

연간 수업 계획서[초등학교]

| | | | | |
|----------|----|-------------------------------|-----------------------------|---------|
| 프로그램명 | | 배드민턴 | 지도강사 | |
| 지도기간 | | 2021년 3월 ~ 2021년 12월(총 36 회) | | |
| 주별 지도 계획 | | | | |
| 월 | 주 | 주 제 | 학습 내용 | 준비물 |
| 3 | 1 | 오리엔테이션 | ○ 배드민턴 강사 소개 및 배드민턴 이론 | 라켓, 운동화 |
| 3 | 2 | 배드민턴 기초 이해 | ○ 기본자세, 라켓잡는방법, 스트로크별 타구 이해 | 라켓, 운동화 |
| 3 | 3 | 배드민턴 기초 이해 | ○ 오버헤드 스트로크 스윙 방법 | 라켓, 운동화 |
| 3 | 4 | 배드민턴 기초 이해 | ○ 오버헤드 스트로크 스윙 반복 연습 | 라켓, 운동화 |
| 4 | 5 | 기본 기술 습득 | ○ 기본 풋워크 러닝 스텝(투스텝: 전위+후위) | 라켓, 운동화 |
| 4 | 6 | 기본 기술 습득 | ○ 기본 풋워크 러닝 스텝(투 스텝 전위+후위) | 라켓, 운동화 |
| 4 | 7 | 기본 기술 습득 | ○ 오버헤드 스트로크 - 하이 클리어 | 라켓, 운동화 |
| 4 | 8 | 기본 기술 습득 | ○ 오버헤드 스트로크 - 하이 클리어 | 라켓, 운동화 |
| 5 | 9 | 기본 기술 습득 | ○ 언더핸드 스트코크 - 언더하이클리어 | 라켓, 운동화 |
| 5 | 10 | 기본 기술 습득 | ○ 언더핸드 스트코크 - 언더하이클리어 | 라켓, 운동화 |
| 5 | 11 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 하이클리어+언더하이클리어 | 라켓, 운동화 |
| 5 | 12 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 하이클리어+언더하이클리어 | 라켓, 운동화 |
| 6 | 13 | 기본 기술 습득 | ○ 오버헤드 스트로크 - 포핸드 드라이브 | 라켓, 운동화 |
| 6 | 14 | 기본 기술 습득 | ○ 오버헤드 스트로크 - 백핸드 드라이브 | 라켓, 운동화 |
| 6 | 15 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 포핸드 + 백핸드 드라이브 | 라켓, 운동화 |
| 6 | 16 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 포핸드 + 백핸드 드라이브 | 라켓, 운동화 |
| 7 | 17 | 기본 기술 습득 | ○ 서비스 : 숏 서비스 | 라켓, 운동화 |
| 7 | 18 | 기본 기술 습득 | ○ 서비스 : 롱 서비스 | 라켓, 운동화 |

| | | | | |
|----|----|------------|----------------------------|---------|
| 7 | 19 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 숏 서비스 + 롱 서비스 | 라켓, 운동화 |
| 7 | 20 | 기본 기술 습득 | ○ 복습 : 숏 서비스 + 롱 서비스 | 라켓, 운동화 |
| 8 | 21 | 배드민턴 경기 방법 | ○ 단식 경기 방법 및 경기규칙 등 | 라켓, 운동화 |
| 8 | 22 | 배드민턴 경기 방법 | ○ 복식 경기 방법 및 경기규칙 등 | 라켓, 운동화 |
| 8 | 23 | 배드민턴 경기 방법 | ○ 복습 : 연습경기를 통한 단식 경기방법 숙달 | 라켓, 운동화 |
| 8 | 24 | 배드민턴 경기 방법 | ○ 복습 : 연습경기를 통한 복식 경기방법 숙달 | 라켓, 운동화 |
| 9 | 25 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 오버헤드 스트로크 - 포핸드 스매싱 | 라켓, 운동화 |
| 9 | 26 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 오버헤드 스트로크 - 포핸드 드롭샷 | 라켓, 운동화 |
| 9 | 27 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 복습 : 스매싱, 드롭샷 | 라켓, 운동화 |
| 9 | 28 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 복습 : 스매싱, 드롭샷 | 라켓, 운동화 |
| 10 | 29 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 언더핸드 스트로크 - 포핸드 헤어핀 | 라켓, 운동화 |
| 10 | 30 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 언더핸드 스트로크 - 포핸드 리턴(수비) | 라켓, 운동화 |
| 10 | 31 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 복습 : 헤어핀, 리턴 | 라켓, 운동화 |
| 10 | 32 | 배드민턴 중급 기술 | ○ 복습 : 헤어핀, 리턴 | 라켓, 운동화 |
| 11 | 33 | 배드민턴 고급 기술 | ○ 백핸드 오버헤드 스트로크 | 라켓, 운동화 |
| 11 | 34 | 배드민턴 고급 기술 | ○ 백핸드 오버헤드 스트로크 | 라켓, 운동화 |
| 11 | 35 | 배드민턴 고급 기술 | ○ 백핸드 언더핸드 스트로크 | 라켓, 운동화 |
| 11 | 36 | 배드민턴 고급 기술 | ○ 백핸드 언더핸드 스트로크 | 라켓, 운동화 |