

## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

114 學年度嘉義縣梅山國民中學七、八年級第 一、二 學期彈性學習課程 梅玩梅瞭-卡巴迪 教學計畫表 設計者：劉祐汝 老師

一、課程名稱：梅玩梅瞭-卡巴迪

二、課程四類規範

1.  統整性探究課程 ( 主題  專題  議題)

2.  社團活動與技藝課程 ( 社團活動  技藝課程)

3.  其他類課程

本土語文/新住民語文  服務學習  戶外教育  班際或校際交流  自治活動  班級輔導

學生自主學習  領域補救教學

三、本課程每週學習節數：2 節

四、課程設計理念：藉由系統化的課程編排，讓學生循序漸進認識卡巴迪運動。

五、課程架構：

卡巴迪 Kabaddi	1. 認識卡巴迪運動*4 節
	2. 體能強化與基本護身倒法*4 節
	3. 理解卡巴迪規則*16 節
	4. 分析與強化卡巴迪攻防陣形*24 節
	5. 實作卡巴迪攻防戰術*36 節

六、課程目標：課程以認識卡巴迪運動為起點，逐步發展體能基礎、技術規則、防守陣型與攻防策略，培養學生團隊合作與實戰應用能力。

七、配合融入之領域或議題：

國語文  英語文  英語文融入參考指引  本土語

數學  社會  自然科學  藝術  綜合活動

健康與體育  生活課程  科技  科技融入參考指引

性別平等教育  人權教育  環境教育  海洋教育  品德教育

生命教育  法治教育  科技教育  資訊教育  能源教育

安全教育  防災教育  閱讀素養  多元文化教育

生涯規劃教育  家庭教育  原住民教育  戶外教育  國際教育

八、本學期課程內涵如下：

第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/自編 自選教材或學習單
第1週	認識卡巴迪運動	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能夠說明卡巴迪的起源並正確執行護身倒法 2. 學生能與他人合作完成場地佈置。	1. 卡巴迪運動起源。 2. 場地介紹 3. 場地拼組 4. 介紹簡易規則 5. 強化基本體能 6. 護身倒法練習	1. 行為觀察 2. 口頭評量	視聽教室/投影片
第2週	認識卡巴迪運動						籃球場
第3週	基本護身倒法						
第4週	基本護身倒法						
第5週	熟悉卡巴迪規則	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能夠說明卡巴迪的基本規則與比賽形式。	1. 強化基本體能 2. 護身倒法練習 3. 卡巴迪規則介紹 4. 攻防練習 5. 模擬對抗賽	1. 行為觀察 2. 口頭評量 3. 實作評量	籃球場
第6週	熟悉卡巴迪規則						籃球場
第7週	熟悉卡巴迪規則						籃球場
第8週	熟悉卡巴迪規則						籃球場
第9週	熟悉卡巴迪規則	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活	1. 學生能夠說明卡巴迪的基本規則與比賽形式。	1. 強化基本體能 2. 護身倒法練習 3. 卡巴迪規則介紹 4. 攻防練習 5. 模擬對抗賽	1. 行為觀察 2. 口頭評量 3. 實作評量	籃球場
第10週	熟悉卡巴迪規則						籃球場
第11週	熟悉卡巴迪規則						籃球場
第12週	熟悉卡巴迪規則						籃球場

			中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
第 13 週	強化防守隊形	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能正確執行卡巴迪的基本進攻與防守動作。	1. 強化基本體能 2. 護身倒法練習 3. 認識裁判手勢 4. 培養卡巴迪素養與精神 5. 賽後檢討與反思	1. 行為觀察 2. 口頭評量 3. 實作評量	籃球場
第 14 週	強化防守隊形						籃球場
第 15 週	強化防守隊形						籃球場
第 16 週	強化防守隊形						
第 17 週	分組模擬對抗賽						籃球場
第 18 週	分組模擬對抗賽		健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。				籃球場
第 19 週	分組模擬對抗賽			籃球場			
第 20 週	分組模擬對抗賽		健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活				籃球場
第 21 週	分組模擬對抗賽			籃球場			

			中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
--	--	--	---	--	--	--	--

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選教材或學習單
第1週	攻擊與防守要點	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能說出攻守之技巧要領	1. 強化基本體能 2. 護身倒法複習 3. 練習進攻口號與踩線 4. 防守C字型站位練習 5. 模擬對抗賽	1. 口頭評量 2. 行為觀察	餐廳前廣場
第2週	攻擊與防守要點						
第3週	攻擊與防守要點						
第4週	攻擊與防守要點						
第5週	攻擊與防守要點	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及	1. 學生能說出攻守之技巧要領	1. 強化基本體能 2. 護身倒法複習 3. 練習進攻口號與踩線 4. 防守C字型站位練習 5. 模擬對抗賽	1. 口頭評量 2. 實作評量	餐廳前廣場
第6週	攻擊與防守要點						
第7週	攻擊與防守要點						
第8週	攻擊與防守要點						

			合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
第9週	分析防守站位	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能說出不同人數之防守者的站位技巧	1. 強化基本體能 2. 護身倒法複習 3. 練習進攻口號與踩線 4. 防守C字型站位 5. 強調戰術配合與團隊默契的建立 6. 模擬對抗賽	1. 口頭評量 2. 實作評量	餐廳前廣場
第10週	分析防守站位						
第11週	分析防守站位						
第12週	分析防守站位						
第13週	應用卡巴迪戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 學生能在模擬賽過程中展現團隊合作與溝通的表現 2. 學生能展現尊重對手與遵守規則的態度	1. 強化基本體能 2. 護身倒法複習 3. 練習進攻口號與踩線 4. 重點加強防守C字型站位 5. 強調戰術配合與團隊默契的建立 6. 模擬對抗賽	1. 口頭評量 2. 實作評量	餐廳前廣場
第14週	應用卡巴迪戰術						
第15週	應用卡巴迪戰術						
第16週	應用卡巴迪戰術						
第17週	應用卡巴迪戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方	1. 學生能展現團隊合作與溝通的表現	1. 強化基本體能 2. 護身倒法複習 3. 練習進攻口號與踩線 4. 重點加強防守站位	1. 口頭評量 2. 實作評量	餐廳前廣場
第18週	應用卡巴迪戰術						
第19週	應用卡巴迪戰術						
第20週	應用卡巴迪戰術						

第 21 週	應用卡巴迪戰術		式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	2. 學生能展現尊重對手與遵守規則的態度	5. 強調戰術配合與團隊默契的建立 6. 模擬對抗賽		
--------	---------	--	---	----------------------	-------------------------------	--	--

※身心障礙類學生：無 有-智能障礙(1)人、學習障礙(1)人、情緒障礙(1)人、自閉症( )人

※資賦優異學生：無 有

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 8 年級嚴生與陳生情緒較易波動，在學習上需要較多的提醒協助，請老師分組時安排加入熱心與接納的組別一同學習，適時提醒給予協助。
2. 本組身障生喜愛運動提醒注意安全且能與同學一起完成活動，與他人建立良好的互動關係。

特教老師簽名：林美齡老師、戴文玲老師

普教老師簽名：劉祐汝老師