

課程大綱

高三癸 (創新生活與家庭)

小老師：

日期	課程名稱	值日組
2/17	課程內容與分組、健康體態測量	
2/24	基本飲食原則、進餐次序	
3/3	基本飲食原則	
3/10	便當熱量計算分析(個人作業)	
3/17	個人膳食計畫撰寫(個人作業)	
3/24	段考	
3/31	膳食計畫實作與檢討	
4/7	減糖與分組報告	
4/14	餐會的設計與實施	
4/21	餐會	
學期成績結算完畢, 延伸課程: 從產地到餐桌		

分組名單：

組別	座號
一	
二	
三	
四	
五	
六	

學期成績評量：便當分析作業 15%

個人膳食計畫作業 15%

小組報告 20%

期末考 30%

上課態度 20% (缺曠 遲到 上廁所 玩手機 睡覺皆列入評量)