

수업계획서

1. 강의개요							
학습과목명	탁구	학점	3	교·강사명		교·강사 전화번호	
강의시간		강의실		수강대상		E- mail	
2. 교과목 학습목표							
<p>탁구는 일정한 규격의 탁구대에서 작고 가벼운 공을 라켓으로 주고받으며 경쟁하는 경기로 좁은 장소에서 적은 인원이라도 언제나 즐길 수 있는 대중적인 라켓 스포츠이다. 운동 자체가 별로 과격하지 않아서 남녀노소 누구나 할 수 있는 종목이다.</p> <p>탁구를 이해하고 기초 기술을 익혀 경기를 해봄으로써 기본적인 교양 습득 및 평생체육의 한 종목으로 탁구를 즐길 수 있도록 한다.</p>							
3. 교재 및 참고문헌							
퍼펙트 탁구교본/ 한정화/ 삼호미디어(2017)							
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실험) 내용				과제 및 기타 참고사항	
1	1	오리엔테이션/ 탁구 도구 및 경기의 이해					
	2	탁구 도구 및 경기의 이해					
	3	탁구 도구 및 경기의 이해					
	4	탁구 도구 및 경기의 이해					
	5	탁구 도구 및 경기의 이해					
2	1	탁구 경기의 기본 그립 종류 및 스트로크					
	2	탁구 경기의 기본 그립 종류 및 스트로크					
	3	탁구 경기의 기본 그립 종류 및 스트로크					
	4	탁구 경기의 기본 그립 종류 및 스트로크					
	5	탁구 경기의 기본 그립 종류 및 스트로크					
3	1	풋워크 및 라켓 각도의 이해					
	2	풋워크 및 라켓 각도의 이해					
	3	풋워크 및 라켓 각도의 이해					
	4	풋워크 및 라켓 각도의 이해					
	5	풋워크 및 라켓 각도의 이해					
4	1	타법의 종류 및 특징의 이해					
	2	타법의 종류 및 특징의 이해					
	3	타법의 종류 및 특징의 이해					
	4	타법의 종류 및 특징의 이해					
	5	타법의 종류 및 특징의 이해					
5	1	커트 및 블록 그리고 플릭 기술의 이해					
	2	커트 및 블록 그리고 플릭 기술의 이해					
	3	커트 및 블록 그리고 플릭 기술의 이해					
	4	커트 및 블록 그리고 플릭 기술의 이해					
	5	커트 및 블록 그리고 플릭 기술의 이해					
6	1	로빙, 드롭, 푸시쇼트, 사이드 쇼트 기술의 이해					
	2	로빙, 드롭, 푸시쇼트, 사이드 쇼트 기술의 이해					
	3	로빙, 드롭, 푸시쇼트, 사이드 쇼트 기술의 이해					
	4	로빙, 드롭, 푸시쇼트, 사이드 쇼트 기술의 이해					
	5	로빙, 드롭, 푸시쇼트, 사이드 쇼트 기술의 이해					
7	1	중간고사					
	2	중간고사					

	3	중간고사					
	4	중간고사					
	5	중간고사					
8	1	서비스와 리시브 방법 및 주의사항					
	2	서비스와 리시브 방법 및 주의사항					
	3	서비스와 리시브 방법 및 주의사항					
	4	서비스와 리시브 방법 및 주의사항					
	5	서비스와 리시브 방법 및 주의사항					
9	1	실전 기술 강화 훈련법(드라이브)					
	2	실전 기술 강화 훈련법(드라이브)					
	3	실전 기술 강화 훈련법(드라이브)					
	4	실전 기술 강화 훈련법(드라이브)					
	5	실전 기술 강화 훈련법(드라이브)					
10	1	승리를 위한 시합 전술 I					
	2	승리를 위한 시합 전술 I					
	3	승리를 위한 시합 전술 I					
	4	승리를 위한 시합 전술 I					
	5	승리를 위한 시합 전술 I					
11	1	승리를 위한 시합 전술 II					
	2	승리를 위한 시합 전술 II					
	3	승리를 위한 시합 전술 II					
	4	승리를 위한 시합 전술 II					
	5	승리를 위한 시합 전술 II					
12	1	단식경기 리그 및 토너먼트					
	2	단식경기 리그 및 토너먼트					
	3	단식경기 리그 및 토너먼트					
	4	단식경기 리그 및 토너먼트					
	5	단식경기 리그 및 토너먼트					
13	1	복식경기 리그 및 토너먼트					
	2	복식경기 리그 및 토너먼트					
	3	복식경기 리그 및 토너먼트					
	4	복식경기 리그 및 토너먼트					
	5	복식경기 리그 및 토너먼트					
14	1	탁구 경기를 위한 체력향상 웨이트 트레이닝 및 스트레칭					
	2	탁구 경기를 위한 체력향상 웨이트 트레이닝 및 스트레칭					
	3	탁구 경기를 위한 체력향상 웨이트 트레이닝 및 스트레칭					
	4	탁구 경기를 위한 체력향상 웨이트 트레이닝 및 스트레칭					
	5	탁구 경기를 위한 체력향상 웨이트 트레이닝 및 스트레칭					
15	1	기말고사					
	2	기말고사					
	3	기말고사					
	4	기말고사					
	5	기말고사					
5. 성적평가 방법							
중간고사		기말고사	과제물	출결	기타	합계	비고
30%		30%	10%	20%	10%	100%	
6. 수업 진행 방법							

이론 및 실기 병행
7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항
8. 문제해결 방법(실험·실습 등 학습 과정의 경우에 작성)
9. 강의유형
이론 중심(), 토론·세미나 중심(), 실기 중심(), 이론 및 토론/세미나 병행(), 이론 및 실험·실습 병행(), 이론 및 실기 병행(○)