新北市私立中信高中 115 學年度七年級第一學期家政科部定課程計畫 設計者：王思懿

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

⊙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(**1**)節，實施(**21**)週，共(21)節。

四、**課程內涵：**

總綱核心素養	**學習領域核心素養**
■ A1身心素質與自我精進 □ A2系統思考與解決問題 □ A3規劃執行與創新應變 □ B1符號運用與溝通表達 ■ B2科技資訊與媒體素養 □ B3藝術涵養與美感素養 □ C1道德實踐與公民意識	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-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。

□C2人際關係與團隊合作 □C3多元文化與國際理解	

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 衣事一籮筐
主題三 青春生活通（家政）	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 08/30-09/05 08/31開學日	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。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做	家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	主題三 青春生活通 (家政) 單元一 元氣新生活 [活動1 管理好手] 1.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。 2.學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。	1	1.教科書 2.教學影片 3.表示時間的圖片 4.紙卡或便利貼	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。	1.口語評量 2.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____

	出合宜的決定與運用。								
第二週 09/06-09/12	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。 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。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	主題三 青春生活通 (家政) 單元一 元氣新生活 活動1 管理好手 [活動1 管理好手] 1.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。 2.學習應用工作清單與提升專注力的方法來處理日常工作。	1	1.教科書 2.教學影片 3.表示時間的圖片 4.紙卡或便利貼	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。	1.口語評量 2.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第三週 09/13-09/19	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。 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。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	主題三 青春生活通 (家政) 單元一 元氣新生活 [活動2 理財有道] 1.檢視個人生活中的消費習慣，瞭解自己平日支出，分析處理金錢資源的狀況。 2.練習分配預算、排列花費的優先順序，學習運用有限金錢達成目標。	1	1.教科書 2.教學影片	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。	1.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____

第四週 09/20-09/26 09/25中秋節	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。 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。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	主題三 青春生活通 (家政) 單元一 元氣新生活 [活動2 理財有道] 1.檢視個人生活中的消費習慣，瞭解自己平日支出，分析處理金錢資源的狀況。 2.練習分配預算、排列花費的優先順序，學習運用有限金錢達成目標。	1	1.教科書 2.教學影片	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。	1.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第五週 09/27-10/3 09/28教師節	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。 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。 輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	主題三 青春生活通 (家政) 單元一 元氣新生活 [活動3 關鍵決定] 確認國中生活目標，運用所學擬訂具體計畫，並有效執行生活重要事務。	1	1.教科書 2.教學影片 3.拼圖 4.日常用品數種	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安排。	1.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第六週 10/4-10/10	1b-IV-1 培養主動積極的學習態	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 (家政) 單元一 元氣新生活 [活動4 打造行動力]	1	1.教科書 2.教學影片	讓你能有效處理生活中的時間與金錢安	1.學習紀錄 2.實作評量	【家庭教育】	□實施跨領域或跨科目協同教學(需

10/09國慶日補假 10/10國慶日	度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 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。	輔Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。	記錄計畫短期的實施狀況，找出問題然後評估與調整，於生活中繼續實踐。			排。		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。	另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第七週 10/11-10/17 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。	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 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.教科書 2.教學影片	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.觀察學生 2.態度評定 3.多元發表 4.口頭評量 5.高層次紙筆評量	【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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： _____
第八週 10/18-10/24	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 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.教科書 2.教學影片	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量	【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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： _____

第九週 10/25-10/31 10/25光復節 10/26光復節補假	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 單元二 食尚玩家 [活動2 食事偵查線] 1.覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機。 2.檢討個人飲食生活的合宜性。	1	1.教科書 2.教學影片 3.茶包、茶具 4.市售飲料包裝	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿
第十週 11/1-11/7	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。	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 單元二 食尚玩家 [活動2 食事偵查線] 1.覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機。 2.檢討個人飲食生活的合宜性。	1	1.教科書 2.教學影片 3.茶包、茶具 4.市售飲料包裝	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿
第十一週 11/8-11/14	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 單元二 食尚玩家 [活動2 食事偵查線] 1.覺察日常生活中，速食、飲料等飲食中可能隱含的危機。 2.檢討個人飲食生活的合宜性。	1	1.教科書 2.教學影片 3.茶包、茶具 4.市售飲料包裝	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.口語評量 2.高層次紙筆評量 3.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿
第十二週 11/15-11/21	2c-IV-1 善用各項資源，妥善計	家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影	主題三 青春生活通 (家政) 單元二 食尚玩家 [活動3 選擇有「食」力]	1	1.教科書 2.教學影片 3.色紙	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.口語評量 2.實作評量 3.學習紀錄	【家庭教育】	□實施跨領域或跨科目協同教學(需

	畫與執行個人生活中重要事務。	響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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。					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。	另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿＿
第十三週 11/22-11/28	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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 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，思省其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用於生活當中。	1	1.教科書 2.教學影片	使你能認識及計劃個人與家庭飲食行為。	1.高層次紙筆評量 2.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿＿
第十四週 11/29-12/5 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 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 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	主題三 青春生活通 (家政) 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，思省其優劣，並思考如何將組合中的優點轉化運用於生活當中。	1	1.教科書 2.教學影片	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.高層次紙筆評量 2.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。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： 健體 2.協同節數： ＿＿＿＿
第十五週 12/6-12/12	2c-IV-1善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事	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	主題三 青春生活通 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [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。說出關於衣	1	1.教科書 2.教學影片	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.口語評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目：

	務。	巧應用。	物清潔、收納與管理問題的解決方法。						2.協同節數： _____
第十六週 12/13-12/19	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 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [活動2　衣物神祕袋] 1.分析織物材質、特性在衣料上的應用及穿著舒適度。 2.收集生活中衣物洗滌的狀況。分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。	1	1.教科書 2.教學影片 3.滴管 4.量筒 5.尺 6.碼表 7.杯子 8.橡皮筋 9.織法圖卡 10.布卡 11.洗標圖卡	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.實作評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第十七週 12/20-12/26 12/25行憲紀念日	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 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [活動2　衣物神祕袋] 1.分析織物材質、特性在衣料上的應用及穿著舒適度。 2.收集生活中衣物洗滌的狀況。分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。	1	1.教科書 2.教學影片 3.滴管 4.量筒 5.尺 6.碼表 7.杯子 8.橡皮筋 9.織法圖卡 10.布卡 11.洗標圖卡	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.實作評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第十八週 12/27-1/2 1/1元旦	2c-IV-1善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事	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	主題三 青春生活通 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [活動2　衣物神祕袋] 1.分析織物材質、特性在衣料上的應用及穿著舒適度。	1	1.教科書 2.教學影片 3.滴管 4.量筒 5.尺	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.實作評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目：

	務。	巧應用。	2.收集生活中衣物洗滌的狀況。分析洗衣標示對於衣物洗滌的影響。		6.碼表 7.杯子 8.橡皮筋 9.織法圖卡 10.布卡 11.洗標圖卡				_____ 2.協同節數： _____
第十九週 1/3-1/9	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常見織品的認識與手縫技巧應用。	主題三 青春生活通 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [活動3 解碼高手] 分析各種不同清潔劑與衣物髒汙的關係。運用各種不同清潔劑解決衣物髒汙的困擾。	1	1.教科書 2.教學影片 3.牙刷 4.抹布 5.水桶 6.常見衣物髒污來源(醬油、番茄醬等) 7.清潔劑：肥皂水、洗碗精、小蘇打粉、檸檬酸	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.實作評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第二十週 1/10-1/16	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 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [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.教科書 2.教學影片 3.外套、長袖衣物、短袖衣物、褲子、襪子等	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.學習紀錄 2.高層次紙筆評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目： _____ 2.協同節數： _____
第二十一週 1/17-1/23 第三次段考 1/20休業式	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。	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 (家政) 單元三 衣事一籮筐 [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.教科書 2.教學影片 3.外套、長袖衣物、短袖衣物、褲子、襪子等	讓你能認識及處理服飾清潔、收納與管理方法。	1.學習紀錄 2.高層次紙筆評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 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：(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
		□簡報 □印刷品 □影音光碟 □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。**