

111 學年度嘉義縣竹崎高級中學國中部七年級第一、二學期綜合活動領域家政科 教學計畫表 設計者：盧秀英

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) 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	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 了解自己的性格特質與價值觀。 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。	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 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第三週	主題三、青春生活通	綜-J-A2 釐清學習目標	2c-IV-2 有效蒐集、分	家 Ca-IV-1 個人與家庭生	【活動2】理財有道(一)	1. 能檢視個人生	1. 觀察學生 2. 態度評定	家 J8 探討家庭消費	

	(家政) 單元一、元氣新生活 活動2、理財有道(一)	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。	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)	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。	檢視個人生活中的消費習慣，分析處理金錢資源的狀況。	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。	3. 多元發表 4. 學習紀錄	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。	
第四週	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(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	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2】理財有道(二) 練習分配預算、排列花費的優先順序，學習運用	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。	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 了解自己的人格特質與價值	

		<p>的策略，解決生活議題。</p> <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>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。</p> <p>(副)</p>		<p>有限金錢達成目標。</p>	<p>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。</p>		<p>觀。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。</p>	
<p>第五週</p>	<p>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</p>	<p>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。</p> <p>綜-J-B2 善用科技、資</p>	<p>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。</p> <p>(主)</p> <p>1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學</p>	<p>家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。</p> <p>輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。</p>	<p>【活動 3】關鍵決定 確認國中生生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。</p>	<p>能確認國中生活目標，運用所學擬訂具體計畫，練習有效執行生活重要事務。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量</p>	<p>家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。</p>	

		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。	習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 (副)						
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 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。	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 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	

		要事務。							
第七週	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 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。	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。	
第八週	主題三、青春生活通 (家政) 單元二、食	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青	【活動1】挑食任務 分享自己的早餐選擇情形	1. 能分享自己的 的 早餐選擇情形。 2. 能釐清自己	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

	尚玩家 活動 1、挑 食任務	及判斷其適切 性，進而有效 執行生活中重 要事務。	畫與執 行個人 生活中 重要事 務。	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 小 隊制度的分 工、團隊合 作與團體動 力的提升。	形。透過討 論，覺察自 己食物選擇 的傾向與習 慣。	選 擇飲食可能的 原因， 覺察自 己選擇食物的 傾向與習慣。	5. 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	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	【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	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	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	

			務。	<p>創意運用。</p> <p>輔 Ba-IV-2 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>	機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	與 分析自己的飲食行為合宜性，承諾改善，並實際練習執行。		影響。	
第十週	<p>主題三、青春生活通</p> <p>(家政)</p> <p>單元二、食尚玩家</p> <p>活動 2、食事偵查線</p> <p>(二)</p>	<p>綜-J-B2</p> <p>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> <p>輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提</p>	<p>【活動 2】食事偵查線</p> <p>(二)</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>2. 能探索檢核與</p> <p>分析自己的飲食行為合宜性，承諾改善，並</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 多元發表</p> <p>4. 口語分享</p> <p>5. 學習紀錄</p> <p>6. 實作評量</p> <p>7. 高層次紙筆評量</p>	<p>家 J7</p> <p>運用家庭資源，規劃個人生活目標。</p> <p>家 J9</p> <p>分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。</p>	

				升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。		實際練習執行。			
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(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 自我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合	【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。	

				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。	【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紹立牌。	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的 3. 能編輯並製作健康輕食的介紹立牌。	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。	
第十三週	主題三、青春生活通	綜-J-B2 善用科技、資	2c-IV-1 善用各項	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲	【活動4】「食健」有	1. 能運用創意，實際執行合宜	1. 觀察學生 2. 態度評定	家 J7 運用家庭資	

	(家政) 單元二、食 尚玩家 活動 4、 「食健」有 動力	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。	資源， 妥善計 畫與執 行個人 生活中 重要事 務。	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 小 隊制度的分 工、團隊合 作與團體動 力的提升。	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 合中的優點 轉化運用於 生活當中。	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 當中。	3. 多元發表 4. 實作評量	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。	
第十四週	主題三、青 春生活通 (家政) 單元二、食 尚玩家 活動 4、	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	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。	【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	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，	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	

	「食健」有動力	執行生活中重要事務。		<p>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p> <p>輔 Ba-IV-2 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>	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。	思考如何將所學運用於生活當中。		共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十五週	<p>主題三、青春生活通(家政)</p> <p>單元三、衣事一籬筐</p> <p>活動 1、衣同探險趣</p>	<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 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。</p> <p>家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。</p> <p>輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。</p>	<p>【活動 1】衣同探險趣</p> <p>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。</p>	<p>能分享個人在生活中遇到的服飾困擾原因與解決方式。</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 多元發表</p> <p>4. 口語分享</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>	

第十六週	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動2、衣物神祕袋 (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】衣物神祕袋 (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、衣物神祕袋 (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 自我管理與學習效能的提升。	【活動2】衣物神祕袋 (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。	
第十八週	主題三、青春生活通	綜-J-B2 善用科技、資	2c-IV-1 善	家 Ba-IV-1 服	【活動2】衣	能收集並分析	1. 觀察學生 2. 態度評定	家 J7 運用家庭資	

	(家政) 單元三、衣 事一籬筐 活動2、衣 物神秘袋 (三)	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。	源，妥善計 畫與執行個 人生活中重 要事務。	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。	(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。	個 人在生活中遇 到 有關服飾的狀 況。	3. 多元發表 4. 實作評量	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。	
第十九週	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。	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 擾。	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	綜-J-B2 善用科技、資 訊與媒體等資 源，並能分析	2c-IV-1 善 用各項資 源，妥善計 畫與執行個	家 Ba-IV-1 服 飾的清潔、收 納與管理。 家 Bc-IV-1 常	【活動4】衣 物萬事通 判斷家中服 飾適合的	能整合分析有 關 服飾收納的資 源，	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	家 J7 運用家庭資 源，規劃個人 生活目標。	

	事一籬筐 活動 4、衣 物萬事通	及判斷其適切 性，進而有效 執行生活中重 要事務。	人生活中重 要事務。	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。	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。	做出合宜的判 斷 與決定並分 享。	5. 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 活動 1、綠 色飲食好選 擇	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，	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。	【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 飲食消費習慣， 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 營養的永 續議題。	

		發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。							
第二週	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新食運動 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	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	【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。	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、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		略的實踐與省思。					
第三週	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新食運動 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	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	【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. 能瞭解低碳飲食概念並提出具體做法。 2. 能製作低碳飲食餐點，熟練低碳飲食的做法與技巧。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		略的實踐與省思。					
第四週	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新食運動 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	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	【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. 能瞭解低碳飲食概念並提出具體做法。 2. 能製作低碳飲食餐點，熟練低碳飲食的做法與技巧。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		略的實踐與省思。					
第五週	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新食運動 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	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	【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. 能瞭解低碳飲食概念並提出具體做法。 2. 能製作低碳飲食餐點，熟練低碳飲食的做法與技巧。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		略的實踐與省思。					
第六週	主題二、青春消費王(家政) 單元一、新食運動 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	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	【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。	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. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		略的實踐與省思。					
第七週	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	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。	【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。	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. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。							
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	【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。	

				習資源探索與資訊整合運用。					
第九週	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。	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 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。	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。	1. 實作評量	家 J9 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)	綜-J-B2 善用科技、	2c-IV-2 有效蒐集、分	家 Ba-IV-2 服飾消費的影	【活動 2】衣見傾心(二)	能覺察個人在生活中的服飾消費	1. 實作評量	家 J9 分析法	

	政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動 2、衣見傾心(二)	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。	析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	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。	藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。	決策及行為偏向， 分析影響決策行為的因素。		規、公共政策對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性，進而有效	2c-IV-2 有效蒐集、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	【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，思考並擬定相應的解	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	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。	

	衣停看聽	效執行生活中重要事務。		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。	決策略。				
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	【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。	

				費行為。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十三週	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 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。	
第十四週	主題二、青	綜-J-B2	2c-IV-2 有	家 Ba-IV-2 服	【活動 4】全	能執行合宜的服	1. 口語評量	家 J9	

	春消費王(家政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動4、全班「衣」起購(二)	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。	效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	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。	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。	飾消費計畫並評估其適切性。	2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十五週	主題二、青春消費王(家政)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計	家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技	【活動1】 「針」心工坊 運用適當的針	能表達生活中遇到的衣物破損狀況，及可能會使	1. 口語評量	環 J4 瞭解永續發展的意	

	單元三、 「針」惜好 生活 活動 1、 「針」心工 坊	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。	畫與執行個人生活中重要事務。	巧應用。	線工具處理衣物破損的狀況。	用到的針線工具。		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、 「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。	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。	
第十七週	主題二、青春消費王(家政) 單元三、 「針」惜好	綜-J-B2 善用科技、 資訊與媒體 等資源，並 能分析及判	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重	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，	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	

	生活 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。	要事務。		並正確使用手 縫法縫補衣 物。			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、 「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。	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。	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。	
第十九週	主題二、青 春消費王(家 政) 單元三、 「針」惜好	綜-J-B2 善用科技、 資訊與媒體 等資源，並 能分析及判	2c-IV-1 善 用各項資 源，妥善計 畫與執行個 人生活中重	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	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	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	

	生活 活動 3、 「針」惜好 物(二)	斷其適切 性，進而有效執行生活中重要事務。	要事務。		物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。	之優點與特色， 並欣賞惜物、愛物之情懷。		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、 「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。	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，並欣賞惜物愛物之情懷。	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。	
第二十一週	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 4】 「針」心 「針」意 展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜	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	

	活動 4、 「針」心 「針」意	性，進而有效執行生活中重要事務。			物愛物之情懷。			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。