

新北市 辭修 國民中學 **114** 學年度 年級第 **1** 學期 部定 課程計畫 設計者： 馮思蕙

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
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文： 族 13. 新住民語文： 語 14. 臺灣手語

二、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

※上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

◎當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

三、學習節數：每週()節，實施(21)週，共()節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<p>依總綱核心素養項目及具體內涵勾選(以主要指標為主，勿過多)。</p> <p><input type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" 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</p>	<p>請依各領域(科目)綱要核心素養具體內涵填寫，例如： 國-J-A1 透過國語文的學習，認識生涯及生命的典範，建立正向價值觀，提高語文自學的興趣。</p> <p>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。</p>

<input 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 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-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。
---	---

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

	單元 1 元氣新生活	單元 2 食尚玩家	單元 3 衣事一籬筐
主題三 青春生活通	活動 1 管理好手 活動 2 理財有道 活動 3 關鍵決定 活動 4 打造行動力	活動 1 挑食任務 活動 2 食事偵查線 活動 3 選擇有「食」力 活動 4 「食健」有動力	活動 1 衣同探險趣 活動 2 衣物神秘袋 活動 3 解碼高手 活動 4 衣物萬事通

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 9/1-9/5	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活	主題三、青春生活通 單元一、元氣新生活 【活動 1】管理好手(一)	1	1. 學習單 2. 自編簡	1. 個人在生活中處	1. 態度評定 2. 多元發表 3. 口語分享	【家庭教育】 家J8	<input type="checkbox"/> 實施跨領域

	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)	的金錢及時間管理。	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。		報 (PPT) 3. 學冊頁面	理時間資源的情形 2. 時間管理的基本概念	4. 學習紀錄	探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】 涯J4 瞭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。	或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 甲、同科目：—— 乙、同節數：——
第二週 9/8-9/12	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。	主題三、青春生活通單元一、元氣新生活【活動1】管理好手(二)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	1. 學習單 2. 自編簡報 (PPT) 3. 學冊頁面	1. 個人在生活中處理時間資源的情形	1. 態度評定 2. 多元發表 3. 口語分享 4. 學習紀錄	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】	

	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)					2. 時間管理的基本概念		涯 J4 瞭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 9/15- 9/19	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。	主題三、青春生活通單元一、元氣新生活 【活動 2】理財有道(一) 檢視個人生活中的消費習慣，分析處理金錢資源的狀況。	1	1. 學冊頁面 2. 使用多元學習資源	1. 有效處理生活中的時間與金錢安排。 2. 設定明確學習目標。 3. 使用多元學習資源。	1. 態度評定 2. 多元發表 3. 學習紀錄	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】 涯 J4 瞭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 9/22- 9/26	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。	主題三、青春生活通單元一、元氣新生活 【活動 2】理財有道(二) 練習分配運算、排列花費的優先順序，學習運用有限金錢達成目標。	1	1. 學冊頁面 2. 使用多元學習資源	1. 有效處理生活中的時間與金錢安排。	1. 態度評定 2. 多元發表 3. 學習紀錄	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】

	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)					2. 設定明確學習目標。 3. 使用多元學習資源。		涯 J4 瞭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。	
第五週 9/29- 10/3	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。	主題三、青春生活通單元一、元氣新生活【活動 3】關鍵決定確認國中生活目標，運用所學擬定具體計畫，並有效執行生活重要事務。	1	1. 每組一份拼圖 2. 日常用品數種 3. 學冊頁面	1. 有效處理生活中的時間與金錢安排。 2. 設定明確學習目標。 3. 使用多元學習資源。	1. 態度評定 2. 分組發表 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】 涯 J4 瞭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。	
第六週 10/6- 10/10	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。	主題三、青春生活通單元一、元氣新生活【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	1	1. 學冊頁面 2. 使用多元學習資源	1. 有效處理生活中的時間與金錢安排。	1. 態度評定 2. 分組發表 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財務管理策略。 【生涯規劃教育】	

	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)		調整，於生活中繼續實踐。			2. 設定明確學習目標。 3. 使用多元學習資源。		涯 J4 瞭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 10/13- 10/17	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。	主題三、青春生活通單元二、食尚玩家 【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	1. 學冊頁面 2. 使用多元學習資源	認識及計劃個人與家庭飲食行為。 透過分享與討論，認識自己對食物的選擇偏好與飲食習慣。 培養自我覺察能力，思考飲食是否均衡與健康。	1. 態度評定 2. 分組發表 3. 口頭評量	【家庭教育】 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。	
第八週	2c-IV-1 善用各項資源，妥	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食	主題三、青春生活通單元二、食尚玩家	1	1. 學生手冊	認識及計劃個人與	1. 態度評定 2. 分組發表	【家庭教育】 家 J7	

10/20-10/24	善計畫與執行個人生活中重要事務。	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。	【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。		家庭飲食行為。 透過分享與討論，認識自己對食物的選擇偏好與飲食習慣。 培養自我覺察能力，思考飲食是否均衡與健康。	3. 口頭評量	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。	
第九週 10/27-10/31	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-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	主題三、青春生活通單元二、食尚玩家 【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	1. 電腦、投影機 2. 教學影片 3. 茶包、茶具 4. 市售飲料包裝 5. 學生手冊 認識及計劃個人與家庭飲食行為。 覺察日常生活中速食、飲料等食品的成分與潛	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	【家庭教育】 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。	

		估，以及合宜的消費行為。				<p>在健康風險。</p> <p>反思自己的飲食選擇是否合宜，並思考可能的改善方式。</p>		
第十週 11/3- 11/7	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。	<p>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。</p> <p>家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p>	<p>主題三、青春生活通單元二、食尚玩家【活動 2】食事偵查線(二)</p> <p>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。</p>	1	<p>1. 電腦、投影機</p> <p>2. 教學影片</p> <p>3. 茶包、茶具</p> <p>4. 市售飲料包裝</p> <p>5. 學生手冊</p>	<p>認識及計劃個人與家庭飲食行為。</p> <p>覺察日常生活中速食、飲料等食品的成分與潛在健康風險。</p> <p>反思自己的飲食選擇是否合</p>	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 多元發表</p> <p>4. 口語評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J3</p> <p>探索各種利益可能發生的衝突，並瞭解如何運用民主審議方式及正當的程序，已形成公共規則，落實平等自由之保障。</p>

						宜，並思考可能的改善方式。			
第十一週 11/10- 11/14	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。	主題三、青春生活通 單元二、食尚玩家 【活動 2】食事偵查線 (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。	1	學冊頁面	認識及計劃個人與家庭飲食行為。 覺察日常生活中速食、飲料等食品的成分與潛在健康風險。 反思自己的飲食選擇是否合宜，並思考可能的改善方式。	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	【家庭教育】 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。	

<p>第十二週 11/17- 11/21</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通 單元二、食尚玩家 【活動 3】選擇有「食」力 分析、選擇並規劃合宜的輕食搭配。編輯並製作健康輕食的介紹立牌。</p>	<p>1</p>	<p>1. 色紙數張 2. 學冊頁面</p>	<p>認識及計劃個人與家庭飲食行為。 分析食物的營養成分與健康價值。 規劃均衡、有創意的輕食搭配。</p>	<p>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</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	
<p>第十三週 11/24- 11/28</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通 單元二、食尚玩家 【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於生活當中。</p>	<p>1</p>	<p>1. 整理烹飪教室 2. 學冊頁面</p>	<p>認識及計劃個人與家庭飲食行為。 分析食物的營養成分與健康價值。 規劃均衡、有創意的輕食搭配。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 高層次紙筆評量 5. 實作評量</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	

<p>第十四週 12/1- 12/5</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通單元二、食尚玩家 【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於生活當中。</p>	<p>1</p>	<p>1. 整理烹飪教室 2. 學冊頁面</p>	<p>認識及計劃個人與家庭飲食行為。 設計各種輕食搭配的营养價值與生活適用性。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 高層次紙筆評量 5. 實作評量</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	
<p>第十五週 12/8- 12/12</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【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</p>	<p>1</p>	<p>1. 學冊頁面</p>	<p>認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 覺察日常生活中衣物清潔、收納與管理上的常見問題。 發展觀察、分析與解決問題的能力。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 口語分享</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	

<p>第十六週 12/14- 12/20</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【活動 2】衣物神祕袋 (一) 分析織物材質、特性在衣料上的應用。</p>	<p>1</p>	<p>1. 滴管、量筒、尺、碼表、杯子、橡皮筋 2. 織法圖卡 3. 布卡 4. 洗標圖卡 5. 學冊頁面</p>	<p>認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 認識常見織物的材質與特性。 能分析不同材質衣料在生活中的應用。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	
<p>第十七週 12/22- 12/26</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【活動 2】衣物神祕袋 (二) 分析織物材質、特性在衣料上的應用</p>	<p>1</p>	<p>1. 滴管、量筒、尺、碼表、杯子、橡皮筋 2. 織法圖卡 3. 布卡 4. 洗標圖卡 5. 學冊頁面</p>	<p>認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 認識常見織物的材質與特性。</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量</p>	<p>【家庭教育】 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。</p>	

						能分析不同材質衣料在生活中的應用。		
第十八週 12/29-1/2	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。	主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【活動 2】衣物神祕袋 (三) 分析織物材質、特性在衣料上的應用。	1	1. 滴管、量筒、尺、碼表、杯子、橡皮筋 2. 織法圖卡 3. 布卡 4. 洗標圖卡 5. 學冊頁面	認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 認識常見織物的材質與特性。 能分析不同材質衣料在生活中的應用。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】 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 1/5-1/9	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	主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【活動 3】解碼高手 分析各種不同清潔劑與衣物髒汙的關係。運用各種	1	1. 牙刷、抹布、水桶 2. 常見衣物髒汙來源(醬油、番茄	認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 實作評量	【家庭教育】 家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。 家 J9

		與手縫技巧應用。	不同清潔劑解決衣物髒污的困擾。		醬、墨汁.....) 3. 清潔劑：肥皂水、洗碗精、小蘇打粉、檸檬酸 4. 學冊頁面	認識常見清潔劑的種類與特性。 分析不同污漬類型與清潔方式的對應關係。		分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	
第二十週 1/12- 1/16	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。	主題三、青春生活通單元三、衣事一籬筐 【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。	1	1. 外套、長袖衣物、短袖衣物、褲子、襪子..... 2.	認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。 分析不同材質與使用頻率的衣物，選擇合適的收納方式。 評估並解決個人或家庭中服	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	【家庭教育】 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。	

						飾管理的 實際問 題。			
第二十一 週 1/19- 1/23	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。	主題三、青春生活通 單元三、衣事一籬筐 【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。	1	1. 外套、長 袖衣物、短 袖衣物、褲 子、襪 子..... 2. 學冊頁面	認識及處 理服飾清 潔、收納 與管理方 法。 分析不同 材質與使 用頻率的 衣物，選 擇合適的 收納方 式。 評估並解 決個人或 家庭中服 飾管理的 實際問 題。	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 多元發表 4. 學習紀錄	【家庭教育】 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。	

七、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

■ 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及活動之申請表一致。