

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

113 學年度嘉義縣梅山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：張壬素 老師

一、教材版本：翰林 版第 三、四 冊 二、本科目每週學習節數：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1週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能表達運用生 活中各項資源的 相關經驗。 2. 能覺察生活 中運用資源的 方法及影響因 素，並比較優 缺點。 3. 能分析與開 發生活中各項 資源，擬訂資 源管理計畫。	活動一 分工齊治家 (一)家庭資源及其分類：1.「人力」及「物質」、「經濟」或「非經濟」資源分類。 2. 資源分類。 (二)整理思考與小組分享自家的家務分工狀況及決策因素。 (三)學生觀察及訪問家人在面對不同的金錢消費狀況時，會有什麼樣的處理方式？	1. 課堂參與度。 2. 小組分析與分享。		
第2週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能表達運用生 活中各項資源的 相關經驗。 2. 能覺察生活 中運用資源的 方法及影響因 素，並比較優 缺點。 3. 能蒐集生活 中消費管道的 相關資訊，覺 察影響個人消 費行為的因素。	活動二 採集資源田 (一)資源管理除了有效利用資源外，培養良好的生活態度，也是資源管理的重要事務。 (二)如何使用資源做出消費決策。	1. 課堂參與度。 2. 小組可提出如何使用資源做出消費決策。	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

第 3 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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 畫，發揮創新 思維，運用最 佳策略，保護 自我與他人。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能分析生活中 各項消費管道、 風險及影響因 素，擬訂可行的 消費計畫。 2. 能分析與開發 生活中各項資 源，擬訂資源管 理計畫。	活動二 採集資源田 (一)現代消費型態的 種類與改變。(實體店 面轉移到網路購物)。 (二)利用SWOT分析方 法討論不同選購管道 ／支付方式的優缺點、 潛在機會與威脅。 (三)引導學生思考何 種支付方式較適合現 階段的自己。	1. 課堂參與度。 2. 小組可分析 消費管道的優缺點， 學生可觀察個人消 費行為的影響因素。	【家庭教育 J7 運用家庭資 源，規劃個人生活 目標。	
第 4 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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 畫，發揮創新 思維，運用最 佳策略，保護 自我與他人。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能分析生活中 各項消費管道、 風險及影響因 素，擬訂可行的 消費計畫。 2. 能分析與開發 生活中各項資 源，擬訂資源管 理計畫。 3. 能執行資源管 理及消費計畫， 並評估其適切性 及合宜性。	活動二 採集資源田 (一)依照購物／支付 管道的潛在風險，找到 相關的時事新聞，分析 整理。 (二)教師說明討論方 法，學生以WOOPS討論 法，討論分析減少消費 陷阱或糾紛。 W: wish O: outcomes O: obstacle P: plan S: sacn	1. 課堂參與度。 2. 小組可提出 合宜的避免消費 陷阱的措施。	【家庭教育 J7 運用家庭資 源，規劃個人生活 目標。	
第 5 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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 畫，發揮創新 思維，運用最 佳策略，保護 自我與他人。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能分析生活中 各項消費管道、 風險及影響因 素，擬訂可行的 消費計畫。 2. 能執行資源管 理及消費計畫， 並評估其適切性 及合宜性。	活動三 消費踏歩走 (一)認識理性消費方 法並清楚哪些理性的 消費方法較適合自己。 (二)適合自己的金錢 管理方式。例：開源有 道、風險管理、累積信 用、消費照步來。	1. 課堂參與度。 2. 學生知道與 開發生活中的 各項資源，學習 適合自己的資 源使用策略，並 做出合宜的行 動判斷。		

第 6 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元一： 發現幸 福力	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。	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 Ca-IV-1 個人與家庭 生活的金錢 及時間管 理。 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。	1. 能分析與開發 生活中各項資 源，擬訂資源 管理計畫。 2. 能執行資源 管理及消費計 畫，並評估其 適切性及合 宜性。	活動三 消費踏歩走 評估自己或家人的需 求，參考這個單元所學 的決策步驟及方法，蒐 集消費資訊後整理成 一個消費提案。	1. 課堂參與度。 2. 學生知道與 開發生活中的 各項資源，學習 適合自己的資 源使用策略，並 做出合宜的行 動判斷。		
第 7 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元二： 與你同 行 (第一次段考)	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。 (第一次段考)	2d-IV-1 運用創新 能力，規畫 合宜的活 動，豐富個 人及家庭 生活。 (第一次 段考)	家 Dc-IV-1 家庭活動策 畫與參與， 以互相尊重 與同理為基 礎的家人關 係維持。 (第一次段 考)	1. 能運用資源， 以創新思考策略 擬訂個人或家庭 (興趣)活動。 2. 能執行個人或 家庭(興趣)活 動，並評估其創 新及適切性，以 增進生活樂趣。 (第一次段考)	活動一 幸福家庭計畫 (一)思考過往的家庭 活動都是如何被計畫 的，用了哪些資源呢？ 你的感受如何？ (二)與小組同學分享 自己的生活經驗，各組 派一位同學與全班同 學分享。 (三)聽完同學的分享 後，參考所學的資源管 理要領，擬定一份可在 一學期內完成的家庭 計畫。 (第一次段考)	1. 計畫內容合 宜性及完整性。 2. 計畫執行成 果。 (第一次段考)	【家庭教育】 家 J7 運 用家庭資 源，規劃 個人生活 目標。	
第 8 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元二： 與你同 行	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。	2d-IV-1 運用創新 能力，規畫 合宜的活 動，豐富個 人及家庭 生活。	家 Dc-IV-1 家庭活動策 畫與參與， 以互相尊重 與同理為基 礎的家人關 係維持。	1. 能運用資源， 以創新思考策略 擬訂個人或家庭 (興趣)活動。 2. 能執行個人或 家庭(興趣)活 動，並評估其創 新及適切性，以 增進生活樂趣。	活動一 幸福家庭計畫 (一)思考過往的家庭 活動都是如何被計畫 的，用了哪些資源呢？ 你的感受如何？ (二)與小組同學分享 自己的生活經驗，各組 派一位同學與全班同 學分享。	1. 計畫內容合 宜性及完整 性。 2. 計畫執行成 果。		

						(三)聽完同學的分享後，參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。			
第 9 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元二： 與你同 行	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。	2d-IV-1 運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維持。	1. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭(興趣)活動。 2. 能執行個人或家庭(興趣)活動，並評估其創新及適切性，以增進生活樂趣。	活動一 幸福家庭計畫 (一)思考過往的家庭活動都是如何被計畫的，用了哪些資源呢？你的感受如何？ (二)與小組同學分享自己的生活經驗，各組派一位同學與全班同學分享。 (三)聽完同學的分享後，參考所學的資源管理要領，擬定一份可在一學期內完成的家庭計畫。	1. 計畫內容合宜性及完整性。 2. 計畫執行成果。		
第 10 週	主題一： 幸福生 活計畫 單元二： 與你同 行	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。	2d-IV-1 運用創新能力，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維持。	1. 能分享個人或家庭的(興趣)活動之相關經驗。 2. 能蒐集有關個人或家庭(興趣)活動的資源與資訊。 3. 能運用資源，以創新思考策略擬訂個人或家庭(興趣)活動。	活動二 愛的片刻時光 (一)將「幸福家庭計畫」的成果照片或圖畫張貼在牆壁上，並請同學利用創意，替這張影像取名，書寫在投票看板上。 (二)學生參觀照片展示區。 (三)每位學生有 3 到 5 張貼紙，可貼在喜歡的影像前。 (四)得票數最高的 5 位同學口頭分享「幸福家庭計畫」的成果與想法。	1. 計畫內容合宜性及完整性。 2. 計畫執行成果。		

第 11 週	主題二： 食 品 新 世 界 元一： 單 元 一： 飲 食 偵 查 隊	綜-J-A3 因 應社會變遷 與環境風險， 學核、評估、 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。	3a-IV-1 為 覺察人自然 或環境的危 險，評估最 佳處理策略， 以保護他人。	家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。輔 Db-IV-1 生 活議題的問 題解決、危 機因應與克 服困境的方 法。	1. 發現並敘述飲 食生活中可能 遭遇的危險情 境，關心食品 安全議題。 2. 探討食品安 全問題的可能 原因，蒐集避 免食安危機的 方法。	活動一 危機「食」刻 (一)食安驚嘆號：搜尋 並觀察食品安全相關 報導，並分享看法。 (二)食安危機搜查：從 產地到餐桌，哪些環 節可能會發生什麼食 安危機？請小組進行 歸納整理並分享討論 結果與想法。 (三)教師說明食品安 全問題。	1. 口頭分享自 己對食品安 全議題的看法。 2. 透過新聞事 件歸納整理出 食安問題的可 能成因與因應 方式。		
第 12 週	主題二： 食 品 新 世 界 元一： 單 元 一： 飲 食 偵 查 隊	綜-J-A3 因 應社會變遷 與環境風險， 學核、評估、 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。	3a-IV-1 為 覺察人自然 或環境的危 險，評估最 佳處理策略， 以保護他人。	家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。輔 Db-IV-1 生 活議題的問 題解決、危 機因應與克 服困境的方 法。	1. 分析日常飲 食中的潛在風 險，規劃「安 心飲食」行動 策略。 2. 評估並選擇 適當的策略， 保護自己或他 人的飲食安全。	活動二 「食」項確認 (一)活動重點：認識食 安問題的可能預 防機制。 (二)從「食品標 示」、「食品標 章」與「烹調衛 生安全」三個面 向，提出消費者 在避免食安危 機上的可能作法。	1. 問答與口頭 報告：觀察分 析食品的「選 購、烹調、儲 存」過程。		
第 13 週	主題二： 食 品 新 世 界 元一： 單 元 一： 飲 食 偵 查 隊	綜-J-A3 因 應社會變遷 與環境風險， 學核、評估、 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。	3a-IV-1 為 覺察人自然 或環境的危 險，評估最 佳處理策略， 以保護他人。	家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。輔 Db-IV-1 生 活議題的問 題解決、危 機因應與克 服困境的方 法。	1. 分析日常飲 食中的潛在風 險，規劃「安 心飲食」行動 策略。 2. 評估並選擇 適當的策略， 保護自己或他 人的飲食安全。	活動二 「食」項確認 (一)標章作參考：食 品標章 經驗分享與討 論。 (二)烹調與保存食 物安全事項。 參考課本上的 8 大面向，回 想過去所學與 家庭生活中的 做法，逐項列 舉出具體做法。	1. 問答與口頭 報告：觀察分 析食品的「選 購、烹調、儲 存」過程 2. 規畫出安心 飲食的可行作 法。		

第 14 週	主題二：食品新世界單元一：飲食偵查隊 (第二次段考)	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。(第二次段考)	3a-IV-1 覺察人為環境的危險，評估最策略，以保護自己或他人。(第二次段考)	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。(第二次段考)	1. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。 2. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。(第二次段考)	活動三「食」在安心 (一)身為消費者，在面對各種食安危機時，可以用哪些具體行動來確保自己的飲食健康。 (二)食在安心—風險評估 ：參考課本的風險評估流程，判斷此項危機對健康的危害程度，再進一步思考，因應危機的合理作法。 (三)食在安心—消費行動 除了關心飲食議題、在選購烹調與儲存上多加留心，消費者還能用採取哪些行動讓飲食生活變得更安心。(第二次段考)	書面報告與心得分享：發覺飲食危機，評估風險並擬定具體的行動策略。(第二次段考)	【生命教育】J7 面對超越各與探全與方法。 生並超各與探全與方法。 對生的人挫難，進健康的 種人幸人幸。 苦討人幸。 討人幸。 人幸。 (第二次段考)	
第 15 週	主題二：食品新世界單元一：飲食偵查隊	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。	3a-IV-1 覺察人為環境的危險，評估最策略，以保護自己或他人。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 分析日常飲食中的潛在風險，規劃「安心飲食」行動策略。 2. 評估並選擇適當的策略，保護自己或他人的飲食安全。	活動三「食」在安心 (一)身為消費者，在面對各種食安危機時，可以用哪些具體行動來確保自己的飲食健康。 (二)食在安心—風險評估 ：參考課本的風險評估流程，判斷此項危機對健康的危害程度，再進一步思考，因應危機的合理作法。 (三)食在安心—消費行動 除了關心飲食議題、在選購烹調與儲存上多加留心，消費者還能用採取哪些行動讓飲食生活變得更安心。	書面報告與心得分享：發覺飲食危機，評估風險並擬定具體的行動策略。	【生命教育】J7 面對超越各與探全與方法。 生並超各與探全與方法。 對生的人挫難，進健康的 種人幸人幸。 苦討人幸。 討人幸。 人幸。 (第二次段考)	

第 16 週	主題二： 食 品 新 世 界 單 元 二： 吃 出 新 美 味	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。	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 Ab-IV-2 飲食的製備 與創意運 用。 家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。	1. 認 識 食 品 加 工，並分享個人 與家庭中各式加 工食品的使用經 驗。 2. 蒐 集 各 式 加 工 食品的制作方法 與相關資訊。	活動一 加工現形 (一)加工目的：認識加 工食品，以及食品加工 的目的。 (二)加工迷思：認識食 品加工的迷思。	分享自己與家 人對加工食品 的認識與使用 經驗。		
第 17 週	主題二： 食 品 新 世 界 單 元 二： 吃 出 新 美 味	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。	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 Ab-IV-2 飲食的製備 與創意運 用。 家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。	1. 認 識 食 品 加 工，並分享個人 與家庭中各式加 工食品的使用經 驗。 2. 蒐 集 各 式 加 工 食品的制作方法 與相關資訊。	活動一 加工現形 (一)認識食品加工方 法 (二)如何應用加工食 品，同時又兼顧健康	分享自己與家 人對加工食品 的認識與使用 經驗。		
第 18 週	主題二： 食 品 新 世 界 單 元 二： 吃 出 新 美 味	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。	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 Ab-IV-2 飲食的製備 與創意運 用。 家 Ac-IV-1 食品標示與 加工食品之 認識、利用， 維護飲食安 全的實踐策 略及行動。	1. 依據自己或家 人的喜好或需 求，設計自製食 品食譜。 2. 規劃與執行以 自製食品為主題 的家庭活動，進 行成效分析，並 提出具體的改進 建議。	活動二 安心自己來 (一)請觀察你所蒐集 到的食譜配方，在材 料、調味料或烹調方式 上，該如何調整才能讓 它更適合家人的喜好。 (二)教師說明修改食 譜的基本要點。 (三)學生進行食譜設 計，設計時可與小隊內 夥伴交換意見相互幫 助，教師巡視並給予學 生必要支援。	活動二 1. 蒐集自製食 品或加工食品 的食譜或製作 方法。 2. 訪 問 家 人 對 自製食品的相 關意見，蒐集資 料並設計食譜。		

[illegible]

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 (無則免填)
			學習表現	學習內容					
第1週	主題一：食光新主張 單元一：剩食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境永續的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與促進環境永續發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。	活動一 此剩食彼一食 (一) 學生檢視自己及家人外出用餐時的點餐習慣及對待剩食的態度。 (二) 學生搜尋關鍵字，如剩食、ZERO HUNGER、分配不均，並與全班分享小組搜尋到的資訊。	1. 課堂參與度。 2. 可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。		
第2週	主題一：食光新主張 單元一：剩食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境永續的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與促進環境永續發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。	活動一 此剩食彼一食 (一) 思考與分享自己家中的剩食角落及剩食原因分析。 (二) 家中的飲食、食材採購習慣，會影響到各階段的那些浪費。 (三) 如何減少食物耗損是刻不容緩的議題。	1. 課堂參與度。 2. 可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。		
第3週	主題一：食光新主張 單元一：剩食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境永續的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與促進環境永續發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產端生產行為與環境之關聯。	活動二 良食的冒險之路 (一) 教師引導生產、運輸、加工端的食物浪費情形。 (二) 小隊報告國內外案例。	1. 小組整理報告臺灣、國外的剩食的問題及打擊剩食的相關策略。		

						(三) 在生產端因價格外品、產量過剩的農產品除了做成堆肥及飼料外，還有什麼用途			
第 4 週	主題一：食光新主張單元一：剩食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關聯，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人的關係，運用策略與促進環境發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 分析個人飲食行為、通路銷售行為與生產行為與環境之關聯。 2. 了解臺灣及其他國家的行動。	活動二 良食的冒險之路 (一) 討論大多數銷售通路端的浪費，可能是為了符合政府法規而造成。 (二) 介紹國內外已有許多行動計劃來改善銷售通路端的剩食問題。 (三) 引導思考：臺灣還可以複製哪些國際成功案例，如何修正後用在臺灣？	1. 小組整理報告臺灣、國外針對剩食的行動案例。 2. 分析整理個人的剩食圖像。		
第 5 週	主題一：食光新主張單元一：剩食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關聯，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人的關係，運用策略與促進環境發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解臺灣及其他國家的行動。	活動二 良食的冒險之路 (一) 檢視自己的飲食習慣，是否容易製造廚餘？ (二) 學習正確的飲食習慣及採買習慣。 (三) 介紹國內外已有的許多行動計畫來改善消費者端的剩食問題。	1. 小組整理報告臺灣、國外針對剩食的行動案例。 2. 分析整理個人的剩食圖像。		
第 6 週	主題一：食光新主張單元二：惜食大戰	綜-J-C1 探索人與環境的關聯，規畫、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷環境的行動價值。	3d-IV-2 分析環境與個人的關係，運用策略與促進環境發展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。	1. 以不同角度分析環保行為，並可在不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。	活動一 惜食思辨之旅 (一) 採開放角度引導學生分析環保行為並說出自己的看法。	1. 課程參與程度。 2. 表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。		

第 7 週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰 (第一次段考)	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、執行服務學習活動和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。 (第一次段考)	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。 (第一次段考)	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。 (第一次段考)	1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。 (第一次段考)	<u>活動二 盛食行動1.0</u> (一)學生檢視自己的狀況，製作個人的環保飲食圖像，以文字或繪圖的方式呈現。 (二)與小隊伙伴分享自己的環保飲食圖像。 (三)教師引導學生計畫流程：確定小組的盛食行動主題→找到核心問題→評估現況→找出資源→擬定行動計畫，並可討論分工、行動時程。 (第一次段考)	1. 課程參與程度。 2. 表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。 (第一次段考)	(第一次段考)	
第 8 週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、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。	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-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。	1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。	<u>活動三 盛食行動2.0</u> (一)教師確認各小組執行進度與紀錄，安排分享順序。 (二)討論修正接下來的策略。	1. 良食計畫內容合宜性及完整性。 2. 良食計畫執行成果。		
第 9 週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規畫、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。	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-3 飲食行為與環境永續之策略及行動。	1. 以不同角度分析環保行為，並可在衡量不同面向後，說出自己的看法。 2. 運用策略與飲食消費行動，改善剩食問題。	<u>活動三 盛食行動2.0</u> (一)盛食行動小組分享已執行的計畫成果及記錄，並請其他小組給予回饋。 (二)請同學分享執行盛食行動的心得與看法。 (三)盛食行動的計畫不是曇花一現，要持續進行才能讓影響持續發生。	1. 良食計畫內容合宜性及完整性。 2. 良食計畫執行成果。		

						(四) 學生票選本屆盛食行動派首獎。			
第 10 週	主題二：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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-2 有效蒐集、分析各項資源，宜與運用。	家 Ba-IV-2 服飾消費因素的與服飾影響青少年消費及行為。	1. 讓學生透過觀察生活消費現象，對時尚潮流對自我消費行為的影響。 2. 檢視自己所擁有的服飾資源，分析自己服飾消費習慣。	活動一 服飾研究室 (一)了解與認識衝動消費。 (二)檢視自己所擁有的服飾款式及數量。 (三)分享自己的穿著和相關的發現及想法。	1. 能說明衝動型消費可能衍伸的問題。 2. 能說出減少衝動消費的方法。 3. 能說出自己擁有的服飾資源項目。		
第 11 週	主題二：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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-2 有效蒐集、分析各項資源，宜與運用。	家 Ba-IV-2 服飾消費因素的與服飾影響青少年消費及行為。	1. 分析自己服飾消費習慣。 2. 了解服飾消費問題，並規畫與執行消費行為。	活動二 Which One? (一)教師引導學生思考進行服飾搭配時可能會考慮的因素。 (二)教師帶領學生從消費者模式 5W1H 討論個人家人的服飾消費行為與習慣。	1. 能分享自己選擇服飾的經驗。 2. 能覺察自己的服飾消費行為。		
第 12 週	主題二：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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-2 有效蒐集、分析各項資源，宜與運用。	家 Ba-IV-2 服飾消費因素的與服飾影響青少年消費及行為。	1. 分析自己服飾消費習慣。 2. 了解服飾消費問題，並規畫與執行消費行為。	活動三 購衣計畫，GO！ (一)引導學生檢視自身服飾消費問題，了解目前擁有的服飾資源，評估自己的消費習慣。 (二)分析購買服飾時，如何依照自己的需求，購買適合自己的服飾。	1. 能依照個人需求規畫個人合宜的服飾消費行為。 2. 能分析生活中服飾消費管道、風險及影響因素。 3. 能覺察自己服飾消費問題，並了解改善方式。		

第 週	13	主題二： 穿著大學 單元二：搭 配高手	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。 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，運用生活美感，展現美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。	1. 探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配。 2. 學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格。	<u>活動一</u> <u>身體密碼大搜密</u> <u>身體形態比一比</u> (一)觀察自己的身型之優勢或是想要修飾的地方。 (二)討論服裝特點對身型的修飾效果，並將結果記錄於表格中。 (三)教師利用「服裝特點大搜密」表格，請學生將討論結果紀錄在課本中。	1. 能透過觀察分辨自己體型的特徵，並能說出適合自己身型的服飾。 2. 能分享自己穿搭服飾的經驗。		
第 週	14	主題二：穿著大學 單元二：搭配高手 (第二次段考)	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-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。 (第二次段考)	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用生活美感，展現美感。 (第二次段考)	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。 (第二次段考)	1. 探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配。 2. 學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格。 (第二次段考)	<u>活動一</u> <u>身體密碼大搜密</u> <u>身體形態比一比</u> (一)分組討論圖例中的局部身型困擾該利用哪一種服飾搭配達到修飾效果。 (二)教師提問並鼓勵學生發表。 <u>臉型領型對對碰</u> (一)認識每種臉型適合的領型。 (第二次段考)	1. 能透過觀察分辨自己體型的特徵，並能說出適合自己身型的服飾。 2. 能分享自己穿搭服飾的經驗。 3. 能說出服裝特點對身型的修飾效果。 (第二次段考)	(第二次段考)	

第 15 週	主題二： 穿著大學問 單元二：搭配高手	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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。	2d-IV-2 欣賞多元文化的生文用日活現美，學生展現美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。	1. 學習妥善運用服飾相關資源，並藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格。 2. 選擇並展現合宜的穿著禮儀。	<u>活動一</u> <u>身體密碼大搜密</u> <u>臉型領型對對碰</u> (一)認識每種臉型適合的領型。(二)學生以小隊為單位進行討論與分享。	1. 能分享自己穿搭服飾的經驗。 2. 能說出服裝特點對臉型的修飾效果。		
第 16 週	主題二： 穿著大學問 單元二：搭配高手	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。 綜-J-B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活中展現美感，提升生活品質。	2d-IV-2 欣賞多元文化的生文用日活現美，學生展現美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。	1. 探索自我身型、臉型等自身條件，思考如何利用現有服飾做合宜搭配。 2. 學習妥善運用服飾相關資源，選擇並展現合宜的穿著。	<u>活動二</u> <u>整體造型設計師</u> <u>個人形象修練室</u> (一)引導學生思考個人的喜好，並思考最適合自己的裝扮。 (二)討論各風格中的服飾配件對身體線條的修飾效果。	1. 能依據服裝修飾原則選擇適合的服飾。 2. 能分享自己平日穿著打扮之經驗。 3. 能分辨自己的臉型，並選擇適合的領型、配件。		

第 17 週	主題二： 穿著大 學問 單元二：高 搭配手	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。 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 於生活現 實中，展現 美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、 美感展現與 個人形象管 理。 Bb-IV-2 服飾的社會 文化意義與 理解，並能展 現合宜的穿 著禮儀。	1. 能欣賞不 同服飾風格， 選擇並展現著 禮儀。	<u>活動三</u> <u>飾禮儀任我行</u> (一)學生從課本頁面 圖片中找出每一個場 合適合的服飾，並說 明選擇原因。 (二)各個場合的服飾 禮儀。 (三)文化中不同的服 飾禮儀差異呢。	1. 能在不同場 合展現合宜服 飾禮儀。 4. 能分享自身 服飾禮儀經 驗。		
第 18 週	主題二： 穿著大 學問 單元三：時 尚專欄	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-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。	2c-IV-2 有效蒐 集、分析 各項資 源，做出 合宜的 決定與 運用。 2d-IV-2 欣賞多元 的生活文 化，運用 於生活現 實中，展現 美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、 美感展現與 個人形象管 理。 Bb-IV-2 服飾的社會 文化意義與 理解，並能展 現合宜的穿 著禮儀。	能利用服裝 搭配原則為 基礎，配合 個人需求及 喜好，完成 自己的服飾 製作，展現 風格與形 象。	<u>活動一 時尚教主</u> (一)小隊伙伴討論， 選定場合，進行服飾 搭配， (二)從下面四種專欄 製作方法中選擇一種 你最有興趣的方式製 作，並完成「我的服飾 專欄」。 (三)教師總結並提醒 學生服飾專欄製作注 意事項。	1. 能利用與服 飾搭配相關資 源完成自己的 服飾雜誌製 作。 2. 能與同學分 享完成的服飾 雜誌。		

第 週	19	主題二： <u>穿著大 學問單 元三：時 尚專</u>	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-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。	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。 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。家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。	能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求完成雜貨我的製作風格。	<u>活動一 時尚教主</u> (一)引導學生回憶上一節課內容，提醒學生考量所設定的「場合」，依照個人特色與身型優缺點(臉型、體型、特別想要修飾部位……)，並配合個人的喜好，為自己設計一頁服飾專欄吧！ (二)全班製作「我的服飾專欄」，教師隨堂巡視，適時指導學生。 (三)教師總結。	1. 能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2. 能與同學分享完成的服飾雜誌。	
第 週	20	主題二： <u>穿著大 學問單 元三：時 尚專</u>	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-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。(第三次段考)	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。 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。(第三次段考)	家 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能展現合宜的穿著禮儀。 (第三次段考)	能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。 (第三次段考)	<u>活動二 Best of you</u> (一)從小隊中分享精心創作屬於自己的服飾專欄後，選三位你最欣賞的作品給予回饋。 (二)全班一起欣賞所有同學的作品。 (三)請各小隊推派一位代表分享小隊心得，其他學生自由給予回饋。 (第三次段考)	1. 能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。 2. 能與同學分享完成的服飾雜誌。 (第三次段考)	(第三次段考)
第 週	21	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式	結業式