

## 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： 劉思辰 (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					
第一週	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	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。 (主)	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。	【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. 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. 能練習使 用工 作清單與番茄 工作法來處 理日常工作。	1. 觀察學 生 2. 態度評 定 3. 多元發 表 4. 口語分 享 5. 學習紀 錄	家 J8 探討家庭消 費與財務管 理策略。 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。	

		性，進而有效執行生活中重要事務。	方法，養成自主學習與自我管理的能力。(副)						
第二週	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。	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。(主) 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	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。	【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. 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. 能練習使用工作清單與番茄工作法來處理日常工作。	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 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	

			力。(副)						
第三週	主題三、青春生活通(家政)單元一、元氣新生活活動2、理財有道(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。	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。(主) 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。(副)	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。	【活動2】 理財有道(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. 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。 2. 能練習分配預算、排列花費的優先順序，規劃理財目標並執行存錢計畫。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第四週	主題三、青春生活	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多	2c-IV-2 有效蒐	家 Ca-IV-1 個人與家	【活動2】 理財有道	1. 能檢視個人生活中的消費習	1. 觀察學生	家 J8 探討家庭消	

	通(家政) 單元一、 元氣新生活 活動 2、 理財有道 (二)	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。	集、分析 及開發各 項資源， 做出合宜 的決定與 運用。 (主) 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。(副)	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。	(二) 練習分配 運算、排 列花費 的優先 順序，學 習運用 有限金 錢達成 目標。	慣，瞭解自 己 平日的支出， 分析處理金 錢 資源的狀況。 2. 能練習分 配預 算、排列花費 的優先順序， 規劃理財目 標 並執行存錢 計畫。	2. 態度評 定 3. 多元發 表 4. 學習紀 錄	費與財務管 理策略。 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。	
第五週	主題三、 青春生活 通(家政) 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	2c-IV-2 有效蒐 集、分析 及開發各 項資源， 做出合宜	家 Ca-IV-1 個人與家 庭生活的 金錢及時 間管理。 輔 Ba-IV-2	【活動 3】 關鍵決定 確認國中 生活目 標，運用 所學擬	能確認國中 生活 目標，運用 所學 擬訂具體計 畫，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	家 J8 探討家庭消 費與財務管 理策略。 涯 J4 了解自己的	

	活動 3、 關鍵決定	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。	的決定與 運用。 (主) 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。(副)	自我管理與 學習效能的 提升。	定具體 計畫，並 有效執 行生活 重要事 務。		4. 實作 評量	人格特質與 價值觀。 涯 J13 培養生涯規 劃及執行能 力。	
第六週	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	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。 (主) 1b-IV-1	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。	【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	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。	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 J8 探討家庭消 費與財務管 理策略。 涯 J4 了解自己的 人格特質與 價值觀。 涯 J13 培養生涯規	

		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。	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。(副)		實踐。			劃及執行能力。	
第七週	青春生活通複習	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	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。(主) 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習	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。	青春生活通複習	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。	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 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 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。	

		斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	方法，養成自主學習與自我管理的能力。(副)						
第九週	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。	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 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	【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. 能分享自己的早餐選擇情形。 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。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭評量 5. 高層次紙筆評量	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。	

				小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。					
第十週	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(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。	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 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。	【活動2】 食事偵查線(一) 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. 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。 2. 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。	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 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。	

				童 Aa-IV-2 小隊制度的 分工、 團隊合作 與團體動 力的提 升。					
第十一週	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。	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 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	【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. 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。 2. 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。	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 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。	

				升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。					
第十二週	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。	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 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效	【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. 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。 2. 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。	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 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。	

				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。					
第十三週	主題三、青春生活通(家政)單元二、食尚玩家活動3、選擇有「食」力	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 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 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理	【活動3】 選擇有「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绍立牌。	1. 能正確分析飲食選擇的合宜性。 2. 能設計合宜的健康輕食搭配。 3. 能編輯並製作健康輕食的介绍立牌。	1. 觀察學生 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	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。	

				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。					
第十四週	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	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 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 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2	【活動4】 「食健」有動力 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	1. 能運用創意，實際執行合宜的健康輕食製備。 2. 能省思各種搭配組合之優劣，思考如何將所學運用於生活中。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	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。	

				<p>自我管理與學習效能的提升。</p> <p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p>	優點轉化運用於生活當中。				
第十五週	青春生活通複習	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p> <p>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p>	青春生活通複習	<p>1. 能運用創意，實際執行合宜的健康輕食製備。</p> <p>2. 能省思各種搭配組合之優劣，思考如何將所學運用於生活當中。</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 多元發表</p> <p>4. 實作評量</p>	<p>家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> <p>家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。</p>	

				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。					
第十六週	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	【活動 1】 衣同探險 趣 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。	能分享個人 在生 活中遇到的 服飾 困擾原因與 解決 方式。	1. 觀察學 生 2. 態度評 定 3. 多元發 表 4. 口語分 享	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。	

				提升。					
第十七週	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。	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。	【活動 2】 衣物神秘袋(一) 分析織物材質、特性在衣料上的應用。	能收集並分析個人在生活中遇到有關服飾的狀況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	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。	
第十八週	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。	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	【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。	能收集並分析個人在生活中遇到有關服飾的狀況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	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。	

				自我管理與學習效能的提升。				響。	
第十九週	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。	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。	【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。	能收集並分析個人在生活中遇到有關服飾的狀況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	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。	
第二十週	主題三、青春生活通(家政)單元三、衣事一籬筐 活動 3、	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 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	【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	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。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評	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	

	解碼高手	中重要事務。		技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與 學習效能的 提升。	種不同清 潔劑解決 衣物髒污 的困擾。		量	家庭資源與 消費的影 響。	
第二十一 週	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	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。	【活動 4】 衣物萬事 通 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。	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. 學習紀 錄 5. 高層次 紙筆評量	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。	
第二十二 週	青春生活 通複習	綜-J-B2 善用科技、 資訊與媒體	2c-IV-1 善用各項	家 Ba-IV-1 服飾的清	青春生活 通複習	能整合分析 有關 服飾收納的 資源，	1. 觀察學 生	家 J7 運用家庭資	

		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。	資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	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。		做出合宜的判斷與決定並分享。	2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙筆評量	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					
第一週	主題二、 青春消費 王(家政) 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	3d-IV-2 分析環境 與個人行 為的關係， 運用 策略與行	家 Aa-IV-2 青少年飲 食的消費 決策與行 為。 家 Aa-IV-3	【活動1】綠 色飲食好選 擇 覺察個人飲 食行為對環 境的影響。	能覺察個人飲 食行為對環 境的影響。 能分析個人日 常消費習慣， 提出減少剩食 的方法。	1. 口語評 量	環 J6 瞭解世 界人口 數量增 加、糧食 供給與	

	活動 1、 綠色飲食 好選擇	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。	動，促進環境永續發展。	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。				營養的永續議題。	
第二週	主題二、 青春消費王(家政) 單元一、 新良食運	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。	【活動 2】惜食不「破」 氣 分析個人飲食消費習	能分析個人日常飲食消費習慣，提出減少剩食的方法。	1. 口語評量 2. 學習紀錄	環 J6 了解世界人口數量增加、糧食	

	<p>動 活動2、惜 食不「破」 氣</p>	<p>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。</p>	<p>策略與行 動，促進 環境永續 發展。</p>	<p>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。</p>	<p>慣，建立惜 食的飲食態 度。</p>			<p>供給與 營養的 永續議 題。</p>	
<p>第三週</p>	<p>主題二、 青春消費 王(家政) 單元一、</p>	<p>綜-J-C1 探索人與 環境的關 係，規劃、</p>	<p>3d-IV-2 分析環境 與個人行 為的關</p>	<p>家 Aa-IV-2 青少年飲 食的消費 決策與行</p>	<p>【活動3】低 碳飲食 COOL 一點(一) 1. 因應環境</p>	<p>1. 能瞭解低碳 飲食概念並提出 具體做法。 2. 能製作低碳 飲食</p>	<p>1. 學習紀 錄 2. 實作評 量</p>	<p>環 J6 了解世 界人口 數量增</p>	

	<p>新良食運動 活動3、低碳飲食 COOL 一點 (一)</p>	<p>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。</p>	<p>係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>食餐點，熟練低碳飲食的做法與技巧。</p>		<p>加、糧食供給與營養的永續議題。</p>	
<p>第四週</p>	<p>主題二、 青春消費王(家政)</p>	<p>綜-J-C1 探索人與環境的關</p>	<p>3d-IV-2 分析環境與個人行</p>	<p>家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費</p>	<p>【活動 3】 低碳飲食 COOL 一點(二)</p>	<p>1. 能瞭解低碳飲食概念並提出具體做法。</p>	<p>1. 學習紀錄 2. 實作評</p>	<p>環 J6 瞭解世界人口</p>	

	單元一、 新良食運動 活動3、低 碳飲食 COOL 一點 (二)	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。	為的關係， 運用 策略與行 動，促進 環境永續 發展。	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. 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。	2. 能製作低碳 飲食餐點，熟練低 碳飲食的做法 與 技巧。	量	數量增 加、糧食 供給與 營養的 永續議 題。	
第五週	主題二、 青春消費	綜-J-C1 探索人與	3d-IV-2 分析環境	家 Aa-IV-2 青少年飲	【活動 3】低 碳飲食 COOL	1. 能瞭解低碳 飲食概念並提出	1. 學習紀 錄	環 J6 瞭解世	

	<p>王(家政) 單元一、 新良食運 動 活動3、低 碳飲食 COOL 一點 (三)</p>	<p>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。</p>	<p>與個人行 為的關 係，運用 策略與行 動，促進 環境永續 發展。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>具體做法。 2. 能製作低碳 飲食餐點，熟練低 碳飲食的做法 與 技巧。</p>	<p>2. 實作評 量</p>	<p>界人口 數量增 加、糧食 供給與 營養的 永續議 題。</p>	
第六週	主題二、	綜-J-C1	3d-IV-2	家 Aa-IV-2	【活動 4】小	能從飲食擴大	1. 學習紀	環 J6	

	<p>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</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>到其他生活層面，提出與生活具體行動並實踐。</p>	<p>錄 2. 實作評量</p>	<p>瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。</p>	
--	--	--	---------------------------------------	---	--	------------------------------	----------------------	---------------------------------	--

第七週	青春消費王複習	<p>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。</p> <p>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</p>	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。	<p>家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。</p> <p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p> <p>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。</p>	青春消費王複習	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。	<p>1. 學習紀錄</p> <p>2. 實作評量</p>	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	
-----	---------	---	---	---	---------	---------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	--

		他人。							
第八週	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	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。	【活動1】 「衣」時之選 分享自己衣物選購的經驗與喜好。	能表達服飾消費的相關經驗。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第九週	主題二、	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Ba-IV-2	【活動2】衣	能覺察個人在生活中的服飾消	1. 實作評	家 J9	

	青春消費王(家政)單元二、「衣」起消費「趣」活動2、衣見傾心(一)	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。	有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	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。	見傾心(一)藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。	費決策及行為偏向，分析影響決策行為的因素。	量	分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十週	主題二、青春消費王(家政)單元二、	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各	家 Ba-IV-2 服飾消費的影響因素與青少	【活動 2】衣見傾心(二)藉由測驗與活動覺察自	能覺察個人生活中的服飾消費決策及行為偏向，	1. 實作評量	家 J9 分析法規、公共政策對	

	「衣」起消費「趣」活動2、衣見傾心(二)	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。	項資源，做出合宜的決定與運用。	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。	己的消費決策習慣偏向。	分析影響決策行為的因素。		家庭資源與消費的影響。	
第十一週	主題二、青春消費王(家政)單元二、「衣」起消費「趣」活動3、買	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-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與	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。	【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風險，思考並	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	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影	

	衣停看聽	性，進而有效執行生活中重要事務。	運用。	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。	擬定相應的解決策略。	畫		響。	
第十二週	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	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	【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。	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. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

		事務。		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。					
第十三週	青春消費王複習	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	青春消費王複習	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. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				合宜的消費行為。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十四週	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。	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	【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。	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. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				學習資源 探索與資 訊整合運 用。					
第十五週	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。	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。	【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。	能表達生活中 遇到的衣物破損 狀況，及可能會 使用的針線工 具。	1. 口語評 量	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。	
第十六週	主題二、 青春消費 王(家政) 單元三、 「針」惜 好生活 活動2、	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。	【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	能歸納出不同 縫 法的使用方式， 並正確運用於 縫 補衣服。	1. 實作評 量	環 J4 瞭解永 續發展 的意義 (環 境、社會 與經濟	

	「針縫」對決(一)	性，進而有效執行生活中重要事務。			縫補衣物。			的均衡發展)與原則。	
第十七週	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(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。	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。	【活動 2】 「針縫」對決(二) 覺察及分析各種不同縫法，並正確使用手縫法縫補衣物。	能歸納出不同縫法的使用方式，並正確運用於縫補衣服。	1. 實作評量	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。	
第十八週	主題二、青春消費王(家政)單元三、「針」惜好生活活動 3、	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。	【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	能運用創新能力與手縫法進行舊物評估與改良。	1. 實作評量 2. 口語評量	環 J4 瞭解永續發展的意義(環境、社會與經濟	

	「針」惜好物(一)	性，進而有效執行生活中重要事務。			性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。			的均衡發展)與原則。	
第十九週	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。	【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。	能運用創新能力與手縫法進行舊物評估與改良。能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 2. 口語評量	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。	
第二十週	主題二、青春消費王(家政)單元三、「針」惜好生活活動 4、	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析其適切	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。	【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	能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 J4 瞭解永續發展的意義(環境、社會與經濟	

	「針」心 「針」意	性，進而有效執行生活中重要事務。			之情懷。			的均衡發展)與原則。	
第二十一週	青春消費王 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。	青春消費王 複習	能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 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。