

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 115 年 2 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、C5 | C3、C7 |

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：(請說明 18 週課程內容綱要)

| 週次 | 課程內容規劃 | 課程設計養成之職能 | 時數 |
|----|-------------------------------------------------------|-----------|----|
| 1 | 第一章 家政的意義、範圍與發展 第一節 家政的意義與範 第二節 家政的沿革 | C2 | 2 |
| 2 | 第三節 家政職業的發展 課後評量 | C2 | 2 |
| 3 | 第二章 家庭生活管理與環保 第一節 家庭生活環境的認識與選擇 第二節 家庭生活環境的安全與管理 | C2 | 2 |
| 4 | 第三節 家事工作簡化 第四節 環保重要性與生態環境污染 第五節 資源處理與回收 | C2、C5、C7 | 2 |
| 5 | 第三章 嬰幼兒發展與保育 第一節 嬰幼兒生理發展與保育 第二節 嬰幼兒心理發展與保育 | C2、C5、C7 | 2 |
| 6 | 第三節 嬰幼兒常見疾病的預防與照顧 第四節 幼保相關行業介紹 家政專業英文 | C2、C5 | 2 |
| 7 | 第四章 禮儀 第一節 禮儀的意義與重要性 第二節 日常生活禮儀 | C1、C2、C3 | 2 |
| 8 | 第五章 膳食與生活 第一節 均衡營養與膳食 第二節 食物選購與儲存 | C2、C5 | 2 |
| 9 | 期中考 | C2、C5 | 2 |
| 10 | 第五章 膳食與生活 第三節 食品的衛生與安全 第四節 膳食相關行業介紹 | C2、C5 | 2 |
| 11 | 第六章 服飾與生活 第一節 服飾的功能 | C2、C5 | 2 |

| | | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------|-------|---|
| | 第二節 服飾的選購 第三節 織物的種類及辨識 | | |
| 12 | 第四節 服飾搭配的基本概念 第五節 服飾的清潔與保養 第六節 服飾相關行業介紹 | C2、C5 | 2 |
| 13 | 第七章 美容美髮與生活 第一節 美容美髮的重要性 第二節 皮膚與頭髮的基本生理概念 | C2、C5 | 2 |
| 14 | 第三節 美容美髮用品的認識與應用 第四節 美容美髮相關行業 | C2、C5 | 2 |
| 15 | 第八章 時尚與生活 第一節 流行時尚的趨勢 第二節 家政與時尚 第三節 與時尚相關之生涯發展 第四節 模特兒相關行業介紹 | C2、C5 | 2 |
| 16 | 基本手縫法:平針縫、回針縫、交叉縫、 藏針縫、二孔釦、裙鉤縫法練習 | C2、C5 | 2 |
| 17 | 基本手縫法:平針縫、回針縫、交叉縫、 藏針縫、二孔釦、裙鉤縫法練習 家政專業英文 | C2、C5 | 2 |
| 18 | 期末考 | C2、C5 | 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. 示範與實作教學

教師現場手縫學生觀摩後實作，培養動手能力與問題解決技巧。

3. 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

(2)校內分機：8605

(3)授課教師 email：x00002203@meiho.edu.tw

(4)教師研究室：G801