

新北市 福營 國民中學 **114** 學年度 七 年級第 **2** 學期部定課程計畫 設計者： 楊雅惠

1、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

2、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。

3、學習節數：每週(2)節，實施(11)週，共(22)節。一學期的課程以一周兩節方式進行授課並集中於11周進行。

4、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>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> <p>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。</p>

<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-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。
--	--

5、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

6、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 1/21-1/23	2b-IV-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	輔 Dc-IV-2 決團體溝通、互動與工作效能的提升。	<b>《單元：我們是好夥伴》</b> <b>【活動：團隊拼拼樂】</b> 1. 介紹本學期家政課程，選小老師。 2. 分小組：規則說明 (1) 全班共有五張拼圖，每張拼圖分割成5-6小塊。 (2) 每人抽取拿到拼圖的一小角。男女分	2	拼圖 拼圖抽籤袋	小組合作	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 小組表現	品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。 J2 重視群體規範與榮譽 戶外教育 J5 在團隊活動中，養	

			<p>開抽，每張圖平均放在男生與女生的袋子中。</p> <p>(3) 時間到，開始尋找可以跟你拼成完整圖片的人。</p> <p>(4) 完成拼圖者，派兩位代表將完整的拼圖貼在黑板上(每張拼圖的小角後面貼上磁鐵)，並在黑板上寫上跟你一起完成拼圖的同學。</p> <p>(5) 進行活動前與進行中，不告知學生本活動的目的。</p> <p>(6) 男女生混合編隊，共同完成一張拼圖。</p> <p>3. 活動進行。</p> <p>4. 教師說明完成小組分隊。</p> <p>5. 認識小組組員。</p> <p>小組工作分配(隊長、副隊長、衛生、文書、器材)，將小組檔案寫在小藍本。</p>					成相互合作與互動的良好態度與技能。	
--	--	--	---	--	--	--	--	-------------------	--

第二週 02/15~02/21	農曆春節	農曆春節	農曆春節	農曆 春節	農曆春節	農曆春節	農曆春節	農曆春節	2/14~2/22農 曆春節
第三週 02/22~02/28	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。	<p>《單元：食在健康》 【活動：吃喝的理由】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師展示餐點照片，帶領同學回顧自己有過的用餐經驗。</li> <li>2. 請各位同學利用5W1H，分享印象深刻的一次用餐經驗，寫在作業本上。</li> <li>3. 各小組組員之間進行分享。</li> <li>4. 教師帶領同學討論，還有哪些事情可能影響你的飲食選擇？請和小組伙伴試著找出『飲食行為的影響因素』，將內容歸納整理後，寫在作業本上。</li> <li>5. 小組派員上台分享討論內容，並於黑板寫上關鍵字。</li> </ol>	2	PPT 作業本	分組討論	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察學生</li> <li>2. 態度評定</li> <li>3. 活動參與</li> <li>4. 小組表現</li> <li>5. 作業呈現</li> </ol>	<p>家庭教育 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p>	2/27~3/1 228連假

			6. 請同學於作業本上紀錄自己這一周的飲食、用餐時間及習慣，包含早午餐、點心或宵夜。						
第四週 03/01~03/07	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。	<p>《單元：食在健康》</p> <p>【活動：飲食放大鏡】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師帶領同學將上周的飲食紀錄，整理成課本 P. 57 的飲食習慣觀察筆記。</li> <li>2. 小組組員間進行分享。</li> <li>3. 小組派員上台發表，組員最常做到與最少做到的飲食習慣分別有哪些。</li> <li>4. 教師帶領同學思考：「什麼樣的飲食習慣才對健康有益？」，並進行小組討論，同學將討論內容紀錄於作業本上。</li> </ol>	2	PPT 作業本	分組討論	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察學生</li> <li>2. 態度評定</li> <li>3. 活動參與</li> <li>4. 小組表現</li> <li>5. 作業呈現</li> </ol>	<p>家庭教育 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p>	3/3~3/4 九年級第三次 複習考

			<p>5. 各組輪流發表，但答案不能重複，直到各組分享完畢。</p> <p>6. 教師統整各組分享的內容，並請同學按課本 P. 58 著手設計自己與家人的「飲食習慣改善計畫」，並將建議轉化為具體做法。</p> <p>7. 請同學回家和家人分享飲食習慣改善計畫，並記錄家人的心得感想於作業本上。</p>						
<p>第五週 03/08~03/14</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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，</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 Aa-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p>	<p>《單元：食在健康》 【活動：健康上菜】</p> <p>1. 教師利用課本 P. 67 介紹青少年一日飲食量與建議量。 2. 請各組考量時間場地器材及營養需求設計一份健康早餐，記錄在作業本上。(利用平板查詢)</p>	2	<p>平板 PPT 作業本</p>	<p>分組討論</p>	<p>1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 活動參與 4. 小組表現 5. 作業呈現</p>	<p>家庭教育 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。  品德教育</p>	

	豐富個人及家庭生活。		<p>3. 各組上台分享食譜。</p> <p>4. 教師依照各組學生分享的食譜，斟酌是否適合於課堂操作進行，並給予建議。</p> <p>5. 票選代表班上的健康早餐，並確認所需的食材、器具及流程，下周進行實際操作。</p>				<p>J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p>	
第六週 03/15~03/21	<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>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</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。</p> <p>家 Aa-IV-2 飲食的製備與創意運用。</p>	<p>《單元：食在健康》 【活動：我的健康早餐】</p> <p>1. 複習健康早餐的製作流程。</p> <p>2. 說明事後清潔項目及注意事項。</p> <p>3. 講解評分標準。</p> <p>4. 完成健康早餐的製作。</p> <p>5. 老師評分。</p> <p>6. 清潔環境，場地復原。</p>	2	作業本 烹飪評分表	小組合作	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 態度評定</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 實作評量</p> <p>家庭教育 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，</p>	

			7. 提醒學生回家和家人分享健康早餐的設計理念和成品，並請家人給予回饋。					養成相互合作與互動的良好態度與技能。	
第七週 03/22~03/28	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。	<p>《單元：家人互動之旅》 【活動：愛家六部曲】</p> <p>播放青少年幸福家庭愛家六部曲影片，影片播畢後引導學生思考相關問題。</p> <p>1、第一部曲：家的形成</p> <p>◎上台分享：</p> <p>(1) 詢問學生是否知道父母認識過程或戀愛經過？</p> <p>(2) 詢問學生是否了解自己名字的由來？</p> <p>2、第二部曲：家的多元樣態</p> <p>◎省思(寫於作業本)：</p> <p>(1) 藉由影片中受訪問者回答「什麼是家？」來引導學生思考家的定義，並詢問學生自己認為什麼是家？</p>	2	作業本 相關影片	1. 個人省思	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 口頭發表</p> <p>3. 活動參與</p> <p>4. 作業呈現</p>	<p>家庭教育</p> <p>J1 分析家庭的發展歷程</p> <p>J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程</p> <p>J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。</p> <p>性別平等教育</p>	線上教學

			<p>(2)從影片中，看見哪些不同型態的家庭？這些家庭有什麼相同的地方，從哪裡看出來？</p> <p>3、第三部曲：父母衝突 ◎省思(寫於作業本： (1)片中爸爸、媽媽及小孩分別做了什麼來化解衝突？ (2)家中父母最常發生的衝突或是曾經發生最大的爭執是什麼？ (3)續上題，面臨這樣的狀況，你可以做些什麼？</p> <p>4、第四部曲：親子衝突 ◎省思(寫於作業本)： (1)請回想你曾經發生過的衝突事件為何？如何解決？ ※教師補充解決衝突步驟，並舉例說明： 事件→感受→需要</p>					J13 了解多元家庭型態的性別意涵。	
--	--	--	--	--	--	--	--	--------------------	--

			<p>5、第五部曲：學習和好          ※說明和好三步驟：          (1)能夠跟對方認錯          (2)同理心—說出對方感受          (3)承諾改進解決          *結合第四部曲，引導學生運用同理心去幫容及體諒。</p> <p>6、第六部曲：愛的接納          ※教師說明家庭的重要性</p> <p>7、播放與「家」有關的歌曲          ※教師總結今天課程(可播放關於「家」的歌曲)</p>						
<p>第八週          03/29~04/04</p>	<p>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。</p>	<p>家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。          輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培</p>	<p>《單元：家人互動之旅》          【活動：家庭事件簿】          1、觀看櫻桃小丸子206話「媽媽感冒了」。          2、教師說明片中小丸子家</p>	2	<p>作業本          PPT</p>	<p>1. 分組討論          2. 個人省思</p>	<p>1. 觀察學生          2. 口頭發表          3. 活動參與          4. 作業呈現</p>	<p>家庭教育          J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>	

	<p>2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>養與創新能力的運用。</p>	<p>人互動方式，在媽媽感冒後，家人做出的反應。</p> <p>3、教師引導家庭生活中有經常會發生許多小事，雖然平凡但卻一點一滴的累積成家庭共同的回憶，值得細細體會及一再回味。</p> <p>4、家庭事件簿：(寫於作業本)請學生紀錄家中發生過印象最深刻的事，題材不拘，可包含家中瑣事、重要事件、家族旅遊等；內容可以是好笑的、感人的、悲傷的…。另外請學生描述事件發生時，家人們的反應及互動方式。</p> <p>5、學生自由分享。</p> <p>6. 教師說明：透過同學的分享，我們觀察了和家人互動可能有的各種情形後，請同學思考幾個問題，紀錄於作業本上：</p>					<p>J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p>	
--	--	-------------------	---	--	--	--	--	---	--

			<p>❶你喜歡自己與家人互動的方式嗎？為什麼？</p> <p>❷聽了同學的分享，你覺得有哪些家人互動是你欣賞的方式？</p> <p>❸你認為目前與家人的互動，哪些方式比較接近自己的期望？有哪些需要改變的部分？可以怎麼改變呢？</p> <p>7. 請小組組員間互相分享，並派一位組員上台分享印象最深刻的反應或互動。</p> <p>8. 教師總結生活中，家人間有可能因為對事物的認知不同，無法順利溝通而產生誤會，因此要學會如何有效溝通。</p>						
第九週 04/05~04/11	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方式，增進經	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高	<p><b>《單元：家人互動之旅》</b></p> <p><b>【活動：家人溝通，我最行】</b></p>	2	作業本 PPT	1. 分組討論 2. 個人省思	1. 觀察學生 2. 口頭發表 3. 活動參與 4. 作業呈現	家庭教育 J5 了解與家人溝通互動及相互支	4/3~4/6 春假

	<p>營家庭生活能力。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p>	<p>層次思考的培養與創新能力的運用。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 上週討論到家人關係也是需要透過良好溝通方式來維繫。</li> <li>2. 教師利用家庭會發生的事件舉例，請小組同學討論，自己會如何回應家人，家人又會有什麼反應呢？</li> <li>3. 小組上台分享發表。</li> <li>4. 教師說明「我訊息」的重要。</li> <li>5. 請各小組以同一例子，重新討論，如果改以「我訊息」的方式溝通，可以怎麼回應家人，家人又會有什麼反應呢？</li> <li>6. 小組分享使用「我訊息」溝通的前後差異。</li> <li>7. 請每位同學將今天課程所獲心得感想寫在作業本。</li> </ol>					<p>持的適切方式。 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。</p>	
--	---	-------------------------	---	--	--	--	--	---	--

			8. 教師總結，有效的家人溝通，除了透過平時感情維繫，亦可仰賴我訊息的方式，請各位同學試著在生活中練習看看。						
第十週 04/12~04/18	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。 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。	<p>《單元：愛的語言大不同》</p> <p>【活動：愛之語】</p> <p>1. 教師說明每個人都有自己能感受到的情感表達方式，若要增進家人間情感聯繫，了解如何對家人表達自己愛意，又能打動對方的心，是很重要的事情。</p> <p>2. 愛之語測驗單，進行測驗。</p> <p>3. 說明五種愛之語涵義。</p> <p>4. 自我省思，寫在作業本上：        ① 對你來說，哪一種愛的語言是容易執行的？哪一</p>	2	作業本 PPT	1. 分組討論 2. 個人省思	1. 觀察學生 2. 口頭發表 3. 活動參與 4. 作業呈現	<p>家庭教育 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p> <p>品德教育 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>戶外教育 J5 在團隊活動中，養成相互合作</p>	

			<p>種是不容易表達的？為什麼有這樣的差異？</p> <p>②你認為你的家人習慣用哪一種方式表達他們的愛？</p> <p>③了解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呢？</p> <p>5. 和小組組員分享自己的測驗結果及省思內容。</p> <p>6. 教師總結：每位家人都有自己習慣或是偏好的愛之語，所以每個人表達愛的方式都不一樣，對愛的需求也不盡相同，所以平常家人常抱怨的言語，往往就是他覺得沒有被關愛的警訊，想要滿足家人的需求，請試著對家人做出他們能接受與感受到的愛之語吧！</p>					與互動的良好態度與技能。	
<p>第十一週 04/19~04/25</p>	2a-IV-3 覺察自己與家人溝通的方	家 Da-IV-1 家人溝通與情感表達。	<p>《單元：愛家行動報告書》</p> <p>【活動：母親節小書】</p>	2	A4紙張 PPT	個人作品 製作	<p>1. 觀察學生</p> <p>2. 作業呈現</p> <p>3. 實作評量</p>	<p>家庭教育 J5 了解與 家人溝通互</p>	<p>4/21~4/22 九年級第四次 複習考</p>

	式，增進經營家庭生活能力。		<p>1. 因應母親節的到來，利用上週所學的愛之語，為母親設計一本專屬於他的愛的小書。</p> <p>2. 利用一張 A4 空白紙，帶領學生按步驟完成母親節小書。</p> <p>3. 請各位同學將成品帶回家和媽媽分享，並請他給予回饋於在小書上。</p>					<p>動及相互支持的適切方式。</p> <p>J11 規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p>	
第十二週 04/26~05/02									4/29、4/30 九年級第二次段考
第十三週 05/03~05/09									
第十四週 05/10~05/16									5/13、5/14 七、八年級第二次段考 5/16、5/17 九年級會考
第十五週 05/17~05/23									

第十六週 05/24~05/30									
第十七週 05/31~06/06									九年級課程結束
第十八週 06/07~06/13									
第十九週 06/14~06/20									6/19端午節
第二十週 06/21~06/27									6/26、6/29 七、八年級第三次段考
第二十一週 06/28~06/30									6/30休業式

7、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。