

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣布袋國民中學 七 年級第 一 二 學期 綜合活動 領域 家政 科 教學計畫表 設計者： 林品璇 (表十二之一)

一、教材版本：南一版第一、二冊 二、本領域每週學習節數： 1 節

三、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃(無則 免填)
			學習表現	學習內容					
第 1-7 週	主題三、 青春生活 通 單元一、 元氣新生活	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	2c-IV-2 有效蒐 集、分析 及開發各 項資源， 做出合宜 的決定與 運用。 1b-IV-1 培養主動 積極的學 習態度， 掌握學習 方法，養 成自主學 習與自我 管理的能 力。	家 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與 學習效能的 提升。	1. 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。 2. 學習應用 工作清單與 提升專注力 的方法來處 理日常工 作。 3. 檢視個人 生活中的消 費習慣，分 析處理金錢 資源的狀	1. 能分享個人 在生活中處理時間 的現況並找出時 間管理的基本概 念。 2. 能使用工作清 單與番茄工作法 來處理日常工 作。 3. 能檢視個人生 活中的消費習 慣，瞭解自己平 日的支出，分析 處理金錢資源的 狀況。 4. 能練習分配預 算、排列花費的 優先順序，規劃	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】 家 J8 探討家庭 消費與財 務管理策 略。 【生涯規 畫教育】 涯 J4 了解自己 的人格特 質與價值 觀。 涯 J13 培養生涯 規劃及執 行能力。	

		中重要事務。			<p>況。</p> <p>4. 學習運用有限金錢達成目標。</p> <p>5. 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。</p> <p>6. 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。</p>	<p>理財目標並執行存錢計畫。</p> <p>5. 能運用所學擬訂具體計畫，練習有效執行生活重要事務。</p> <p>6. 能記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，並繼續實踐。</p>			
第 8-14 週(第二次段考)	主題三、青春生活通單元二、食尚玩家	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2	<p>1. 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。</p> <p>2. 覺察日常</p>	<p>1. 能分享自己的早餐選擇情形。</p> <p>2. 能釐清自己選擇飲食可能的原因，覺察自己選擇食物的傾向與習慣。</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 多元發表</p> <p>4. 口頭評量</p> <p>5. 高層次紙筆評量</p>	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9	

		<p>中重要事務。</p>		<p>飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	<p>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. 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。 4. 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。</p>	<p>3. 能澄清飲食選擇對身體健康可能造成的不良影響，並找出日常生活中的改善方法。 4. 能探索檢核與分析自己的飲食行為合宜性，承諾改善，並實際練習執行。 5. 能正確分析飲食選擇的合宜性。 6. 能設計合宜的健康輕食搭配。 7. 能編輯並製作健康輕食的介紹立牌。 8. 能運用創意，實際執行合宜的健康輕食製備。 9. 能省思各種搭配組合之優劣，思考如何將所</p>		<p>分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。</p>	
--	--	---------------	--	--	---	--	--	-----------------------------------	--

						學運用於生活當中。			
第 15-21 週 (第三次段考)	主題三、青春生活 通單元三、衣事一籬	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。	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	1. 發現生活中常見的衣物清潔、收納與管理問題，並說出解決辦法。 2. 分析織物材質、特性在衣料上的應用以及與穿著舒適度的關係。 3. 分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。 4. 分析各種不同清潔劑與衣物髒汙的關係。 5. 判斷家中服飾適合的最佳收納方式。	1. 能分享個人在生活中遇到的服飾困擾原因與解決方式。 2. 能收集並分析個人在生活中遇到有關服飾的狀況。 3. 能善用生活中常見的清潔劑與正確的去漬步驟，解決有關服飾的髒汙問題。 4. 能整合分析有關服飾收納的資源，做出合宜的判斷與決定並分享。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

第二學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習內容					
第 1-7 週 (第一次 段考)	主題二、 青春消費 王 單元一、 新良食運 動	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	3d-IV-2 分析環境 與個人行 為的關 係，運用 策略與行 動，促進 環境永續 發展。	家 Aa-IV-2 青少年飲食 的消費決策 與行為。 家 Aa-IV-3 飲食行為與 環境永續之 關聯、實踐 策略及行 動。 童 Da-IV-2 人類與生活 環境互動關 係的理解， 及永續發展 策略的實踐 與省思。	1. 覺察個人 飲食行為對 環境的影 響。 2. 分析個人 飲食消費習 慣，建立惜 食的飲食態 度。 3. 因應環境 變化，建構 低碳飲食消 費觀念。 4. 瞭解低碳 飲食的觀念 與技巧，提 出具體做法 並實作。 5. 從飲食擴 大到其他生 活層面，落	1. 能覺察個人飲 食行為對環境的 影響。 2. 能分析個人日 常飲食消費習 慣，提出減少剩 食的方法。 3. 能瞭解低碳飲 食概念並提出具 體做法。 4. 能製作低碳飲 食餐點，熟練低 碳飲食的做法與 技巧。 5. 能從飲食擴大 到其他生活層 面，提出低碳消 費與生活具體行 動並實踐。	1. 口語評量 2. 學習紀錄 3. 實作評量	【環境 教育】 環 J6 瞭解世 界人口 數量增 加、糧 食供給 與營養 的永續 議題。	

		人。			實低碳消費與生活習慣。				
第 8-14 週 (第二次段考)	主題二、青春消費王 單元二、「衣」起消費「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，進而有效執行生活中重要事務。	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 家 Ca-IV-2 消費管道的分析比較、資源運用與風險評估，以及合宜的消費行為。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 分享自己衣物選購的經驗與喜好。 2. 藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。 3. 能透過活動體驗分析服飾消費可能遭遇的風險，思考並擬定相應的解決策略。 4. 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。	1. 能表達服飾消費的相關經驗。 2. 能覺察個人在生活中的服飾消費決策及行為偏向，分析影響決策行為的因素。 3. 能運用方法分析評估服飾消費時各種資源與管道的風險，擬訂合宜的消費決策計畫。 4. 能執行合宜的服飾消費計畫並評估其適切性。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第 15-21	主題二、	綜-J-B2	2c-IV-1	家 Bc-IV-1	1. 運用適當	1. 能表達生活中	1. 口語評量	【環境	

週	青春消費王 單元三、 「針」惜 好生活	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。	善用各項 資源，妥善計畫與 執行個人 生活中重要事務。	常見織品的 認識與手縫 技巧應用。	的針線工具 處理衣物破 損的狀況。 2. 覺察及分 析各種不同 縫法，並正 確使用手縫 法縫補衣 物。 3. 運用創意 思考的能力 開發物品的 多元功能 性。 4. 運用創新 能力進行評 估與改良。 5. 展現舊物 改造之優點 與特色，並 欣賞惜物愛 物之情懷。	遇到的衣物破損 狀況，及可能會 使用到的針線工 具。 2. 能歸納出不同 縫法的使用方 式，並正確運用 於縫補衣服。 3. 能運用創新能 力與手縫法進行 舊物評估與改 良。 4. 能展現舊物改 造之優點與特 色，並欣賞惜 物、愛物之情 懷。	2. 實作評量	【 教育】 環 J4 瞭解永 續發展 的意義 (環 境、社 會與經 濟的均 衡發 展) 與 原則。	
---	------------------------------	--	--------------------------------------	-------------------------	--	--	---------	---	--

註 1：請分別列出七、八、九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。