

## 臺北市中崙國民中學110學年度 綜合活動領域/家政 課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 ( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學 ( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術 ( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 ( <input checked="" type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技 ( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育 ( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>康軒版</u> <input type="checkbox"/> 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-C3 探索世界各地的生活方式，理解、尊重及關懷不同文化及族群，展現多元社會中應具備的生活能力。		
課程目標	1. 關懷家庭各種角色之需求，覺察自己與家人溝通的方式，運用溝通技巧促進家庭和諧，並學習有效蒐集、分析及研擬解決問題的管理能力，做出合宜的判斷與日常消費決策，調適並處理生活相關議題，提升個人與家庭生活品質，增進生活經營能力。 2. 妥善運用服飾相關資源，規劃與執行合宜的服飾消費行為，運用於日常個人與家庭之服飾管理，且能選搭適當服飾，展現合宜的自我穿著禮儀，及欣賞多元服飾之美，了解織品在美化生活中所扮演的角色。 3. 覺察人為或自然環境可能的飲食安全議題，分析個人飲食行為與環境之關聯，善用資源做出合宜的飲食相關消費決策，評估並購買衛生安全的食品，並應用資源與創意，製作衛生、安全、營養及環保的餐點，建立愛物惜福與永續飲食的消費行動。 4. 學生能應用資訊網絡能力，進行資料蒐集與資訊閱讀，並融合自我意識進行反思，透過課程分享傳達自我想法，在口語交流中，提升自我儀態、尊重他人與關心生活議題的個人素養。		

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
		學習 表現	學習 內容			
第一 學期	第 1 週	支援家庭我 可以-家庭資 源在哪裡	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 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間 管理。	口語問答 小組討論 學習單	【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 J6 覺察與 實踐青少年 在家庭中的 角色責任。 家 J7 運用家 庭資源，規 劃個人生活 目標。 家 J8 探討家 庭消費與財 物管理策略。
	第 2 週	支援家庭我 可以-家庭資 源這樣用	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-1 運用創新能力，規劃合宜的活 動，豐富個人及家庭生活。	家 Cc-IV-1 生活空間的規劃與美化，以及 創意的展現。 家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 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。		
	第 3 週	支援家庭我 可以-家庭資 源好實用	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 4 週	聰明消費我 最行-消費大 家談	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。 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。 3d-IV-2	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。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	口語問答 小組討論 學習單 個人口語報告	【品德教育】 品 J3 關懷生 活環境與自 然生態永續 發展。 【國際教育】 國 J10 了解 全球永續發
	第 5-7 週	聰明消費我 最行-消費好 聰明 第7週：第一 次段考				

<p>第 8 週</p>	<p>聰明消費我最行-消費有風險</p>	<p>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。</p>	<p><b>家 Ac-IV-1</b> 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。 <b>家 Ba-IV-2</b> 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。 <b>家 Ca-IV-2</b> 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</p>		<p>展之理念。</p>	
<p>第 9-10 週</p>	<p>生活織慧王-衣「時」無虞</p>	<p><b>2c-IV-1</b> 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 <b>2c-IV-2</b> 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p><b>家 Ba-IV-1</b> 服飾的清潔、收納與管理。 <b>家 Ba-IV-2</b> 服飾消費的影響因素與青少年的服飾消費決策及行為。</p>	<p>口語問答 小組討論 學習單</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 <b>【國際教育】</b> 國 J10 了解全球永續發展之理念。 <b>【家庭教育】</b> 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>	

第 11-13 週	生活織慧王- 溫故「織」新	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。 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 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。 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。	學習單 作品製作 課堂紀錄	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 【國際教育】 國 J10 了解全球永續發展之理念。 【生涯教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第 14-15 週	服裝妙管家- 煥然「衣」新 第14週：第二次段考				
第 16 週	服裝妙管家- 整齊話「衣」	1c-IV-2 探索工作世界與未來發展，提升個人價值與生命意義。 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-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	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 Bb-IV-1 服飾的選搭、美感展現與個人形象管理。 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。 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。	口語問答 小組討論 學習單 作品製作	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 【多元文化】 多 J5 了解及尊重不同文化的習俗與禁忌。 【生涯教育】 涯 J3 覺察自己的能力與
第 17 週	時尚衣達人- 穿衣密碼				
第 18-19 週	時尚衣達人- 「衣」展長才	3c-IV-2 展現多元社會生活中所應具備的能力。			

	第 20-21 週	時尚衣達人- 選購「衣」Q 第21週：第三 次段考		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。		興趣。	
第二 學期	第 1-2 週	家的足跡- 我的家庭史	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活 議題，進而克服生活逆境。	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。	口語問答 小組討論 學習單 個人口語報告	【家庭教育】 家J4 對家人 愛與關懷的 表達。 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)。	
	第 3-4 週	家的足跡- 家庭變變變	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人 能力、特質、家人期許及相關 生涯與升學資訊。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。			
	第 5-6 週	家的足跡- 讓家更美滿	1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因 素，運用適當策略或資源，促 進心理健康。	家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜 的家人互動。			
	第 7-8 週	故事你我他- 世事難料 第7週：第一 次段考	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習 人際溝通技巧，以正向的態度 經營人際關係。	家 Db-IV-2 家庭的發展、變化與逆境調 適，以及家人衝突的因應。			
			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。		【多元文化】 多 J5 了解及 尊重不同文 化的習俗與 禁忌。	
			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 Dd-IV-1 家庭生活方式及多元族群文化 的尊重與悅納。			
				家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義			
				家 Dd-IV-3			

<p>第 9-10 週</p>	<p>故事你我他- 新聞特搜</p>	<p><b>3c-IV-2</b> 展現多元社會生活中所應具備 的能力。</p>	<p>家人期許與自我發展之思辨。</p>			
<p>第 11-12 週</p>	<p>飲食探索去- 青春歡食</p>	<p><b>2c-IV-1</b> 善用各項資源，妥善計畫與執 行個人生活中重要事務。 <b>2c-IV-2</b> 有效蒐集、分析及開發各項資 源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p><b>家 Aa-IV-1</b> 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。 <b>家 Aa-IV-2</b> 青少年飲食的消費決策與行為 <b>家 Aa-IV-3</b> 飲食行為與環境永續之關聯、 實踐策略及行動。</p>	<p>口語問答 小組討論 學習單</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品 J3 關懷生 活環境與自 然生態永續 發展。 <b>【國際教育】</b> 國 J10 了解 全球永續發 展之理念。</p>	
<p>第 13-14 週</p>	<p>飲食探索去- 飲食好生活 第14週：第二 次段考</p>	<p><b>3d-IV-2</b> 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。</p>	<p><b>家 Ab-IV-1</b> 食物的選購、保存與有效運用。</p>		<p><b>【家庭教育】</b> 家 J6 覺察與 實踐青少年 在家庭中的 角色責任。</p>	

第 15 週	共享野餐去- 飲食樂活	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-2 青少年飲食的消費決策與行為	口語問答 小組討論 學習單 烹飪製作	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 【安全教育】 安 J9 遵守環境設施備的安全守則。 【生涯教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第 16 週	共享野餐去- 野餐掌上功	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 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。		
第 17-18 週	共享野餐去- 野餐規畫	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 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。		
第 19-21 週	共享野餐去 野餐展創意 第21週：第三次段考	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 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。		
教學設施 設備需求	單槍、筆電、Ipad、烹飪實作相關器具、手作材料用具、基本手縫用具				
備 註					