

科目： 家政年級： 中一科任老師： 吳麗明老師課本： 初中科技與生活綜合版(第二版)一天行教育出版(香港)有限公司 / 自訂教材本科網址： <http://www.tcass.edu.hk/subjectweb/HE/>**1. 學習目標：**

1. 認識個人在不同階段的需要，以培養學生對他人的關注。
2. 掌握基本的縫紉及烹調的技巧，培養學生自理的能力。
3. 使學生瞭解食物與營養的關係，懂得適當地選擇食物。
4. 建立健康的生活模式及維持良好的家庭關係。
5. 學習與人相處之道，懂得尊重和關心別人。
6. 培養學生的審美能力及鼓勵學生創作。
7. 學習組織及管理資源的能力。
8. 在作出決定時，顧及公眾和環境的福祉。

2. 課題編排：

統一測驗前	上學期考試前	年終考試前
1. 個人衛生及端莊的儀表 2. 基本的縫紉工具 3. 基本的縫紉針法及刺繡針法 4. 貼布繡：針包 5. 個人衣物的護理	6. 縫衣機的使用及保養 7. 食物與營養 8. 認識烹飪課 9. 實驗探究：測試雞蛋的新鮮程度和找出焗糖心蛋的最佳時間	10. 食物烹調及加工：奶類 11. 食物烹調及加工：穀類 12. 食物烹調及加工：大豆製品 13. 食物烹調及加工：魚類 14. 食物烹調及加工：水果 15. 食物烹調及加工：端午節糉子

3. 功課政策：

種類：	1. 針步/車縫練習	2. 工作紙/課後練習	3. 縫紉習作
次數：	每縫紉課 1 次	每章課題 1 次	1 次
批改形式：	閱改	對答案/閱改	評改

4. 評核：

	上學期		下學期	
成績比重：	37.5%		62.5%	
評核模式：	平時分	縫紉習作	平時分	烹飪考試
總分：	10 分	20 分	10 分	50 分
評估內容：	觀察上課的表現	針包	觀察上課表現包括投入感、合作性、清潔及有否攜帶所需物品。	分組進行烹飪考試。

5. 升學出路銜接：

- 可升讀專上學院、職業訓練局或製衣業訓練局有關服裝設計與縫製的課程，亦可修讀有關食物營養的課程。

1. 學習目標：

1. 認識個人在不同階段的需要，以培養學生對他人的關注。
2. 掌握基本的縫紉及烹調的技巧，培養學生自理的能力。
3. 使學生瞭解食物與營養的關係，懂得適當地選擇食物。
4. 建立健康生活模式及維持良好的家庭關係。
5. 學習與人相處之道，懂得尊重和關心別人。
6. 培養學生的審美能力及鼓勵學生創作。
7. 學習組織及管理資源的能力。
8. 在作出決定時，顧及公眾和環境的福祉。

2. 課題編排：

統一測驗前	上學期考試前	年終考試前
1.縫衣機的使用及保養 2.布料及衣物製作：(一)靠枕的基本設計 3.靠枕的製作(二)排置紙樣、裁剪布料及移印標記 4.靠枕的製作(三)貼布繡法、貼邊車縫法	5.靠枕的製作(四)全隱藏式拉鍊開口法 6.靠枕的製作(五)入棉花技巧及筒針法 7.實驗探究：比較澄麵、白麵粉及高筋麵粉的麵筋含量	8.食品烹調及加工：油搓粉法 9.食品烹調及加工：打蛋法 10.食品烹調及加工：家禽類 11.食品烹調及加工：蔬菜 12.一款菜式的膳食：三絲炒烏冬 13.膳食計劃 14.烹飪考試

3. 功課政策：

種類：	1. 針步/車縫練習	2. 工作紙/課後練習	3. 縫紉習作
次數：	每縫紉課 1 次	每章課題 1 次	1 次
批改形式：	閱改	對答案/閱改	評改

4. 評核：

	上學期		下學期	
成績比重：	37.5%		62.5%	
評核模式：	平時分	縫紉習作	平時分	烹飪考試
總分：	10 分	30 分	10 分	50 分
評估內容：	-觀察上課表現	--靠枕的製作	-觀察上課表現包括投感、合作性、清潔及有否攜帶所需物品。	-分組進行烹飪考試。

5. 升學出路銜接：

- 可升讀專上學院、職業訓練局或製衣業訓練局有關服裝設計與縫製的課程，亦可修讀有關食物營養的課程。

1. 學習目標：

1. 認識個人在不同階段的需要，以培養學生對他人的關注。
2. 掌握基本的縫紉及烹調的技巧，培養學生自理的能力。
3. 使學生瞭解食物與營養的關係，懂得適當地選擇食物。
4. 建立健康生活模式及維持良好的家庭關係。
5. 學習與人相處之道，懂得尊重和關心別人。
6. 培養學生的審美能力及鼓勵學生創作。
7. 學習組織及管理資源的能力。
8. 在作出決定時，顧及公眾和環境的福祉。

2. 課題編排：

統一測驗前	上學期考試前	年終考試前
1. 基本縫紉針步及刺繡針步的複習 2. 縫衣機的使用及保養 3. 布料及衣物製作： 紙巾盒套的設計及紙樣製作 4. 排置紙樣、裁剪紙樣及移印標記 5. 拼布的方法	6. 開口法—橡筋 7. 食物與營養： 營養失調所產生的疾病及健康的 飲食目標	8. 食品烹調及加工：麵粉糊的製作 9. 食品烹調及加工：粉糰的製作 10. 食品烹調及加工：意大利薄餅 11. 食品烹調及加工：搥油法 12. 食品烹調及加工：批皮的製作 13. 食品烹調及加工：素食者的膳食 14. 食品烹調及加工：端午節食品

3. 功課政策：

種類：	1. 針步/車縫練習	2. 工作紙/課後練習	3. 縫紉習作	
次數：	每縫紉課 1 次	每章課題 1 次	1 次	
批改形式：	閱改	對答案/閱改	評改	
4. 評核：	上學期		下學期	
成績比重：	37.5%		62.5%	
評核模式：	平時分	縫紉習作	平時分	烹飪考試
總分：	10 分	30 分	10 分	50 分
評估內容：	-觀察上課 的表現	-紙巾盒套的製作	-觀察上課表現包括投入感、合作性、清潔 及有否攜帶所需物品。	-分組進行烹 飪考試

5. 升學出路銜接：

- 可升讀專上學院、職業訓練局或製衣業訓練局有關服裝設計與縫製的課程，亦可修讀有關食物營養的課程。