

國立高餐大附中 106 學年度八年級第一學期 中餐實務課程計畫表

學習總目標：

1. 認識各種中餐材料的特性以及食物材料和調味料間的物理與化學反應。
2. 能正確的使用中餐器具、材料與機械設備，並了解其注意事項與操作。
3. 了解基礎調味料、辛香料(蔥、薑、蒜、辣椒)及基礎烹調法之運用。
4. 融合環境教育議題，了解蔬菜之季節性，並能利用當季食材搭配出營養與美味兼具之菜餚。
5. 能了解各食物間的營養成份及適宜烹調方式，並在烹調時注意食材及調味料之搭配與應用。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	08/30~ 09/01	08/30 正式上課	烹飪與 中餐意 義與基 本概念 介紹	中餐烹調實習工場管理要 點 中餐烹調文化與發展 中餐實務教室認識	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教育 2. 生涯發展 教育	1. 口試 2. 觀察法 3. 紙筆測驗 4. 作業評量法
2	09/04~ 09/08		設備介 紹及器 具認識	中餐材料認識 中餐調味料認識 中餐刀具認識及切割法 中餐常用烹調法	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教育 2. 生涯發展 教育	1. 口試 2. 觀察法 3. 紙筆測驗 4. 作業評量法
3	09/11~ 09/15		中餐材 料-調味 料及辛 香料認 識及應 用	實習分組 刀工練習 雞肉咖哩	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教育 2. 生涯發展 教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
4	09/18~ 09/22		中餐材 料-食材 營養成 份介紹 及應用	煮白飯 紅燒茄子 廣東燴飯	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教 育 2. 生涯 發展教育 3. 環境教 育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
5	09/25~ 09/29		食物切 割製作- 基本刀 法	樹子蒸魚 肉燥 百香果南瓜	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教 育 2. 生涯 發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
6	10/02~ 10/06	烹調製作實習	烹調製作實習	青椒炒肉絲 夏威夷炒飯	2-1-1 1-3-5 1-4-2 1-4-3 4-3-3	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
7	10/09~ 10/13	第一次段考					
8	10/16~ 10/20	10/16-18 校外教學	烹調製作實習	海鮮煎餅 香酥杏鮑菇	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
9	10/23~ 10/27	烹調製作實習	烹調製作實習	鮮肉水餃 味噌烤鮭魚	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
10	10/30~ 11/03	烹調製作實習	烹調製作實習	古早味炒米粉 三絲淋蒸蛋	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
11	11/06~ 11/10	烹調製作實習	烹調製作實習- 期中實務考試	綜合測驗	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
12	11/13~ 11/17		烹調製作實習	香菇雞湯 泰式海鮮沙拉	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
13	11/20~ 11/24		烹調製作實習	三色煎蛋 香草蜂蜜芥末烤雞翅 地瓜飯	1-3-5 1-4-2 1-4-3 2-2-1 4-3-3 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
14	11/27~ 12/01	第二次段考					
15	12/04~ 12/08		烹調製作實習	薑母鴨 酸梅湯	1-4-2 1-4-4 2-2-2 2-3-1	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
16	12/11~ 12/15		烹調製作實習	聖誕烤雞	2-4-1 2-4-2 2-4-3 3-4-1	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
17	12/18~ 12/22		烹調製作實習	鼓汁蒸排骨 鹹酥雞	3-4-3 4-3-5 4-4-5	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
18	12/25~ 12/29	烹調製作 實習		綜合測驗	2-4-1 2-4-2 2-4-3 3-4-1	1. 家政教育 2. 生涯發展教育 3. 環境教育	1. 操作法 2. 口試 3. 觀察法 4. 紙筆測驗 5. 作業評量法
19	01/01~ 01/05			大掃除			
20	01/08~ 01/12			課期討論、回饋			
21	01/15~ 01/19	第三次 段考 1/19 課程結束					

國立高餐大附中 106 學年度八年級第二學期 中餐實務課程計畫表

學習總目標：

1. 認識台灣傳統美食並融入本土教育議題。並讓學生實際操作台式及客家傳統米麵食及小吃。
2. 能分辨食材之新鮮程度，懂得選擇食材。
3. 認識肉類各部位的處理及烹調方式。
4. 認識海鮮的處理及烹調方式。
5. 樂於學習並與人分享自己之成品及心得。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	01/22~ 01/24	01/22 正式上課 (補 2/12~2/14 的課)	課前大 掃除	課前大掃除	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.口試 2.觀察法 3.紙筆測驗 4.作業評量法
2	02/19~ 02/23	2/19~2/20 年假 2/21 開學 典禮	烹飪製 作實習	台式泡菜 黑糖糕	1-4-4 2-4-3 3-4-1 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
3	02/26~ 03/02		烹飪製 作實習	滑蛋雞肉燴飯 蔬菜天婦羅	1-4-4 3-4-1 4-3-5 4-4-5	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
4	03/05~ 03/09		烹飪製 作實習	酸辣湯麵 芋頭西米露	1-4-2 1-4-4 2-2-2 3-4-1	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
5	03/12~ 03/16		烹飪製作 實習	碗粿 生炒花枝羹	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
6	03/19~ 03/23		烹飪製作 實習	客家湯粉條 客家小炒			
7	03/26~ 03/30	第一次段 考					
8	04/02~ 04/06		烹飪製作 實習	港式臘味飯 醉雞肉捲	1-4-2 1-4-4 2-2-2 3-4-1	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
9	04/09~ 04/13		烹飪製 作實習	乾燒蝦 珍珠丸子	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
10	04/16~ 04/20		烹調製 作實習- 期中實 務考試	綜合測驗	1-4-4 2-4-3 3-4-1 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
11	04/23~ 04/27		烹飪製作 實習	台式肉粽 蒸蛋糕	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
12	04/30~ 05/04		烹飪製 作實習	營養三明治 蚵仔煎	1-4-4 2-4-3 3-4-1 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法
13	05/07~ 05/11	第二次段 考					

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
14	05/14~ 05/18		烹飪製作實習	粉蒸排骨 果津蝦仁	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
15	05/21~ 05/25		烹飪製作實習	貓耳朵 涼拌皮蛋	1-4-4 3-4-1 4-3-5 4-4-5	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
16	05/28~ 06/01		烹飪製作實習	古早味麥仔煎 海南雞飯	1-4-2 2-3-1 2-4-1 2-4-2 3-4-3	1.家政教育 2.生涯發展教育 3.環境教育 4.本土教育	1.操作法 2.口試 3.觀察法 4.紙筆測驗 5.作業評量法。
17	06/04~ 06/08		期末實務考試	綜合測驗			
18	06/11~ 06/15			大掃除			
19	06/18~ 06/22			課期討論、回饋			
20	06/25~ 06/29	第三次段考 6/29 課程結束					