

방과후학교 (혼합스포츠) 프로그램 운영계획

프로그램명	패드민턴	강 사 명	정효숙
수강인원	24명	장 소	한울관
요 일	월.화.수.금	시 간	다부14:20~15:20 나부:15:30~16:10
기 간	2023. 12월1일~12월28일		
목 표	라켓 활동을 통한 기초체력과 민첩성을 길러보자		
차 시 별 지 도 계 획			
차시	날짜	학 습 내 용	비 고 (유의점 및 자료)
1	12.4	라켓과 공윙기기 미션활동	패드민턴라켓세트
2	5	2인1조 공주고 받기	~
3	6	서브 연습활동	~
4	7	로테이션 돌아가면서 팀끼리 자리교체하면서 활동	~
5	8	샘과3모듬 만들어 순차적으로 공 받아치기	~
6	11	포핸드 활동	~
7	12	백핸드 활동	~
8	13	위로 오는공 스텝이용해서 받아쳐보기	~
9	15	포핸드 백핸드 번갈아 쳐보기	~
10	18	짧은공 언더로 들어올려 쳐보기	~
11	19	2대2 복식활동	~
12	20	3대3 단체 경기활동	~
13	22	단식 개인전 경기활동	~
14	26	복식 팀전 경기활동	~
15	27	빅민턴 변형활동	~
			~