

방과후학교 프로그램 연간 운영 계획서

전주북초등학교

□ 운영 개요

| | | | |
|-------|------|--------|------------|
| 프로그램명 | 배드민턴 | 강 사 명 | 구지숙 |
| 운영요일 | 월수 | 학년(등급) | 1~6학년(-) |

□ 연간 계획

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|---------------------------|--|----|
| 3 | 1 | 배드민턴의 역사와 발달 | *역사와 발달 *왜 배드민턴을 하는가? *공 쳐올리기 | |
| | 2 | 배드민턴의 개요 | *배드민턴의 용구와 시설 (라켓, 셔틀콕, 코드) *손목운동 및 기본스윙 | |
| | 3 | 그립(Grip) | *그립(라켓 잡는법) *기본스윙 *기본Footwork | |
| | 4 | 그립(Grip) | *그립(라켓 잡는법) *스냅운동 *기본스윙 - 하이클리어 | |
| | 5 | 단,복식 서비스 | *서비스 스윙 및 스냅운동 | |
| | 6 | 단,복식 서비스 | *롱하이스브 익히기 *숏서브 익히기 | |
| | 7 | 숏서어브 (Short-serve) | *숏서어브 익히기 *기본스윙(하이클리어) | |
| | 8 | 숏서어브 (Short-serve) | *숏서어브 익히기 *기본스윙(드라이브) | |
| | 9 | 롱하이스어브 (Lonhigh serve) | *롱하이스어브 익히기 *헌볼 하이클리어 반복 익히기 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|---------------------------|---|----|
| 4 | 1 | 드라이브 서어브 (Drive-serve) | *드라이브 서어브 익히기 *기본스윙(클리어) *헌볼 헤어핀 반복 익히기 | |
| | 2 | 하이클리어 (High clear) | *하이클리어 스윙 및 헌볼 *Foot work v형 | |
| | 3 | 하이클리어 (High clear) | *하이클리어 스윙 및 스트록 *Foot work v형 | |
| | 4 | 헤어핀 (Hair pin) | *헤어핀 익히기 *클리어 스윙 | |
| | 5 | 헤어핀 (Hair pin) | *헤어핀 익히기 *클리어 스윙 *Foot work X형 | |
| | 6 | 드리븐 클리어 (Driven clear) | *드리븐 클리어 연습 *Foot work >형 *매달린 공치기 | |
| | 7 | 드리븐 클리어 (Driven clear) | *드리븐 클리어 연습 *Foot work <형 *반코트 난타 // | |
| | 8 | 하이클리어 (High clear) | *하이클리어 스윙 및 스트록 *Foot work ^형 *반코트 난타 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|---------------------|---------------------------------------|----|
| 5 | 1 | 드롭샷 (Drop short) | *드롭샷 익히기 *Foot work Y형 *공쳐올리기 | |
| | 2 | 드롭샷 (Drop short) | *드롭샷 익히기 *언더스윙 *Foot work y형 | |
| | 3 | 헤어핀 (Hair pin) | *헤어핀 익히기 *드라이브 스윙 *Foot work 형 | |
| | 4 | 헤어핀 (Hair pin) | *헤어핀 익히기 *클리어 스윙 *Foot work X형 | |
| | 5 | 드라이브 (Drive) | *드라이브 익히기 *Foot work X형 *반코트 난타 | |
| | 6 | 드라이브 (Drive) | *드라이브 익히기 *반코트 난타 | |
| | 7 | 헤어핀 드라이브 연결 스트로크 | *Foot work X형 *반코트 스트로크 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|---------------------|---|----|
| 6 | 1 | 풋쉬 (Push) | *풋쉬 익히기 *Foot work 형 *하이클리어 익히기 | |
| | 2 | 풋쉬 (Push) | *풋쉬 익히기 *Foot work 형 *하이클리어 익히기 | |
| | 3 | 스매쉬 (Smash) | *스매쉬 익히기 *하이클리어 연습 *기본스윙 익히기 | |
| | 4 | 스매쉬 (Smash) | *스매쉬 익히기 *하이클리어 연습 *기본스윙 익히기 | |
| | 5 | 스매쉬 (Smash) | *스매쉬 숙달 *하이클리어 반복연습 *Foot work X형 | |
| | 6 | 헤어핀 (Hair pin) | *1:1 정위 헤어핀 연습 *드롭샷 익히기 | |
| | 7 | 헤어핀 (Hair pin) | *1:1 정위 헤어핀 연습 *드롭샷 익히기 | |
| | 8 | 드롭샷 (Drop short) | *1:1 직선 드롭샷 반복연습 *기본 Foot work 연습 | |
| | 9 | 드롭샷 (Drop short) | *1:1 직선 드롭샷 반복연습 *기본 Foot work 연습 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|---------------------|---------------------------------------|----|
| 7 | 1 | 드롭샷 (Drop short) | *1:1 대각 드롭샷 연습 *반코트 난타 | |
| | 2 | 드롭샷 (Drop short) | *1:1 대각 드롭샷 연습 *기본 스윙 익히기 | |
| | 3 | 드라이브 (Drive) | *1:1 Forehand 드라이브 익히기 *기본 스윙 익히기 | |
| | 4 | 드라이브 (Drive) | *1:1 Backhand 드라이브 익히기 *기본 스윙 익히기 | |
| | 5 | 드라이브 (Drive) | *1:1 대각 드라이브 익히기 *점프 스윙 익히기 | |
| | 6 | 클리어 (Clear) | *1:1 직선 클리어 연습 *점프 스윙 익히기 | |
| | 7 | 클리어 (Clear) | *1:1 대각 클리어(좌) 익히기 *기본 스윙 익히기 | |
| | 8 | 클리어 (Clear) | *1:1 대각 클리어(우) 익히기 *기본 Footwork 연습 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|----------------|-------------------------------|----|
| 8 | 1 | 풋쉬 (Push) | *직선 풋쉬 연습 *반코트 게임 | |
| | 2 | 풋쉬 (Push) | *삼각 풋싱 리시브 연습 *반코트 게임 | |
| | 3 | 스매쉬 (Smash) | *스매싱 좌우 연타 연습 *기본 스윙 숙달 연습 | |
| | 4 | 스매쉬 (Smash) | *스매싱 좌우 연타 연습 *기본 스윙 숙달 연습 | |
| | 5 | 드롭샷-헤어핀 연결 | *직선 드롭샷 헤어핀 연결 *기본 스윙스윙 연습 | |
| | 6 | 단식 평가전 | *단식 평가전 | |
| | 7 | 단식 평가전 | *단식 평가전 | |
| | 8 | 복식 평가전 | *복식 평가전 | |
| | 9 | 복식 평가전 | *복식 평가전 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|------------------|---------------------------------------|----|
| 9 | 1 | 클리어-헤어핀 연결 | *직선 클리어 헤어핀 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 2 | 클리어-헤어핀 연결 | *대각 클리어 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 스매싱-헤어핀 연결 | *직선 스매싱 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 4 | 스매싱-헤어핀 연결 | *대각 스매싱 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 5 | 드롭샷 좌우 헤어핀 연결 | *드롭샷 좌우 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 6 | 드롭샷 좌우 헤어핀 연결 | *드롭샷 좌우 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 7 | 클리어 좌우 헤어핀 연결 | *클리어 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|----|----|------------------|--|----|
| 10 | 1 | 클리어 좌우 헤어핀 연결 | *클리어 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 2 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 4 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 5 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 6 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 7 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 및 Footwork 연습 | |
| | 8 | 풋쉬-헤어핀 연결 | *삼각 풋싱 헤어핀 연습 *울코트 게임 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|----|----|------------------|-----------------------------------|----|
| 11 | 1 | 풋쉬-헤어핀 연결 | *삼각 풋싱 헤어핀 연습 *올코트 게임 | |
| | 2 | 드롭샷-헤어핀 연결 | *직선 드롭샷 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 드롭샷-헤어핀 연결 | *대각 드롭샷 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 4 | 클리어-헤어핀 연결 | *직선 클리어 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 5 | 클리어-헤어핀 연결 | *대각 클리어 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 6 | 스매싱-헤어핀 연결 | *직선 스매싱 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 7 | 스매싱-헤어핀 연결 | *대각 스매싱 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 8 | 드롭샷 좌우 헤어핀 연결 | *드롭샷 좌우 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 9 | 드롭샷 좌우 헤어핀 연결 | *드롭샷 좌우 헤어핀 연결 *기본 스윙 연습 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|----|----|------------------|--|----|
| 12 | 1 | 클리어 좌우 헤어핀 연결 | *클리어 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 2 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 4 | 풋쉬-헤어핀 연결 | *삼각 풋싱 헤어핀 연습 *올코트 게임 | |
| | 5 | 풋쉬-헤어핀 연결 | *삼각 풋싱 헤어핀 연습 *올코트 게임 | |
| | 6 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 7 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 및 Footwork 연습 | |
| | 8 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 9 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|------------------|--|----|
| 1 | 1 | 클리어 좌우 헤어핀 연결 | *클리어 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 2 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 4 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 5 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 6 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 연습 | |
| | 7 | 드롭샷-스매싱 연결 | *드롭샷 좌우 스매싱 연결 *기본 스윙 및 Footwork 연습 | |
| | 8 | 풋쉬-헤어핀 연결 | *삼각 풋싱 헤어핀 연습 *올코트 게임 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|------------------|---------------------------------------|----|
| 2 | 1 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 2 | 스매싱 좌우 헤어핀 연결 | *스매싱 좌우 헤어핀 연결 *기본 Footwork 연습 | |
| | 3 | 클리어-드롭샷 연결 | *직선 클리어 드롭샷 연결 *기본 스윙 및 Footwork연습 | |
| | 4 | 단식 평가전 | *단식 평가전 | |
| | 5 | 단식 평가전 | *단식 평가전 | |
| | 6 | 복식 평가전 | *복식 평가전 | |
| | 7 | 복식 평가전 | *복식 평가전 | |

| 월 | 차시 | 학습 주제 | 활동 내용 | 비고 |
|---|----|------------|----------------------|----|
| 2 | 1 | 양상블 - 스트럼 | 스트럼 악보 연습 | |
| | 2 | | 스트럼 악보 연습 | |
| | 3 | | 파트 나눠 연습 후 합주 | |
| | 4 | 양상블 - TAB | TAB 악보 연습 | |
| | 5 | | TAB 악보 연습 | |
| | 6 | | 파트 나눠 연습 후 합주 | |
| | 7 | TAB악보 그리기 | 오선악보를 타브악보로 바꾸어 그리기 | |
| | 8 | 리듬 섞어 노래하기 | 리듬의 활용, 노래익히기, 리듬연습 | |
| | 9 | 리듬 총정리 | 리듬 총정리, 코드패턴연습, 노래연습 | |
| | 10 | 양상블 총정리 | 양상블 총정리, 노래연습 | |
| | 11 | 발표회 | 발표회 | |