

프로그램 운영 계획서

프로그램명	울 탁 구 나!	강 사 명	장 현 철
대상(학년)	초1~6학년(입문반, 초급반 분반 예정)		
운영기간	2025. 3월 ~ 7월	모집인원	각 10 명
운영시간	16:00~17:00, 17:00 ~18:00	요일	목요일
운영비용	무료(라켓 기관 비치)		

▶ 프로그램 소개

방과후 탁구교실을 통하여, 탁구를 소개하고
아이들에게 건전한 취미생활로써 탁구를 즐길 수 있게
지도합니다.

▶ 프로그램 목적

아이들에게 생활체육 탁구에 대한 이해와 관심도를 높여 건전한
취미생활을 가질수 있게 하는 것을 목적으로 한다.

▶ 프로그램 목표

그립 잡는법, 라켓 가운데 맞추는법, 기본타법, 기본스텝, 서브
등을 배워서 탁구를 즐길 수 있게 해본다.

▶ 프로그램 운영 방법

학년별, 수준별 맞춤지도로 아이들에게 탁구에 대한 관심과
이해를 높여, 아이들의 취미생활에 도움이 되도록 운영한다.

주 차	학 습 (활 동) 내 용	세 부 사 항	준 비 물
1주	탁구 그림잡는법 탁구라켓으로 공 튀겨보기	입문반, 초급반 개 별 수 준 별 지 도	
2주	포핸드로 공튀기면서 탁구대 한바퀴 돌기 백핸드로 공튀기면서 탁구대 한바퀴 돌기	"	
3주	서브로 목표물 맞추기	"	
4주	백핸드 쇼트 익히기	"	
5주	서브넣고 백핸드 쇼트 친구랑 해보기		
6주	포핸드 스트로크	"	
7주	포핸드 백핸드 전환	"	
8주	포핸드 백핸드 스텝	"	
9주	커트 서브 익히기	"	
10주	포핸드 드라이브 익히기	"	
11주	포핸드 드라이브 익히기	"	
12주	보스커트 익히기	"	
13주	보스커트 익히기	"	
14주	친구들과 복식 해보기		
15주	친구들과 복식 해보기		
16주	백핸드 드라이브 익히기	"	
17주	백핸드 드라이브 익히기	"	
18주	하회전 볼에 대한 포핸드 드라이브 익히기	"	