

강 의 계 획 서

교육과정	학정은행제	회 차	체육학 (주말A)		
개설과목	검도 1	학 점	3	수강료	330,000원
교 수	박영진	휴대폰		이메일	

교 재	교 재 명		저 자	출 판 사
주 교 재	정통검도	2010	현대레저연구회	태을출판사
부 교 재	전공검도	1997	김영학	생능

수업목표	검도수업은 기검체일치(氣劍體一致), 심기력일치(心氣力一致)의 수련과정에서 고도의 집중력과 인내심, 판단성, 침착성 등 강인한 정신력과 함께 전신의 고른 발달과 특히 심폐기능의 강화로 지구력, 순발력, 민첩성 배양을 목표로 할 것이다.							
오리엔테이션 내용	검도 실기수업 전 검도 이론수업을 통해 검도의 정의와 이념 및 역사에 관한 내용을 토대로 진행 될 것이다.							
교수방법	이론 및 실기							
성적평가방법	중간고사	40%	기말고사	40%	과제	10%	기타	10%

주 차	강 의 내 용	비 고
1	1) 강의제목 : 검도란 무엇인가? 2) 강의주제 : 검도의 개요 3) 강의세부내용 : 검도의 역사와 현황 및 특성	이론수업
2	1) 강의제목 : 자세와 예법 2) 강의주제 : 파지법과 발동작을 알아보자. 3) 강의세부내용 : 죽도를 잡는 방법, 기본 발동작 기술 연마.	죽도, 호구
3	1) 강의제목 : 기본기 동작 1 2) 강의주제 : 동작의 세분화. 3) 강의세부내용: 3동작,2동작 머리, 손목, 허리치기, 찌름 기술연마.	죽도, 호구
4	1) 강의제목 : 기본기 동작 2 2) 강의주제 : 동작의 세분화. 3) 강의세부내용 :1동작, 빠른 발동작 빠른 머리, 손목, 허리치기 기술 연마.	죽도, 호구
5	1) 강의제목 : 응용 동작 1 2) 강의주제 : 기검체 일치. 3) 강의세부내용 : 검도의 기합과 검과 몸이 한 동작으로 이루어지는 자세(큰 동작 머리, 손목, 허리, 손목머리 치기)	죽도, 호구
6	1) 강의제목 : 응용동작 2 2) 강의주제 : 기검체 일치. 3) 강의세부내용: 큰 동작 기술연마 후에 다른 기술 습득 (작은 동작 머리, 손목, 허리 ,손목머리치기)	죽도, 호구
7	1) 강의제목 : 유효 격자 2) 강의주제 : 타격대 치기. 3) 강의세부내용: 죽도의 선혁 부분과 중혁 부분으로 정확히 타격을 하기 위한 기술 연습.	죽도, 호구
8	중간고사 검도의 기본기 (기본자세 및 기본기 1~4 동작 평가)	실기평가
9	1) 강의제목 : 퇴격 기술 1 2) 강의주제 : 뒤로 물러 나가면서 치는 머리, 손목기술 습득. 3) 강의세부내용: 상대방과 밀착 되어져있을 때 사용 되는 기술 연습.	죽도, 호구 타격대

10	<p>1) 강의제목 : 퇴격 기술 2</p> <p>2) 강의주제 :뒤로 물러 나가면서 치는 허리, 손목머리 기술 습득.</p> <p>3) 강의세부내용: 상대방과 밀착 되어져있을 때 사용 되는 기술 연습.</p>	<p>족도, 호구 타격대</p>
11	<p>1) 강의제목 : 연격 동작 1</p> <p>2) 강의주제 : 상대방의 대련 준비.</p> <p>3) 강의세부내용: 상대방과 대련을 준비하며 9개의 동작을 거리와 유효격자(선학과중학)로 격자부위(머리, 손목, 허리, 찌름)를 공격하는 연습.</p>	<p>족도, 호구 타격대</p>
12	<p>1) 강의제목 : 연격 동작 2</p> <p>2) 강의주제 : 상대방의 대련 준비.</p> <p>3) 강의세부내용: 상대방과 대련을 준비하며 9개의 거리와 유효격자(선학과중학)로 격자부위(머리, 손목, 허리, 찌름)를 족도로 방어하는 연습.</p>	<p>족도, 호구 타격대</p>
13	<p>1) 강의제목 : 검도의 1本</p> <p>2) 강의주제 : 선도와 후도</p> <p>3) 강의세부내용: 상대방과 목검을 가지고 대련 연습.</p>	<p>족도, 호구 타격대</p>
14	<p>1) 강의제목 : 검도의 2本</p> <p>2) 강의주제 : 선도와 후도</p> <p>3) 강의세부내용: 상대방과 목검을 가지고 대련 연습.</p>	<p>족도, 호구 타격대</p>
15	<p>기말고사 공간치기 1~2, 연격 동작 평가</p>	<p>실기평가</p>