

114 學年度嘉義縣新港國民中學體育班七、八、九年級第一學期體育專業領域網/牆性球類運動-桌球教學計畫表 設計者：郭志星(表十一之三)

- 一、教材來源：自編 編選-參考南一版本教科書  
 二、本領域每週學習節數：6 節（專業領域 5 節+特殊需求專業領域 1 節）  
 三、體育專業領域課程核心素養：

A 自主行動	B 溝通互動	C 社會參與
J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。

四、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	專業領域學習表現	專業領域學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1 週	體能訓練 (敏捷、速度、耐力)	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	提升個人體適能。	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	實作
第 2 週	1. 正手扣殺、反手扣	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能	1. 能穩定做出扣殺動作。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、	實作

	<p>殺訓練</p> <p>2. 下旋結合拉攻</p> <p>3. 上旋結合扣殺</p>	<p>合性體能訓練處方</p> <p>T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	<p>2. 能結合旋球與扣殺。</p>	<p>舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。</p>	
第3週	<p>上旋反手位對角連續對打</p>	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方</p> <p>T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能</p> <p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	<p>1. 能擊出上旋球。能將上旋球擊至對角反手位。</p>	<p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。</p>	實作

第 4 週	上旋正手位對角連續對打	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方</p> <p>T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能</p> <p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	<p>1. 能擊出上旋球。</p> <p>2. 能將上旋球擊至對角正手位。</p>	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 5 週	上旋正手位中線對角線二點位移	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方</p> <p>T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能</p> <p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	<p>能擊出正手位上旋球。</p> <p>能流暢移動腳步。</p>	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		與專項運動比賽成績等				
第 6 週	反手位+正手位轉換連續對打	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能流暢轉換正、反手位。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 7 週						
第 8 週	上旋不定點練習	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性	能流暢變換上旋球移動步伐。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	球類運動之組合性運動心理技巧			
第 9 週	下旋球發球練習	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能擊出下旋球。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 10 週	下旋反手位連續對切	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性	能擊出反手位下旋球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧			
第 11 週	下旋正手位連續對切	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能擊出正手位下旋球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 12 週	體能訓練	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	提升體適能	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	實作

		技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等				
第 13 週	下旋正反手連續對打	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能流暢轉換正、反手位下旋球。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 14 週						
第 15 週	下旋不定點練習	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移	能流暢變換下旋球移動步伐。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		<p>組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>			
第 16 週	練習拉弧圈球	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	能擊出弧圈球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 17 週	發球訓練 (上、下、側旋)	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、</p>	能擊出上、下、側旋球。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等	實作

		網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧		組合性技術。	
第 18 週	接發球訓練	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能接上旋發球與下旋發球。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 19 週	基本功練習	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能	能做出正確的正手揮拍。	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	實作

		<p>合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>			
第 20 週	模擬比賽	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	適應比賽感覺。	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	實作

		Ta-IV-1 分析、演練 並運用網/牆性球類 運動比賽的組合性 攻防戰術	Ta-IV-C1 網/牆性 球類運動個人組合 性戰術			
第 21 週						

第二學期

教學進度	單元名稱	專業領域學習表現	專業領域學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1 週	1. 正手擊球 2. 反手推擋	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	1. 了解正手擊球動作要領。 2. 了解反手推擋動作要領。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 2 週	側旋發球與接球	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性	1. 了解側旋球動作要領。 2. 能擊出側旋球。 理解接發球的站位與擊球時機。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	運動心理技巧			
第 3 週	發球防守	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	了解球的旋轉與對方的發力。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 4 週	發側旋反手位、用逆接回球	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術	能做出逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧			
第 5 週	發側旋正手位、用逆接回球	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	能做出逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 6 週	體能訓練	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	提升體適能	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	實作

		人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等				
第 7 週						
第 8 週	側旋球拉弧圈攻擊	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，側旋球拉弧圈攻擊。	實作
第 9 週	反手位攻擊	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，反手位攻擊練習。	實作

		Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧			
第 10 週	正手位防守練習	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	加強對方攻擊正手位的防守	兩人一組，正手位防守練習。	實作
第 11 週	體能訓練	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作

		技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等				
第 12 週	發六點接發調位攻擊	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	加強發球的變化。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 13 週						
第 14 週	逆接法	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移	加強對來球的旋轉作處理。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作

		<p>組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>			
第 15 週	三點位移連續對打	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	加強板數	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	實作
第 16 週	模擬比賽	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、</p>	適應比賽感覺。	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	實作

		<p>網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等</p> <p>Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術</p>	<p>傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p> <p>Ta-IV-C1 網/牆性球類運動個人組合性戰術</p>			
第 17 週						
第 18 週	<p>短球練習 (撥球、切短)</p>	<p>P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方</p> <p>T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術</p> <p>Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球</p>	<p>P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能</p> <p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術</p> <p>Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧</p>	<p>增加對短球的攻擊性與變化</p>	<p>T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。</p>	<p>實作</p>

		類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等				
第 19 週	長短球搶攻	P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	加強對長短球來球的判斷及攻擊。	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	實作
第 20 週						