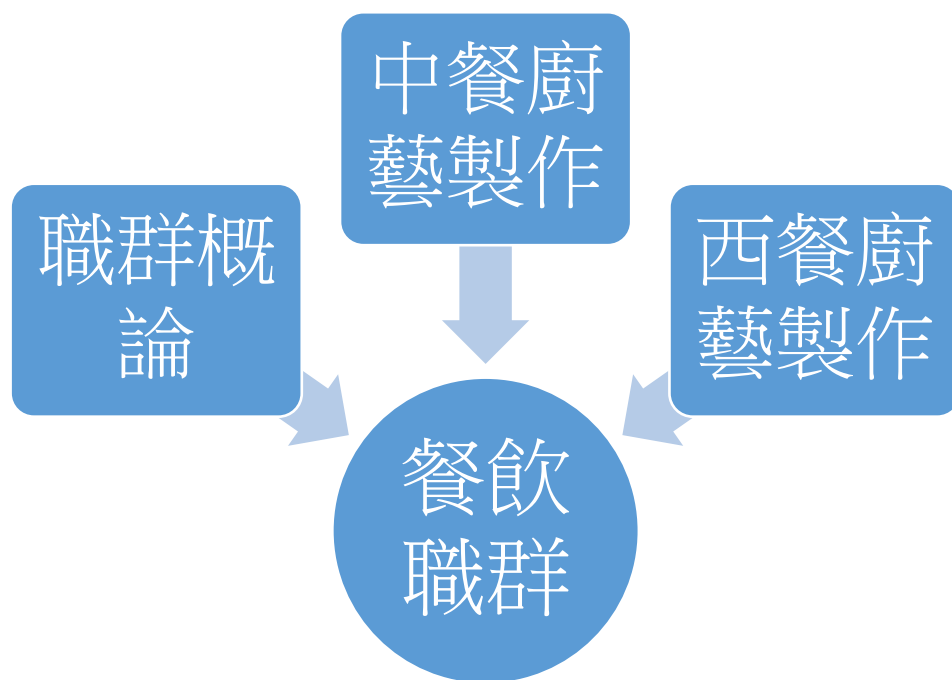
本土語文/新住民語文  服務學習  戶外教育  班際或校際交流  自治活動  班級輔導

學生自主學習  領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念：學習餐飲職群相關內容。

四、課程架構：



第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編教材或學習單
一	職群概論-設備 安全維護、中 餐烹調介紹、	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係	安全教育 品德教育 良好公民養成	1. 認識環境與設備 使用。 2. 安全規範說明。	開訓、課程及實作 環境與安全介紹		

	飲料調製介紹、認識環境與設備使用、安全規範說明、逃生路線與消防設備認識。	與團隊合作		3. 逃生路線與消防設備認識。			
二	中餐廚藝製作- 1. 廚房器具的認識使用與安全衛生	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 環境安全重要性 2. 器具的保養與使用	1. 認識廚房設備與器具 2. 正確的使用刀具 3. 基礎刀工介紹支練習	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
三	中餐廚藝製作- 2. 食材的認識、保存與烹調介紹	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 了解平時吃的食物營養的了解 2. 與一般在家裡看到的到的基本食材有哪些	1. 六大類食物與營養素 2. 食材辨識 3. 食物保存與原則 4. 基本烹調法	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
四	中餐廚藝製作- 3. 基本烹調法實習 3-1 煮、滷、燴	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 烹調法煮、滷、燴的認識與定義	煮：煮白飯 滷：滷雞翅 燴：燴三鮮	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
五	中餐廚藝製作-	A3 規劃執行	安全教育	1. 烹調法蒸、羹的認	蒸：清蒸魚、粉蒸排	1. 說明評分	

	3. 基本烹調法 實習 3-2 蒸、羹	與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作		識與定義	骨、茶碗蒸 羹：三色豆腐羹	標準 2. 撰寫回饋 單	
六	中餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習 3-3 炒	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	1. 烹調法炒的認識 與定義	炒：番茄炒蛋、培根 炒高麗菜、榨菜 炒肉絲練習	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
七	中餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習 3-4 煎、炸	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	1. 烹調法煎、炸的認 識與定義	煎：蔥花煎蛋 炸：鹽酥雞、五位炸 肉條	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
八	中餐廚藝製作- (延)-1. 複合烹 調法實習	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	1. 基本烹調法演變 2. 宴客菜製作	燒：紅燒獅子頭、乾 燒大蝦、蔥燒豆 腐	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
九	中餐廚藝製作- (延)-2. 地方小 吃 2-3 燙麵麵 食操作練習	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	1. 北方麵食製作。 2. 燙麵製作。	蔥油餅	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	

十	西餐廚藝製作- 1. 廚房器具的認識、使用與衛生安全	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 了解中餐與西餐烹調不同之處 2. 廚房器具使用與安全宣導	1. 認識廚房設備與器具 2. 正確的使用刀具 3. 洗滌切割順序與5s管理 4. 石材切割規格、蔬菜棒切割練習	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
十一	西餐廚藝製作- 2. 食材的認識、保存與烹調介紹	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 調味料認識 2. 基本沙拉製作	1. 認識辛香料及調味料 2. 主廚沙拉佐千島醬/義式油醋汁練習	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
十二	西餐廚藝製作- 3. 基本烹調法實習	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 了解水波蛋的製作溫度。 2. 濃湯製作。	水波蛋佐荷蘭醬汁、義大利什錦蔬菜濃湯	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	
十三	西餐廚藝製作- 3. 基本烹調法實習	A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	安全教育	1. 焗烤烹調法的認識 2. 紙包烹調法認識	焗烤吐司、烤紙包魚	1. 說明評分標準 2. 撰寫回饋單	

十四	西餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	了解西式與台式油 炸的不同處	西式炸豬排、酥炸 拼盤	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
十五	西餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	PASTA 的製作與認 識	焗烤義大利麵、炸 魚條	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
十六	西餐廚藝製作- (延)-2. 烘焙原 料的認識	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	認識烘焙原理與器 具認識	1. 認識烘焙原理 2. 烘焙原料辨識	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
十七	西餐廚藝製作- (延)-3. 烘焙實 務	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	製作簡單西式小西 餅	糕點麵團與餅乾	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
十八	中餐廚藝製作- (延)-2. 地方小 吃2-3 燙麵麵食	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係	安全教育	1. 北方麵食製作。 2. 燙麵製作。	蔥油餅	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋	

	操作練習	與團隊合作				單	
十九	中餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習 3-1 煮、滷、 燴	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	烹調法煮、滷、燴的 認識與定義。	煮：煮白飯 滷：滷雞翅 燴：燴三鮮	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
廿	西餐廚藝製作- 3. 基本烹調法 實習	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	PASTA 的製作與認 識	焗烤義大利麵、炸 魚條	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	
廿一	西餐廚藝製作- (延)-2. 烘焙原 料的認識	A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係 與團隊合作	安全教育	認識烘焙原理與器 具認識。	1. 認識烘焙原理 2. 烘焙原料辨識	1. 說明評分 標準 2. 撰寫回饋 單	

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙( 1 )人、學習障礙( 3 )人、情緒障礙( )人、自閉症( 1 )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 降低評量標準，減少課程目標的難度。
2. 給予更多口頭提醒和協助，幫助同學更能理解、融入課程之中。
3. 安排同班同學擔任小老師，就近協助課程的進行，給予最直接的協助。

特教老師簽名：劉霖佳(打字即可)

普教老師簽名：劉霖佳(打字即可)