

# 美和科技大學



健康科學管理學院

院核心課程規範

課程名稱：

家政實作

中華民國 114 年 9 月制定

## 1. 課程基本資料：

科目名稱	中文	家政實作	
	英文	Home Economics practice	
適用學制	五年制專科	必選修	必修
適用部別	日間部	學分數	2
適用系科別	美容科、食品營養 科、口衛科	學期/學年	下/二
適用年級/班級	二甲	先修科目或先備能力	無

## 2. 健康科學管理學院目標培育人才

依據 UCAN 系統，本中心以培育「共通職能」為目標。

共通職能	C1	溝通表達
	C2	持續學習
	C3	人際互動與多元視野
	C4	團隊合作
	C5	問題解決
	C6	創新
	C7	工作責任及紀律
	C8	資訊科技應用

## 3. 課程對應之 UCAN 職能

課程\職能	共通職能 M	共通職能 A
家政實作	C2 持續學習、C5 問題解決	C1 溝通表達、C7 工作責任、 C8 資訊科技應用

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能 A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能

## 4. 教學目標

本課程可以達到以下目標：

1. 了解家政學之意義、範圍與發展脈絡，建立家政專業之基本認知。
2. 熟悉家庭生活管理與環保概念，能實踐安全、整潔與永續的居家生活。
3. 掌握嬰幼兒身心發展與保育知識，具備初步照護與健康促進能力。
4. 培養均衡膳食與烹飪實務能力，了解食品安全與營養原則。
5. 學習服飾選購、清潔與基本手縫技術，養成美感與實用兼備的生活能力。
6. 認識美容、美髮及時尚相關行業，拓展生活美學與職涯視野。
7. 培養環保、禮儀與職業倫理觀念，促進身心健全與社會責任感。
8. 能運用中英文家政專業術語，增進國際理解與跨文化交流能力。

## 5. 課程描述

### 5.1 課程說明

本課程旨在讓學生了解「家政」作為生活應用科學的重要性，從家庭生活管理、環保意識、嬰幼兒保育、膳食營養、服飾美學、美容美髮到時尚產業等多面向，培養學生具備健康生活、創意設計與生活技能整合的能力。課程以理論與實作並重為原則，除講授家庭生活管理與環境安全等基本知識外，並透過縫紉與烹飪實作練習，加強動手操作與問題解決能力。此外，課程融入家政專業英文教學，幫助學生掌握生活應用領域的專業詞彙，提升國際溝通與職涯發展能力。

## 5.2 課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：

課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
家政的意義、範圍與發展	C2、C1、C3	2
家庭生活管理與環保	C2、C6、C7	2
家事工作簡化與環保重要性	C5、C4、C7	2
禮儀	C5、C6、C2	2
服飾與生活、服飾搭配	C2、C1、C3	4
領帶、領巾打法實作	C3、C1、C7	2
美容美髮與生活	C5、C2、C4	2
期中評量	-	2
基本手縫法:疏縫、平針縫、回針縫、交叉縫、毛邊縫、二孔鉤、四孔鉤、暗扣、裙鉤縫法練習	C5、C7、C4	6
抱枕製作	C5、C7、C4	6
烹飪實作報告	C4、C5、C7	4
期末評量	-	2

## 5.3 教學活動

### 1. 講授法

教師以多媒體簡報講解家政理論、家庭管理、環保保育與膳食服飾等主題，奠定理論基礎。

### 2. 示範法

教師示範手縫、領帶、領巾打法、抱枕製作，學生觀摩後實作。

### 3. 實作教學

學生親自進行縫紉作品練習及在家進行烹飪練習後進行烹飪流程與心得簡報，培養動手能力與問題解決技巧。

### 4. 專業英文教學

介紹家政相關英語詞彙與實務用語（如 nutrition, childcare, housekeeping, textile, etiquette），提升專業語言能力。

## 6. 成績評量方式

1. 平常成績 40%:出席率 10%，學習態度 10%，平常測驗 20%。

2. 期中考 30%:以術科方式評估學習成效 20%，專業英文 10%。

3. 期末考 30%:以術科方式評估學習成效 20%，專業英文 10%。

## 7. 教學輔導

### 7.1 課業輔導/補救教學對象：

學生若因缺席、觀念不足或作業不及格影響學習成效，可申請課業輔導或補救教學。

### 7.2 課業輔導/補救教學之實施

課業輔導與補救教學的實施方式：

採用個別諮詢、線上討論與課後輔導等方式進行。對學習成績較差的同學，教師將提供重點複習與策略指導。

### 7.3 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

- ◆ 輔導時間：請參照授課教師之課輔時間（Office Hours）(或依照學生需求另行安排)

- ◆ 輔導老師聯繫方式：

(1)授課教師：薛惠瑛、蕭雅美

(2)校內分機：8605、8603

(3)授課教師 email : [x00002203@meiho.edu.tw](mailto:x00002203@meiho.edu.tw)

[x00003134@meiho.edu.tw](mailto:x00003134@meiho.edu.tw)

(4)教師研究室 : G801