

▶ 교과명 : 건강 배드민턴

【점심시간:12:00~12:50, 수료식:17:00~】

교시	1교시	2교시	3교시	4교시	5교시	6교시	7교시
날짜	09:00 ~ 09:50	10:00-10:50	11:00-11:50	13:00-13:50	14:00-14:50	15:00-15:50	16:00-16:50
제1일 (1월8일)	등록 및 개강식	건강과 배드민턴 특강	운동상해 응급처치와 심폐소생술 특강	준비운동 및 기본자세	그립의 종류와 활용	클리어	하이클리어
	담당자	정일규	김종오	강석훈	김종오	김종오	김종오
제2일 (1월9일)		포핸드 서브	백핸드 서브	Footwalk 전·후	Footwalk 좌·우	Push	Drop
		김종오	김종오	김종오	김종오	김종오	김종오
제3일 (1월10일)		포핸드 스매쉬	백핸드 스매쉬	헤어핀	Drop shot	포핸드 리시브	백핸드 리시브
		강석훈	강석훈	강석훈	강석훈	강석훈	강석훈
제4일 (1월11일)		전위 플레이	후위 플레이	공격 연결기술 1	공격 연결기술2	수비법	기초&응용 기술 평가
		강석훈	강석훈	강석훈	정일규	정일규	정일규
제5일 (1월12일)		실전복식 리그전	실전복식 리그전	실전복식 리그전	실전복식 리그전	실전복식 리그전	실전복식 리그전
		정일규	정일규	정일규	정일규	정일규	정일규

2) 건강 배드민턴

