臺北市瑠公國民中學 113 學年度綜合領域/家政科目課程計畫

領域/科目		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語文 ☐ 數學 ☐ 社會(☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民與社會) ☐ 自然科學(☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 地球科學) ☐ 藝術(☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術) ☒ 綜合活動(☒ 家政 ☐ 童軍 ☐ 輔導) ☐ 科技(☐ 資訊科技 ☐ 生活科技) ☐ 健康與體育(☐ 健康教育 ☐ 體育)					
實施年級		☐ 7 年級 ☒ 8 年級 ☐ 9 年級 ☒ 上學期 ☒ 下學期(若上下學期均開設者，請均註記)					
教材版本		☒ 選用教科書： <u>翰林</u> 版 ☐ 自編教材（經課發會通過）	節數	學期內每週 1 節			
領域核心素養		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。 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。					
課程目標		家政 上學期： 透過各項活動觀察和體驗，協助學生從生活中服飾的搭配和選擇，塑造個人形象，並藉由個人服飾專欄的完成，展現自我風格。觀察各種不同織物材質，了解服飾清潔與保養方法，並學習服飾整理與收納技巧，培養生活自理能力，進而達到良好生活之目標。 下學期： 思考在取用便利的飲食行為背後應關注的問題，還可以採取更友善環境與生活的飲食行動，實踐「愛」地球的「良」食運動。引導學生學習更有意義的選購、穿衣妙法，展現具有關心環境又能展現年輕活力的服裝行動智慧。					
學習進度週次		單元/主題名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	跨領域/科目協同教學
第一學期	第一週	主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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. 課堂參與度。(25%) 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。(25%) 3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。(25%) 4. 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。(25%)	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
	第二週	主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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. 課堂參與度。(25%) 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。(25%) 3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。(25%) 4. 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。(25%)	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	

第三週 ~ 第四週	主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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. 課堂參與度。(25%) 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。(25%) 3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。(25%) 4. 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。(25%)	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第五週	主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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. 課堂參與度。(25%) 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。(25%) 3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。(25%) 4. 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。(25%)	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第六週	主題一：幸福生活計畫 單元一：發現幸福力	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. 課堂參與度。(25%) 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。(25%) 3. 小組可提出合宜的避免消費陷阱的因應措施。(25%) 4. 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。(25%)	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第七週	主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行(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。	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. 計畫內容合宜性及完整性。(50%) 2. 計畫執行成果。(50%)	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第八週 ~ 第九週	主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行	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. 計畫內容合宜性及完整性。(50%) 2. 計畫執行成果。(50%)	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第十週	主題一：幸福生活計畫 單元二：與你同行	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. 計畫內容合宜性及完整性。(50%) 2. 計畫執行成果。(50%)	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	
第十一週 ~ 第十三週	主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，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。	活動一 1. 口頭：蒐集並回顧新聞事件，分享自己對食品安全議題的看法。(33%) 2. 口頭或書面：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。(33%) 活動二	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。	

				問答與口頭報告：觀察分析食品的「選購、烹調、儲存」過程，規畫出安心飲食的可行作法。(34%)	
第十四週	主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊 (第二次段考)	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，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。	書面報告與心得分享(100%)：發覺飲食危機，評估風險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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十五週	主題二：食品新世界 單元一：飲食偵查隊	3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，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。	書面報告與心得分享(100%)：發覺飲食危機，評估風險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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十六週 ~ 第十七週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味	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。	問答、口頭或書面報告(100%)：分享自己與家人對加工食品的認識與使用經驗。	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十八週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味	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。	活動二 1. 實踐行動：蒐集自製食品或加工食品的食譜或製作方法。(50%) 2. 訪談與書面報告：訪問家人對自製食品的相關意見，蒐集資料並設計食譜。(50%)	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第十九週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味	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。	書面報告、實際操作與檢核表(100%)：「好味時光」活動規劃報告。	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第二十週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味	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。	書面報告、實際操作與檢核表(100%)：「好味時光」執行紀錄、回饋評量與具體建議。	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。
第二十一週	主題二：食品新世界 單元二：吃出新美味 (第三次段考)	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。	書面報告、實際操作與檢核表(100%)：「好味時光」執行紀錄、回饋評量與具體建議。	【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。 【人權教育】 人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。

第二學期	第一週 ~ 第三週	主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰	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。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 課堂參與度。(33%) 2. 可分析個人及家庭的生活習慣是否造成剩食問題。(33%) 3. 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。(34%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。
	第四週 ~ 第五週	主題一：食光新主張 單元一：剩食大作戰	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。 童 Dc-IV-2 國際環境議題的理解、參與及省思。	1. 課堂參與度。(25%) 2. 可分析個人的生活習慣是否造成剩食問題。(25%) 3. 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。(50%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。
	第六週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	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. 課程參與程度。(50%) 2. 表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。(50%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。
	第七週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰 (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。	家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	1. 課程參與程度。(25%) 2. 表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。(25%) 3. 良食計畫內容合宜性及完整性。(25%) 4. 良食計畫執行成果。(25%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。
	第八週 ~ 第九週	主題一：食光新主張 單元二：惜食大作戰	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. 課程參與程度。(25%) 2. 表達個人與環保飲食議題的看法，並能理解他人的看法。(25%) 3. 良食計畫內容合宜性及完整性。(25%) 4. 良食計畫執行成果。(25%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。
	第十週	主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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 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。	1. 能說明衝動型消費可能衍伸的問題。(33%) 2. 能說出減少衝動消費的方法。(33%) 3. 能說出自己擁有的服飾資源項目。(34%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。
	第十一週	主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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 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。	1. 能分享自己選擇服飾的經驗。(50%) 2. 能覺察自己的服飾消費行為。(50%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。
	第十二週	主題四：穿著大學問 單元一：BUY 衣達人	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 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。	1. 能依照個人需求規畫個人合宜的服飾消費行為。(25%) 2. 能分析生活中服飾消費管道、風險及影響因素。(25%) 3. 能分享自己服飾購買之經驗。(25%)	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。

				4.能覺察自己服飾消費問題，並了解改善方式。(25%)		
第十三週	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手	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。	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。(33%) 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。(33%) 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。(34%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十四週	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手 (第二次段考)	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。	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。(33%) 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。(33%) 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。(34%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十五週	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手	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。	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。(33%) 2.能分享自己穿搭服飾的經驗。(33%) 3.能說出服裝特點對身型的修飾效果。(34%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十六週	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手	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。	1.能依據服裝修飾原則選擇適合的服飾。(33%) 2.能分享自己平日穿著打扮之經驗。(33%) 3.能分辨自己的臉型，並選擇適合的領型。(34%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十七週	主題四：穿著大學問 單元二：搭配高手	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。	1.能找出適合自己的服飾風格。(25%) 2.能分析各項服飾配件對服飾搭配所產生的效果，並分享給同學。(25%) 3.能在不同場合展現合宜服飾禮儀。(25%) 4.能分享自身服飾禮儀經驗。(25%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十八週	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄	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。	1.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。(50%) 2.能與同學分享完成的服飾雜誌。(50%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十九週	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄	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。	1.能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。(50%) 2.能與同學分享完成的服飾雜誌。(50%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

第二 十週	主題四：穿著大學問 單元三：時尚專欄 (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。	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. 能利用與服飾搭配相關資源完成自己的服飾雜誌製作。(50%) 2. 能與同學分享完成的服飾雜誌。(50%)	【多元文化教育】 多 J4 了解不同群體間如何看待彼此的文化。 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
教學設施 設備需求	1. 課程所需影片、文件與圖片及相關網路資源 2. 投影片播放設備 3. 分組活動場地。					
備 註						