

新北市中和國民中學 113 學年度 七 年級第 二 學期部定課程計畫 設計者：許芳瑜

一、課程類別：

1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☐健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☒綜合活動(家政)

二、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

三、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	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-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，達成共同的目標。

五、課程架構：

主題	單元名稱	課程內容
主題三 飲食大探索	單元 1 食在健康 單元 2 青春樂吃購	健康飲食、外食選擇
主題四 我們這一「家」	單元 1 家人互動之旅 單元 2 愛的語言大不同 單元 3 愛家行動報告書	愛的語言、家人互動

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 2/11~2/14	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。	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動一 吃喝的理由 1. 分享自家用餐的照片。 2. 用5W1H的六何分析法進行用餐時光探討。 3. 探究吃喝的理由 4. 飲食行為影響因素。 5. 購買食物或決定要去哪裡用餐的時候，會優先考慮哪些事情。	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

第二週 2/17~2/21	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。	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動二 飲食放大鏡 1. 飲食習慣觀察建議。 2. 健康飲食與健康之間的關聯。 3. 均衡攝取六大類食物。 3. 飲食習慣改善計畫。	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第三週 2/24~2/28	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。	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動三 健康上菜（1） 1. 分享你的健康食譜，說明菜色與選擇的理由。 2. 訂出小組的健康饗宴。 3. 依據健康饗宴主題，選擇適合的烹調方式。 4. 小組食譜修正與任務分工。	1	食譜參考範例 分工表格 課本	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第四週 3/3~3/7	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。	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動三 健康上菜（2） 1. 確認各小組帶齊實作所需物品並進行烹調實作。 2. 協助學生進行實作過程記錄。 3. 分享健康菜色的進行過程。	1	各組分工表格 各組準備食材	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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第五週 3/10~3/14	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決	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	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動三 健康上菜（3） 1. 和家人間的健康飲食建議落實	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課

	定與運用。	行為。	結果的分享。 2. 提出家人間有哪些飲食方式的改變。 3. 調整自己和家人的飲食行為。					鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第六週 3/17~3/21	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。	主題三：飲食大探索 單元一：食在健康 活動三 健康上菜（3） 1. 蒐集、整理與分析各種健康飲食建議與食譜 2. 找出適合自己與家人的健康飲食建議，並嘗試落實。 3. 健康飲食實際行動的重要性。	1	課本及簡報 自編教材	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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第七週 3/24~3/28 (3/26-27 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。	主題三：飲食大探索 單元二：青春樂吃購\ (第一次段考) 活動一 餐飲情報站 1. 選擇外食的時候，你會考慮那些因素？ 2. 針對飲食消費行為說明。 3. 分享在不同店家會有哪些不同的選購注意事項。 4. 外食商家觀察清單 5. 進行並記錄餐飲店家實地觀察的觀察結果。	1	課本及簡報 自編教材 學習單	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第八週 3/31~4/4	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。	主題三：飲食大探索 單元二：青春樂吃購 活動二 飲食主張 1. 分享各自的飲食消費經驗。	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	定與運用。		2. 飲食消費觀察與資料分享。 3. 自己的飲食消費習慣有哪些改進之處。 4. 討論自己的飲食消費方案，對餐飲相關產業造成什麼影響。					鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第九週 4/7~4/11	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。	主題三：飲食大探索 單元二：青春樂吃購 活動三實踐與分享 1. 訂下自己的飲食消費原則 2. 分享自己實踐消費原則時遇到的情況與心得。 3. 飲食消費行動方案對生活的影響。 4. 訂出適合全家的飲食習慣改善計畫。	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十週 4/14~4/18	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。	主題三：飲食大探索 單元二：青春樂吃購 活動三實踐與分享 1. 分享一個自己實踐消費原則時遇到的情況與自己的心得。 2. 飲食消費行動方案對生活的影響。 3. 重新檢視自己的飲食消費行動方案並修正。	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十一週 4/21~4/25	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。	主題四：我們這一「家」 單元一：家人互動之旅 活動一 家人互動，上路囉！ 1. 分享自己與家人互動的例子， 2. 回顧了家人互動情形，並持續實際觀察這一週自己家人互動的	1	投影片 磁鐵 骰子	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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			情形。					<hr/> 2. 協同節數： <hr/>
第十二週 4/28~5/2	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。	主題四：我們這一「家」 單元一：家人互動之旅 活動二 家人溝通，我最行 1. 實際觀察並記錄自己與家人互動狀況。 2. 最喜歡自己與家人互動的哪種方式，有哪些方式比較接近自己的期望？ 3. 和家人溝通的方式，需要注意哪些事項。 4. 如何運用學過的溝通技巧和家人互動。	1	課本及簡報 電影媒材 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【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）。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： <hr/> 2. 協同節數： <hr/>
第十三週 5/5~5/9	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。	主題四：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同 活動三 數位科技，一起玩 1. 討論並說明數位生活樣貌是什麼樣子呢？ 2. 完成數位生活紀錄單 3. 家人對於自己在使用數位產品時的態度是什麼？	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【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）。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： <hr/> 2. 協同節數： <hr/>
第十四週 5/12~5/16 (5/13~14 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力。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	主題四：我們這一「家」 單元二：愛的語言大不同 (第二次段考) 活動一 感動時刻 1. 回想和家人相處時，家人常用哪種方式表達他們對你的關愛？	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【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	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目：

			<p>你的感受又是如何？</p> <p>2. 你認為什麼時候最能感受到家人對你的關愛？</p> <p>3. 你是如何表達對家人的關心，日常生活中會透過什麼方式與家人聯繫情感，增進家人情誼？</p>				行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	<p>2. 協同節數：</p> <p>_____</p>
第十五週 5/19~5/23	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。	<p>主題四：我們這一「家」</p> <p>單元二：愛的語言大不同</p> <p>活動二 愛的語言</p> <p>1. 討論如何對家人表達自己的愛意及愛的表現。</p> <p>2. 寫下與人相處的正向的回應。</p> <p>3. 觀察自己和同學表達愛的語言方式，並給予回饋。</p> <p>4. 練習表達五種愛的語言的愛的方式。</p>	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目：</p> <p>_____</p> <p>2. 協同節數：</p> <p>_____</p>
第十六週 5/26~5/30	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。	<p>主題四：我們這一「家」</p> <p>單元二：愛的語言大不同</p> <p>活動二 愛的語言</p> <p>1. 說明表達愛的方式，及對愛的需求探討。</p> <p>2. 討論哪一種愛的語言是容易執行的？哪一種是不容易表達的？</p> <p>3. 觀察家人間不同的愛的語言後，你與家人的互動需要做什麼樣的調整。</p> <p>4. 如何培養良好家人關係。</p>	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者）</p> <p>1. 協同科目：</p> <p>_____</p> <p>2. 協同節數：</p> <p>_____</p>
第十七週 6/2~6/6	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進	家 Dc-IV-1 家庭活動策劃與參與，以互相尊重	<p>主題四：我們這一「家」</p> <p>單元三：愛家行動報告書</p> <p>活動一 愛家放大鏡</p>	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課</p>

	經營家庭生活能力。	與同理為基礎的家人關係維繫。	1. 分享家人平常為家庭做了哪些事，及付出多少辛勞。 2. 家人觀察紀錄發表。 3. 了解家人對家庭的貢獻及對你的影響。 4. 分享你目前分擔的家務工作及還能为家庭做些什麼事情。				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）。	鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十八週 6/9~6/13	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。	主題四：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書 活動二 愛家行動 1. 規畫屬於自己的愛家行動 2. 製作愛家行動報告書。 3. 如何蒐集家人的回饋意見。	1	圖畫紙 彩虹筆 剪刀、美工刀	學生自評 教師評量 態度評量	【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）。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十九週 6/16~6/20	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。	主題四：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書 活動三 愛的報報 1. 發表自己與家庭的未來發展及對未來的期許呢。 2. 討論可以維繫家人關係的能力有哪些。 3. 討論想以什麼樣的態度與方式來經營自己的家庭？	1	課本及簡報 自編教材	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）。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第二十週 6/23~6/27 (6/26-27 第三次段考)	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。	主題四：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書 活動三 愛的報報 一、教師引言 1. 分享能為家庭付出的方式？	1	課本及簡報 自編教材	學生自評 教師評量 態度評量	【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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			2. 在生活中遇到問題或挑戰時， 可以做的的方式有那些？				家 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。	_____ 2. 協同節數： _____
第二十一 週 6/30	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。	主題四：我們這一「家」 單元三：愛家行動報告書(第三次段考) 活動三 愛的報報 1. 與家人溝通時會遇到的問題有哪些。 2. 如何維繫家人間的情感 3. 理解家人對自己的付出。	1	課本及簡報	學生自評 教師評量 態度評量	【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）。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費者） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

七、本課程是否有校外人士協助教學

☒否，全學年都沒有(以下免填)

☐有，部分班級，實施的班級為：_____

☐有，全學年實施

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：			

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致