방과후학교 (3 월) 교육계획안

[2021학년도]

프로그램명	뉴스포츠	지도강사명	정효숙
대 상	1 - 6학년	지도 기간	2022년 3월2일 ~ 3월31일

월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료.준비물
3	1	프리테니스	기본기활동1	라켓과공튕겨 감각익혀보기(미션)	프리테니스라켓.공
		프리테니스	기본기활동2	원바운드로튕겨진 공을올려치기	〃
	2	프리테니스	기본기활동3	강당벽에 각자 정해진수만큼벽치기	〃
		프리테니스	리시브연습	상대가10개보내주면쳐보기(번갈아)	프리테니스라켓.공 간이접이식네트
		프리테니스	짝활동	한사람이공을튕겨주고 반대로넘기기	〃
	3	프리테니스	서브연습활동(포)	바운드하고뜬공을대각선으로보내기	플볼골대.원마커
		프리테니스	서브연습활동(백)	바운드하고뜬공을대각선으로보내기	〃
		프리테니스	컨트롤활동	공을상대에게넘기는강약조절연습	프리테니스라켓.공 간이접이식네트
		프리테니스	1대1리턴활동	짝지어서 서로 주고받는연습	〃
	4	프리테니스	2대2리턴활동	2명씩 팀을 구성해 주고받는연습	〃
		프리테니스	백스핀활동	들어어는 공을 역회전시켜주는연습	〃
		프리테니스	발리활동	노바운드로상대공을다시쳐내는연습	〃
		프리테니스	스매시활동	상대에게넘어온공을강하게스트로크	〃
	5	프리테니스	언더스핀활동	역으로 회전하게끔 공아래뒷쪽접촉	〃
		프리테니스	단식실전경기	자체미니경기를통한동기부여시키기	〃
		프리테니스	복식실전경기	〃	〃
		프리테니스	단식.복식	단식복식최종왕중왕뽑기자체대회	〃