

南投縣立中興國民中學 111 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	社團活動-美好生活社	年級/班級	一年級
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性(<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程	上課節數	每週 1 節課，共 18 節課
		設計教師	家政老師
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)	<input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育	
設計理念	培養學生在生活中多一點巧思，提升生活的品味與享受，並從中獲得美好與滿足。		
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作		
課程目標	提升學生的生活品味，讓學生學會思考增加生活樂趣的方法，以及實際的運用。		

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一	甜點裡的重要角色「消化餅」	綜：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。 健 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。	認識消化餅乾的成分與用途	使用 PPT 介紹消會餅乾如何製作、以及可運用在何種甜點上	口頭問答	
二	牛奶加工大變身「奶粉」	綜：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。 健 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 健 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	認識奶粉的成分與營養素，以及如何加工製造	使用 PPT 介紹奶粉的營養成分與種類，以及如何從牛奶加工製造成為奶粉	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
三	千變萬化「棉花糖」	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識棉花糖的成分與製作過程	使用 PPT 介紹棉花糖的成分、製作過程，以及能使用棉花糖製作什麼樣甜點	口頭問答	
四	我是「奶油」知識王	綜：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。 健 4b-IV-3 公開進行健康倡導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 健 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	認識奶油的成分與營養素，以及如何加工製造	使用 PPT 介紹奶油的營養成分與種類，以及如何從牛奶加工製造成為奶油	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
五	水果大變身「果乾」	綜：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。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	學習將水果變身成為果乾的過程	使用 PPT 介紹如何將水果處理好、並做成果乾，以及變成果乾後水果的變化	口頭問答	
六	雪 Q 餅 DIY	綜：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。 健 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	學習自製雪 Q 餅	先示範雪 Q 餅的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	
七	段考週						

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
八	抗鬱水果「香蕉」	綜：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。 健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。	認識香蕉的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹香蕉的生長、營養素以及食用的好處、用途	口頭問答	
九	低、中、高筋麵粉大解析	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識並學會辨認低、中、高筋麵粉，以及如何使用	使用 PPT、影片介紹三種麵粉的差異，這三種麵粉適合做何種料理	口頭問答	
十	各類「堅果」大集合	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	認識各式各樣的堅果，以及營養素	使用 PPT 介紹各種不同的堅果種類，以及各自的營養素	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		健 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。					
十一	神秘的「可可果實」	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識可可果以及他的營養素、製成巧克力的過程	使用 PPT 介紹可可果的產地、生長、營養素，以及如何加工成為巧克力	口頭問答	
十二	冰淇淋的由來與製程	綜：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。 健 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	認識冰淇淋的由來、成分、製成	使用 PPT、影片介紹冰淇淋的由來、種類、承認與製程，以及如何自己簡易製作	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十三	香蕉巧克力法式薄餅佐香草冰淇淋 DIY	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	學習自製香蕉巧克力法式薄餅佐香草冰淇淋	先示範香蕉巧克力法式薄餅佐香草冰淇淋的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	
十四	段考週						
十五	森林裡的藍色寶石「藍莓」	綜：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。 健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	認識藍莓的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹藍莓的生長、營養素以及食用的好處、用途	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十六	麵包種類大集合	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識不同做法的麵包，以及他們的區別	使用 PPT 介紹各種類麵包：中種法、湯種法、生吐司，他們的質地	口頭問答	
十七	樹頂上的蜜糖「蜂蜜」	綜：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。 健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。	認識蜂蜜的來源，以及營養素與功效	使用 PPT、影片介紹蜂蜜是如何形成，以及蜂農如何取得蜂蜜，蜂蜜的功效與使用	口頭問答	
十八	膳食纖維之王「燕麥」	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	認識燕麥的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹燕麥的生長、營養素以及食用的好處、用途	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		健 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。					
十九	藍莓燕麥奶法式吐司 DIY	綜：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。 健 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。	學習自製藍莓法式吐司	先示範藍莓法式吐司的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	
二十	期末表現檢討與評量	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	整學期課程設計及活動的檢討與評量	期末表現檢討與評量	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
二十一	段考週						

【第二學期】

課程名稱	美好生活社	年級/班級	一年級
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性(<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程	上課節數	每週 1 節課，共 17 節課
		設計教師	家政老師
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)	<input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育	
設計理念	培養學生在生活中多一點巧思，提升生活的品味與享受，並從中獲得美好與滿足。		
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作		
課程目標	提升學生的生活品味，讓學生學會思考增加生活樂趣的方法，以及實際的運用。		

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
一	好處多多的黑金「黑糖」	綜：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。 健 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 健 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	認識黑糖的製程、食用功效	使用 PPT 介紹黑糖的製程、以及食用能帶來何種好處，能拿來做成何種料理	口頭問答	
二	脾胃聖藥-薑！薑！薑！	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識薑的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹薑的生長、營養素以及實用的好處、用途	口頭問答	
三	防癌抗癌澱粉「地瓜」	綜：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。 健 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	認識地瓜的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹地瓜的生長、營養素以及實用的好處、用途	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
		活技能，解決健康問題。					
四	綿軟香濃「芋頭」	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識芋頭的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹芋頭的生長、營養素以及實用的好處、用途	口頭問答	
五	製作 Q 圓就靠你—「樹薯粉」	綜：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。 健 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	認識樹薯的生長與如何加工成樹薯粉	使用 PPT 介紹樹薯的生長，讓學生了解樹薯的營養素，以及樹薯粉如何使用於料理	口頭問答	
六	黑糖薑汁芋圓地瓜圓 DIY	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	學習自製黑糖薑汁芋圓地瓜圓	先示範黑糖薑汁芋圓地瓜圓的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
七	段考週						
八	異國飲食文化來探討	家：1a-V-2 尊重多元飲食文化，關懷全球飲食議題，落實糧食永續的飲食行動。 健 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。	家 Aa-V-2 在地及異國飲食文化。 健 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。	讓學生了解各國飲食文化與特色	使用 PPT 與影片介紹各種飲食文化，並讓學生討論生活中的異國飲食	口頭問答	
九	日、台、韓「煎餅」文化來對決	家：1a-V-2 尊重多元飲食文化，關懷全球飲食議題，落實糧食永續的飲食行動。	家 Aa-V-2 在地及異國飲食文化。	認識日、台、韓的薄餅文化與各國區別	以日本大阪燒、台灣粉漿蛋餅、韓國泡菜海鮮煎餅為主軸做討論，了解這些食物的共同之處，以及因各國文化而產生的區別	口頭問答	
十	「韓式醬汁」大解密	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消	認識韓式的各種醬汁與做法	使用 PPT 與影片介紹韓式各種醬汁、以及作法與適用的料理	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
		健 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	費資訊的辨識策略。				
十一	韓式、台式「泡菜」大對決	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識台、韓的泡菜與比較	使用 PPT 與影片對台、韓的泡菜作介紹以及各種比較，了解泡菜的歷史與用途	口頭問答	
十二	「海鮮」的神秘力量	綜：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。 健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	認識海鮮的各種種類，以及食用海鮮的好處	使用 PPT、影片介紹各海鮮與營養素、以及對人體好處、如何保存與處理	口頭問答	
十三	韓式泡菜海鮮煎餅 DIY	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	學習自製韓式泡菜海鮮煎餅	先示範韓式泡菜海鮮煎餅的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
十四	段考週						
十五	健康促進園遊會						
十六	森林裡的紅寶石「草莓」	綜：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。 健 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	認識草莓的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹草莓的生長、營養素以及食用的好處、用途	口頭問答	
十七	粘 Q「糯米」來報到	綜：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 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	認識糯米的生長與如何加工成糯米粉	使用 PPT 介紹糯米與其他米的差別，讓學生了解糯米的生長，以及糯米粉如何使用	口頭問答	

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會審查通過
十八	相思豆來造訪「紅豆」	綜：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。 健 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。	認識紅豆的生長、營養素、用途	使用 PPT 介紹紅豆的生長、營養素以及食用的好處、用途	口頭問答	
十九	草莓大福 DIY	綜：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。 健 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 健 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	學習自製草莓大福	先示範草莓大福的製作流程，在輔助學生完成料理	實作	
二十	段考週						