

家庭的組成・發展與變化

國 高 中 篇

九 年 級

綠色家園總動員

編撰者：林玉明



壹

設計說明



設計理念

總綱 核心 素養	面向	A 自主行動
	項目	A2 系統思考與解決問題
	項目說明	J-A2具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題
家庭 教育	主題軸	1/A家庭的組成、發展與變化
	學習表現	1-IV-2了解社會與自然環境，及其對個人及家庭的影響。
	學習重點 學習內容	A-IV-3個人及家庭生活脈絡中的社會環境、自然環境。 A-IV-4社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。

內容重點

- 活動設計以國中九年級學生為對象，透過討論思辨活動，認識在社會環境與自然環境下的個人生活及家庭活動，具備認知外在環境變遷的理解力，落實日常生活中減碳節能行動力，養成正面回應環境衝擊力，攜手家人度過經濟危機或氣候危機，一起擁抱健康愛家庭。
- 社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技、戰爭等，
- 自然環境包括自然資源、天候、天然災害等。
- 因考量課堂時間有限及課程內容聚焦，故本單元課程設計社會環境以經濟通貨膨脹導致家庭收入衝擊，網路科技進入家庭導致家人相處模式調整來探討；自然環境則以溫室效應現象導致各地氣候災害頻傳，鼓勵家庭養成綠色減碳生活習慣為概念設計。

內容重點

- 第一單元 以外在總體經濟如何影響小家庭消費生活為主軸，帶領同學認識並理解當大環境經濟蕭條時，將會造成家庭幸福指數產生高低變化，因此關心外在經濟衝擊，規劃家庭因應之道以邁向幸福好家庭。
- 第二單元 以科技發展如何影響家庭生活為主軸，從智能家電到智慧學習，家庭從心看待網路便利性，共同制定數位使用規約，善用科技載具促進家人溝通與再學習，讓智能家庭歡樂無限。
- 第三、四單元 認識並理解自然氣候災害對家庭生活的危機，透過體驗「碳排危機」桌遊活動，選擇日常生活中家庭綠色生活行動，以善待環境，保護大自然永續發展。

單元架構表

活動名稱	節	單元重點
通膨怪獸衝衝衝	第1節	認識經濟危機對家庭的影響，建立健康家庭消費趣。
智能家庭樂活趣	第2節	認識網路科技對家庭的衝擊，攜手樂活數位家庭樂。
綠色家園總動員 I	第3節	認識氣候變遷對家庭災害的危機，設計家庭綠色休閒活動。
綠色家園總動員 II	第4節	透過「碳排危機」桌遊活動，反思選擇正確綠色生活行動，以保護大自然。



貳

單元評量





活動名稱	評量目標	評量方式
活動一	能理解通貨膨脹危機對家庭經濟的衝擊，家人建立良好生活消費觀念。	口語評量 紙筆評量
活動二	能體會科技網路對家庭溝通的負面影響，家庭建立善用網路健康習慣。	口語評量
活動三	認識氣候變遷，能設計家庭綠色休閒活動。	口語評量 實作評量
活動四	體驗「碳排危機」桌遊活動，身體力行綠色選擇行動，以保護大自然環境。	口語評量 紙筆評量



單元一 通膨怪獸衝衝衝



活動1：

通膨怪獸衝衝衝 (第1節)

1.、「通膨」傢伙正在偷我的錢！？

(一)影片賞析：

CPI連22個月破通膨警戒線！小吃、便當又漲價 (2023.06.06新聞)
<https://www.youtube.com/watch?v=GGUwR55YPxo>

(二)討論與分享

家庭支出受到通貨膨脹影響，倆倆分享消費支出的體驗，認識到通貨膨脹導致家庭所得或個人支出產生衝擊之真實情況。（例如：小時候路邊攤食物跟現在購買之差價、家庭出遊支出差異變化）

1. 通膨下，家庭吃的消費支出有何變化？（食）
2. 通膨下，家庭穿的消費有何變化？（衣）
3. 想一想，如何幫忙節省全家消費支出？

二、萬物齊漲，家庭省錢一起來

(一)影片賞析：

我好缺錢，我們談金錢觀<https://www.youtube.com/watch?v=XY6YUtRFrpE>



我還是覺得他挺有趣的



(二)討論與分享

物價變貴，薪水沒有增長，重視家庭教育中理性消費、資源再利用的觀念，以因應現今快時尚、過度消費主義之行為。

1. 影片中，Emma的日常支出通常花費在哪些地方？頌恩的日常支出通常花費在那些地方？頌恩跟Emma的消費支出項目差異有哪些？
2. 承上，各自的消費方式會造成家庭收入的負擔或是可儲蓄來源。
3. 承上，影片內的消費項目有哪些是你認為必要的，哪些是非必要的，請說明理由。
4. 舉例自己最近一星期的花費支出項目，說明哪些是必要性支出，哪些是想要性支出。
5. 如果家庭遭遇突發性變故，需要支付一筆大的開銷，身為家人的你，可以做甚麼幫忙以撙節家庭開支。
6. 觀賞一段短片，請說出你的想法。「精緻窮」特徵你中了嗎？ | TVBS新聞 2023年<https://www.youtube.com/watch?v=3au3ubCFatw>



三、小結：

健康的消費可以有效控管家庭收支平衡，建立家人良好的消費共識，為能幫助家庭量入為出，一起為幸福家庭未來打拼！繳交課後「精打細算」學習單（附件9-1）。



✓ 過度消費的因素：

1. 消費主義興起 提倡消費是享受人生的表現，廣告、傳媒均渲染消費文化，散播消費可紓緩壓力。
2. 生活趨便利及急速 網購消費便利且伴隨折扣優惠，容易刺激消費意欲；速食文化、快時尚興起，消費量增加
3. 尋求社會認同 透過物質彰顯個人身份及地位之迷思。



單元二

智能家庭樂活趣



活動2：

智能家庭樂活趣 (第2節)

一、我的機器小助手

(一)影片賞析：

我們一家人，都有超能力 TW 臺灣有趣家電廣

<https://www.youtube.com/watch?v=d6W3Y4r41Us>

(二)討論與分享：

- 1、影片中，家庭設備多了哪些家電設備，幫忙省下做家事時間。
- 2、從食衣住行育樂各面向，分享介紹一款自己生活實用APP。
(網購、線上課程、追劇、智慧駕駛等。)
- 3、分享一則自己曾經運用行動載具學習的實例。

(三)資訊科技日新月異，家庭家電設備之變化情況。

	2012年(%)	2021年(%)	差異
電視機	99.3	98.5	↑
電話機	94.8	84.4	↓
行動電話	92.3	96.6	↑
有線電視 頻道設備	83.2	85.6	↑
家用電腦	72.3	67.4	↓
連網比率	70.5	93.2	↑
數位相機	50.4	9.5	↓

• 資料來源：110年家庭收支調查報告

能力都有超

家我們

一

二、時光神偷手

(一)影片賞析：

時光神偷 <https://www.youtube.com/watch?v=CKts2VWjJuE>

(二)討論與分享：

1. 科技網路侵入家庭生活無所不在，直接衝擊家內互動模式，小孩喜歡窄在房間使用手機，假日全家出遊的頻率下降，請分享此狀況造成家人情感交流的缺點。
2. 網路普及化服務，使家內距離變成高度個人空間化，同在家裡卻使用LINE聯繫對方，這樣的便利方式對家庭溝通有哪些優缺點。
3. 請分享自己家庭餐桌手機使用規範，在此規範下，曾經有甚麼情況產生。
4. 請分享自己曾經因為手機時間使用，與家人發生爭執的情況。
5. 如何兼顧科技使用與家人親密互動不減少，請舉例方法。



三、小結：

在科技日新月異的今日，善用科技行動學習，運用智能家電產生更多與家人共處時光，並在與家人分享網路點滴互動過程中，預防網路霸凌產生，讓我們一起擁抱健康家庭。

✓ 網路社群媒體對家人身心健康的負面影響：

1. 焦慮和沮喪增加70% 比酒精和藥物濫用嚴重
2. 睡少會疲勞 產生自卑
3. 70%年輕人 考慮整形
4. 網路霸凌 常發生-數位/網路性別暴力
5. 恐懼錯過 情緒受影響
6. FOMO (fear of missing out) 症狀指害怕漏追蹤朋友的動態
7. 「社會攀比心理」 (social comparison) ，忽略背後或許是近百張失敗或拍醜的照片



單元三 綠色家園總動員 I



活動3：

綠色家園總動員 (第3節)

1.、親子共遊活動

(一)設計一個家庭活動

每年5/15是聯合國國際家庭日，響應各國一起推動家庭幸福。請分組設計一個簡易家庭親子活動，目的：邀請家人一起來體驗「綠色家庭日」活動。海報內容設計需包含：預定日期、綠色路線、交通工具、環保特色餐、活動內容。

(二)分組報告：一組五分鐘

(三)影片賞析：

解凍格陵蘭公益放映計畫 (片長建議選取前五分鐘)

<https://www.youtube.com/watch?v=-C4e6qEPo4>

(四)討論與分享

1. 影片中極端氣候會造成哪些現象?這些現象跟家庭災害(財物損失、天災保險、家庭支出)有何關聯性。
2. 想一想，在日常生活中家庭生活如何調整行為，以減緩地球溫室效應。

A small boat with a white cabin and a yellow hull is on a blue sea. In the background, there is a white mountain range under a blue sky.

THE CATHARTIC CATHOLIC LITURGY



二、「碳排危機」桌遊學習活動

- 介紹「碳排危機」桌遊：觀看遊戲說明影片
- 分組活動：3-5人一組
- 實際操作：
- 頒發小獎品：



THE
FESTIVAL OF
THE
FESTIVAL

THE FESTIVAL OF THE FESTIVAL



THE
FESTIVAL OF
THE
FESTIVAL



三、小結：

反思日常生活行為對於環境所造成的影響，認識遊戲裡「減碳」或「不減碳」的行為，對「自身生活」與「環境」造成正面及負面影響，邀請全家人一起重塑對環境友善的綠色行動。



單元四 綠色家園總動員II



活動4：

綠色家園總動員 (第4節)

1.、接續上一階段「碳排危機」桌遊學習活動

(一) 分享活動：

遊戲結束後，透過四「F」的提問，邀請分享在遊戲中的觀察，並針對回應引導其與現實生活連結，進行行為反思。



Roger Greenaway 博士提出

4F	定義	問題範例
F acts (事實)	描述經驗的客觀事實。	你看見什麼？
F eeling (感受)	描述個人主觀感受或直覺。	你的感覺是什麼？
F inding (發現)	尋找原因／解釋／判斷或澄清信念。	為什麼會有這樣的感覺？
F uture (未來)	可採取的行動。	以後可以做什麼能有一樣的（正向）感受？



(一)分享活動：

1. 遊戲中有發生什麼印象深刻的事情？剛剛誰獲得最高分？他為什麼可以獲得最高分？
2. 遊戲過程中你有什麼感受？哪些感受讓你覺得最印象深刻？為什麼？
3. 你覺得跟現實生活中有哪些一樣或不一樣的地方？有哪些學習和收穫？其他聯想到的。
4. 家人間（爸爸、媽媽、爺爺、奶奶、兄弟姊妹、寵物）誰的行為讓你聯想到遊戲中的哪一張圖卡？為什麼？
5. 家庭的垃圾分類與節約地球資源有何關聯？家庭剩食習慣跟食品浪費與能源浪費有何關聯？家人可以如何減少浪費。家庭綠化綠電能力跟環境保護有何關聯？家庭可以如何保護自然資源。（植樹造林、綠化城市、素食、保護野生動物和植物、購買環保標章用品）
6. 未來想要怎麼調整做法？你與家人會停止/繼續/開始做什麼？這樣的調整可以帶來什麼改變。
7. 請說說任何其他聯想到的事情。



三、小結：

家庭與個人對環境保護的責任，與日俱增，強化家人綠色生活的概念，知行合一，落實綠色減碳總動員。課後學習單：綠色生活行動咖
(附件9-2)





附件



9-1精打細算 學習單

班級： 座號： 姓名： 評分：

1. 情況說明：

曉諭打算用過去半年的儲蓄盈餘購買一台智能手機，方便與朋友聯繫及隨時上網搜尋資訊。她在閱讀休閒雜誌時看到以下三款手機的介紹，打算從中選擇：

- 曉諭有儲蓄盈餘：25000元
- 曉諭的消費預算：18000元

	價錢(元)	平均壽命	功能評分*	特性
型號A	13000- 16300元	3-5年	運作及下載速度 (3) 攝影像素 (3) 電池耐用度 (4) 音質及畫質 (3) 記憶體容量 (4)	雖然已面世兩年，但功能在主流手機中仍達中級水平，是適合日常聯繫朋友和進行簡單數據交流的實用型手機。
型號B	19000- 22000元	4-6年	運作及下載速度 (4) 攝影像素 (3.5) 電池耐用度 (4) 音質及畫質 (3.5) 記憶體容量 (4.5)	面世三個月，受型號C手機推出影響稍為跌價，惟功能比型號A更上一層樓且不失實用性，耐用性強是其最大優勢。
型號C	28500- 38000元	3-5年	運作及下載速度 (5) 攝影像素 (5) 電池耐用度 (3) 音質及畫質 (5) 記憶體容量 (4)	最新產品，機身設計時尚，影音及攝影功能達高端水平，是追求影視娛樂及旅遊攝影人士的不二之選！ 分數愈高表示性能愈好；5分為滿分*分數愈高表示性能愈好；5分為滿分 二、動動腦時間 您認為曉諭會選擇購買哪一個型號的手機？並請提出三個理由。



9-2綠色生活行動咖 學習單

班級： 座號： 姓名： 評分：_____

● 課堂想想

1. 課堂上「碳排危機 Carbon Crisis」遊戲中有發生什麼印象深刻的事情？你覺得跟現實生活中有哪些一樣或不一樣的地方？你有哪些學習和收穫？
1. 你是小組中最高分的嗎？為什麼是（不是）？若你不是最高分，誰獲得最高分？他為什麼可以獲得最高分？
1. 未來你想要怎麼做？你與家人會停止/繼續/開始做什麼？預期可以帶來什麼改變？

■ 課後想想

1. 甘地說地球能滿足人類的需要、但滿足不了人類的貪婪。綠色永續需要節約地球的資源，家庭生活中常見一些不可避免的浪費，例如食物浪費和水電能源浪費，請寫出家裡有哪些過度浪費的情況？若從現在開始改變，寫出具體三種可替代浪費或減少浪費的方法。
1. 綠色塗鴉區。



感謝您的聆聽，
敬請指教

