

프로그램 연간운영계획서

프로그램명		배드민턴 기초		
기 간		2024년 3월 ~ 2024년 12월 (총34회)		
요일 및 시간		금요일, 13:10~14:40		
장 소				
대 상		초등학교 3~4학년		
강 사 명		김영민		
차시별 지도 계획				
월	차시	주제	내용	비고
3	1	기초기능 • 라켓 잡는 법 • 간단한 손목스냅운동	이스턴, 웨스턴 그립에 대해 알고, 손목 스냅운동을 지속적으로 하여 손목 힘을 키울 수 있도록 한다	
	2	기초기능 • 오버헤드스트로크	오버헤드스트로크를 10회 이상 타구 할 수 있다.	
	3	기초기능 • 언더핸드 스트로크	포핸드 언더핸드 스트로크를 10회 이상 타구 할 수 있다.	
	4	기초기능 • 풋워크	풋 워크(러닝, 슬라이딩, 홉, 피 벳 스텝)를 정확하게 할 수 있다.	

4	5	기초기능 • 라운드 더 헤드 스트로크	라운드 더 헤드 스트로크를 정확하게 할 수 있다.	
	6	기초기능 • 사이드 핸드 스트로크 • 셔틀 잡는법	사이드 핸드 스트로크를 할 수 있고 셔트콕 잡는 법을 익힐 수 있다.	
	7	기초기능 • 사이드 핸드 스트로크 • 셔틀 잡는법	사이드 핸드 스트로크를 할 수 있고 셔트콕 잡는 법을 익힐 수 있다.	
	8	기초기능 • 5가지 기술 복습 및 응용게임	셔틀옮기기, 코드라인 솔래잡기등을 통해 5가지 기술을 정확히 할 수 있다	
		•		
5	9	기초기능 • 클리어 및 응용게임	클리어를 정확하게 타구 할 수 있다.	
	10	기초기능 • 언더 및 응용게임	언더를 정확하게 타구 할 수 있다	
	11	기초기능 • 클리어 및 언더를 이용한 응용게임	클리어와 언더를 정확하게 타구 할 수 있다	
	12	기초기능 • 드롭 및 응용게임	드롭을 정확하게 타구 할 수 있다	
	13	기초기능 • 헤어핀 및 응용게임	헤어핀을 정확하게 타구 할 수 있다	
6	14	기초기능 • 드롭 및 헤어핀을 이용한 응용게임	드롭과 헤어핀을 정확하게 타구 할 수 있다	
	15	기초기능 • 드라이브 및 응용게임	드라이브를 정확하게 타구 할 수 있다	
	16	기초기능 • 푸시 및 응용게임	푸시를 정확하게 타구 할 수 있다	
	17	기초기능 • 스매싱 및 응용게임	스매싱을 정확하게 타구 할 수 있다	
		•		

9	18	기초기능 • 클리어, 드롭, 스매싱을 이용한 응용게임	클리어와 드롭, 스매싱을 정확하게 타구 할 수 있다	
	19	• 언더, 헤어핀, 푸시, 드라이브를 이용한 응용게임	언더와 헤어핀, 푸시, 드라이브를 정확하게 타구 할 수 있다	
	20	기초기능 • 서비스 및 응용게임	롱서비스와 숏서비스를 정확하게 타구 할 수 있다	
	21	기초기능 • 경기방법과 규칙	경기방법 및 규칙과 시설 및 용구에 대하여 알 수 있다	
10	22	기초기능 • 단식과 복식의 차이	단식의 규칙과 복식의 규칙의 차이를 정확히 이해 하고 실행할 수 있다.	
	23	기초기능 • 클리어 스트로크 및 응용 게임	클리어를 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
	24	기초기능 • 언더 스트로크 및 응용 게임	언더를 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
	25	기초기능 • 드롭 스트로크 및 응용 게임	드롭을 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
11	26	기초기능 • 헤어핀 스트로크 및 응용 게임	헤어핀을 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
	27	기초기능 • 스매싱 스트로크 및 응용 게임	스매싱을 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
	28	기초기능 • 드라이브 스트로크 및 응용 게임	드라이브를 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	
	29	기초기능 • 푸시 스트로크 및 응용 게임	푸시를 통한 스트로크를 진행하고 응용게임을 할수 있다	

12	30	기초기능 • 단식게임 리그전	뽑기를 통해 대진표를 만들어 단식 게임을 할 수 있다	
	31	기초기능 • 단식게임 리그전	뽑기를 통해 대진표를 만들어 단식 게임을 할 수 있다	
	32	기초기능 • 복식게임 리그전	뽑기를 통해 대진표를 만들어 복식 게임을 할 수 있다	
	33	기초기능 • 복식게임 리그전	뽑기를 통해 대진표를 만들어 복식 게임을 할 수 있다	