

新北市 中正 國民中學 **112** 學年度 七 年級第二學期部定課程計畫

設計者： 林郁云 老師 (改編_康軒_版課程計畫)

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(20)週，共(20)節。

三、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 checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input checked="" 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 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-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-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-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-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：第二冊家政

週別	主題	學習內容
1-7	愛要這樣說	1. 家人口頭禪 2. 非暴力溝通 3. 我想跟你好好說話 4. 愛之語
8-12	珍愛家人	1. 愛的小書 2. 禮物製作 3. 家人共學
15-20	生活好味道	1. 街角遇到菜市場 2. 從市場到廚房 3. 繽紛蔬果園

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 2/16~2/17	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 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。	第1單元愛要這樣說 1. 能說出家人常說的口頭禪及當時自己的內心感受。 2. 能分析家人話語的意涵，並表達自己的感受。 3. 能統整同學與家人的溝通方式，運用溝通訣竅增進家人關係。	1	家人口頭禪	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 【品德教育】品 J8 理性溝通與問題解決。	2/17 補 2/15 課 【自編藍色】
第二週 2/19~2/24	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	第1單元愛要這樣說 1. 能說出非暴力溝通的意涵：暴力語言就像豺狼攻擊性強，習慣自我防備，凡事	1	非暴力溝通 ppt	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】家 J5 了解與家人溝通互動	線上教學演練

	家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	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。	總要爭個輸贏；非暴力語言就像長頸鹿，有更高廣的視野及高度，還有一顆強大的心，願意聆聽和包容。 2. 能分辨暴力語言與非暴力語言的不同並比較兩者的優缺點。				及相互支持的適切。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第三週 2/26~3/1	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 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。	第1單元愛要這樣說 1. 能練習說出非暴力溝通的四大步驟：觀察、感受、需要、請求。 2. 非暴力溝通中同理心是不急著下判斷，不被情緒綁架，自然會有自己的回應方式。	1	非暴力溝通 ppt	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	2/28 和平紀念日放假
第四週 3/4~3/8	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 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。	第1單元愛要這樣說 1. 說話技巧練習：我訊息、我感覺、我需要、我希望~反思。 2. 面對朋友說話會替對方著想，但面對家人說話卻帶刺不留情面，最常被自己用言語所傷害的對象。 3. 練習回話前先停三秒鐘，思考對方為什麼會這樣說，接收對方的發言後，停個三秒，想像對方是以好的角度	1	我想跟你好好說話 ppt	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	

			出發的，這樣自己回話也會溫和點，當對方感受到自己的善意。					
第五週 3/11~3/15	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 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。	第1單元愛要這樣說 1. 課本「家人愛之語檢測表」了解自己喜歡的愛之語類型。 2. 邀請家人一起進行「家人愛之語檢測表」了解家人喜歡的情感表達方式。	1	康軒課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第六週 3/18~3/22	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 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。	第1單元愛要這樣說 1. 認識五種愛之語的行動類型，擬定並執行適合家人的行動計畫書。 2. 與同學分享計畫執行的過程感受，統整、展示行動成果。	1	康軒課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第七週 3/25~3/29 (段考週)	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	第1單元愛要這樣說 【第一次評量週】 1. 認識五種愛之語的行動類型，擬定並執行適合家人的行動計畫書。	1	康軒課本	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量 3. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。	3/28. 3/29 第一次段考週

	家 Da-IV-2 家庭中不同角色的需求與合宜的家人互動。	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。	2. 與同學分享計畫執行的過程感受，統整、展示行動成果。				【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第八週 4/1~4/5	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	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。 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。	第 2 單元珍愛家人 1. 能與同學分享與家人相處的經驗，並能覺察家庭活動對家人親密關係建立的重要性。 2. 自我成長回顧:透過小時照片與父母的訪談，了解自我成長過程中的點滴回憶。 3. 姓名由來:是依族譜輩分,命名用字排序,父母期待,名字意義。	1	1. 照片 2. 族譜	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【國中多元評量素養融入教學】	4/4~4/7 清明連假
第九週 4/8~4/12	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	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。 2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增	第 2 單元珍愛家人 1. 家庭故事書:條列製作「愛的小書」的大綱。 2. 依年份敘述重要大事，並搭配照片將愛的小書製作完成。	1	1. 愛的小書 ppt 2. 照片, 紙, 色筆	1. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動(休	

	關係維繫。 輔 Da-IV-1 正向思考 模式、生活 習慣與態度 的培養。	進經營家庭生活能力。					閒、節慶等)。 【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。 【國中多元評量素養融入教學】	
第十週 4/15~4/19	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。 輔 Da-IV-1 正向思考 模式、生活 習慣與態度 的培養。	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。 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。	第 2 單元珍愛家人 1. 珍藏的愛~能發表製作心得進而珍惜家人相聚時光。 2. 能欣賞他人創作，給予適當回饋，並反思自己與家人相處的情形並學習適當的送禮。 3. 禮物製作挑選材質:紙, 線, 布, 植物。	1	1. 愛的小書 2. 禮物	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動。 【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。 【國中多元評量素養融入教學】 【閱讀素養教育】	4/18-4/19 九年級第四次模 擬考

							閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第十一週 4/22~4/26	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	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。 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。	第 2 單元珍愛家人 1. 珍藏的愛~能發表製作心得進而珍惜家人相聚時光。 2. 能欣賞他人創作，給予適當回饋，並反思自己與家人相處的情形並學習適當的送禮。 3. 禮物製作挑選材質:紙, 線, 布, 植物。	1	1. 愛的小書 2. 禮物製作	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動。 【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。 【國中多元評量素養融入教學】 【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	4/25. 4/26 九年級第二次段考

第十二週 4/29~5/3	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。 輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。	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。 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。	第 2 單元珍愛家人 1. 細數過往家人相處時光：歡樂共享，分擔傷痛，一起面對難題。 2. 透過腦力激盪，刺激思考，打造家人共學的新生活，彼此陪伴相互圓夢創造新的體驗。 3. 訪談家人了解對方心中的想望，執行計畫，累積家人共學經驗、創造共同回憶，建立家人間的正向互動。	1	家人共學計畫 ppt	1. 口語評量 2. 實作評量	【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切。 家 J11 規畫與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。	
第十三週 5/6~5/10	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	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。	第 1 單元街角遇到菜市場 【第二次評量週】 1. 小隊或個人發表實際踏訪或課前蒐集資料，展現對於在地或季節性食物選購原則以對於食物基本特性之認知。	1	小隊食譜任務卡	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十四週 5/13~5/17 (段考週)	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	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。	第 1 單元街角遇到菜市場 1. 課前蒐集資料：用假日參與家庭食材採買，實際訪查，了解當地或季節性食物	1	食譜任務卡	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	5/14.5/15 七.八年級第二次段考 5/18.19 國中教育會考

			選購原則、儲存方式，對於食物基本特性之認知。					
第十五週 5/20~5/24	家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	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。	第2單元從市場到廚房 1. 烹飪教室應注意的安全事項與規則。 2. 完成課本「烹飪教室管理及安全衛生守則」表格填寫。 3. 烹飪教室的使用規則，以及對安全注意事項及環境維護能有所認知。 5. 廚房配置要點:檢查家中廚房需改善的地方，進行檢視評估。	1	1. 記分表 2. 廚房用具圖片與字卡 3. 白板、白板筆和板擦	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十六週 5/27~5/31	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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。	第2單元從市場到廚房 1. 在小隊競賽的活動過程中，能認真參與活動，並發揮團隊合作的精神。 2. 透過活動認識廚房常用的器材及用具，並能有效的加以運用。	1	1. 記分表 2. 廚房用具圖片與字卡 3. 白板、白板筆和板擦	1. 實作評量 2. 高層次紙本評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十七週 6/3~6/7 (暫定：畢業典禮週)	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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。	第3單元繽紛蔬果園 1. 透過簡易蔬果拼盤圖片認識食材，經由刀工改變外型，各種食材色彩搭配，重新組合，創造新的風貌與驚喜。	1	蔬果拼盤 ppt	口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	畢業典禮週 (暫定)

							【國中多元評量素養融入教學】	
第十八週 6/10~6/14	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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 3 單元繽紛蔬果園 1. 透過簡易蔬果拼盤練習削皮切片切絲，觀察、比較食物原色本味，並透過品嚐及各種感官接觸，建立對食物本身特性的深層連結。	1	烹飪實作	1. 實作評量 2. 口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【國中多元評量素養融入教學】	
第十九週 6/17~6/21	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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 3 單元繽紛蔬果園 1. 在實際製作的各步驟中，能熱衷參與，並能在遇到問題時，找到問題、嘗試解決。 2. 利用食材特性，顏色搭配，改變外型，重新塑造展現創意組合。	1	烹飪實作	1. 實作評量 2. 口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【國中多元評量素養融入教學】	
第二十週 6/24~6/28 (段考週)	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	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 3 單元繽紛蔬果園 【第三次評量週】 【課程結束】 1. 在實際製作的各步驟中，能熱衷參與，並能在遇到問題時，找到問題、嘗試解決。 2. 歸納分析製作蔬果拼盤的訣竅，分享心得。	1		1. 實作評量 2. 口語評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	6/26. 6/27 七八年級第三次 段考週

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
		<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