

방과후학교 (9 월) 교육계획안

[2022학년도]

| 프로그램명 | | 종합체육 | | 지도강사명 | 김란울 |
|-------|------|---------|-----------|---|---|
| 대 상 | | 1 - 6학년 | | 지도 기간 | 2022년 9월 1일 ~ 2022년 9월30일 |
| 월 | 주 | 주 제 | 지 도 목 표 | 지 도 내 용 | 자료.준비물 |
| 9 | 1 | 배드민턴 | 배드민턴기초(1) | 배드민턴의 규칙을 이해할수있다. | |
| | 2 | 배드민턴 | 배드민턴기초(2) | 여러 가지 방법으로 라켓 잡는 방법 알아보기. | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기초(3) | 셔틀콕 쳐보기. | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기초(4) | 서비스 넣는 방법 알아보기. | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기초(5) | 위치잡기에 필요한 풋워크 알아보기. | |
| | | 3 | 배드민턴 | 배드민턴기술(1) | 포핸드 스윙에 대해 연습하기.(1) (네트 넘어오는 셔틀콕을 포핸드스윙으로 쳐서 올리기.) |
| | 배드민턴 | | 배드민턴기술(2) | 포핸드 스윙에 대해 연습하기.(2) | |
| | 배드민턴 | | 배드민턴기술(3) | 백핸드스윙에 대해 연습하기.(1) | |
| | 4 | 배드민턴 | 배드민턴기술(4) | 백핸드스윙에 대해 연습하기.(2) | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기술(5) | 클리어 스트로크에 대해 연습하기(1) (아주 높고 멀리 보내는 기술) | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기술(6) | 클리어 스트로크에 대해 연습하기(2) | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기술(7) | 서브 리시브에 대해 연습하기(1) | |
| | 5 | 배드민턴 | 배드민턴기술(8) | 서브 리시브에 대해 연습하기(2) | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴기술(9) | 네트상단의떠오는셔틀콕을 상대의코트로 쳐 넘기는방법 익히기 | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴경기(1) | 1:1 단식경기 하기. | |
| | | 배드민턴 | 배드민턴경기(2) | 1:1 단식경기 하기. | |