**花蓮縣 豐濱 國民中學 114 學年度 九 年級第 一 學期校訂課程計畫 設計者：＿林衍樺＿＿**

**(一)普通班**

1. **課程類別：**社團活動與技藝課程-烹髮寶
2. **開課總表：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 社團/技藝課程名稱 | 指導教師 | 上課地點 |
| 01 | 中餐烹飪 | 陳居成 | 家政教室 |
| 02 | 美容美髮 | 包秋卉 | 美容教室 |
| 03 | 寶石班 | 吳義盛 | 寶石教室 |

1. **教學規劃：**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 社團/技藝課程名稱：中餐烹飪  課程目標：  1、使學生了解中餐烹飪的基本知識  2、使學生熟練各種刀工及烹調技巧  3、培養學生食物選購及正確操作各種烹飪設備的能力  4、建立學生良好的餐飲衛生與安全習慣 | | | | | | | |
| 教學期程  (週) | 核心素養/校本素養 | 學習重點 | 學習活動 | 節數 | 評量方式 | 融入議題  實質內涵 | 備註  (如協同方式/申請經費) |
| 1 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 中餐教室守則  食品衛生安全  教師說明場地配置及應注意事項  教師說明應注意之衛生安全 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 2 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 中餐器具及材料   1. 中餐烹調設備介紹 2. 中餐烹調器具介紹 3. 常用調味料認識 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 3 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-塊、滾刀  紅燒馬鈴薯雞肉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 4 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-丁、條  彩椒拌蘿蔔製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 5 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-片、絲涼  拌三絲製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 6 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-炒  辣炒雞丁製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 7 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-燒  紅燒豆腐製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 8 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-滷  滷豆干製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 9 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-蒸  清蒸魚製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 10 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-羹  酸辣湯製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 11 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-燉  燉排骨製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 12 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-水煮  水餃製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 13 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 油炸烹調法-煎  煎餃製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 14 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 油炸烹調法-炸  鳳梨蝦球製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 15 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 油炸烹調法-塌  鍋塌豆腐製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 16 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 各式蔬菜介紹  簡報認識各類蔬菜及適合烹調法 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 17 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 蔬菜烹調  綜合沙拉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 18 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 蔬菜烹調  炒時蔬製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 19 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 綜合技法  紅燒獅子頭製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 20 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 綜合技法  三杯雞製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |

**花蓮縣 豐濱 國民中學 114 學年度 九 年級第 二 學期校訂課程計畫 設計者：＿＿林衍樺＿＿**

**(一)普通班**

1. **課程類別：**社團活動與技藝課程-烹髮寶
2. **開課總表：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 社團/技藝課程名稱 | 指導教師 | 上課地點 |
| 01 | 中餐烹飪 | 陳居成 | 家政教室 |
| 02 | 美容美髮 | 包秋卉 | 美容教室 |
| 03 | 寶石班 | 吳義盛 | 寶石教室 |

1. **教學規劃：**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 社團/技藝課程名稱：中餐烹飪  課程目標：  1、使學生了解中餐烹飪的基本知識  2、使學生熟練各種刀工及烹調技巧  3、培養學生食物選購及正確操作各種烹飪設備的能力  4、建立學生良好的餐飲衛生與安全習慣 | | | | | | | |
| 教學期程  (週) | 核心素養/校本素養 | 學習重點 | 學習活動 | 節數 | 評量方式 | 融入議題  實質內涵 | 備註  (如協同方式/申請經費) |
| 1 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 中餐教室守則  食品衛生安全  教師說明場地配置及應注意事項  教師說明應注意之衛生安全 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 2 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 中餐器具及材料   1. 中餐烹調設備介紹 2. 中餐烹調器具介紹 3. 常用調味料認識 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 3 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-塊、滾刀  紅燒蘿蔔雞肉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 4 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-丁、條  雜醬製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 5 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 刀工練習-片、絲  肉絲炒豆干製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 6 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-炒  三杯雞製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 7 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-燒  紅燒魚製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 8 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-滷  滷肉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 9 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-蒸  清蒸魚製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 10 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-羹  三絲羹製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 11 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 水烹調法-水煮  蒜泥白肉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 12 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 油炸烹調法-煎  蔥油餅製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 13 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 油炸烹調法-炸  炸蝦製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 14 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 烹調法-烤  烤雞製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 15 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 烹調法-烤  烤肉串製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 16 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 蔬菜烹調  綜合沙拉製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |
| 17 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 謝師宴菜單討論、材料列表 | 1 | 口頭問答 | 生涯3-3-1 培養正確工作態度及 價值觀。 |  |
| 18 | A1 身心素質 與 自我精進 | 綜-J-A1 探索與開發自我 潛能，善用資源促 進 生 涯 適 性 發 展，省思自我價 值，實踐生命意 義 | 謝師宴製作 | 1 | 實作表現 | 生涯3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係 |  |