

2023학년도 방과후학교 프로그램 연간계획서

이리모현초등학교

프로그램명		배드민턴		강사명			
대 상		3학년 ~ 6학년		운영시수		주 2 회(수 . 금)	
기 간		2024년 3월 4일 ~ 2024년 2 월 28 일 (91차시 예정)					
운영목표		배드민턴을 통해 건강한 생활과 배려하는 자세를 기를 수 있다.					
월별 지도 계획							
월	주	학습주제		학습 내용		학습준비물	비고
2024 .3	1	배드민턴의 이해		배드민턴의 유래 및 보급된경로		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴의 이해		배드민턴 코트규격.용구익히기			
	3	배드민턴의 이해		그립잡기. 기본자세 익히기			
	4	배드민턴의 이해		기본자세 익히기. 스윙알기			
4	1	배드민턴의 기본		라켓잡기. 셔틀콕 맞춰잡기		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴의 기본		라켓잡기. 기본자세 익히기			
	3	배드민턴의 기본		그립법알기. 스윙하기			
	4	배드민턴의 기본		셔틀콕 잡는 법 알기			
5	1	배드민턴 스트로크 연습		오버헤드 . 라운드 더 헤드 스트로크		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 스트로크 연습		오버헤드 .사이드 암			
	3	배드민턴 스트로크 연습		사이드 암. 언더 핸드 스트로크			
	4	배드민턴 스트로크 연습		스트로크 기술 반복연습			
6	1	배드민턴 기술연습		하이클리어		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 기술연습		하이클리어			
	3	배드민턴 기술연습		하이클리어			
	4	배드민턴 기술연습		하이클리어			
7	1	배드민턴 기술연습		하이클리어		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 기술연습		하이클리어 및 드라이브			
	3	배드민턴 기술연습		하이클리어 및 드라이브			
	4	배드민턴 기술연습		하이클리어 및 드라이브			
9	2	배드민턴 복합기술		클리어. 드라이브. 헤어핀		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	3	배드민턴 복합기술		클리어. 드라이브. 헤어핀			
	4	배드민턴 복합기술		클리어. 드라이브. 헤어핀			
	4	배드민턴 복합기술		클리어. 드라이브. 헤어핀			
10	1	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브 연속동작		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브 연속동작			
	3	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브 연속동작			
	4	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브 연속동작			
11	1	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브.스매싱 연속동작		셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 안전에 유의
	2	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브.스매싱 연속동작			
	3	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브.스매싱 연속동작			
	4	배드민턴 응용기술		클리어.드라이브.스매싱 연속동작			

12	1	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기	셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기		
	3	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기		
	4	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기		
2025 .1	1	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨	셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		
	3	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		
	4	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		
2	1	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨	셔틀콕 라켓	준비운동 안전에 유의
	2	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		
	3	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		
	4	배드민턴 실전	복식 경기 및 게임레슨		