

114 學年度嘉義縣過溝國民中學七年級第一學期綜合領域 教學計畫表 設計者：李建興

- 一、領域/科目：語文(國語文英語文本土語文/臺灣手語/新住民語文) 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：南一版第1 2冊

三、本領域每週學習節數：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	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、青春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動1、管理好手(一)	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。 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-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 (主)	家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動1】管理好手(一) 說明個人在生活中處理時間資源的情形，並找出時間管理的基本概念。	1. 能分享個人在生活中處理時間的現況並找出時間管理的基本概念。 2. 能練習使用工作清單與番茄工作法來處理日常工作。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	

		執行生活中重要事務。	習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 (副)						
第二週	主題三、青春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動1、管理好手(二)	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。 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。 (主) 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 (副)	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動1】管理好手(二) 學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。	1. 能分享個人在生活中處理時間的現況並找出時間管理的基本概念。 2. 能練習使用工作清單與番茄工作法來處理日常工作。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭分享 5. 學習紀錄	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第三週	主題三、青	綜-J-A2 釐清學習目	2c-IV-2 有	家 Ca-IV-1 個	【活動2】理	1. 能檢視個人生活中的消費習	1. 觀察學生	家 J8	

	春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動 2、理財有道(一)	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。 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。	效蒐集、分析及開發各項資源,做出合宜的決定與運用。 (主) 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度,掌握學習方法,養成自主學習與自我管理的能力。 (副)	人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	財有道(一) 檢視個人生活中的消費習慣,分析處理金錢資源的狀況。	慣,瞭解自己平日的支出,分析處理金錢資源的狀況。 2. 能練習分配預算、排列花費的優先順序,規劃理財目標並執行存錢計畫。	2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第四週	主題三、青春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動 2、理財有道(二)	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。 綜-J-B2	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。 (主) 1b-IV-1 培	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動 2】理財有道(二) 練習分配預算、排列花費的優先順序,學習運用有限金錢達成	1. 能檢視個人生活中的消費習慣,瞭解自己平日的支出,分析處理金錢資源的狀況。 2. 能練習分配預算、排列花費的優先順序,規劃理財目標並執行存錢計畫。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。	

		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。	養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 (副)		目標。			涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第五週	主題三、青春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動 3、關鍵決定	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。 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。 (主) 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動 3】關鍵決定 確認國中生生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。	能確認國中生活目標，運用所學擬訂具體計畫，練習有效執行生活重要事務。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	

			(副)						
第六週	主題三、青春生活通 (家政) 單元一、元氣新生活 活動4、打造行動力	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。 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。 (主) 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 (副)	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動4】打造行動力 記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，於生活中繼續實踐。	能記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，並繼續實踐。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 實作評量	家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J13 培養生涯規劃及執行能力。	
第七週 【第一次段考】	主題三、青春生活通 (家政) 單元二、時尚玩家	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	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的	【活動1】挑食任務 分享自己的早餐選擇情形。透過討	1. 能分享自己的早餐選擇情形。 2. 能釐清自己選擇飲食可能的原因，覺察自己選擇食物的傾向與習慣。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭評量 5. 高層次紙	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9	

	活動 1、挑 食任務	要事務。	個人生 活中重 要事務。	飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲 食的製備與 創意運用。 輔 Ba-IV-2 自 我管理與學 習效能的提 升。 童 Aa-IV-2 小 隊制度的分 工、團隊合 作與團體動 力的提升。	論，覺察自己 食物選擇的 傾向與習慣。		筆評量	分析法規、公共 政策對家庭資 源與消費的影 響。	
第八週	主題三、青 春生活通 (家政) 單元二、食 尚玩家 活動 1、挑 食任務	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-1 善 用各項 資源，妥 善計畫 與執行 個人生 活中重 要事務。	家 Aa-IV-1 個 人與家庭飲 食行為之影 響因素與青 少年合宜的 飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲 食的製備與 創意運用。 輔 Ba-IV-2 自	【活動 1】挑 食任務 分享自己的 早餐選擇情 形。透過討 論，覺察自己 食物選擇的 傾向與習慣。	1. 能分享自己 的 早餐選擇情形。 2. 能釐清自己 選 擇飲食可能的 原因，覺察自 己選擇食物的 傾向與習慣。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口頭評量 5. 高層次紙 筆評量	家 J7 運用家庭資 源，規劃個人生 活目標。 家 J9 分析法規、公共 政策對家庭資 源與消費的影 響。	

				我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。					
第九週	主題三、青春生活通 (家政) 單元二、食尚玩家 活動 2、食事偵查線 (一)	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分	【活動 2】食事偵查線 (一) 覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	1. 能澄清飲食選擇對身體健康可能造成的不良影響，並找出日常生活中的改善方法。 2. 能探索檢核與分析自己的飲食行為合宜性，承諾改善，並實際練習執行。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				工、團隊合作與團體動力的提升。					
第十週	主題三、青春生活通 (家政) 單元二、時尚玩家 活動 2、食事偵查線 (二)	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	【活動 2】食事偵查線 (二) 覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機，並檢討個人飲食生活的合宜性。	1. 能澄清飲食選擇對身體健康可能造成的不良影響，並找出日常生活中的改善方法。 2. 能探索檢核與分析自己的飲食行為合宜性，承諾改善，並實際練習執行。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十一週	主題三、青	綜-J-B2 善用科技、資	2c-IV-1 善	家 Aa-IV-1 個	【活動 2】食	1. 能澄清飲食選擇對身體健康	1. 觀察學生	家 J7	

	春生活通 (家政) 單元二、食 尚玩家 活動 2、食 事偵查線 (三)	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。	用各項 資源，妥 善計畫 與執行 個人生 活中重 要事務。	人與家庭飲 食行為之影 響因素與青 少年合宜的 飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲 食的製備與 創意運用。 輔 Ba-IV-2 自 我管理與學 習效能的提 升。 童 Aa-IV-2 小 隊制度的分 工、團隊合 作與團體動 力的提升。	事偵查線 (三) 覺察日常生 活中，速食、 飲料等飲食 中可能隱含 的危機，並檢 討個人飲食 生活的合宜 性。	可能造成的不 良影響，並找 出日常生活的 改善方法。 2. 能探索檢核 與 分析自己的飲 食行為合宜性， 承諾改善，並 實際練習執行。	2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 學習紀錄 6. 實作評量 7. 高層次紙 筆評量	運用家庭資 源，規劃個人生 活目標。 家 J9 分析法規、公 共政策對家庭 資源與消費的 影響。	
第十二週	主題三、青 春生活通 (家政) 單元二、食 尚玩家 活動 3、選	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	2c-IV-1 善 用各項 資源，妥 善計畫 與執行 個人生	家 Aa-IV-1 個 人與家庭飲 食行為之影 響因素與青 少年合宜的 飲食行為。	【活動 3】選 擇有「食」力 分析、選擇並 規劃合宜的 輕食搭配。編 輯並製作健	1. 能正確分析 飲食選擇的合宜 性。 2. 能設計合宜 的健康輕食搭配。 3. 能編輯並製 作	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享 5. 實作評量 6. 學習紀錄	家 J7 運用家庭資 源，規劃個人生 活目標。 家 J9 分析法規、公	

	擇有「食」力	要事務。	活中重要事務。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	康輕食的介紹立牌。	健康輕食的介紹立牌。		共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十三週	主題三、青春生活通 (家政) 單元二、食尚玩家 活動 4、「食健」有動力	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學	【活動 4】食健」有動力 運用創意進行簡單的輕食製備。觀摩各種輕食組合之搭配，省思其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用	1. 能運用創意，實際執行合宜的健康輕食製備。 2. 能省思各種搭配組合之優劣，思考如何將所學運用於生活當中。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				習效能的提升。 童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。	於生活當中。				
第十四週 【第二次段考】	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 1、衣同探險趣	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動 1】衣同探險趣 發現生活中常見的衣物清潔、收納與管理問題，並說出解決辦法。	能分享個人在生活中遇到的服飾困擾原因與解決方式。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十五週	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐	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	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識	【活動 1】衣同探險趣 發現生活中常見的衣物清潔、收納與	能分享個人在生活中遇到的服飾困擾原因與解決方式。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9	

	活動 1、衣 同探險趣	要事務。	要事務。	與手縫技巧應 用。 輔 Ba-IV-2 自 我管理與學習 效能的提升。	管理問題，並 說出解決辦 法。			分析法規、公 共政策對家庭 資源與消費的 影響。	
第十六週	主題三、青 春生活通 (家政) 單元三、衣 事一籬筐 活動 2、衣 物神秘袋 (一)	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-1 善 用各項資 源，妥善計 畫與執行個 人生活中重 要事務。	家 Ba-IV-1 服 飾的清潔、收納 與管理。 家 Bc-IV-1 常 見織品的認識 與手縫技巧應 用。 輔 Ba-IV-2 自 我管理與學習 效能的提升。	【活動 2】衣 物神秘袋 (一) 分析織物材 質、特性在 衣料上的 應用。	能收集並分析個 人在生活中遇到 有關服飾的狀 況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J7 運用家庭資 源，規劃個人生 活目標。 家 J9 分析法規、公 共政策對家庭 資源與消費的 影響。	
第十七週	主題三、青 春生活通 (家政) 單元三、衣 事一籬筐 活動 2、衣 物神秘袋	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-1 善 用各項資 源，妥善計 畫與執行個 人生活中重 要事務。	家 Ba-IV-1 服 飾的清潔、收納 與管理。 家 Bc-IV-1 常 見織品的認識 與手縫技巧應 用。	【活動 2】衣 物神秘袋 (二) 分析織物材 質、特性對 於穿著舒 適度的關	能收集並分析 個 人在生活中遇 到 有關服飾的狀 況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J7 運用家庭資 源，規劃個人生 活目標。 家 J9 分析法規、公 共政策對家庭	

	(二)			輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	係。			資源與消費的影響。	
第十八週	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 2、衣物神秘袋 (三)	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動 2】衣物神秘袋 (三) 收集生活中衣物洗滌的狀況，分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。	能收集並分析個人在生活中遇到有關服飾的狀況。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十九週	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動 3、解碼高手	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。	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。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動 3】解碼高手 分析各種不同清潔劑與衣物髒污的關係。運用各種不同清潔劑解決衣物髒污的困擾。	能善用生活中常見的清潔劑與正確的去漬步驟，解決有關服飾的髒污問題。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				效能的提升。					
第二十週	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動4、衣物萬事通	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動4】衣物萬事通 判斷家中服飾適合的最佳收納方式。整合所有資源，解決日常生活中與服飾相關的問題。	能整合分析有關服飾收納的資源，做出合宜的判斷與決定並分享。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第二十一週 【第三次段考】	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動4、衣物萬事通	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動4】衣物萬事通 判斷家中服飾適合的最佳收納方式。整合所有資源，解決日常生活中與服飾相關的問題。	能整合分析有關服飾收納的資源，做出合宜的判斷與決定並分享。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

					關的問題。				
第二十二週 【第三次段考】	主題三、青春生活通 (家政) 單元三、衣事一籬筐 活動4、衣物萬事通	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Ba-IV-1 服飾的清潔、收納與管理。 家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	【活動4】衣物萬事通 判斷家中服飾適合的最佳收納方式。整合所有資源，解決日常生活中與服飾相關的問題。	能整合分析有關服飾收納的資源，做出合宜的判斷與決定並分享。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄 5. 高層次紙筆評量	家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

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、青春消費王 (家政) 單元一、新 良食運動 活動 1、綠 色飲食好 選擇	綜-J-C1 探索人與環 境的關係，規 劃、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。 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	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-2 青 少年飲食的 消費決策與 行為。 家 Aa-IV-3 飲 食行為與環 境永續之關 聯、實踐策略 及行動。 童 Da-IV-2 人 類與生活環 境互動關係 的理解，及永 續發展策略 的實踐與省 思。	【活動 1】綠色 飲食好選擇 覺察個人飲食 行為對環境的 影響。	能覺察個人飲食 行為對環境的影 響。 能分析個人日常 飲食消費習慣， 提出減少剩食的 方法。	1. 口語評量	環 J6 瞭解世界 人口數量 增加、糧食 供給與營 養的永續 議題。	

		與他人。							
第二週	主題三、青春消費王 (家政) 單元一、新 良食運動 活動2、惜食 不「碳」氣	綜-J-C1 探索人與環 境的關係，規 劃、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。 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。	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-2 青 少年飲食的 消費決策與 行為。 家 Aa-IV-3 飲 食行為與環 境永續之關 聯、實踐策略 及行動。 童 Da-IV-2 人 類與生活環 境互動關係 的理解，及永 續發展策略 的實踐與省 思。	【活動2】惜食 不「碳」氣 分析個人飲食 消費習慣，建 立惜食的飲食 態度。	能分析個人日常 飲食消費習慣， 提出減少剩食的 方法。	1. 口語評量 2. 學習紀錄	環 J6 了解世界 人口數量 增加、糧食 供給與營 養的永續 議題。	
第三週	主題三、青	綜-J-C1	3d-IV-2 分	家 Aa-IV-2 青	【活動3】低碳	1. 能瞭解低碳飲 食概念並提出 具體做法。	1. 學習紀錄	環 J6	

	春消費王 (家政) 單元一、新 良食運動 活動3、低碳 飲食 COOL 一點(一)	探索人與環 境的關係，規 劃、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。 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。	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。	少年飲食的 消費決策與 行為。 家 Aa-IV-3 飲 食行為與環 境永續之關 聯、實踐策略 及行動。 童 Da-IV-2 人 類與生活環 境互動關係 的理解，及永 續發展策略 的實踐與省 思。	飲食 COOL 一點 (一) 1. 因應環境變 化，建構低碳 飲食消費觀 念。 2. 瞭解低碳飲 食的觀念與技 巧，提出具體 做法並實作。	2. 能製作低碳飲 食餐點，熟練低 碳飲食的做法與 技巧。	2. 實作評量	了解世界 人口數量 增加、糧食 供給與營 養的永續 議題。	
第四週	主題三、青 春消費王 (家政) 單元一、新	綜-J-C1 探索人與環 境的關係，規 劃、執行服務	3d-IV-2 分 析環境與個 人行為的關 係，運用策	家 Aa-IV-2 青 少年飲食的 消費決策與 行為。	【活動3】低碳 飲食 COOL 一點 (二) 1. 因應環境變	1. 能瞭解低碳飲 食概念並提出 具體做法。 2. 能製作低碳飲 食餐點，熟練低 碳飲食的做法與	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界 人口數量 增加、糧食	

	良食運動 活動3、低碳 飲食 COOL 一點(二)	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。 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。	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。 童 Da-IV-2 人 類與生活環 境互動關係 的理解，及永 續發展策略 的實踐與省 思。	化，建構低碳 飲食消費觀 念。 2. 瞭解低碳飲 食的觀念與技 巧，提出具體 做法並實作。	技巧。		供給與營 養的永續 議題。	
第五週	主題三、青 春消費王 (家政) 單元一、新 良食運動 活動3、低碳 飲食 COOL	綜-J-C1 探索人與環 境的關係，規 劃、執行服務 學習和戶外 學習活動，落 實公民關懷	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-2 青 少年飲食的 消費決策與 行為。 家 Aa-IV-3 飲 食行為與環 境永續之關	【活動 3】低碳 飲食 COOL 一點 (三) 1. 因應環境變 化，建構低碳 飲食消費觀 念。	1. 能瞭解低碳飲 食概念並提出 具體做法。 2. 能製作低碳飲 食餐點，熟練低 碳飲食的做法與 技巧。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界 人口數量 增加、糧食 供給與營 養的永續 議題。	

	一點(三)	並反思環境永續的行動價值。 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。		聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。	2. 瞭解低碳飲食的觀念與技巧，提出具體做法並實作。				
第六週	主題三、青春消費王 (家政) 單元一、新食運動 活動4、小決定，改變大世界	綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、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-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 童 Da-IV-2 人	【活動 4】小決定，改變大世界 從飲食擴大到其他生活層面，落實低碳消費與生活習慣。	能從飲食擴大到其他生活層面，提出低碳消費與生活具體行動並實踐。	1. 學習紀錄 2. 實作評量	環 J6 瞭解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	

		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。		類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。					
第七週 【第一次段考】	主題三、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動1、「衣」時之選	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與青少年的服飾消費決策及行為。 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。	【活動1】「衣」時之選 分享自己衣物選購的經驗與喜好。	能表達服飾消費的相關經驗。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第八週	主題三、青春消費王 (家政) 單元二、「衣」起消費「趣」活動1、「衣」時之選	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與青少年的服飾消費決策及行為。 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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動1】「衣」時之選 分享自己衣物選購的經驗與喜好。	能表達服飾消費的相關經驗。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第九週	主題三、青	綜-J-B2	2c-IV-2 有	家 Ba-IV-2 服	【活動2】衣見	能覺察個人在生活中的服飾消費決策及行為偏向，	1. 實作評量	家 J9	

	春消費王 (家政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動2、衣見 傾心(一)	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。	效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	傾心(一) 藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。	分析影響決策行為的因素。		分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十週	主題三、青春消費王 (家政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動2、衣見	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	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與青少年的服飾消費決策及行為。 家 Ca-IV-2 消	【活動2】衣見 傾心(二) 藉由測驗與活動覺察自己的消費決策習慣偏向。	能覺察個人在生活中的服飾消費決策及行為偏向，分析影響決策行為的因素。	1. 實作評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

	傾心(二)	活中重要事務。		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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十一週	主題三、青春消費王(家政) 單元二、「衣」起消費「趣」 活動3、買衣 停看聽	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與青少年的服飾消費決策及行為。 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。	【活動3】買衣 停看聽 能透過活動體驗分析服飾消費可能遭遇的風險，思考並擬定相應的解決策略。	能運用方法分析評估服飾消費時各種資源與管道的風險，擬訂合宜的消費決策計畫	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

				輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十二週	主題三、青春消費王 (家政) 單元二、「衣」起消費「趣」活動 4、全班一起購 (一)	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與青少年的服飾消費決策及行為。 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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	【活動 4】全班一起購(一) 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。	能執行合宜的服飾消費計畫並評估其適切性。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十三週	主題三、青	綜-J-B2	2c-IV-2 有	家 Ba-IV-2 服	【活動 4】全班	能執行合宜的服飾消費計畫並評估其適切性。	1. 口語評量	家 J9	

	春消費王 (家政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動 4、全班一起購 (二)	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。	效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	一起購(二) 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。		2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第十四週 【第二次段考】	主題三、春消費王 (家政) 單元二、 「衣」起消費「趣」 活動 4、全	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	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與青少年的服飾消費決策及行為。 家 Ca-IV-2 消	【活動 4】全班一起購(二) 運用所學，模擬服飾消費活動，並分享、評估其適切性。	能執行合宜的服飾消費計畫並評估其適切性。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	家 J9 分析法 規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	

	班一起購 (二)	活中重要事務。		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。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。					
第十五週	主題三、青春消費王 (家政) 單元三、 「針」惜好生活 活動1、「針」 心工坊	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	【活動1】「針」 心工坊 運用適當的針線工具處理衣物破損的狀況。	能表達生活中遇到的衣物破損狀況，及可能會使用到的針線工具。	1. 口語評量	環 J4 瞭解永續發展的意義（環境、社會與經濟的均衡發展）與原則。	
第十六週	主題三、青春消費王 (家政)	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計	家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技	【活動2】「針 縫」對決(一) 覺察及分析各	能歸納出不同縫法的使用方式，並正確運用於縫補衣服。	1. 實作評量	環 J4 瞭解永續發展的意	

	單元三、 「針」惜好 生活 活動2、「針 縫」對決 (一)	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。	畫與執行個 人生活中重 要事務。	巧應用。	種不同縫法， 並正確使用手 縫法縫補衣 物。			義（環 境、社會 與經濟的 均衡發 展）與原 則。	
第十七週	主題三、青 春消費王 (家政) 單元三、 「針」惜好 生活 活動2、「針 縫」對決 (二)	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-1 善 用各項資 源，妥善計 畫與執行個 人生活中重 要事務。	家 Bc-IV-1 常 見織品的認 識與手縫技 巧應用。	【活動2】「針 縫」對決(二) 覺察及分析各 種不同縫法， 並正確使用手 縫法縫補衣 物。	能歸納出不同縫 法的使用方式， 並正確運用於縫 補衣服。	1. 實作評量	環 J4 瞭解永續 發展的意 義（環 境、社會 與經濟的 均衡發 展）與原 則。	
第十八週	主題三、青 春消費王 (家政) 單元三、 「針」惜好 生活 活動3、	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	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。	家 Bc-IV-1 常 見織品的認 識與手縫技 巧應用。	【活動3】「針」 惜好物(一) 1. 運用創意思 考的能力開發 物品的多元功 能性。 2. 運用創新能	能運用創新能力 與手縫法進行舊 物評估與改良。	1. 實作評量 2. 口語評量	環 J4 瞭解永續 發展的意 義（環 境、社會 與經濟的 均衡發	

	「針」惜好物(一)	活中重要事務。			力進行評估與改良。			展)與原則。	
第十九週	主題三、青春消費王(家政)單元三、「針」惜好生活活動3、「針」惜好物(二)	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	【活動3】「針」惜好物(二) 1. 運用創意思考的能力開發物品的多元功能性。 2. 運用創新能力進行評估與改良。	能運用創新能力與手縫法進行舊物評估與改良。能展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜物、愛物之情懷。	1. 實作評量 2. 口語評量	環 J4 瞭解永續發展的意義(環境、社會與經濟的均衡發展)與原則。	
第二十週 【第三次段考】	主題三、青春消費王(家政)單元三、「針」惜好生活活動4、「針」心「針」意	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-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	家 Bc-IV-1 常見織品的認識與手縫技巧應用。	【活動4】「針」心「針」意 展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜物愛物之情懷。	能展現舊物改造之優點與特色，並欣賞惜物、愛物之情懷。	1. 實作評量	環 J4 瞭解永續發展的意義(環境、社會與經濟的均衡發展)與原則。	

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。