

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114 學年度嘉義縣梅山國民中學八年級第一二學期教學計畫表 設計者：張壬素

一、領域/科目：語文(國語文英語文本土語文/台灣手語/新住民語言)數學
自然科學(理化生物地球科學)社會(歷史地理公民與社會)
健康與體育(健康教育體育)藝術(音樂視覺藝術表演藝術)
科技(資訊科技生活科技) 綜合活動(家政童軍輔導)

二、教材版本：翰林版第 三、四 冊

三、本科目每週學習節數： 1 節

四、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	綜-J-A3 因應社會 變遷與環	2c-IV-2 有效蒐 集、分析	家 Ca-IV-1 個人與家 庭生活的 金錢	1. 能表達運用生活中各項資源的相	活動二 採集資源田 (一)資源管理除	1. 課堂參與度。 2. 小組可提出	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個	

	單元一： 發現幸福力	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。	及開發各 項資源， 做出合宜 的決定與 運用。	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。	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 決策行為的 因素。	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。	如何使用資源 做出消費決 策。	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，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/支 付方式的優缺 點，學生可覺 察影響個人消 費決策行為的 因素。	【家庭教育】 家 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，發揮 創新思	2c-IV-2 有效蒐集、 分析各項 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	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	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	1. 課堂參與 度。 2. 小組可提出 合宜的避免消 費陷阱的因應 措施。	【家庭教育】 家 J7 運用家庭 資源，規劃個 人生活目標。	

		維，運用最佳策略，保護自我與他人。		風險評估，以及合宜的消費行為。	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。	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			
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，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、與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的金錢管理方式。 (二)適合自己的風險管理、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、與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	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	家 Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，	1.能運用資源，以創新思考策略擬	活動一 幸福家庭計畫 (一)思考過往的	1. 計畫內容合宜性及完整性。	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個	

	單元二： 與你同行 (第一次 段考)	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。	畫合宜的 活動，豐 富個人及 家庭生 活。	以互相尊重 與同理為基 礎的家人關 係維持。	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。	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。	2.計畫執行成果。	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。	<u>活動一 幸福家庭計畫</u> (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	2d-IV-1 運用創新 能力，規 畫合宜的 活動，豐	家 Dc-IV-1 家庭活動 策畫與參與， 以互相尊重 與同理為基	1.能運用資 源，以創新 思考策略擬 訂個人或家 庭(興趣)	<u>活動一 幸福家庭計畫</u> (一)思考過往的家庭活動都是如何被計畫的，用	1.計畫內容合宜性及完整性。 2.計畫執行成果。		

		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。	富個人及家庭生活。	礎的家人關係維持。	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。	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 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。	<u>活動二 愛的片刻時光</u> (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 單元一：	綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險	家Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利	1. 發現並敘述飲食生活中可能遭遇的危險情	<u>活動一 危機「食」刻</u> (一) 食安驚嘆號：搜尋並觀察	1. 口頭分享自己對食品安全議題的看法。 2. 透過新聞事		

	飲食偵查隊	檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自己與他人。	情境，評用最佳處理策略，以己或他人。	用，維護飲食安全的實踐策略及行動。輔 Db-IV-1 生活議題的解決、與危機因應的方法。	境，關心食品安全議題。 2. 探討食品的安全問題，可能原因，蒐集避免食安危機的方法。	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。	件歸納整理出食安問題的可成原因與因應方式。		
第 12 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，保護自己與他人。	3a-IV-1 覺察人為環境或自然環境的危險情境，評用最佳處理策略，以己或他人。	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 生活議題的解決、與危機因應的方法。	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 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，保護自己與他人。	3a-IV-1 覺察人為環境或自然環境的危險情境，評用最佳處理策略，以己或他人。	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 生活議題的解決、與危機因應的方法。	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：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	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。	3a-IV-1 覺察人為環境的危險情境，並運用最佳策略，保護自己或他人。	方法。 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 生活議題的解決、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. 評估並選擇適當的飲食策略，保護自己或他人的飲食安全。	法。 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：發覺飲食危機並擬定具體的行動策略。	【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
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情境，並運用最佳策略，保護自己或他人。	方法。 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 生活議題的解決、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. 評估並選擇適當的飲食策略，保護自己或他人的飲食安全。	法。 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：發覺飲食危機並擬定具體的行動策略。	【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	

		自我與他人。		危機因應與克服困境的方法。		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 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. 蒐集各式加工食品與製作方式與相關資訊。	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	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	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. 蒐集各式加工食品與製作方式與相關資訊。	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。		

		略，保護自我與他人。		踐策略及行動。					
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。		
第 19 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。	活動三 好味時光 (一)考量家人需求及喜好，規劃一次「好味時光」活動，和家人一起自製食品並記錄下活動過程與心得。	「好味時光」活動規劃報告。		
第 20 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	2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 依據自己或家人的喜好或需求，設計自製食	活動三 好味時光 (一)好味時光—分享篇1	「好味時光」活動規劃報告。		

	味	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。	富個人及家庭生活。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全策略及行動。	品食譜。 2. 規劃與執行以自製食品為主題的家庭活動，並提出具體建議。	上臺分享與家人共度的好味時光。 (二)好味時光—分享篇2 教師請學生依序上臺展示活動過程、家人回饋與自己的心得感想。 (三)給予食譜或活動上的具體改進建議。			
第 21 週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味 (第三次段考)	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。	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，並提出具體建議。	活動三 好味時光 (一)好味時光—分享篇1 上臺分享與家人共度的好味時光。 (二)好味時光—分享篇2 教師請學生依序上臺展示活動過程、家人回饋與自己的心得感想。 (三)給予食譜或活動上的具體改進建議。	「好味時光」活動規劃報告。		

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 1 週	主題一：食光新主	綜-J-C1 探索人與環境	3d-IV-2 分析環境	家 Aa-IV-3 飲食行為與	1. 了解剩食與環境永續	活動一 此剩食 彼一食	1. 課堂參與度。		

	張單元一：剩食大戰	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。	與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。	環境永續之關聯、實踐策略及行動。Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售端為與生產行為與環境之關聯。	(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。	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關聯、實踐策略及行動。Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售端為與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關聯、實踐策略及行動。Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 了解剩食與環境永續的關係。 2. 分析個人飲食行為、通路銷售端為與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。 (三) 在生產端因格外品、產量過剩的農產品除了做成堆肥及飼料外，還有什麼用途	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。		

第 4 週	主題一： 食光新主 張單元一： 剩食大作 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，運用行 動策略與行 動，促進環 境永續發 展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與 環境永續之 環境關聯、實踐 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 為與生產端 生產行為與 環境之關 聯。 2. 了解臺灣 及其他國家 的目前已有 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，運用行 動策略與行 動，促進環 境永續發 展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與 環境永續之 環境關聯、實踐 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 的目前已有 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，運用行 動策略與行 動，促進環 境永續發 展。	家 Aa-IV-3 飲食行為與 環境永續之 環境關聯、實踐 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	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。		

		的行動價值。			行動，改善剩食問題。			
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關聯、實踐策略及行動。	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改善剩食問題。	活動二 盛食行動 1.0 (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。	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 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關聯、實踐策略及行動。	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改善剩食問題。	活動三 盛食行動 2.0 (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	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	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。	活動三 盛食行動 2.0 (一) 盛食行動小組分享已執行的計畫成果及紀錄，並請其他小組給予回饋。	1. 良食計畫內容合宜性及完整性。 2. 良食計畫執行成果。	

		民關懷並反 思環境永續 的行動價 值。	環境永續 發展。		2. 運用策略 與飲食消費 剩食問題。	(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。 (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 影響因素的 青少年的服 飾消費決策 及行為。	1. 讓學生透 過觀察生活 中的服飾消 費現象覺察 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	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運	全中運
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 影響因素的 青少年的服 飾消費決策 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 行合宜的服 飾消費行為。	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 5 W1H 討論個 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 13 週	主題二： 穿著大學 問 單元一：	綜-J-B2 善 用科技、資 訊與媒體等 資源，並能 分析及判斷	2c-IV-2 有效蒐集、 分析及開發 各項資源，	家 Ba-IV-2 服飾消費的 影響因素的 青少年的服 飾消費決策	1. 分析自己 服飾消費習 慣。 2. 了解服飾	活動三 購衣計 畫，GO! (一) 引導學 生檢視自身 服飾消費	1. 能依照個 人需求規畫 個人合宜的 服飾消費行 為。		

	BUY 衣達人	其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	做出合宜的決定與運用。	及行為。	消費問題，並規畫與執行合宜的消費行為。	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，如何依照自己需求，購買適合自己的服飾。	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 14 週	主題二： 穿著大學問 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。 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。	活動一 身體密碼大搜密 身體形態比一比 (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 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	2d-IV-2 欣賞多元的生活文化，運用於日常生活中，展現美感。	家 Bb-IV-1 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。 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	活動一 身體密碼大搜密 身體形態比一比 (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。	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		

		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。			藉由各場合服飾特色討論，欣賞不同服飾風格。	臉型領型對對碰 (一)認識每種臉型適合的領型。	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，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。	2d-IV-2 欣賞多元的生活文用化，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。 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.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。	活動一 身體密碼大搜密 臉型領型對對碰 (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 17 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，	2d-IV-2 欣賞多元的生活文用化，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。 家 Bb-IV-2 服飾的社會文化意義與理解，並能	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	活動二 整體造型設計師 個人形象修練室 (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	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		

		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。		展現合宜的穿著禮儀。	關資源，選擇並展現合宜的穿著。	身體線條的修飾效果。	型、配件。		
第 18 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。 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. 能欣賞不同服飾風格，選擇並展現合宜的穿著禮儀。	活動三 服飾禮儀任我行 (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 19 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	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與	家 Bb-IV-1 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。 家 Bb-IV-2 服飾的社會	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	活動一 時尚教主 (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	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		

		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。	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。	文化意義與理解，並能展現合宜穿著禮儀。	格與形象。	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。	雜誌。		
第 20 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 服飾的選擇、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，配合個人需求及喜好，完成自己的雜誌展現風格與形象。	活動一 時尚教主 (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 21 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	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，	家 Bb-IV-1 服飾的選擇、美感展現與個人形象管理。	能利用服裝搭配原則為基礎，配合個人需求及喜好，完成	活動二 Best of you (一)從小隊中分享精心創作屬於自己的服飾專欄	1. 能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。		

		<p>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>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。</p>	<p>做出合宜的決定與運用。</p> <p>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。</p>	<p>家Bb-IV-2 服飾的社會與文化意義，並能理解，並能展現穿著禮儀。</p>	<p>自己的服飾雜誌製作，展現自我風格與形象。</p>	<p>後，選三位你最欣賞的作品給予回饋。</p> <p>(二)全班一起欣賞所有同學的作品。</p> <p>(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。</p>	<p>2. 能與同學分享完成的服飾雜誌。</p>		
--	--	--	--	---	-----------------------------	--	--------------------------	--	--