

## 貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

111 學年度嘉義縣昇平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： 劉思辰 (表十二之一)

一、教材版本：南一版第三、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	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味「食」 驗室	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。 綜-J-A2 釐清學習目 標，探究多 元的思考與 學習方法，	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。 1a-IV-2 展現自 己的興 趣與多 元能	家 Ab-IV-1 食物的選 購、保存 與有效運 用。 家 Ab-IV-2 飲食的製 備與創意 運用。	【活動一】 探索料 理祕訣 (一) 1. 表達增加 料理效 率的相 關方式 和經 驗。 2. 嘗試將料 理依照 食材與 烹調法	表達增加料理 效率的相關方 式和經驗，嘗 試將料理依照 食材與烹調法 歸納分類，並 蒐集資料，解 決料理問題。	1. 口語分 享 2. 學習紀 錄 3. 高層次 紙筆評 量	家 J7 運用家庭資 源，規劃 個人生活 目標。	

		養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	力，接納自己，以促進個人成長。		歸納分類。 3. 蒐集與善用資料，解決料理問題。				
第二週	主題一、青春魔法師(家政)單元一、美味「食」實驗室	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。 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	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的與運用。	【活動一】 探索料理祕訣(二) 1. 表達增加料理效率的相關方式和經驗。 2. 嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類。	表達增加料理效率的相關方式和經驗，嘗試將料理依照食材與烹調法歸納分類，並蒐集資料，解決料理問題。	1. 口語分享 2. 學習紀錄 3. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	促進個人成長。		3. 蒐集與善用資料，解決料理問題。				
第三週	主題一、青春魔法師(家政)單元一、美味「食」實驗室	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。 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	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。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的與運用。	【活動二】 「食」在有計畫 1. 瞭解食材的挑選和清洗方式。 2. 瞭解烹飪流程計畫的整體概念並嘗試做烹飪計劃。	瞭解食材的挑選和清洗方式、烹飪流程計畫的整體概念並嘗試擬定烹飪計畫。	1. 口語分享 2 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		生活議題。	長。						
第四週	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味「食」 驗室	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。 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。	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。 1a-IV-2 展現自 己的興 趣與多 元能 力，接納 自己，以 促進個 人成 長。	家 Ab-IV-1 食物的選 購、保存 與有效運 用。 家 Ab-IV-2 飲食的與 製備創意 運用。	【活動三】 料理練 功坊 (一) 依照烹飪計 畫，善用 刀工與 烹調法 執行料 理製 備。	依照烹飪計 畫，善用刀工 與烹調法執 行料理製備。	1. 實作評 量	家 J7 運用家庭資 源，規劃 個人生活 目標。	
第五週	主題一、 青春魔法	綜-J-B2 善用科技、	2c-IV-1 善用各	家 Ab-IV-1 食物的選	【活動三】 料理練	依照烹飪計 畫，善用刀工	1. 實作評 量	家 J7 運用家庭資	

	師(家政) 單元一、 美味「食」 實驗室	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。 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。	項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的與運用。 家 Ab-IV-2 飲食的與運用。	功坊 (二) 依照烹飪計畫，善用刀工與烹調法執行料理製備。	與烹調法執行料理製備。		源，規劃個人生活目標。	
第六週	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元一、 美味「食」 實驗室	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	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2	【活動四】 料理一定行 1. 分享烹飪過程中的心	檢討料理製備過程與烹飪計畫優缺點，找出改進方案。	1. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		性，進而有效執行生活中重要事務。 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。	人生活中重要事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	飲食的與運用 飲製創意。	得。 2. 以烹飪流程計畫的概念分析檢核各階段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。				
第七週	青春魔法師複習	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	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的與運用 飲製創意	青春魔法師複習	檢討料理製備過程與烹飪計畫優缺點，找出改進方案。	1. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		中重要事務。 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。	事務。 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。	用。					
第九週	主題一、 青春魔法師(家政) 單元二、 「衣」美專家	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-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。	【活動一】 「衣」探究究竟 覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	1. 口語 評量	涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第十週	主題一、 青春魔法	綜-J-B3 運用創新的能力豐富生	2d-IV-2 欣賞多	家 Bb-IV-1 服飾的選	【活動二】 打造高	分析衣服顏色所呈現的	1. 實作 評量	涯 J4 了解自己的	

	師(家政) 單元二、 「衣」美 專家	活，於個人 及家庭生活 環境中展現 美感，提升 生活品質。	元的生 活文 化，運用 美學於 日常生 活中，展 現美感。	搭、美感展 現與個人 形象管理。	「衣」Q (一) 分析衣服顏 色所呈 現的感 覺，並依 據外型 選擇衣 物、配 件，找出 適合的 服裝穿 搭。	感覺，並從中 找出適合自 己膚色與外 型的服裝搭 配。		人格特質 與價值 觀。	
第十一週	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元二、 「衣」美 專家	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-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。	【活動二】 打造高 「衣」Q (二) 分析衣服顏 色所呈 現的感 覺，並依 據外型	分析衣服顏 色所呈現的 感覺，並從中 找出適合自 己膚色與外 型的服裝搭 配。	1. 實作 評量	涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。	

					選擇衣物、配件，找出適合的服裝穿搭。				
第十二週	主題一、青春魔法師(家政)單元二、「衣」美專家	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-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。	【活動三】 翻閱「衣」Q事件簿 (一) 運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第十三週	主題一、青春魔法師(家政)	綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人	2d-IV-2 欣賞多元的	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展	【活動三】 翻閱「衣」Q	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個	1. 實作評量	涯 J4 了解自己的 人格特質	

	單元二、 「衣」美 專家	及家庭生活 環境中展現 美感，提升 生活品質。	活文 化，運用 美學於 日常生 活中，展 現美感。	現與個人 形象管理。	事件簿 (二) 運用造型搭 配的原 理，形塑 合宜的 個人形 象。	人形象。		與價值 觀。	
第十四週	主題一、 青春魔法 師(家政) 單元二、 「衣」美 專家	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-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。	【活動四】 「玩」美 「衣」Q 研究室 省思個人形 象管理 與欣賞 個人美 感。	省思個人形 象管理與欣 賞個人美感。	1. 高層 次紙筆 評量	涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。	
第十五週	青春魔法 師複習	綜-J-B3 運用創新的 能力豐富生 活，於個人	2d-IV-2 欣賞多 元的生	家 Bb-IV-1 服飾的選 搭、美感展	青春魔法師 複習	省思個人形 象管理與欣 賞個人美感。	1. 高層 次紙筆 評量	涯 J4 了解自己的 人格特質	

		及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	現與個人形象管理。				與價值觀。	
第十六週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動一】 「緣」來一家人 說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。	說出家庭發展歷程可能面臨的挑戰，並分享自己與家人互動情形。	1. 口頭分享	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。					家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第十七週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動二】 打開時光寶盒(一) 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。	透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。	1. 學習紀錄	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。					家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第十八週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動二】 打開時光寶盒(二) 1. 透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。	透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。	1. 學習紀錄	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。					家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第十九週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動三】 風華人生 1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。 2. 檢視家庭對自我發展的影響。	1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。 2. 檢視家庭對自我發展的影響。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。					家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第二十週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動四】 用心的愛（一） 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。		係。			家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第二十一週	主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	【活動四】 用心的愛(二) 1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。		係。			家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。	
第二十二週	青春魔法師複習	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。 家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	青春魔法師複習	1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。 2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

		環境中展現美感，提升生活品質。	活動，豐富個人及家庭生活。					家 J11 規劃與執行 家庭的各種活動休閒、節慶等。	
--	--	-----------------	---------------	--	--	--	--	----------------------------------	--

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					
第一週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 料理傳家	綜-J-A1 探索與開發 自我潛 能，善用資 源促進生	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊重	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文	【活動一】 年年有餘 1. 探索各地 年節料理的 文化意 義。 2. 分享自己	能積極參與討 論， 探索各地年節 所代表的主動 意義，並主動 分享自己家庭 節料理與背後 的意義。	1. 口語評 量	家 J3 了解人 際交 往、親密 關係的	

		涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	家庭的年與徵的理象義。 家節背後的意義。		發展，以及溝通與衝突處理。	
第二週	主題三、青春愛加溫(家政)單元一、料理傳家	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。	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意	【活動二】 代代傳愛 1. 覺察在自生命家己的驗中，己美和己的關係。宜的錄餚食譜。 2. 以合式傳菜。	能連結食物與自中己的察生自中，己備的關己覺命為自與食與意義。	1. 學習紀錄	家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。

				義。					
第三週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 料理傳家	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。	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊重 及珍惜 自己與 他人生 命，並協 助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文 化的尊 重與悅 納。 家 Dd-IV-2 家庭文 化傳承 與對個 人的意 義。	【活動三】 家傳料理 心裡「畫」 (一) 1. 運用烹調 能力，製作 家傳料理 並記錄過 程。 2. 在製作、 記錄與訪 談過程中探 索家傳對 家庭及價 值的意義。	能在採訪家人 後，蒐集資料， 蒐集有意義的 家傳料理，並 選擇紀錄的 過程與對 家庭的味道 與意義。	1. 學習紀 錄	家 J3 了解人 際交 往、親密 關係的 發展，以 及溝通 與衝突 處理。	
第四週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 料理傳家	綜-J-A1 探索與開發 自我潛 能，善用資 源促進生	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊重	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文	【活動三】 家傳料理 心裡「畫」 (二) 1. 運用烹調 能力，製作 家傳料理	能在採訪家人 後，蒐集資料， 蒐集有意義的 家傳料理，並 選擇紀錄的 過程與對 家庭的味道 與意義。	1. 學習紀 錄	家 J3 了解人 際交 往、親密 關係的	

		涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	並記錄過程。 2. 在製作、記錄與訪談家中探料自己的價值與意義。	義與價值。		發展，以及溝通與衝突處理。	
第五週	主題三、青春愛加溫(家政)單元一、料理傳家	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。	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意	【活動四】 譜出家的溫度 (一) 1. 藉由分享自己與欣理家傳料卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思對於家庭文化傳承的意義及價值。	能藉由分享自己的家傳料理，體會與家傳料理的意義與價值。 能藉由分享自己的家傳料理，體會與家傳料理的意義與價值。	1. 實作評量	家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	

				義。					
第六週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元一、 料理傳家	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。	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊重 及珍惜 自己與 他人生 命，並協 助他人。	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文 化的尊 重與悅 納。 家 Dd-IV-2 家庭文 化傳承 與對個 人的意 義。	【活動四】 譜出家的 溫度(二) 1. 藉由分享 自己與欣 賞他人的 家傳料理 卡，瞭解個 人與家人 文化傳承 的關係。 2. 省思家 傳對於化 家庭文化 傳承與自 己的意義 及價值。	能藉由分 享自己的 家傳料理 ，並連結 自己與家 庭的意義 與價值。 能藉由分 享自己的 家傳料理 ，並連結 自己與家 庭的意義 與價值。	1. 實作評 量	家 J3 了解人 際交 往、親密 關係的 發展，以 及溝通 與衝突 處理。	
第七週	青春愛加 溫複習	綜-J-A1 探索與開發 自我潛 能，善用資 源促進生	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊重	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文	青春愛加 溫 複習	能藉由分 享自己的 家傳料理 ，並連結 自己與家 庭的意義 與價值。 能藉由分 享自己的 家傳料理 ，並連結 自己與家 庭的意義 與價值。	1. 實作評 量	家 J3 了解人 際交 往、親密 關係的	

		涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	化的尊重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。				發展，以及溝通與衝突處理。	
第八週	主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的聲音	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的	【活動一】 家人互動二三事 能表達自己與家人互動的情形。	能表達個人家庭生活中的生活經營經驗。	1. 口語評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中	

				<p>發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p>				<p>的角色責任。</p>	
第九週	<p>主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的</p>	<p>綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的</p>	<p>2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方</p>	<p>家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。</p> <p>家 Da-IV-2</p>	<p>【活動二】心的彼端練習同理人的需求並適切表達自己的意見</p>	<p>能覺察經營家庭生活所需的各種能力。</p>	<p>1. 學習紀錄</p>	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互</p>	

	<p>聲音</p>	<p>意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</p>	<p>式，增進經營家庭生活的能力。</p>	<p>家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 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 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經</p>	<p>感受。</p>			<p>支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>	
--	-----------	---------------------------------------	-----------------------	--	------------	--	--	---	--

				營人際關係。					
第十週	主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的聲音	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 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。	【活動三】 在對話中成長(一) 1. 分析各種與家人溝通的模式。 2. 找出並運用有效溝通方法，正向解決家人互動問題。	能擬訂增進經營家庭生活之各種行動策略。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

				輔 Dc-IV-1 同理 心、人際 溝通、衝 突管理 能力的 培養與 正向經 營人際 關係。					
第十一週	主題三、 青春愛加 溫(家政) 單元二、 傾聽心的 聲音	綜-J-B1 尊重、包容 與欣賞他 人，適切表 達自己的 意見與感 受，運用同 理心及合 宜的溝通 技巧，促進 良好的人 際互動。	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方 式，增進 經營家 庭生活 的能力。	家 Da-IV-1 家人溝 通與情 感表達。 家 Da-IV-2 家庭中 不同角 色的需 求與合 宜的家 人互動。 家 Db-IV-2	【活動三】 在對話中成 長(二) 1. 擬定並執 行增進家 人關係與 溝通的活 動。 2. 根據執行 結果，再 修正、調 整自己的溝 通方式。	能擬訂增進經營 家庭生活之各種 行動策略。	1. 實作評 量	家 J5 了解與 家人溝 通互動 及相互 支持的 適切方 式。 家 J6 覺察與 實踐青 少年在	

				家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因應。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。				家庭中的角色責任。	
第十二週	主題三、青春愛加溫(家政)單元二、	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動四】 愛的連線 (一) 1. 分享烹飪	能擬訂與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動	

	傾聽心的聲音	達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	的方式，增進經營家庭生活的能力。	<p>家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。</p> <p>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。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與</p>	<p>過程中的心得。</p> <p>2. 以烹飪流程計畫的概念分析各階段的優缺點，並嘗試找出烹飪改進方案。</p>			及相互支持的適切方式。家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
--	--------	------------------------------------	------------------	---	---	--	--	------------------------------------	--

				正向經營人際關係。					
第十三週	主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的聲音	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。 家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調適，以及家人衝突的因	【活動四】 愛的連線 (二) 1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的活動。 2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。	能擬訂與執行增進經營家庭的行動，並分享感受。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

				應。 輔 Dc-IV-1 同理 心、人際 溝通、衝 突管理 能力的 培養與 正向經 營人際 關係。					
第十四週	青春愛加 溫複習	綜-J-B1 尊重、包容 與欣賞他 人，適切表 達自己的 意見與感 受，運用同 理心及合 宜的溝通 技巧，促進 良好的人	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方 式，增進 經營家 庭生活 的能力。	家 Da-IV-1 家人溝 通與情 感表達。 家 Da-IV-2 家庭中 不同角 色的需 求與合 宜的家 人互動。	青春愛加溫 複習	能擬訂與執行增 進經營家庭生活 的行動，並分享 感受。	1. 實作評 量	家 J5 了解與 家人溝 通互動 及相互 支持的 適切方 式。 家 J6 覺察與 實踐青	

		際互動。		<p>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。</p> <p>輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。</p>				少年在家庭中的角色責任。	
第十五週	主題三、青春愛加溫(家政)	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他	2a-IV-2 培養親密關係	家 Db-IV-1 家人溝通與情	【活動一】 親愛地圖 表達個人家	能表達個人家庭中的生活經營經驗。	1. 口語評量	家 J5 了解與家人溝	

	單元三、愛家進行曲	人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	的表達與處理知能。	感表達。	庭中的生活經營經驗。			通互動及相互支持的適切方式。	
第十六週	主題三、青春愛加溫(家政)單元三、愛家進行曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動二】 愛的通關密語 (一) 覺察經營家庭生活所需的各種能力。	能覺察經營家庭生活所需的各種能力。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	

第十七週	主題三、青春愛加溫(家政)單元三、愛家進行曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動二】 愛的通關密語(二) 覺察經營家庭生活所需的各種能力。	能覺察經營家庭生活所需的各種能力。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第十八週	主題三、青春愛加溫(家政)單元三、愛家進行曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動三】 愛的存摺(一) 擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	能擬訂增進經營家庭生活之各種行動策略。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	

		良好的人際互動。							
第十九週	主題三、青春愛加溫(家政)單元三、愛家進行曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動三】 愛的存摺 (二) 擬定增進經營家庭生活之各種行動策略。	能擬訂增進經營家庭生活之各種行動策略。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第二十週	主題三、青春愛加溫(家政)單元三、愛家進行曲	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	【活動四】 讓愛久一點 擬定與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	能擬訂與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的	

		意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	知能。					適切方式。	
第二十一週	青春愛加溫複習	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	家 Db-IV-1 家人溝通與情感表達。	青春愛加溫複習	能擬訂與執行增進經營家庭生活的行動，並分享感受。	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	

		良好的人際互動。							
--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--

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。