

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣鹿草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：郭燕玉 (表十一之一)

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， 養成自主學 習的能力， 運用適當的	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 歸納分 類。 3. 蒐集與善 用資	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。	

		策略，解決生活議題。	促進個人成長。		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 飲食的製備與創意運用。	【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。 3. 蒐集與善用資料，解決料理問題。	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。	
第三週	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	【活動二】 「食」	瞭解食材的挑選和清洗方	1. 口語分享	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 飲食的製備與創意運用。	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畫。	式、烹飪流程計畫的整體概念並嘗試擬定烹飪計畫。	2 高層次 紙筆評量	源，規劃個人生活目標。	
第四週	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	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的	【活動三】 料理練功坊 (一) 依照烹飪計畫，善用刀工	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。	

		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。	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。	製備與創意運用。	與烹調法執行料理製備。				
第五週	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	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	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。	【活動三】 料理練功坊 (二) 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。	

		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。	己的興趣與多元能力，接納自己，以促進個人成長。						
第六週	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，	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	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。	【活動四】 料理一定行 1. 分享烹飪過程中的心得。 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	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。	

		運用適當的策略，解決生活議題。	己，以促進個人成長。		飪計畫的改進方案。				
第七週	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 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	【活動一】 「衣」探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。	
第八週	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 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	【活動一】 「衣」探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。	
第八週	主題一、	綜-J-B3	2d-IV-2	家 Bb-IV-1	【活動一】	覺察服飾搭	1. 口語	涯 J4	

	青春魔法師(家政)單元二、「衣」美專家	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。	欣賞多元的生活文化，運用美學於日常生活中，展現美感。	服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	「衣」探究竟覺察服飾搭配與個人形象管理的關係。	配與個人形象管理的關係。	評量	了解自己的 人格特質 與價值 觀。	
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。	【活動二】 打造高「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。	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。	

第十週	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 型選擇 衣物、 配件， 找出適 合的服 裝穿 搭。	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。	
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	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	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。	

			現美感。		的個人形象。				
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 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	【活動三】 翻閱「衣」Q事件簿 (二) 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)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 服飾的選擇、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	主題一、青春魔法師(家政)單元三、	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切	1a-IV-1 探索自我與家庭發展	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響	【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	1. 口頭分享	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此	

	幸福一家人	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>響，以及少子化、高齡化與家庭結構變遷的關聯。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。</p>	<p>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。</p>	<p>互動情形。</p>	<p>的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>	
第十六週	<p>主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人</p>	<p>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</p>	<p>1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分</p>	<p>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</p>	<p>【活動二】 打開時光寶盒 (一) 透過訪談，瞭解家庭長輩</p>	<p>透過訪談，瞭解家庭長輩人生經歷與彼此的生活差異。</p>	<p>1. 學習紀錄</p>	<p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人</p>

		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，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	析影響個人成長因素及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	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。	人生經歷與彼此的生活差異。			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。 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	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	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。	【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	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	

		巧，促進良好的人際互動。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	及調適方法。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。	的生活差異。			方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 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。	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	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	【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	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	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	

		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。	運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	與及正向家人關係的維繫。	影響。			青少年在家庭中的角色責任。 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	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	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	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	

		活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。		進家人互動關係。			任。 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，於個人及家庭生活環境中展現	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，規劃合宜的活動，豐	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。 家 J11 規劃與執行	

		美感，提升生活品質。	富個人及家庭生活。					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	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>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。</p> <p>家 Dc-IV-1 家庭活動策畫、參與及正向家人關係的維繫。</p>	<p>【活動四】 用心的愛 (二)</p> <p>1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。</p> <p>2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。</p>	<p>1. 分析家人維繫感情方式，策劃合適的家庭活動。</p> <p>2. 執行家庭活動，並評估其適切性，增進家人互動關係。</p>	1. 實作評量	<p>多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>	

<p>第二十一週</p>	<p>主題一、青春魔法師(家政)單元三、幸福一家人</p>	<p>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，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。</p>	<p>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，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>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。</p>	<p>【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。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 實作評量</p>	<p>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。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動休閒、節慶等。</p>	
--------------	-------------------------------	---	---	---	--	---	----------------	---	--

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。	【活動一】 年年有餘 1. 探索各地 年節料理 所代表的 文化意 義。 2. 分享自己 家庭的年 節料理與 背後象徵 的意義。	能積極參與討 論， 探索各地年節料 理所代表的文化 意義，並主動 分 享自己家庭的年 節料理與背後象 徵的意義。	1. 口語評 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	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊 重及珍 惜自己	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文 化的尊 重與悅	【活動二】 代代傳愛 1. 覺察在自 己的生命 經驗中， 家人為自 己準備的	能連結食物與自 己的生活，從 中 覺察在自己的生 命經驗中，家 人 為自己準備的美	1. 學習紀 錄	家 J3 了解人 際交 往、親 密關係 的發 展，以	

		思自我價值，實踐生命意義。	與他人生命，並協助他人。	納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	美食與自己的關係和意義。 2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。	食與自己的關係與意義。		及溝通與衝突處理。	
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，製作傳家料理並記錄過程。 2. 在製作、記錄與訪談家人的過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義及價	能在採訪家人後，蒐集資料，選擇有意義的家傳料理，製作並紀錄屬於家庭味道的菜餚，在過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義與價值。	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。	

					值。				
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」 (二) 1. 運用烹調 能力，製 作傳家料 理並記錄 過程。 2. 在製作、 記錄與訪 談家人的 過程中探 索家傳料 理對自己 與家庭的 意義及價 值。	能在採訪家人 後， 蒐集資料，選 擇 有意義的家傳料 理，製作並紀 錄 屬於家庭味道的 菜餚，在過程 中 探索家傳料理對 自己與家庭的意 義與價值。	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	1d-IV-2 探索生 命的意 義與價 值，尊 重及珍	家 Dd-IV-1 家庭生 活方式 及多元 族群文 化的尊	【活動四】 譜出家的 溫度 (一) 1. 藉由分享 自己與欣	能藉由分享自己 的家傳菜，欣 賞 他人的家傳料 理，	1. 實作評 量	家 J3 了解人 際交 往、親 密關係 的發	

		發展，省思自我價值，實踐生命意義。	惜自己與他人生命，並協助他人。	重與悅納。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	賞他人的家傳料理卡，瞭解個人與家人文化傳承的關係。 2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。	體會並連結自己與家庭文化傳承的意義與價值，思考未來傳承的方法。		展，以及溝通與衝突處理。	
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	【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。	能藉由分享自己的家傳菜，欣賞他人的家傳料理， 體會並連結自己與家庭文化傳承的意義與價值，思考未來傳承的方法。	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。	2. 省思家傳料理對於家庭文化傳承與自己的意義及價值。				
第七週	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. 省思家傳料理對於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菜，欣賞他人的家傳料理，體會並連結自己與家庭文化傳承的意義與價值，思考未來傳承的方法。	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	主題三、青春愛加溫	綜-J-A1 探索與開發	1d-IV-2 探索生	家 Dd-IV-1 家庭生	【活動四】 譜出家的	能藉由分享自己的家傳菜，欣	1. 實作評量	家 J3 了解人	

	<p>溫(家政) 單元一、 料理傳家</p>	<p>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。</p>	<p>命的意 義與價 值，尊 重及珍 惜自己 與他人 生命， 並協助 他人。</p>	<p>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。</p>	<p>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 家傳料 理對於 家庭文 化傳承 與自己 的意義 及價值。</p>	<p>賞 他人的 家傳料 理， 體會並 連結自 己與家 庭文化 傳承的 意義與 價值， 思考未 來傳承 的方法。</p>		<p>際交 往、親 密關係 的發展 ，以及 溝通與 衝突處 理。</p>	
<p>第八週</p>	<p>主題三、 青春愛 加溫(家 政)單元 二、傾 聽心的 聲音</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>【活動一】 家人互 動二三 事 能表達 自己與 家人互 動的情 形。</p>	<p>能表達 個人家 庭中的 生活經 營經驗。</p>	<p>1. 口語 評量</p>	<p>家 J5 了解與 家人溝 通互動 及相互 支持的 適切方 式。 家 J6</p>	

		溝通技巧，促進良好的人際互動。	力。	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營人際關係。				覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第九週	主題三、	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Da-IV-1	【活動二】	能覺察經營家庭	1. 學習紀	家 J5	

	<p>青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的聲音</p>	<p>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。</p>	<p>覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。</p>	<p>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。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝</p>	<p>心的彼端 練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。</p>	<p>生活所需的各種能力。</p>	<p>錄</p>	<p>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。</p>	
--	----------------------------	---	----------------------------------	---	---	-------------------	----------	---	--

				突管理能力的培養與正向經營人際關係。					
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	【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。	

				<p>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>					
第十一週	<p>主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的聲音</p>	<p>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</p>	<p>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。</p>	<p>家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。</p> <p>家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家</p>	<p>【活動三】在對話中成長(二)</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 	<p>能擬訂增進經營家庭生活之各種行動策略。</p>	<p>1. 實作評量</p>	<p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青</p>	

		良好的人際互動。		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營人際關係。	整自己與家人的溝通方式。			少年在家庭中的角色責任。	
第十二週	主題三、青春愛加溫(家政)	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他	2a-IV-3 覺察自己與家	家 Da-IV-1 家人溝通與情	【活動四】 愛的連線 (一)	能擬訂與執行增進經營家庭生活的行動，並分	1. 實作評量	家 J5 了解與家人溝	

	<p>單元二、傾聽心的聲音</p>	<p>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。</p>	<p>人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力。</p>	<p>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。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的</p>	<p>1. 分享烹飪過程中的心得。 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。</p>	<p>享感受。</p>		<p>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。</p>	
--	-------------------	--	----------------------------	---	---	-------------	--	---	--

				培養與正向經營人際關係。					
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	【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 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

				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。					
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。	【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	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 少年在 家庭中	

				<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>	通方式。			的角色責任。	
第十四週	主題三、青春愛加溫(家政)單元二、傾聽心的	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	<p>【活動四】 愛的連線 (二) 1. 擬定並執行增進家</p>	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	

	聲音	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。	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正向經</p>	<p>人關係與溝通的活動。</p> <p>2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。</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。	
--	----	---------------------------------	----------------	--	--	--	--	--	--

				營人際關係。					
第十五週	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。	【活動一】 親愛地圖 表達個人家庭中的生活經營經驗。	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	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。	

		溝通技巧，促進良好的人際互動。							
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	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	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	

		用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。			略。			式。	
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	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	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	

	曲	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。		庭生活的行動，並分享感受。			支持的適切方式。	
--	---	---------------------------------	-----	--	---------------	--	--	----------	--

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。