



# 2019학년도 방과후학교 (배드민턴부) 차시별 지도계획

자율과 공감으로 꿈을 키우는  
행복한 고창남초등학교

프로그램명		배드민턴	지도강사	박진완	박진완
대상학년		( 1 ~ 6 )학년			
지도기간		2019년 9월 ~ 12월			
지도목표		학생들에게 생활체육을 경험할 수 있는 기회를 제공하여 협동심, 페어플레이 정신, 준법정신 등을 기를 수 있도록 한다.			
차시별 지도 계획					
월	차시	주 제	학습 내용		비고
9	1	연혁과 운동효과	배드민턴 연혁, 운동특성 및 효과		
	2	라켓그립, 기본자세	그립법과 기본자세, 클리어		
	3	클리어, 하이클리어	정확한 스윙자세 및 동작 습득		
	4	하이클리어	좌,우 하이클리어와 스텝		
10	5	풋워크, 하이클리어, 클리어	올바른 동작과 기본기 습득		
	6	백핸드 숏 서브	자신감있는 서브 구사		
	7	숏 서브, 롱 서브	동일한 동작으로 타이밍 뺏기		
	8	언더핸드 클리어	임팩트, 팔꿈치 신전, 손목 코킹		
11	9	백핸드 언더핸드 클리어	백 언더핸드 임팩트, 팔꿈치 신전		
	10	드롭, 드라이브	스냅 +강한셔틀 타구		
	11	포, 백 드라이브	강한타구+ 컨트롤		
	12	복식경기	기술적용 및 효율적 경기운영		
12	13	헤어핀(포핸드)	네트 앞에 살짝 띄우기		
	14	헤어핀(백핸드)	타점 높낮이, 속도, 자세보기		
	15	경기 및 포메이션	수비형 포메이션 습득		
	16	포핸드 스매시	체중이동, 고 타점, 순발력 중점		

결재	방과후실무사	방과후부장	교감
	<i>최정순</i>	<i>신성화</i>	<i>이현철</i>