

프로그램 운영 제안서

③쪽

운영	운영시간	주당 2시간	교재	교재명(출판사)	예정가격*
	재료비예정액	원*			

강좌 목표	탁구를 치며 건강한 생활을 한다
주요 교육내용	운동을 통하여 기본 예절을 익힌다
주요 강의방법	볼박스를 통해 1:1 레슨을 한다
평가 방법	자유롭게 랠리하기

프로그램 운영 계획

주제	학습내용	비고
Fore hand	Fore hand 중심이동 하며 랠리하기	
Fore hand	back side에서 연결연습	
Fore hand Foot-work	탁구의 기초 스텝을 충분히 숙달하기	
Fore hand Foot-work	움직이면서 주어진 코스에 정확히 치기	
Back hand	Back hand swing 연습 및 타구연습	
Fore-Back Foot-work	탁구의 기초 스텝을 충분히 숙달하기	
Fore-Back Foot-work	움직이면서 정확한 타점에서 볼치기	
Back-Cut	백사이드에서 볼치기	
Fore-Cut	포핸드사이드에서 볼치기	