

[음악줄넘기] 1월 운영계획서

강좌명			음악줄넘기		지도 강사	이지은
대상			금암초 1 ~ 2 학년		지도 시수	3차시
지도 목표			° 줄넘기 운동을 통해 순발력과 체력을 기를 수 있다. ° 음악 줄넘기를 통해서 음악적 감각을 키울 수 있다. ° 음악 줄넘기를 생활화 하고, 안무를 통해 자신감을 기른다.			
월별 지도 계획						
월	주	차시	주제	학습내용		비고
1	3	2	음악줄넘기 오리엔테이션, 기본뛰기(1,2도약)	안전지도 및 준비운동 음악줄넘기 소개 수업 시 지켜야 할 규칙 및 주의 사항 1. 줄 넘을 때의 자세와 손의 위치 2. 줄의 길이 3. 줄의 종류 및 손잡이 잡는 방법 리듬감에 맞춰 줄넘기로 양발 모아 뛰기(1,2도약) 할 수 있다.		
	4	2	기본 뛰기 (좌, 우 이동 뛰기 & 8자)	안전지도 및 준비운동 리듬감에 맞춰 줄넘기로 좌, 우 이동 뛰기와 8자 돌리기를 할 수 있다.		
	5	2	기본 뛰기 (앞, 뒤 이동 뛰기 & 더블 8자)	안전지도 및 준비운동 리듬감에 맞춰 줄넘기로 좌, 우 이동 뛰기와 더블 8자 돌리기를 할 수 있다.		

※위 내용은 상황에 따라 변경될 수 있습니다.