

2023학년도 방과후학교 프로그램 연간계획서

이리모현초등학교

프로그램명	배드민턴	강사명	
대 상	3학년 ~ 6학년	운영시수	주 2 회(수 . 금)
기 간	2023년 3월 3일 ~ 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	학습준비 물	비고
2023 .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		
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 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	준비운동

	2	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기	라켓	안전에 유의
	3	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기		
	4	배드민턴 경기방법	복식 경기 규칙 익히기		
2024 .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		