

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111 學年度嘉義縣大林國民中學八年級第一、二學期綜合活動領域家政科 教學計畫表 設計者：黃雅靖 (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第三、四冊

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					
第一週	第三主題資源有方 第1單元支援家庭我可以	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。	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。 2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	1.能表達並察覺家庭生活中各種資源的運用。 2.能蒐集並分享時間與金錢資源管理的時機與訣竅,嘗試擬定合宜的行動計畫。 3.能執行並評估行動計畫的適切性,以作為未來生活的準備,提升生活品質。	1.能運用海報說明家庭生活中可能使用的資源。 2.能覺察家庭生活中各項資源的運用及使用習慣。	1.實作評量 2.口語評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第二週	第三主題資源有方 第1單元支援家庭我可以	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。	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。 2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	1.能表達並察覺家庭生活中各種資源的運用。 2.能蒐集並分享時間與金錢資源管理的時機與訣竅,嘗試擬定合宜的行動計畫。 3.能執行並評估行動計畫的適切性,以作為未來生活的準備,提升生活品質。	1.能蒐集並分享家庭資源管理訣竅。 2.能參考同學分享的成果,擬定適合自己的行動計畫。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第三週	第三主題資源有方 第1單元支援家庭我可以	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。	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。 2d-IV-1:運用創新能力,規畫	家 Ca-IV-1:個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家	1.能表達並察覺家庭生活中各種資源的運用。 2.能蒐集並分享時間與金錢資源管理的時機與訣竅,嘗試擬定合宜的行動計畫。	1.能與同學分享行動計畫執行成果。 2.能提供同學在執行計畫時遭遇困難的建議。	1.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	

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					
			合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	人關係維繫。	3. 能執行並評估行動計畫的適切性,以作為未來生活的準備,提升生活品質。				
第四週	第三主題 資源有方 第2單元 聰明消費我最行	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。	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。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。	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。	1. 能分享消費經驗並願意將金錢資源運用於需要的物品上。 2. 能探究消費陷阱並覺察影響消費行為的因素,提出保護自己的方法。 3. 能分析各種消費管道的優缺點及風險,規畫並執行避免消費風險與降低消費糾紛的行動策略。	1. 能說出自己的消費經驗並願意善用金錢資源。	1. 口語評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第五週	第三主題 資源有方 第2單元 聰明消費我最行	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。	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。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策略,以保護自己或他人。	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。	1. 能分享消費經驗並願意將金錢資源運用於需要的物品上。 2. 能探究消費陷阱並覺察影響消費行為的因素,提出保護自己的方法。 3. 能分析各種消費管道的優缺點及風險,規畫並執行避免消費風險與降低消費糾紛的行動策略。	1. 能觀賞戲劇並從中找出消費陷阱。 2. 能覺察自己的消費習慣,避免消費陷阱。	1. 口語評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第六週	第三主題 資源有方 第2單元 聰明消費我最行	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。	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。 3a-IV-1:覺察人為或自然環境的危險情境,評估並運用最佳處理策	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。	1. 能分享消費經驗並願意將金錢資源運用於需要的物品上。 2. 能探究消費陷阱並覺察影響消費行為的因素,提出保護自己的方法。 3. 能分析各種消費管道的優缺點及風險,規畫並執行避免消費風	1 能完成分析消費管道的風險並能與同學討論找出降低消費風險的行動策略。	1. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	

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					
			略,以保護自己 或他人。		險與降低消費糾紛的 行動策略。				
第七週	第四主題 「衣」Q達人 第1單元生活 「織」慧王 【第一次評 量週】	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 Bc-IV-1:常見 織品的認識與手 縫技巧應用。	1.探索影響服裝舒適 程度的原因,建構在生 活中選擇合宜織品的 能力。 2.認識常見與創新織 品的特色、功能及適合 的生活情境。	1.能說出服裝的 功能與選擇服裝 考量的因素。 2.能透過衣料實 驗認識材質特 性,判斷不同生 活情境適合的材 質與織法。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭 資源,規畫個人生 活目標。 家 J8:探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第八週	第四主題 「衣」Q達人 第1單元生活 「織」慧王	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 Bc-IV-1:常見 織品的認識與手 縫技巧應用。	1.探索影響服裝舒適 程度的原因,建構在生 活中選擇合宜織品的 能力。 2.認識常見與創新織 品的特色、功能及適合 的生活情境。	1.能說出服裝的 功能與選擇服裝 考量的因素。 2.能透過衣料實 驗認識材質特 性,判斷不同生 活情境適合的材 質與織法。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭 資源,規畫個人生 活目標。 家 J8:探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第九週	第四主題 「衣」Q達人 第1單元生活 「織」慧王	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 Bc-IV-1:常見 織品的認識與手 縫技巧應用。	1.探索影響服裝舒適 程度的原因,建構在生 活中選擇合宜織品的 能力。 2.認識常見與創新織 品的特色、功能及適合 的生活情境。	1.能閱讀並歸納 的機能纖維相關 資訊,並歸納重 點回到小隊內分 享。 2.能根據機能纖 維相關資訊,嘗 試分析並完成情 境任務。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭 資源,規畫個人生 活目標。 家 J8:探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十週	第四主題 「衣」Q達人 第1單元生活 「織」慧王	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 Bc-IV-1:常見 織品的認識與手 縫技巧應用。	1.探索影響服裝舒適 程度的原因,建構在生 活中選擇合宜織品的 能力。 2.認識常見與創新織 品的特色、功能及適合 的生活情境。	1.能閱讀並歸納 的機能纖維相關 資訊,並歸納重 點回到小隊內分 享。 2.能根據機能纖 維相關資訊,嘗 試分析並完成情 境任務。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭 資源,規畫個人生 活目標。 家 J8:探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十一週	第四主題 「衣」Q達人	綜-J-B2:善用科技、資 訊與媒體等資源,並能	2c-IV-1:善用 各項資源,妥善	家 Ba-IV-1:服飾 的清潔、收納與管	1.妥善運用資源,進行 個人與家庭之服裝管	1.能說出洗標正 確的意義。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭	

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2單元服裝 妙管家	分析及判斷其適切性， 進而有效執行生活中重 要事務。	計畫與執行個 人生活中重要 事務。	理。	理。 2. 了解服裝清潔、收 納、熨燙與管理的知 能。	2. 能回答正確的 洗衣方式與流 程。 3. 能表達洗標如 何應用在生活 中。 4. 能使用正確清 潔劑與清潔方法 清潔汗漬。		資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十二 週	第四主題 「衣」Q 達人 第2單元服裝 妙管家	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。	1. 妥善運用資源，進行 個人與家庭之服裝管 理。 2. 了解服裝清潔、收 納、熨燙與管理的知 能。	1. 能說出洗標正 確的意義。 2. 能回答正確的 洗衣方式與流 程。 3. 能表達洗標如 何應用在生活 中。 4. 能使用正確清 潔劑與清潔方法 清潔汗漬。	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十三 週	第四主題 「衣」Q 達人 第2單元服裝 妙管家	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。	1. 妥善運用資源，進行 個人與家庭之服裝管 理。 2. 了解服裝清潔、收 納、熨燙與管理的知 能。	1. 能說出適合自 己的衣櫃整理與 維持的方法。 2. 能使用正確的 方式熨燙。 3. 能使用合宜的 方式收納衣物。	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十四 週	第四主題 「衣」Q 達人 第2單元服裝 妙管家 【第二次評 量週】	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。	1. 妥善運用資源，進行 個人與家庭之服裝管 理。 2. 了解服裝清潔、收 納、熨燙與管理的知 能。	1. 能說出適合自 己的衣櫃整理與 維持的方法。 2. 能使用正確的 方式熨燙。 3. 能使用合宜的 方式收納衣物。	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第十五 週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時 尚「衣」達人	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	2c-IV-2: 有效 蒐集、分析及開 發各項資源，做 出合宜的決定	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。	1. 檢視自己平時穿搭 的適切性。 2. 了解身形特質，分析 適合自己的服裝類	1. 能發現自己的 外在條件特質， 並探究適合自己 的服裝搭配方	1. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。	

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					
		要事務。	與運用。 2d-IV-2: 欣賞多元的生活文化,運用美學於日常生活中,展現美感。	家 Bb-IV-1:服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	型,展現美感。 3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。 4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。	式。		家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第十六週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時尚 「衣」達人	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。 2d-IV-2:欣賞多元的生活文化,運用美學於日常生活中,展現美感。	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 Bb-IV-1:服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1.檢視自己平時穿搭的適切性。 2.了解身形特質,分析適合自己的服裝類型,展現美感。 3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。 4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。	1.能發現自己的外在條件特質,並探究適合自己的服裝搭配方式。	1.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第十七週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時尚 「衣」達人	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。 2d-IV-2:欣賞多元的生活文化,運用美學於日常生活中,展現美感。	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 Bb-IV-1:服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1.檢視自己平時穿搭的適切性。 2.了解身形特質,分析適合自己的服裝類型,展現美感。 3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。 4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。	1.能發現自己的外在條件特質,並探究適合自己的服裝搭配方式。	1.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第十八週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時尚 「衣」達人	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。 2d-IV-2:欣賞多元的生活文化,運用美學於日常生活中,展現美感。	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 Bb-IV-1:服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	1.檢視自己平時穿搭的適切性。 2.了解身形特質,分析適合自己的服裝類型,展現美感。 3.運用合宜的方法將服裝資源有效再利用。 4.檢視分析、規畫執行合宜的服裝消費行為與習慣。	1.能依照特質,運用現有資源實際搭配出合宜的服裝。	1.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭資源,規畫個人生活目標。 家 J8:探討家庭消費與財物管理策略。	
第十九週	第四主題 「衣」Q 達人	綜-J-B2:善用科技、資訊與媒體等資源,並能	2c-IV-2:有效蒐集、分析及開	家 Ba-IV-2:服飾消費的影響因素	1.檢視自己平時穿搭的適切性。	1.能依照特質,運用現有資源實	1.實作評量	【家庭教育】 家 J7:運用家庭	

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3單元時尚 「衣」達人	分析及判斷其適切性， 進而有效執行生活中重 要事務。	發各項資源，做 出合宜的決定 與運用。 2d-IV-2: 欣 賞 多元的生活文 化，運用美學於 日常生活中，展 現美感。	與青少年的服飾 消費決策及行為。 家 Bb-IV-1: 服飾 的選搭、美感展現 與個人形象管理。	2. 了解身形特質，分析 適合自己的服裝類 型，展現美感。 3. 運用合宜的方法將 服裝資源有效再利用。 4. 檢視分析、規畫執行 合宜的服裝消費行為 與習慣。	際搭配出合宜的 服裝。		資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第廿週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時尚 「衣」達人	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。 2d-IV-2: 欣 賞 多元的生活文 化，運用美學於 日常生活中，展 現美感。	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 Bb-IV-1: 服飾 的選搭、美感展現 與個人形象管理。	1. 檢視自己平時穿搭 的適切性。 2. 了解身形特質，分析 適合自己的服裝類 型，展現美感。 3. 運用合宜的方法將 服裝資源有效再利用。 4. 檢視分析、規畫執行 合宜的服裝消費行為 與習慣。	1. 能發現自己的 外在條件特質， 並探究適合自己 的服裝搭配方 式。 1. 能依照特質， 運用現有資源實 際搭配出合宜的 服裝。 2. 能依照需求， 規畫出合宜的服 裝消費計畫。	1. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	
第廿一 週	第四主題 「衣」Q 達人 第3單元時尚 「衣」達人 【第三次評 量週】	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。 2d-IV-2: 欣 賞 多元的生活文 化，運用美學於 日常生活中，展 現美感。	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 Bb-IV-1: 服飾 的選搭、美感展現 與個人形象管理。	1. 檢視自己平時穿搭 的適切性。 2. 了解身形特質，分析 適合自己的服裝類 型，展現美感。 3. 運用合宜的方法將 服裝資源有效再利用。 4. 檢視分析、規畫執行 合宜的服裝消費行為 與習慣。	1. 能發現自己的 外在條件特質， 並探究適合自己 的服裝搭配方 式。 1. 能依照特質， 運用現有資源實 際搭配出合宜的 服裝。 2. 能依照需求， 規畫出合宜的服 裝消費計畫。	1. 實作評量	【家庭教育】 家 J7: 運用家庭 資源，規畫個人生 活目標。 家 J8: 探討家庭 消費與財物管理 策略。	

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	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
第一週	第三主題我們這一家 第1單元家的足跡	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.表達家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2.探究並分析社會變遷下家庭的改變。 3.探索個人面對家庭變化與社會變遷的調適方法，並評估調適方法的合宜性，為未來家庭生活做預備。	1.透過課本第55頁「家庭生命週期」文章閱讀及第56、57頁家庭生活圖片的解析，了解家庭發展中的變化及對個人的影響。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	健康與體育
第二週	第三主題我們這一家 第1單元家的足跡	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.表達家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2.探究並分析社會變遷下家庭的改變。 3.探索個人面對家庭變化與社會變遷的調適方法，並評估調適方法的合宜性，為未來家庭生活做預備。	1.藉由課本第58、59頁家庭年夜飯圖片的比對，探究社會變遷下家庭的改變及影響家庭發展的因素。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	健康與體育
第三週	第三主題我們這一家 第1單元家的足跡	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.表達家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2.探究並分析社會變遷下家庭的改變。 3.探索個人面對家庭變化與社會變遷的調適方法，並評估調適方法的合宜性，為未來家庭生活	1.藉由課本第58、59頁家庭年夜飯圖片的比對，探究社會變遷下家庭的改變及影響家庭發展的因素。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	健康與體育

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
第四週	第三主題我們這一家 第1單元家的足跡	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	活做預備。 1.表達家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2.探究並分析社會變遷下家庭的改變。 3.探索個人面對家庭變化與社會變遷的調適方法，並評估調適方法的合宜性，為未來家庭生活做預備。	1.透過拼貼描繪出家庭的生活樣貌，省思影響家庭的因素及家庭對自己成長的影響。 2.分析家庭對自己成長影響的幫助程度並評估可行性，嘗試執行調整方式。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	健康與體育
第五週	第三主題我們這一家 第2單元家的足跡	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1a-IV-1:探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。	家Db-IV-1:家庭組成及文化多元性對自我發展的影響，以及少子女化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 輔Ac-IV-1:生命歷程、生命意義與價值的探索。	1.表達家庭發展歷程中個人與家庭的各種變化及對個人成長的影響。 2.探究並分析社會變遷下家庭的改變。 3.探索個人面對家庭變化與社會變遷的調適方法，並評估調適方法的合宜性，為未來家庭生活做預備。	1.透過拼貼描繪出家庭的生活樣貌，省思影響家庭的因素及家庭對自己成長的影響。 2.分析家庭對自己成長影響的幫助程度並評估可行性，嘗試執行調整方式。	1.口語評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	
第六週	第三主題我們這一家 第2單元故事你我他	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	家Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1.表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。 2.蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。 3.評估或運用合宜的問題解決策略，處理家庭生活危	1.透過課本第62頁信件內容，喚起學生對家庭生活的關心，思考家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。	1.高層次紙筆評量 2.實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
					機、衝突等議題，以克服生活逆境。				
第七週	第三主題我們這一家 第2單元故事你我他 【第一次評量週】	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	家 Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。 2. 蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。 3. 評估或運用合宜的問題解決策略，處理家庭生活危機、衝突等議題，以克服生活逆境。	1. 藉由家庭生活議題新聞事件的蒐集，探究面臨家庭生活議題可行的因應方法。 2. 評估主題探究小組分享内容，評估、選擇並執行面對自身家庭生活議題合宜的行動策略。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J1:分析家庭的發展歷程。 家 J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	
第八週	第三主題我們這一家 第2單元故事你我他	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	家 Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。 2. 蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。 3. 評估或運用合宜的問題解決策略，處理家庭生活危機、衝突等議題，以克服生活逆境。	1. 藉由家庭生活議題新聞事件的蒐集，探究面臨家庭生活議題可行的因應方法。 2. 評估主題探究小組分享内容，評估、選擇並執行面對自身家庭生活議題合宜的行動策略。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J1:分析家庭的發展歷程。 家 J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	
第九週	第三主題我們這一家 第2單元故事你我他	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	家 Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。 2. 蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。	1. 藉由家庭生活議題新聞事件的蒐集，探究面臨家庭生活議題可行的因應方法。 2. 評估主題探究小組分享内容，評估、選擇並執行面對自身家庭生活	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J1:分析家庭的發展歷程。 家 J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
		省思自我價值，實踐生命意義。			3. 評估或運用合宜的問題解決策略，處理家庭生活危機、衝突等議題，以克服生活逆境。	議題合宜的行動策略。			
第十週	第三主題我們這一家 第2單元故事你我他	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-A1:探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1b-IV-2:運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	家Db-IV-2:家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔Db-IV-1:生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 表達家庭生活遇到的問題與變化，並能分享想法與感受。 2. 蒐集家庭生活危機、衝突等議題的相關新聞報導，並提出可行的因應方法。 3. 評估或運用合宜的問題解決策略，處理家庭生活危機、衝突等議題，以克服生活逆境。	1. 藉由家庭生活議題新聞事件的蒐集，探究面臨家庭生活議題可行的因應方法。 2. 評估主題探究小組分享内容，評估、選擇並執行面對自身家庭生活議題合宜的行動策略。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家J1:分析家庭的發展歷程。 家J2:探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。	
第十一週	第四主題飲食新風貌 第1單元飲食探索去	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	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Aa-IV-2:青少年飲食的消費決策與行為。 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。 輔Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。	1. 覺察飲食習慣與健康的關係，探究飲食消費決策對身體健康的影響。 2. 了解青少年的飲食習慣，並與資料分析結果連結，訂定合宜的飲食消費行為原則。	1. 能分享自己觀察課本第72、73頁亮宇飲食之不妥處，並提出修正建議。 2. 能分享自己在活動中學習到的健康飲食概念。 3. 能整合資料檢核一週飲食，分析自己飲食的優劣習慣。 4. 完成個人飲食雷達圖及飲食習慣覺察。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5:在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十二週	第四主題飲食新風貌 第1單元飲食探索去	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	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Aa-IV-2:青少年飲食的消費決策與行為。 家Aa-IV-1:個人與家庭飲食行為之影	1. 覺察飲食習慣與健康的關係，探究飲食消費決策對身體健康的影響。 2. 了解青少年的飲	1. 完成課本第75頁亮宇整理的祕笈之補充內容。 2. 能分析自己的飲食習慣，並依此	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5:在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】	

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃(無則 免填)
			學習表現	學習表現					
				響因素與青少年合宜的飲食行為。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。	食習慣,並與資料分析結果連結,訂定合宜的飲食消費行為原則。	完成健康飲食消費計畫書之擬定。		家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十三週	複習評量	複習評量	複習評量	複習評量	複習評量	複習評量	複習評量	複習評量	
第十四週	第四主題飲食新風貌 第2單元飲食探索去 【第二次評量週】	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	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 Aa-IV-2:青少年飲食的消費決策與行為。 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。 輔 Bb-IV-2:學習資源探索與資訊整合運用。	1.覺察飲食習慣與健康的關係,探究飲食消費決策對身體健康的影響。 2.了解青少年的飲食習慣,並與資料分析結果連結,訂定合宜的飲食消費行為原則。	1.完成課本第75頁亮宇整理的祕笈之補充內容。 2.能分析自己的飲食習慣,並依此完成健康飲食消費計畫書之擬定。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十五週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	1.探討籌辦野餐的技能與注意事項,學習妥善計畫與執行野餐活動。 2.運用美感、創意,製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3.整合課堂學習,以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。	1.能分享健康飲食行動計畫執行情況及心得。 2.能依據課本第81頁「軒軒的野餐紀實」內容說明校園野餐籌備要點。	1.口語評量 2.實語評量 3.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十六週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合	1.探討籌辦野餐的技能與注意事項,學習妥善計畫與執行野餐活動。 2.運用美感、創意,製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3.整合課堂學習,	1.能探究各類刀工技能,並依食譜需求選擇適用的刀工。 2.依據食譜需求,完成刀工實習任務且不浪費食材。	1.口語評量 2.實語評量 3.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
				與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。				
第十七週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	1.探討籌辦野餐的技能與注意事項,學習妥善計畫與執行野餐活動。 2.運用美感、創意,製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3.整合課堂學習,以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。	1.能探究各類刀工技能,並依食品需求選擇適用的刀工。 2.依據食譜需求,完成刀工實習任務且不浪費食材。	1.口語評量 2.實語評量 3.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十八週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	1.探討籌辦野餐的技能與注意事項,學習妥善計畫與執行野餐活動。 2.運用美感、創意,製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3.整合課堂學習,以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。	1.能整合第1單元及第2單元所學並依活動主題需求,完成小隊野餐規畫表。	1.口語評量 2.實語評量 3.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十九週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活,於個人及家庭生活環境中展現美感,提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力,規畫合宜的活動,豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與,以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	1.探討籌辦野餐的技能與注意事項,學習妥善計畫與執行野餐活動。 2.運用美感、創意,製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3.整合課堂學習,	1.能依照計畫準備活動所需食材與工具,並完成準備事項檢核工作。 2.能確實執行所擬定的野餐計畫。 3.能將反思執行成果,並於生活中實踐。	1.口語評量 2.實語評量 3.高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中,養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學活點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習表現					
				與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。				
第二十週	第四主題飲食新風貌 第2單元共享野餐趣 【第三次評量週】	綜-J-B3:運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	2d-IV-1:運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Ab-IV-2:飲食的製備與創意運用。 家 Dc-IV-1:家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。 童 Cc-IV-2:戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db-IV-3:友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	1. 探討籌辦野餐的技能與注意事項，學習妥善計畫與執行野餐活動。 2. 運用美感、創意，製作符合青少年營養需求的野餐食物。 3. 整合課堂學習，以創新思考擬定適合豐富個人及家庭生活的活動。	1. 能依照計畫準備活動所需食材與工具，並完成準備事項檢核工作。 2. 能確實執行所擬定的野餐計畫。 3. 能將反思執行成果，並於生活中實踐。	1. 口語評量 2. 實語評量 3. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶 J5:在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家 J11:規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	