

( 탁구 ) 프로그램 연간 운영 계획서

금마초등학교

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
6	1	수	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	2	수	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	3	수	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	4	수	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	포핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
7	1	수	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	2	수	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	3	수	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
	4	수	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		
		금	백핸드	스윙연습, 볼 연결 연습		

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
8~9	1	수	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
		금	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
	2	수	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
		금	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
	3	수	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
		금	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
	4	수	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
		금	포핸드 후드워크	중심 이동하기		
10	1	수	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
		금	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
	2	수	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
		금	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
	3	수	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
		금	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
	4	수	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		
		금	화-쇼트 후드워크	화-쇼트 중심 이동하기		

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
11	1	수	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
		금	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
	2	수	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
		금	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
	3	수	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
		금	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
	4	수	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
		금	커트 좌우 방향	좌우 정확히 커트 연결하기		
12	1	수	어택	백 커트 후 움직여서 공격하기		
		금	어택	백 커트 후 움직여서 공격하기		
	2	수	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		
		금	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		
	3	수	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		
		금	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		
	4	수	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		
		금	포핸드 커트	정해진 코스로 정확히 연결하기		

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
1	1	수	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
		금	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
	2	수	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
		금	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
	3	수	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
		금	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
	4	수	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		
		금	포핸드 백핸드 불규칙	잔발을 이용하고 다리 박자 맞추어 움직이기		