

## [ 음악줄넘기&뉴스포츠 ] 7월 운영계획서

강좌명		음악줄넘기&뉴스포츠		지도강사	임도환
대상		1~6학년		지도시수	10 차시
지도 목표		건강한 신체와 체력 증진			
월별 지도 계획					
월	주	차시	주제	학습내용	비고
7	1	1	짹 줄 ,긴 줄	리듬에 맞춰 짹 줄과 긴 줄을 할 수 있다.	
		2	우측과 좌측 돌리면서 뛰기	우측과 좌측으로 돌리면서 뛸 수 있다.	
	2	1	개인 기록측정	30초 개인기록 측정을 한다.(양발 모아 뛰기, 번갈아뛰기)	
		2	긴줄 2도약과 4도약	긴 줄- 2도약,4도약을 익힌다.	
		3	번갈아 2박자 뛰기	음악에 맞춰 번갈아 2박자 뛰기를 할 수 있다.	
	3	1	공인급수 익히기	1~10급으로 나뉜 공인급수를 익혀본다.	
		2	음악줄넘기 익히기	음줄 : k-pop (신곡) 음악에 맞춰 뛰어본다.	
		3	음악줄넘기 익히기	음줄 : k-pop (신곡) 음악에 맞춰 뛰어본다.	
	4	1	긴줄 : 오는줄 익히기	긴줄 : 오는 줄과 가는 줄의 차이점을 익힌다.	
		2	줄 여행 배우기	줄 여행 (앞으로 뛰기)을 2도약으로 돌아가며 넘는다.	