

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

113 學年度嘉義縣新港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：王百惠 (表十一之一)

一、教材版本：翰林版第一上、一下冊 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(學習引導 內容及實施方式)	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	主題三衣 Q 魔法師 單元一衣 Q 養成計 畫	綜-J-B2 綜-J-B3	2c-IV-1	家 Bc-IV-1	1. 依不同情 況，選擇合 適的衣物。 2. 了解不同 特性的織物 的材質、觸 感、功能 性。	單元一：衣 Q 養成計 畫 <活動 1>選衣召喚術 1. 思考在不同情境 時，需要的衣物特性 為何。 2. 不同情境會選擇何 種材質、觸感、織法 及功能性的衣物。	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	
第二週	主題三衣 Q 魔法師 單元一衣 Q 養成計 畫	綜-J-B2 綜-J-B3	2c-IV-1	家 Bc-IV-	1. 依不同情 況，選擇合 適的衣物。 2. 了解不同 特織的材 質、觸感、 功能。	<活動 2>衣料辨認術 -觀察洗標 1. 衣物吊牌或洗標有 哪些資訊？ 2. 哪些是政府規定一 定需要標示的事項 呢？	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	
第三週	主題三衣 Q 魔法師 單元一衣	綜-J-B2 綜-J-B3	2c-IV-1	家 Bc-IV-1	1. 依不同情 況，選擇合 適的衣物。	<活動 2>衣料辨認術 -衣物材質辨識(續	學生自評 學生互評 教師評量	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的	

	Q 養成計畫				2. 了解不同織物的材質、觸感、功能。	上節) 1. 利用各種感官體驗衣服的特性。		能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。	
第四週	主題三衣 Q 魔法師 單元一衣 Q 養成計畫	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元一：衣 Q 養成計畫 <活動 2>衣料辨認術-認識機能衣物(續上節) 1. 機能性織物種類穿著的時機、穿起來感覺如何。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第五週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 1>洗衣的修練 1. 洗衣經驗分享。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第六週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1 家 Bc-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 1>洗衣的修練(續上節) 1. 認識洗衣順序的各階段，還有哪些洗衣的小魔法呢？ 2. 藉由實際操作、體驗，提升分辨各項資訊的能力。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第七週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養 (第一次段考)	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 1>洗衣的修練(續上節) 1. 各小組認領一項洗衣步驟順序，在書本、網路搜尋，並於下節課分享報告。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第八週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1 家 Bc-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物	單元二：衣物保養 <活動 1>洗衣的修練(續上節)	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解	

	物保養				收納計畫並實際操作。	1. 分享報告。 2. 小組統整再填寫在課本。		自然環境的倫理價值。	
第九週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 1>洗衣的修練-洗衣四部曲（續上節） 1. 衣物分類。 2. 衣物清洗。 3. 晒乾衣物。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第十週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1 家 Bc-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 2>收納的考驗 1. 衣物收納困擾分享。 2. 收納妙招大公開。 3. 收納改善實作。	學生自評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第十一週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 2>收納的考驗（續上節） 1. 改善家裡的衣物收納方式時，遇到什麼困難？如何解決？ 2. 衣物收納改善成果分享。	學生自評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第十二週	主題三衣 Q 魔法師 單元二衣物保養	綜-J-B3	2c-IV-1	家 Ba-IV-1 家 Bc-IV-1	1. 認識洗滌標籤。 2. 擬定衣物收納計畫並實際操作。	單元二：衣物保養 <活動 2>收納的考驗（續上節） 1. 改善家裡的衣物收納方式時，遇到什麼困難？如何解決？ 2. 衣物收納改善成果分享。	學生自評 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。	
第十三週	主題四料理 新鮮人 單元一烹調「硬」	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 安全衛生之教室使用規則。 2. 探索各項	單元一：烹調「硬」實力 <活動 1>環境探索 1. 觀察廚房配置。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】	

	實力				烹調器具的用途。	2. 烹飪教室使用守則。		家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十四週	主題四料理新鮮人單元一烹調「硬」實力(第二次段考)	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 探索各項烹調器具的用途。 2. 探討各項食品的貯存，適溫與保存前的處理方式。	單元一：烹調「硬」實力 <活動 2> 器具再發現 1. 烹調器材使用、清潔與保養。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十五週	主題四料理新鮮人單元二料理起手式	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 探索各項烹調器具的用途。 2. 探討各項食品的貯存，適溫與保存前的處理方式。	單元二：料理起手式 <活動 1> 不知不可~ 烹調步驟的教學 1. 烹調技術探索。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十六週	主題四料理新鮮人單元二料理起手式	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 食物製備的認識。 2. 了解食品選購。 3. 食品的貯存，適溫與保存前的處理方式。	單元二：料理起手式 <活動 2> 選購祕訣 1. 生鮮食材選購要點。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十七週	主題四料理新鮮人單元二料理起手式	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 食物製備的認識。 2. 了解食品選購。 3. 食品的貯存，適溫與保存前的處理方式。	單元二：料理起手式 <活動 2> 選購祕訣 (續上節) 1. 包裝食品與散裝食品的選購要點 2. 影響食材選購的各種因素。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十八週	主題四料理新鮮人	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-1 家 Ab-IV-2	1. 食物製備的認識。	單元二：料理起手式 <活動 3> 食材保存術	學生自評 學生互評	【安全教育】 安 J9 遵守環境設	

	單元二料理起手式				2. 了解食品選購。 3. 食品的貯存，適溫與保存前的處理方式。	1. 食品保存的前處理方式。	教師評量	施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第十九週	主題四料理新鮮人單元三新鮮上菜	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-2 家 Ab-IV-1	1. 規畫烹調實作，能兼顧衛生、安全。 2. 實際執行各小隊的烹調實作規畫。	單元三：新鮮上菜 <活動 1>做好準備 1. 討論實作食譜。 2. 實作分工。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第二十週	主題四料理新鮮人單元三新鮮上菜	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-2 家 Ab-IV-1	1. 規畫烹調實作，能兼顧衛生、安全。 2. 實際執行各小隊的烹調實作規畫。	單元三：新鮮上菜 <活動 2>展現廚藝 1. 集合與準備。 2. 實作規則參考。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	
第二十一週	主題四料理新鮮人單元三新鮮上菜(第三次段考)	綜-J-B2	2c-IV-1 2c-IV-2	家 Ab-IV-2 家 Ab-IV-1	1. 規畫烹調實作，能兼顧衛生、安全。 2. 實際執行各小隊的烹調實作規畫。	單元三：新鮮上菜 <活動 3>回顧與檢討 1. 進行意見發表。 2. 活動小省思。	學生自評 學生互評 教師評量	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】 家 J9 家庭資源與個人生活目標。	

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(學習引導 內容及實施方式)	評量方式	議題融入	跨領域 統整規 劃(無
			學習	學習內容					

			表現						則免填)
第一週	主題五： 飲食大探索 單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	探討影響飲食行為的各種因素，比較各種因素對自己的影響力。	單元一：食在健康 <活動 1>吃喝的理由 1. 小隊內分享印象深刻的一餐。 2. 找出除了飢餓之外的『飲食行為的影響因素』。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	
第二週	主題五： 飲食大探索 單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	檢核自己與家人的飲食習慣，並找出需要調整之處。	<活動 2>飲食放大鏡 1. 飲食習慣觀察心得分享。 2. 討論健康飲食如何做？ 3. 檢視「飲食習慣改善計畫」。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	
第三週	主題五： 飲食大探索 單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	蒐集健康食譜並實際製作菜餚，與家人分享並討論健康的實踐之道。	<活動 3>健康上菜 1. 健康食譜分享 2. 小隊食譜修正與任務分工。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	
第四週	主題五： 飲食大探索 單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	蒐集健康食譜並實際製作菜餚，與家人分享並討論健康的實踐之道。	<活動 3>健康上菜 1. 完成『健康饗宴』烹調實作。 2. 以拍照、錄影記錄實作情況。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	
第五週	主題五： 飲食大探索 單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	蒐集健康食譜並實際製作菜餚，與家人分享並討論健康的實踐之道。	<活動 3>健康上菜 1. 完成『健康饗宴』烹調實作。 2. 以拍照、錄影記錄實作情況。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	

第六週	主題五： 飲食大探 索單元一： 食在健康	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-1	蒐集健康食譜並實際製作菜餚，與家人討論健康的實踐之道。	<活動 3>健康上菜 1. 透過『健康饗宴』與『健康飲食習慣實踐』，檢視家人的飲食生活產生了哪些變化？該再做哪些調整？	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第七週	主題五： 飲食大探 索單元二： 青春樂吃 購(第一次 段考)	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-2	探索並蒐集與飲食消費相關的資訊。	單元二：青春樂吃購 <活動 1>餐飲情報站 1. 利用飲食九宮格進行「外食商家點點名」活動。 2. 進行餐飲店家實地觀察並記錄。	學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第八週	主題五： 飲食大探 索單元二： 青春樂吃 購	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-2	探索與飲食消費相關的資訊。	<活動 1>餐飲情報站 1. 分享飲食消費上重視哪些層面。 2. 蒐集與飲食消費有關的資訊。	學生互評 學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第九週	主題五： 飲食大探 索單元二： 青春樂吃 購	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-2	透過實際走訪觀察與資料蒐集分析，擬定自己的飲食消費守則。	<活動 2>飲食主張 1. 飲食消費觀察與相關資料分享。 2. 定下「飲食消費行動方案」。	學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第十週	主題五： 飲食大探 索單元二： 青春樂吃 購	綜-J-B2	2c-IV-2	家 Aa-IV-2	實踐自己的飲食消費守則，並分享心得。	<活動 3>生活「食」踐 1. 分享實踐消費原則後生活的改變。 2. 分享遇到的困難與解決之道。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第十一週	主題六： 我們這一 「家」 單元一：	綜-J-B1	2a-IV-3 力。	家 Da-IV-1	1. 檢視自己的家人互動情形，省思自己與家人	單元一：家庭互動之旅 <活動 1>家人互動，上路囉！	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方	

	家庭互動之旅				關係。 2. 覺察家庭生活中，自己面對家人所表現的互動態度和方式。	1. 了解家庭經營管理的能力。 2. 實際觀察家人互動情形，並試著找到良好家人溝通方式。		式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第十二週	主題六：我們這一「家」單元一：家庭互動之旅	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Da-IV-1	1. 了解良好溝通技巧對家人互動的影響。 2. 了解家庭生活經營上的實踐情形，並增加家人正向互動機會。	<活動 2>家人溝通，我最行 1. 溝通技巧與運用。 2. 自己跟家人之間的溝通方式需要做哪些調整。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第十三週	主題六：我們這一「家」單元二：愛的語言大不同	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Da-IV-2	覺察生活中家人所表現的正向互動態度和方式，並嘗試增加家人之間正向互動的機會。	單元二：愛的語言大不同 <活動 1>感動時刻 1. 日常生活中，表達關愛的方式。	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第十四週	主題六：我們這一「家」單元二：愛的語言大不同（第二次段考）	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Da-IV-2	覺察自己與家人平日互動方式，分析每位家人喜好的互動方式，以正向態度增進良好家人互動關係。	<活動 2>愛的語言 1. 表達愛的語言的方式。 2. 找出家人能接受的愛之語表達方式。	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第十五週	主題六：	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Da-IV-2	覺察自己與	<活動 2>愛的語言	學生自評	【家庭教育】	

	我們這一「家」單元二：愛的語言大不同				家人平日互動方式，分析每位家人喜好的互動方式，以正向態度增進良好家人互動關係。	(承上節課) 1. 找出家人能接受的愛之語表達方式。 2. 練習表達愛的語言。	學生互評 教師評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十六週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	覺察生活中家人所表現的正向互動態度和方式，並嘗試增加家人之間正向互動的機會。	單元三：愛家行動報告書 <活動 1>愛家放大鏡 1. 了解家人對家庭的貢獻與經營家庭的辛勞。 2. 家務分工。	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十七週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	思考自己能給予家人的關愛與家人所感受到的回饋，藉此尋求適合的相處之道。	<活動 2>愛家行動 1. 製作「愛家行動報告書」。 2. 可用手工書面，或用電腦製作。	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十八週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	思考自己能給予家人的關愛與家人所感受到的回饋，藉此尋求適合的相處之道。	<活動 2>愛家行動 1. 製作「愛家行動報告書」。 2. 可用手工書面，或用電腦製作。	學生自評 學生互評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十九週	主題六：	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	思考自己能	<活動 2>愛家行動	學生自評	【家庭教育】	

	我們這一「家」單元三：愛家行動報告書				給予家人的關愛與家人所感受到的回饋，藉此尋求適合的相處之道。	1. 製作「愛家行動報告書」。 2. 可用手工書面，或用電腦製作。	學生互評 教師評量	家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第二十週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	思考自己能給予家人的關愛與家人所感受到的回饋，尋求適合的相處之道。製作刊物分享聯繫情感。	<活動 2>愛的報報 1. 分享特別「獨家製作」心得。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	
第二十一週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書（第三次段考）	綜-J-B1	2a-IV-3	家 Dc-IV-1	思考自己能給予家人的關愛與家人所感受到的回饋，尋求適合的相處之道。製作刊物分享聯繫情感。	<活動 2>愛家行動 1. 製作「愛家行動報告書」。 2. 可用手工書面，或用電腦製作。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	

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。