

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

113 學年度嘉義縣布袋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：林品璇（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： 3 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	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 飲食的製備與創意運用。	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。	

		自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。	長。						
第二週	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	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。	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。	

		活議題。							
第三週	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 飲食的製備與創意運用。	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。	
第四週	主題一、青春魔法師	綜-J-B2 善用科技、資訊	2c-IV-1 善用各項資	家 Ab-IV-1 食物的選購、	依照烹飪計畫，善用刀工	依照烹飪計畫，善用刀工與烹調	實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃	

	(家政) 單元一、美味「食」實驗室	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。	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。	保存與有效運用。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	與烹調法執行料理製備。	法執行料理製備。		個人生活目標。	
第五週	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	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 飲食的製備與創意運用。	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。	實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		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。	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。						
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	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	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。	1. 分享烹飪過程中的心得。 2. 以烹飪流程計畫的觀念分析檢核各階段中實作的優缺點，並嘗試找	檢討料理製備過程與烹飪計畫優缺點，找出改進方案。	高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

		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。	元能力，接納自己，以促進個人成長。		出烹飪計畫的改進方案。				
第七週	主題一、青春魔法師（家政）單元二、「衣」美專家（第一次評量）	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。	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。	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	綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用美學於日	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	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。	口語評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

	家	中展現美感，提升生活品質。	常生活中，展現美感。						
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。	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。	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。	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。	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）	綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，	2d-IV-2 欣賞多元的生活文	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形	運用造型搭配的原理，形塑合宜的個人形象。	實作評量	涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

	單元二、 「衣」美專家	於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	化，運用美學於日常生活中，展現美感。	個人形象管理。	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 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	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。	實作評量	涯 J4 了解自我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 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。	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。	高層次紙筆評量	涯 J4 了解自我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。	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 了解自我的人格特質與價值觀。	

	春魔法師 (家政) 單元二、 「衣」美專 家(第二次 評量)	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。	賞多元的 生活文 化，運用 美學於日 常生活 中，展現 美感。	飾的選搭、 美感展現與 個人形象管 理。	管理與欣賞個 人美感。	理與欣賞個人美 感。	筆評量	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、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	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。	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。	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。 家 J11 規劃與 執行家庭的 各種活動休	

		中展現美感，提升生活品質。						閒、節慶等。	
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，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	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。	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。	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。 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，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	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。	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。	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。 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	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，	家 Db-IV-1 家庭組成對自我發展的影響，以及少	1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員	1. 經由分享訪談成果，瞭解家庭成員互動方式。	1. 實作評量	多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。	

	福一家人	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。	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。	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。	互動方式。 2. 檢視家庭對自我發展的影響。	2. 檢視家庭對自我發展的影響。		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。	
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	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	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。	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	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	

		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。	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。	估其適切性，增進家人互動關係。			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	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	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	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	

		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。	合宜的活 動，豐富 個人及家 庭生活。	係的維繫。				色責任。 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 (第三次評 量)	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	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。	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。	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 執行家庭的 各種活動休	

		中展現美感，提升生活品質。						閒、節慶等。	
第二十二週	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美感，提升生活品質。	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。	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。	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。	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，省思自我價值，實踐生命意	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	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	1. 覺察在自己的生命經驗中，家人為自己準備的美食與自己的關係和意義。	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食與自己的關係與意義。	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。	人。	承與對個人的意義。	2. 以合宜的方式記錄家傳菜餚食譜。				
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。	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	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人	家 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化的尊重與悅納。	1. 運用烹調能力，製作傳家料理並記錄過程。 2. 在製作、記	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	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	

		我價值，實踐生命意義。	生命，並協助他人。	家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	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。	過程中探索家傳料理對自己與家庭的意義與價值。		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義。	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。	
第六週	主題三、青春愛加溫	綜-J-A1 探索與開發自	1d-IV-2 探索生命的	家 Dd-IV-1 家庭生	1. 藉由分享自	能藉由分享自己的	1. 實作評量	家 J3 了解人際	

	(家政) 單元一、料理傳家	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。	意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。	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。	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。	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。		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 (家政) 單元一、料理傳家(第1次評量)	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	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	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。	文化傳承與 自己的意義 及價值。				
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、	能表達自己與 家人互動的情 形。	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。 家 J6 覺察與實 踐青少年 在家庭中 的角色責 任。	

				人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。					
第九週	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	練習同理家人的需求並適切表達自己的意見與感受。	能覺察經營家庭生活所需的各種能力。	1. 學習紀錄	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。	

				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。					
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	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。	

				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。					
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	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。	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	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	

		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。	溝通方式。			的角色責任。	
第十二週	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	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	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	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	

		宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。		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營人際關係。	階段中實作的優缺點，並嘗試找出烹飪計畫的改進方案。			覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第十三週	主題三、青春愛加溫 (家政) 單元二、傾	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	1. 擬定並執行增進家人關係與溝通的	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	

	聽心的聲音	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。	增進經營家庭生活的能力。	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、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	活動。 2. 根據執行結果，再修正、調整自己與家人的溝通方式。			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。	
--	-------	----------------------------------	--------------	--	---	--	--	--	--

第十四週	主題三、青春愛加溫 (家政) 單元二、傾聽心的聲音 (第2次評量)	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。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與	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。	
------	--	--	-----------------------------------	---	---	--------------------------	---------	---	--

				正向經營 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。	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。	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。	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。	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。	

		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。	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。	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。	

		巧，促進良好的人際互動。							
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。	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 (第3次評量)	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	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。	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適切方式。	

		宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。							
第二十一週	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。	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。

