

臺北市濱江實驗國民中學 109 學年度 7 年級設計—家政課程計畫

領域/科目	綜合活動(■家政□童軍□輔導)		
教材版本	翰林版	節數	每週 3 節
領域核心素養	上學期 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。 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-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。 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-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 下學期 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-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-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。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。		
課程目標	上學期 1 促進自我發展：透過活動的體驗、省思與實踐，探索自我潛能與發展自我價值，增進自我管理知能與強化自律負責，尊重自己與他人生命進而體會生命的價值。 2 落實生活經營：透過活動的體驗、省思與練習，實踐個人生活所需的技能並作有效管理，覺察生活中的變化以創新適應，探究、運用與開發各項資源。 3 實踐社會參與：透過各項團體活動的參與體驗、省思與實踐，善用人際溝通技巧，服務社會並關懷人群，尊重不同族群並積極參與多元文化。 4 保護自我與環境：透過活動的體驗、省思與實踐，辨識生活中的危險情境，學習自我保護與解決問題的策略，增進野外生活技能並與大自然和諧相處，保護或改善環境以促進環境的永續發展。 下學期 1. 本課程依據核心素養與領域課綱學習表現、學習內容進行設計，結合重大議題，並適時融入新興概念與社會時事，以培養面對未來的基本能力。 2. 本課程設計融合各種體驗活動，引導學生透過活動的進行，培養及強化學生實踐之能力，並運用於生活當中。 3. 本教材設計「我的小組名單」與「我的備忘錄」等內容，以提供學生記錄分工責任及備忘記事。 4. 本綜合活動課本配合課程設計，於各主題後提供評量活動，引導學生於主題學習後檢核個人學習概況，作為教師評量與學生自評之參考。		
重大概念	交流、群體/社區		
相關概念	協作、評價、觀點、資源、市場與趨勢、可持續性		
全球背景	特徵/認同和關係、時空定位、全球化和可持續發展		

學習進度 週次		單元 活動主題	學習重點		評量 方法	議題融 入實質 內涵	教學 設施 設備 需求	跨領 域/ 科目 協同 教學	備註
			學習 表現	學習 內容					
第 1 學期	第 1 週	統整：國 中新鮮人 Online 單元三： 小隊喜相 縫	2b-IV-1 參與各 項團體 活動， 與他人 有效溝 通與合 作，並 負責完 成分內 工作。	家 Bc- IV-1 常見織 品的認 識與手 縫技巧 應用。	學生自 評 教師評 量	【人權 教育】 人 E3 了 解每個 人需求 的不同， 並討論 與遵守 團體的 規則。	基本手 縫針法 的講解 圖片（ 影片）。 學生準 備： 1 攜帶 基本手 縫所須 的工具。 2 小隊 徽設計 完成。		
	第 2 週	統整：國 中新鮮人 Online 單元三： 小隊喜相 縫	2b-IV-1 參與各 項團體 活動， 與他人 有效溝 通與合 作，並 負責完 成分內 工作。	家 Bc- IV-1 常見織 品的認 識與手 縫技巧 應用。	學生自 評 學生互 評	【人權 教育】 人 E3 了 解每個 人需求 的不同， 並討論 與遵守 團體的 規則。	於課前 安排好 方便討 論及製 作的座 位。學 生準備： 攜帶製 作小隊 信物活 動所須 的材料 及器具。		
	第 3 週	主題四： 料理新鮮 人 單元一： 烹調 「硬」實 力	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。 2c-IV-2 有效蒐 集、分 析及開 發各項 資源，	家 Ab- IV-2 飲食的 製備與 創意運 用。 家 Ab- IV-1 食物的 選購、 保存與 有效運 用。	學生自 評 教師評 量	【品德 教育】 品 J1 溝 通合作 與和諧 人際關 係。 【安全 教育】 安 J9 遵 守環境 設施備 的安全 守則。 【家庭 教育】	1. 熟悉 烹調 實作流 程，歸 納整理 學生在 實作前 中後可 能發生 的問題 與解決 方法。 2. 蒐集 烹飪教 室使用 相關規		

			做出合宜的決定與運用。			家 J9 家庭資源與個人生活目標。	定。 學生準備： 1. 了解烹飪教室所在位置。 2. 了解烹調實作的基本流程。 3. 分隊進行活動。		
第 4 週	主題四：料理新鮮人 單元一：烹調「硬」實力	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生自評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。	蒐集相關圖片、影片等教學媒材。 學生準備： 1. 了解烹飪教室所在位置。 2. 了解烹調實作的基本流程。 3. 分隊進行活動。			
第 5 週	主題四：料理新鮮人 單元二：料理起手式	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。	1. 熟悉各項烹調技術。 2. 蒐集相關圖片、影片等教學媒材。 學生準備： 1. 觀察生活中的烹調實作流程，並蒐集烹調實作相關資訊。 2. 分組			

							入座。		
	第 6 週	主題四：料理新鮮人 單元二：料理起手式	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生互評 教師評量	【品德教育】品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。	1. 蒐集食品選購相關圖片、影片等資訊媒材。 2. 了解各式食品選購要點，以及產季、產地、販售環境、標章認證等因素對於食品選購的影響。 學生準備： 1. 觀察生活中各式食品選購方法。 2. 詢問家人對於食品選購的個人原則。 3 分隊入座。		
	第 7 週	主題四：料理新鮮人 單元 2 料理起手式（第一次段考）	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生互評 教師評量	【品德教育】品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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	1. 蒐集食品選購相關圖片、影片等資訊媒材。 2. 了解各式食品選購要點，以及產季、產地、販售環境、標章認證等因素對於食		

			用。			生活目標。	品選購的影響。學生準備： 1. 觀察生活中各式食品選購方法。 2. 詢問家人對於食品選購的個人原則。 3. 分隊入座。		
第 8 週	主題四：料理新鮮人 單元二：料理起手式	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生自評 教師評量	【品德教育】品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。	1. 蒐集食品保存相關圖片、影片等資訊媒材。 2. 了解各式食品保存要點，以及洗、切、烹煮等各種處理方式，對食品保存狀態的影響。學生準備： 1 觀察生活中各式食品的保存方式。 2 蒐集食品保存相關資訊。 3 分隊入座。			
第 9 週	主題四：料理新鮮人 單元三：新鮮上菜	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運	學生自評 教師評量	【品德教育】品 J1 溝通合作與和諧	1. 烹飪教室平面圖與使用規則、實			

			與執行個人生活中重要事務。 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。	用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。		人際關係。 【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。	作服儀規定、烹調衛生安全守則。 2. 烹調實作食譜。 3. 小隊工作分配範例。 學生準備： 1 烹調實作食譜。 2 小隊工作分配表。		
第 10 週	主題四：料理新鮮人 單元三：新鮮上菜	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。 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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生自評 學生互評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。	1. 各小隊實作食譜。 2. 評量工具（相機、紀錄本…等）。 3. 計時器。 學生準備： 1. 圍裙、實作食譜、食物材料及個人餐具。 2. 課本			
第 11 週	主題四：料理新鮮人 單元三：新鮮上菜	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	學生自評 教師評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【家庭教育】	1. 烹調實作相關紀錄。 2. 各單元學生活動紀錄（例如：上課照片、課堂小作業……等）。 學生準備：			

			做出合宜的決定與運用。			家 J9 家庭資源與個人生活目標。	備： 1. 烹調實作檢核表。 2. 各單元活動紀錄與省思。		
	第 12 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元一：衣 Q 養成計畫	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。	學生自評 教師評量	【家庭教育】家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	可提供多樣範例、情境，也可事先蒐集易有爭議性、誤解的織物相關新聞、資訊，提供活動後討論。 學生準備：回家觀察不同情況時穿著衣物的特性。		
	第 13 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元一：衣 Q 養成計畫	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。	學生自評 教師評量	【家庭教育】家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	1. 事先規定每小隊須攜帶的衣物種類，如當季衣物、貼身衣物、制服等，避免小隊成員攜帶重複的服飾，以致觀察的種類偏少。 2. 提供學生較不易準備的服飾，如泳裝、泳帽、非當季		

						衣物及特殊材質衣物，以增加服裝觀察種類的多樣性。學生準備：每位同學攜帶一件常用衣物或衣物標示。		
第 14 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元一：衣 Q 養成計畫(第二次段考)	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。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	1. 事先規定每小隊須攜帶的衣物種類，如當季衣物、貼身衣物、制服等，避免小隊成員攜帶重複的服飾，以致觀察的種類偏少。 2. 提供學生較不易準備的服飾，如泳裝、泳帽、非當季衣物及特殊材質衣物，以增加服裝觀察種類的多樣性。學生準備：每位同學攜帶一件常用衣物或		

						衣物標示。		
第 15 週	主題七： 衣 Q 魔法師 單元一： 衣 Q 養成計畫	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。	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。	1. 事先規定每小隊須攜帶的衣物種類，如當季衣物、貼身衣物、制服等，避免小隊成員攜帶重複的服飾，以致觀察的種類偏少。 2. 提供學生較不易準備的服飾，如泳裝、泳帽、非當季衣物及特殊材質衣物，以增加服裝觀察種類的多樣性。 學生準備：每位同學攜帶一件常用衣物或衣物標示。		
第 16 週	主題七： 衣 Q 魔法師 單元二： 衣物保養	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。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 E16 解物質循環與資源回收利用的原理。	1. 本活動透過分享與檢視自己家中的清洗衣物的方式，讓學生學習更有效率的衣物		

						清潔管理，教師應鼓勵學生多參與家務。 2. 事先交代學生上課之前要回家觀察或訪問家人清洗衣物的方式。 學生準備： 1 回家自己操作，或觀察訪問家人清洗衣物的方式。 2 小組針對歸納出的洗衣步驟，蒐集資訊，與全班同學分享報告。		
第 17 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元二：衣物保養	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。	學生自評 學生互評 教師評	【環境教育】 環 E16 解物質循環與資源回收利用的原理。	1. 本活動透過分享與檢視自己家中的清洗衣物的方式，讓學生學習更有效的衣物清潔管理，教師應鼓勵學生多參與家務。 2. 事先交代學生上課之前要回家觀		

						察或訪問家人清洗衣物的方式。學生準備： 1. 回家自己操作，或觀察訪問家人清洗衣物的方式。 2. 小組針對歸納出的洗衣步驟，蒐集資訊，與全班同學分享報告。		
第 18 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元二：衣物保養	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。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	1. 提醒同學上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。教師也可搜尋收納改造的範例。 2. 改善自己衣物的收納情形，可以繪圖或拍照的方式記錄下來。設計改造也應考慮家人的意見。學生準備：觀察家中衣物收納情形，以		

							繪圖或拍照的方式記錄下來，並上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。		
第 19 週	主題七：衣 Q 魔法師 單元二：衣物保養	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。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	1. 提醒同學上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。教師也可搜尋收納改造的範例。 2. 改善自己衣物的收納情形，可以繪圖或拍照的方式記錄下來。設計改造也應考慮家人的意見。 學生準備：觀察家中衣物收納情形，以繪圖或拍照的方式記錄下來，並上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。			
第 20 週	主題七：衣 Q 魔法師	2c-IV-1 善用各項資	家 Ba-IV-1 服飾的	學生自評 學生互	【環境教育】 環 E16	1. 提醒同學上網搜			

		單元二： 衣物保養	源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。	清潔、收納與管理。	評教師評量	了解物質循環與資源回收利用的原理。	尋，或詢問家人有無收納妙招。教師也可搜尋收納改造的範例。 2. 改善自己衣物的收納情形，可以繪圖或拍照的方式記錄下來。設計改造也應考慮家人的意見。學生準備：觀察家中衣物收納情形，以繪圖或拍照的方式記錄下來，並上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。		
第 21 週	主題七： 衣 Q 魔法師 單元二： 衣物保養 (第三次段考)	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。	學生自評 學生互評 教師評量	【環境教育】 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	1. 提醒同學上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。教師也可搜尋收納改造的範例。 2. 改善自己衣物的收			

							納情形，可以繪圖或拍照的方式記錄下來。設計改造也應考慮家人的意見。學生準備：觀察家中衣物收納情形，以繪圖或拍照的方式記錄下來，並上網搜尋，或詢問家人有無收納妙招。		
第 2 學期	第 1 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	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 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。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	教師： 1. 回想自己印象最深刻的一餐，準備相關照片或影音資料。 2. 搜尋並整理飲食行為相關資料。 學生： 1. 回想自己的飲食經驗。 2. 小隊入座。		
	第 2 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的	教師： 1. 搜尋並整理健康飲食相關資料。 2. 健康		

			宜的決定與運用。	青少年合宜的飲食行為。		角色責任。	飲食行為建議之參考範例。 學生： 1. 利用課本的提問，事先觀察自己與家人的飲食習慣。 2. 蒐集「健康飲食」相關資料。		
第 3 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	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 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。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	教師： 1. 實作食譜參考範例。 2. 實作分工參考表格。 3. 蒐集實踐健康飲食習慣的可行作法。 學生： 1. 實踐「飲食習慣建議」，並記錄自己與家人的感想；依據自己與家人的健康需求，搜尋適合食譜。 2. 實作前準備圍裙、食材、自備器具與紀錄工具。			

	第 4 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	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 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。	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。	教師： 1. 實作食譜參考範例。 2. 實作分工參考表格。 3. 蒐集實踐健康飲食習慣的可行作法。 學生： 1. 實踐「飲食習慣建議」，並記錄自己與家人的感想；依據自己與家人的健康需求，搜尋適合食譜。 2. 實作前準備圍裙、食材、自備器具與紀錄工具。		
	第 5 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	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 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。	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。	教師： 1. 實作食譜參考範例。 2. 實作分工參考表格。 3. 蒐集實踐健康飲食習慣的可行作法。 學生： 1. 實踐「飲食		

							習慣建議」，並記錄自己與家人的感想；依據自己與家人的健康需求，搜尋適合食譜。 2. 實作前準備圍裙、食材、自備器具與紀錄工具。		
	第 6 週	主題五：飲食大探索 單元一：食在健康	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 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。	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。	教師： 1. 實作食譜參考範例。 2. 實作分工參考表格。 3. 蒐集實踐健康飲食習慣的可行作法。 學生： 1. 實踐「飲食習慣建議」，並記錄自己與家人的感想；依據自己與家人的健康需求，搜尋適合食譜。 2. 實作前準備圍裙、食材、自備器具與紀錄工具。		

						錄工具。		
第 7 週	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購(第一次段考)	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。	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。	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。	教師： 1. 整理自己的外食經驗與外食選擇考量因素。 2. 實際走訪學校內外的餐飲商家，了解概況。 學生： 回想自己的外食經驗。		
第 8 週	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。	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。	教師： 1. 整理自己的外食經驗與外食選擇考量因素。 2. 實際走訪學校內外的餐飲商家，了解概況。 學生： 回想自己的外食經驗。		
第 9 週	主題五：飲食大探索 單元二：青春樂吃購	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。	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。	教師： 1. 蒐集外食相關資料。 2. 整理出適合青少年的外食原則範例。 學生： 1. 依據		

							「觀察清單」，進行餐飲店家實地觀察與記錄。蒐集與青少年飲食有關資訊。		
	第 10 週	主題五： 飲食大探索 單元二： 青春樂吃購	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。	學生自評 教師評量	【家庭教育】 家 J6 觀察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	教師： 1. 事先列出實踐飲食消費行動方案時可能遇到的問題。 2. 觀察課程實施前後校園內的外食狀況改變。 學生： 依據自己的飲食消費行動方案，重新檢視並選擇外食商家。		
	第 11 週	主題六： 我們這一「家」 單元一： 家庭互動之旅	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	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）。	教師： 1. 熟悉教材內容。 2. 觀察一般國中生與家人互動方式。 3. 骰子、各小隊信物。 學生： 於活動時間將		

							位置排成馬蹄型座位以便報告分享。		
第 12 週	主題四：結「火」「童」行 單元一：結繩達人	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。	童Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 家Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。	活動參與 實作評量 口語評量	【家庭教育】 家J4 對家人愛與關懷的表達。 【閱讀素養教育】 閱J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 【生命教育】 生J13 美感經驗的發現。	教師： 1. 童軍繩及其其他的相關繩子實物。 2. 教師手冊。 學生： 1. 課本。 2. 童軍繩。			
第 13 週	主題六：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。	家Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	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）。	教師： 熟悉教材內容。 學生： 回憶平日自己與家人互動的態度和方式。			
第 14 週	主題六：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同(第二次段考)	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能	家Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	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	教師： 1. 熟悉教材內容。 2. 蒐集愛的語言相關資料。			

			力。			式。 家 J11 規劃與 執行家 庭的各 種活動 （休 閒、節 慶等）。	學生： 1. 觀察 家人平 日互動 情形。 2. 於活 動時間 將位置 排成馬 蹄型座 位以便 報告分 享。		
第 15 週	主題六： 我們這一 「家」 單元二： 愛的語言 大不同	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方式，增 進經營 家庭生 活能力。	家 Da- IV-2 家庭中 不同角 色的需 求與合 宜的家 人互 動。	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）。	教師： 1. 熟悉 教材內 容。 2. 蒐集 愛的語 言相關 資料。 學生： 1. 觀察 家人平 日互動 情形。 2. 於活 動時間 將位置 排成馬 蹄型座 位以便 報告分 享。			
第 16 週	主題六： 我們這一 「家」 單元三： 愛家行動 報告書	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方式，增 進經營 家庭生 活能力。	家 Dc- IV-1 家庭活 動策劃 與參與，以 互相尊 重與同 理為基 礎的家 人關係 維繫。	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）。	教師： 1. 熟悉 教材內 容。 2. 個人 家庭經 營經驗 分享。 3. 蒐集 與家庭 經營主 題相關 的新聞 報導或 相關事 例。 學生： 1. 觀察 家人平 日對家 庭的付 出。 2. 於活			

						動時間 將位置 排成馬 蹄型座 位以便 報告分 享。		
第 17 週	主題六： 我們這一 「家」 單元三： 愛家行動 報告書	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方式，增 進經營 家庭生 活能力。	家 Dc- IV-1 家庭活 動策劃 與參與，以 互相尊 重與同 理為基 礎的家 人關係 維繫。	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）。	教師： 1. 熟悉 教材內 容。 2. 蒐集 與家庭 經營主 題相關 的文章 或書 籍。 學生： 1. 完成 前一節 課所規 畫的愛 家行 動。 2. 準備 製作報 導之材 料與器 具。		
第 18 週	主題六： 我們這一 「家」 單元三： 愛家行動 報告書	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通 的方式，增 進經營 家庭生 活能力。	家 Dc- IV-1 家庭活 動策劃 與參與，以 互相尊 重與同 理為基 礎的家 人關係 維繫。	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）。	教師： 1. 熟悉 教材內 容。 2. 蒐集 與家庭 經營主 題相關 的文章 或書 籍。 學生： 1. 完成 前一節 課所規 畫的愛 家行 動。 2. 準備 製作報 導之材 料與器 具。		
第 19 週	主題六： 我們這一 「家」 單元三：	2a-IV-3 覺察自 己與家 人溝通	家 Dc- IV-1 家庭活 動策劃	學生自 評 學生互 評	【家庭 教育】 家 J5 了 解與家	教師： 1. 熟悉 教材內 容。		

		愛家行動報告書	的方式，增進家庭生活能力。	與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	教師評量	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）。	2. 蒐集與家庭經營主題相關的文章或書籍。 學生： 1. 完成前一節課所規畫的愛家行動。 2. 準備製作報導之材料與器具。		
	第 20 週	主題六：我們這一「家」單元三：愛家行動報告書	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進家庭生活能力。	家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	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）。	教師： 1. 熟悉教材內容。 2. 蒐集與家庭經營主題相關的文章或書籍。 學生： 1. 完成愛家行動報告書。 2. 於活動時間將位置排成馬蹄型座位以便報告分享。		