

# 강 의 계 획 서

교육과정	학정은행제	회 차	체육학 (주말A)		
개설과목	태권도 I	학 점	3	수강료	330,000원
교 수	김만근	휴대폰		이메일	

교 재	교 재 명		저 자	출 판 사
주 교 재	태권도 경기지도법	2010	전정우, 박대성, 윤정옥	대한미디어
부 교 재	태권도 교범	2006	국기원	오성출판사

수업목표	태권도를 수련함으로써 신체적으로는 건강증진 및 호신능력배양과 운동기능이 향상 되게 하며 정신적으로는 올바른 인격형성과 사회적 발달과 정서적 발달 및 인내력을 키우며 그 목적을 달성하기 위하여 좀 더 구체적으로 내용을 분석하고 실현 가능한 항목을 설정하고 수강자들이 수련의 목표(승단)을 할 수 있도록 하는데 목표를 두고자 한다.							
오리엔테이션 내용	준비물: 태권도도복 과제: 태권도역사 및 품새, 겨루기등 조사							
교수방법	이론 및 실기							
성적평가방법	중간고사	40%	기말고사	40%	과제	10%	기타	10%

주 차	강 의 내 용	비 고
1	1) 강의제목 : 태권도의 역사 2) 강의주제 : 태권도 역사 3) 강의세부내용 : 태권도의 발생 중세/근세/현재의 태권도	
2	1) 강의제목 : 태권도의 기본동작 2) 강의주제 : 기본동작 3) 강의세부내용 : 지르기, 치기, 찌르기, 차기	
3	1) 강의제목 : 품새 2) 강의주제 : 태극품새 3) 강의세부내용 : 품새의 유래, 정의, 유형, 종류	
4	1) 강의제목 : 유급자 품새 2) 강의주제 : 태극품새 3) 강의세부내용 : 기본동작, 태극1장, 태극2장, 연속발차기	
5	1) 강의제목 : 유급자 품새 2) 강의주제 : 태극품새 3) 강의세부내용 : 기본동작, 태극3장, 태극4장	
6	1) 강의제목 : 유급자 품새, 겨루기 2) 강의주제 : 태극품새 및 연습겨루기 3) 강의세부내용 : 기본동작, 태극5장, 태극6장, 품새동작을 통한 연습겨루기(3번겨루기)	
7	1) 강의제목 : 유급자 품새, 겨루기 2) 강의주제 : 태극품새 및 연습겨루기 3) 강의세부내용 : 기본동작, 태극7장, 태극8장, 기본동작 및 품새동작의 연습겨루기	
8	<중간고사>	
9	1) 강의제목 : 품새 2) 강의주제 : 팔괘품새 역사 및 유래 3) 강의세부내용 : 팔괘품새 동영상 시청, 기본동작, 팔괘1장	
10	1) 강의제목 : 품새	

	<p>2) 강의주제 : 팔괘품새</p> <p>3) 강의세부내용 : 기본동작, 팔괘2장, 팔괘3장</p>	
11	<p>1) 강의제목 : 품새, 겨루기</p> <p>2) 강의주제 : 팔괘품새 및 연습겨루기</p> <p>3) 강의세부내용 : 기본동작, 팔괘4장, 팔괘5장, 기본동작 및 팔괘품새동작의 연습겨루기(2번겨루기)</p>	
12	<p>1) 강의제목 : 품새, 겨루기</p> <p>2) 강의주제 : 팔괘품새 및 연습겨루기</p> <p>3) 강의세부내용 : 기본동작, 팔괘6장, 팔괘7장, 기본동작 및 팔괘품새동작의 연습겨루기(3번겨루기)</p>	
13	<p>1) 강의제목 : 품새, 격파</p> <p>2) 강의주제 : 팔괘품새 및 격파</p> <p>3) 강의세부내용 : 기본동작, 팔괘8장, 격파(주먹격파, 손날격파)</p>	
14	<p>1) 강의제목 : 품새, 겨루기</p> <p>2) 강의주제 : 태극 및 팔괘품새, 연습겨루기</p> <p>3) 강의세부내용 : 기본동작, 태극/팔괘품새 종합, 실전겨루기</p>	
15	<기말고사>	