

新北市 丹鳳 高級中學(國中部) 112 學年度 八 年級第 一 學期部定課程計畫 設計者： 劉宜純

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、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

三、課程內涵：(至多勾選3項)

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 ☒ C2人際關係與團隊合作 ☐ C3多元文化與國際理解	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。 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，達成共同目標。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、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
	學習內容	學習表現						
第一週 08/27- 09/02	家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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繫。	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，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	第1單元支援家庭我可以活動一家庭資源在哪裡 1. 利用閱讀資料討論家庭所需使用資源，並將結果貼於海報。 2. 能覺察分析家庭生活中各項資源的運用及使用習慣。	1	1. 半開海報紙	1. 實作評量 2. 口語評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	8/30 開學
第二週 09/03- 09/09	家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 家Dc-IV-1 家庭活動策畫與參與，以互相	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，規畫合宜的活動，豐	活動二家庭資源這樣用 1. 能蒐集並分享家庭資源管理訣竅。 2. 家庭資源的選擇、家庭資源的使用，參考同學的家庭	1	1. 半開海報紙	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，規畫個人生	

	尊重與同理為基礎的家人關係維繫。	富個人及家庭生活。	資源資源的選用，擬定適合自己的行動計畫，有助自我檢視想要與需要物品之用。				活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	
第三週 09/10-09/16	家Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。 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繫。	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，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	活動三家庭資源好實用 1. 能分享家庭資源個人的行動計畫與執行成果。 2. 能探討同學在執行計畫時遭遇困難的建議或得到便利的好方法並互相交流。	1	課本	1. 實作評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	
第四週 09/17-09/23	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。	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。	第2單元聰明消費我最行 活動一 消費大家談 1. 學生能說出自己的消費經驗。提出善用金錢資源的經驗，並由同學提出潛在盲點。	1	1. 課本頁面	1. 口語評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	9/23 補班 補課

第五週 09/24-09/30	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。	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。	活動一消費大家談 1. 能觀賞財金影片並從中找出消費陷阱。 2. 能覺察自己的消費習慣，避免消費陷阱分辨想要還是需要。		1. 課本頁面 財金智慧影片	1. 口語評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	9/29 中秋節
第六週 10/01-10/07	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。	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。	活動二消費好聰明 1. 利用學齡需求探討學用品、日用品分析通則與個人情況討論出差異 2. 個人需要與想要辨別與反思消費、儲蓄的優缺點。	1	1. 課本頁面	1. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	
第七週 10/08-10/14	家Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 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	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	活動三消費有風險 1. 認識消費的風險。從時事新聞討論網購、代購對現代人的便利與問題。 2. 能提出消費管道的隱藏風險，並做出建議。	1	課本 廣告海報 網頁	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，規畫個人生活目標。	10/9 彈性放假 10/10 國慶日

	食行為。 輔Bb-IV-2 學習資源 探索與資訊整合運用	，以保護自己或他人。	3.並能與同學討論找出聰明 消費、降低消費風險的具體 行動與購買策略。				家J8 探討 家庭消費與 財物管理策 略。	
第八週 10/15- 10/21	家Aa-IV-2 青少年飲 食的消費決策與行為。 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。 輔Bb-IV-2 學習資源 探索與資訊整合運用	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。	第1單元 飲食探索去 活動一青春歡食 1.能分享自己觀察課本亮 字飲食之不妥處，並提出 修正建議。 2.能分享自己在活動中學 習到的健康飲食概念。 3.能整合資料檢核一週飲 食，分析自己飲食的優劣 習慣。	1	1.「我的 餐盤～ 健康飲食 原則」 海報或教 學簡報 2.「飲食 生活雷 達圖」三 面向	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， 規畫個人生 活目標。 家J8 探討 家庭消費與 財物管理策 略。	10/17、18 段考
第九週 10/22- 10/28	家Aa-IV-2 青少年飲 食的消費決策與行為。 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。 輔Bb-IV-2 學習資源 探索與資訊整合運用	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。	活動二 飲食好生活 1.完成課本亮字青春煩惱挑 戰祕笈之補充內容。 2.記錄個人消費，並整理出 飲食的項目 3.完成個人飲食雷達圖及 飲食習慣覺察。	1	1.「我的 餐盤～ 健康飲食 原則」 大海報或 教學簡 報 2.「飲食 生活雷	1.高層次紙 筆評 量	【家庭教 育】 家J7 運用 家庭資源， 規畫個人生 活目標。	

					達圖」三個面向			
第十週 10/29-11/04	家Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 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。 輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用	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。	活動二 飲食好生活 1. 能說明如何正確選聰明吃 2. 能分析自己的飲食習慣，並依此完成健康飲食消費計畫書之擬定。 3. 實行採購一日計畫符合健康要求	1	1. 「飲食生活雷達圖」三個面向 2. 「健康飲食概念」 3. 「外食消費選擇概念」	1. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家J7 運用家庭資源，規畫個人生活目標。 家J8 探討家庭消費與財物管理策略。	
第十一週 11/05-11/11	家Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 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。 輔Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	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。	活動二 飲食好生活 1. 觀察影片中家庭飲食消費的取捨 2. 完成課本亮字整理的祕笈之補充內容。 3. 同學互相分享上週挑戰計畫並能分析自己健康飲食消費計畫書之行動心得。	1	1. 「健康飲食概念」、「外食消費選擇概念」 2. BBC Lifestyle : Eat Well for Less 「省錢健康吃」	1. 高層次紙筆評	【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	

第十二週 11/12-11/18	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運	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。	活動二 飲食好生活 1. 包裝食品標籤的識讀及其所有訊息。 2. 營養標示、原料成分，找出飲食的陷阱 3. 說出消費者如何聰明選	1	1. 零食與飲料及其包裝 2. 課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十三週 11/19-11/25	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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	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。	活動二 飲食好生活 1. BMI 教我們的事 2. 指出個人日常活中健康飲食行為消費行為符合健康與不符合健康的項目	1	1. 零食與飲料及其包裝 2. 課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活	

	家人關係維繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。		3. 說出可執行的消費行動、健康飲食。 4. 說出自我改變從最可執行的那一項開始				動(休閒、節慶等)。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十四週 11/26- 12/02	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	第2單元共享野餐趣活動—青春樂活 1. 能分享自己的健康飲食行動計畫執行情況及心得。 2. 能依據課本「軒軒的野餐紀實」內容說明校園野餐籌備要點。	1	1. 課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【生涯規畫教育】	11/30、 12/1 段考

							涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十五週 11/03-12/09	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	第2單元共享野餐趣活動二野餐掌上功 1. 能探究各類刀工技能。 2. 依據食譜需求選擇適用的刀工。 3 不浪費食材原則建立	1	1. 課本刀工	1. 實作評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	

第十六週 12/10- 12/16	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	活動二 野餐掌上功 1. 依據食譜需求選擇適用的刀工 2. 完成刀工實習任務	1	1. 課本刀工	1. 實作評量	【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十七週 12/17- 12/23	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	活動三 野餐規劃 1. 能整合課本第1單元及第2單元所學並依活動主題需求，擬小隊野餐主題與規畫表。	1	1. 野餐食譜	1. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活	

							動(休閒、節慶等)。	
第十八週 12/24- 12/30	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活	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。	活動三野餐規劃 1. 依組別活動主題需求，確定各項所需烹調法，留意教室用具、電器協調與調配，完成小隊野餐規畫表。	1	1. 野餐食譜 2. 簡易烹調用具、電器。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	
第十九週 12/31- 01/06	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	活動四野餐創意 1. 能依照計畫準備活動所需食材與工具，並完成準備事項檢核工作，準備實行。 2. 決定校園地點、及其他野餐食物之外的其他準備與工作分配。	1	1. 野餐食譜 2. 野餐備品	1. 實作評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】	1/1 元旦

							家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。【生涯規畫教育】涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第二十週 01/07- 01/13	家Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 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繫。 童Cc-IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童Db-IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。	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。	活動四野餐創意 1. 依照計畫執行所擬定的野餐計畫與必要準備。	1	1. 野餐食譜. 2 野餐備餐	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	

							【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	
第廿一週 01/14-01/20	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。 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。 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繫。	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，規畫合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	活動四野餐創意 1. 能依照計畫、完成所擬定的野餐計畫。 2. 反思執行成果，並於生活其他事物中實踐。	1	1. 野餐食譜 2. 活動照片	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【戶外教育】 戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 【家庭教育】 家J11 規畫與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。 【生涯規畫教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	1/17、18 段考 1/19 休業式

	童Cc-IV-2 戶外休閒 活動知能的整合與運							
--	----------------------------	--	--	--	--	--	--	--

六、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與活動之申請表一致