

[음악줄넘기] 6월 운영계획서

강좌명			음악줄넘기		지도강사	안지영
대상			돌봄 교실 1-2학년		지도시수	3차시
지도 목표			1. 줄넘기의 운동효과를 알고 기본 기능을 익힌다. 2. 줄넘기를 통하여 민첩성, 지구력, 유연성을 기르고 강인한 체력을 기른다. 3. 줄넘기를 통해 기초체력 향상 및 인내력을 함양하여 즐거운 마음으로 학교생활에 임하도록 한다.			
월별 지도 계획						
월	주	차시	주제	학습내용		비고
6	1	1		현충일		
	2	1	가위바위보 뛰기	· 처음에는 가위, 바위 뛰기를 한 다음 보, 바위 뛰기를 연속적으로 반복한다.		줄넘기
	3	1	허벅지 들어 뛰기	· 무릎을 90° 정도로 들어 굽혀 두 박자, 네 박자씩 발을 바꾸며 뛴다.		줄넘기
	4	1	뒷다리 들어 뛰기	· 발 뒤꿈치가 엉덩이에 닿을 정도로 들어 두 박자, 네 박자씩 발을 바꾸며 뛴다.		줄넘기