

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

109 學年度嘉義縣民和國民中學七年級第一學期綜合領域家政科 教學計畫表

設計者：黃婉貞 (新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：南一版第一冊

二、本領域每週學習節數：3 節(家政科 1 節)

三、總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養 /學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨域統整或 協同教學規 劃(無則免 填)
一	08/31 - 09/04	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 1、管理好手(一)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 1】管理好手(一) 說明個人在生活中處理時間資源的情形，並找出時間管理的基本概念。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	

二	09/07 - 09/11	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 1、管理好手(二)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 1】管理好手(二) 學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭分享 5. 學習紀錄	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	
三	09/14 - 09/18	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 2、「金」打細算(一)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】「金」打細算(一) 檢視個人生活中的消費習慣，分析處理金錢資源的狀況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	
四	09/21 - 09/25	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 2、「金」打細算(二)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，	【活動 2】「金」打細算(二) 練習分配運算、排列	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	

			養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	花費的優先順序，學習運用有限金錢達成目標。	4. 學習紀錄		
五	09/28 - 10/02	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 3、關鍵決定(一)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 3】關鍵決定(一) 確認國中生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	
六	10/05 - 10/09	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 3、關鍵決定(二)	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	【活動 3】關鍵決定(二) 確認國中生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	

			綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。				
七	10/12 - 10/16	主題三、青春生活通(家政) 單元一、元氣新生活 活動 4、打造行動力	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 4】打造行動力 記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，於生活中繼續實踐。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 實作評量	【家庭教育】 【生涯規劃教育】	
八	10/19 - 10/23	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家 活動 1、挑食任務	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 1】挑食任務 分享自己的早餐選擇情形。透過討論，覺察自己食物選擇的傾向與習慣。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語評量 5. 實作評量	【家庭教育】	
九	10/26 - 10/30	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判	【活動 2】食事偵查線(一)	1. 觀察學生 2. 態度評定	【家庭教育】	

		活動 2、食事偵查線(一)	斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙筆評量		
十	11/02 - 11/06	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家 活動 2、食事偵查線(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】食事偵查線(二) 覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙筆評量	【家庭教育】	
十一	11/09 - 11/13	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家 活動 2、食事偵查線(三)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】食事偵查線(三) 覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙筆評量	【家庭教育】	
十二	11/16 -	主題三、青春生活通(家政)	綜-J-B2	【活動 3】選擇有	1. 觀察學生	【家庭教育】	

	11/20	單元二、食尚玩家 活動 3、選擇有「食」力	善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	「食」力 分析、選擇並規劃合宜的輕食搭配。編輯並製作健康輕食的介紹立牌。	2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 實作評量 6. 學習紀錄		
十三	11/23 - 11/27	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家 活動 4、「食健」有動力(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 4】「食健」有動力(一) 運用創意進行簡單的輕食製備。觀摩各種輕食組合之搭配，省思其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用於生活當中。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	
十四	11/30 - 12/04	主題三、青春生活通(家政) 單元二、食尚玩家 活動 4、「食健」有動力(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 4】「食健」有動力(二) 運用創意進行簡單的輕食製備。觀摩各種輕食組合之搭配，省思其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用於生活當中。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	
十五	12/07 - 12/11	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 1、衣同探險趣	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效	【活動 1】衣同探險趣 發現生活中常見的衣	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表	【家庭教育】	

			執行生活中重要事務。	物清潔、收納與管理問題，並說出解決辦法。	4. 口語分享		
十六	12/14 - 12/18	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 2、衣物神秘袋(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】衣物神秘袋(一) 分析織物材質、特性在衣料上的應用。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	
十七	12/21 - 12/25	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 2、衣物神秘袋(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】衣物神秘袋(二) 分析織物材質、特性對於穿著舒適度的關係。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	
十八	12/28 - 01/01	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 2、衣物神秘袋(三)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 2】衣物神秘袋(三) 收集生活中衣物洗滌的狀況，分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	
十九	01/04 - 01/08	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 3、解碼高手	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動 3】解碼高手 分析各種不同清潔劑與衣物髒汙的關係。運用各種不同清潔劑解決衣物髒汙的困	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】	

				擾。			
廿	01/11 - 01/15	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 4、衣物萬事通(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動 4】衣物萬事 通(一) 判斷家中服飾適合的 最佳收納方式。整合 所有資源，解決日常 生活中與服飾相關的 問題。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】	
廿一	01/18 - 01/21	主題三、青春生活通(家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 4、衣物萬事通(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動 4】衣物萬事 通(二) 判斷家中服飾適合的 最佳收納方式。整合 所有資源，解決日常 生活中與服飾相關的 問題。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】	

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

109 學年度嘉義縣民和國民中學 **七年級第二學期綜合領域家政科** 教學計畫表

設計者：黃婉貞（新課綱）（表十二之一）

一、教材版本：南一版第二冊

二、本領域每週學習節數：3 節(家政科 1 節)

三、總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養 /學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨域統整或 協同教學規劃 (無則免填)
一	02/16 - 02/19	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動1、綠色飲食好選擇 (一)	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動1】 綠色飲食好 選擇(一) 覺察個人飲食行為對 環境的影響。	1. 口語評量	【環境教育】	
二	02/22 -	主題二、青春消費王(家政)	綜-J-C1	【活動1】 綠色飲食好	1. 口語評量	【環境教育】	

	02/26	單元一、新良食運動 活動1、綠色飲食好選擇 (二)	探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	選擇(二) 覺察個人飲食行為 對環境的影響。			
三	03/01 - 03/05	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動2、惜食不「破」氣	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動 2】惜食不 「破」氣 分析個人飲食消費習 慣，建立惜食的飲食 態度。	1. 口語評量 2. 學習紀錄	【環境教育】	

四	03/08 - 03/12	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動3、低碳飲食 COOL 一點(一)	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動 3】低碳飲食 COOL 一點(一) 1. 因應環境變化，建 構低碳飲食消費觀 念。 2. 瞭解低碳飲食的觀 念與技巧，提出具體 做法並實作。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	【環境教育】	
五	03/15 - 03/19	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動3、低碳飲食 COOL 一點(二)	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動 3】低碳飲食 COOL 一點(二) 1. 因應環境變化，建 構低碳飲食消費觀 念。 2. 瞭解低碳飲食的觀 念與技巧，提出具體 做法並實作。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	【環境教育】	

六	03/22 - 03/26	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動3、低碳飲食 COOL 一點(三)	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動 3】低碳飲食 COOL 一點(三) 1. 因應環境變化，建 構低碳飲食消費觀 念。 2. 瞭解低碳飲食的觀 念與技巧，提出具體 做法並實作。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	【環境教育】	
七	03/29 - 04/02	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新良食運動 活動4、小決定，改變大世 界	綜-J-C1 探索人與環境的關係， 規劃、執行服務學習和 戶外學習活動，落實公 民關懷並反思環境永 續的行動價值。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境 風險，檢核、評估學習 及生活計畫，發揮創新 思維，運用最佳策略， 保護自我與他人。	【活動 4】小決定， 改變大世界 從飲食擴大到其他生 活層面，落實低碳消 費與生活習慣。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	【環境教育】	

八	04/05 - 04/09	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動1、「衣」時之選(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動1】「衣」時之 選(一) 分享自己衣物選購的 經驗與喜好。	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】	
九	04/12 - 04/16	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動1、「衣」時之選(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動1】「衣」時之 選(二) 分享自己衣物選購的 經驗與喜好。	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】	
十	04/19 - 04/23	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動2、衣見傾心(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動2】衣見傾心 (一) 藉由測驗與活動覺察 自己的消費決策習慣 偏向。	1. 實作評量	【家庭教育】	
十一	04/26 - 04/30	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動2、衣見傾心(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效 執行生活中重要事務。	【活動2】衣見傾心 (二) 藉由測驗與活動覺察 自己的消費決策習慣 偏向。	1. 實作評量	【家庭教育】	
十二	05/03 - 05/07	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動3、買衣停看聽	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體 等資源，並能分析及判 斷其適切性，進而有效	【活動3】買衣停看 聽 能透過活動體驗分析 服飾消費可能遭遇的	1. 口語評量 2. 高層次紙 筆評量	【家庭教育】	

			執行生活中重要事務。	風險，思考並擬定相應的解決策略。			
十三	05/10 - 05/14	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動4、全班「衣」起購(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動4】全班「衣」起購(一) 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【家庭教育】	
十四	05/17 - 05/21	主題二、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動4、全班「衣」起購(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動4】全班「衣」起購(二) 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	【家庭教育】	
十五	05/24 - 05/28	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活 活動1、「針」心工坊	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動1】「針」心工坊 運用適當的針線工具處理衣物破損的狀況。	1. 口語評量	【環境教育】	
十六	05/31 - 06/04	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活 活動2、「針縫」對決(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動2】「針縫」對決(一) 覺察及分析各種不同縫法，並正確使用手縫法縫補衣物。	1. 實作評量	【環境教育】	
十七	06/07 - 06/11	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判	【活動2】「針縫」對決(二)	1. 實作評量	【環境教育】	

		活動2、「針縫」對決(二)	斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	覺察及分析各種不同縫法，並正確使用手縫法縫補衣物。			
十八	06/14 - 06/18	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活 活動3、「針」惜好物(一)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動3】「針」惜好物(一) 1. 運用創意思考的能力開發物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。	1. 實作評量 2. 口語評量	【環境教育】	
十九	06/21 - 06/25	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活 活動3、「針」惜好物(二)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動3】「針」惜好物(二) 1. 運用創意思考的能力開發物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。	1. 實作評量 2. 口語評量	【環境教育】	
廿	06/28 - 06/30	主題二、青春消費王(家政) 單元三、「針」惜好生活 活動4、「針」心「針」意	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	【活動4】「針」心「針」意 展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜物愛物之情懷。	1. 實作評量	【環境教育】	

註1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）

之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。