

<b>학습과목명</b>	폼새지도법	<b>학 점</b>	3	<b>교·강사명</b>	
<b>강의시간</b>	5시간	<b>이론 / 실습</b>	실습	<b>전화번호</b>	

**학습목표**

1. 폼새 지도에 필요한 기초 지식과 실제적인 교수기술을 습득하고 교육적 접근방법을 개발하여 현장에서의 폼새 지도능력을 배양한다.
2. 폼새 지도에 관한 원리와 방법 그리고 평가에 관하여 정립하며 단/급별 요구되는 폼새 지도 실제에 관하여 초등, 중등, 고등, 일반을 대상으로 습득한다.
3. 공방의 원리를 이해하여 기술의 연결성을 함양한다.
4. 속도의 완급, 힘의 강유, 호흡 등을 단계적으로 습득할 수 있는 지도내용과 지도방법을 숙지한다.
5. 폼새지도법을 통하여 정확한 동작의 위치와 모양, 원리와 중심이동, 시선과 호흡 방법을 익히고 세부적인 동작을 하기 위한 과정을 쉽게 풀이하여 지도할 수 있는 지도력을 기른다.
6. 폼새 경기규칙에 대해 이해하고 폼새 선수 지도 시 활용한다.

**교재 및 참고문헌**

태권도교본 / 오성출판사 / 국기원 / 2005

**성적평가방법**

정기평가(%)		수시시험(%)				과제물(%)				수업참여도(%)						기타 (그 밖에 평가요소) (%)	합계 (%)	
중간 고사	기말 고사	쪽지 시험	(돌발) 퀴즈	복습 시험	기타	리포트	번역	팀 과제	기타	출석	토론 (방)	질문 (방)	탐구 활동	의견 (방)	학습 계획 서	기타		
30	30					10			10	20								100

**주차별 강의(실습·실기·실험) 내용**

주차	차시	강의(실습·실기·실험) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
1	1	1. 강의주제 - 폼새(Poomsae) 2. 강의목표 - 태극(Taegeuk) 3. 강의 세부내용 - 태극의 형의와 유래에 대해 알아본다. 4. 강의방법 - 이론(주교재 ppt활용)	6. 폼새(Poomsae) 1) 태극 폼새 설명 p301~303	- 전자교탁, 빔프로젝트
	2	1. 강의주제 - 폼새(Poomsae) 2. 강의목표 - 태극(Taegeuk) 3. 강의 세부내용 - 태극 폼새의 뜻을 통해 태권도의 기본사상을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론(주교재 ppt활용)	6. 폼새(Poomsae) 1) 태극 폼새 설명 p303	- 전자교탁, 빔프로젝트
	3	1. 강의주제 - 폼새(Poomsae) 2. 강의목표 - 폼새의 정의 3. 강의 세부내용 - 폼새의 유래와 정의 및 의의에 대해 알아본다. 4. 강의방법 - 이론(주교재 ppt활용)	6. 폼새(Poomsae) 2) 폼새개론 p304~305	- 전자교탁, 빔프로젝트
	4	1. 강의주제 - 폼새(Poomsae)	6. 폼새(Poomsae) 2) 폼새개론	- 전자교탁, 빔프로젝트

		2. 강의목표 - 품새의 유형 3. 강의 세부내용 - 품새의 유형별 차이점을 파악하고, 각각의 표현 방법을 익힌다. 4. 강의방법 - 이론(주교재 ppt활용)	p306~308	
	5	1. 강의주제 - 품새(Poomsae) 2. 강의목표 - 품새의 유형 3. 강의 세부내용 - 품새의 유형별 차이점을 파악하고, 각각의 표현 방법을 익힌다. 4. 강의방법 - 이론(주교재 ppt활용)	6. 품새(Poomsae) 2) 품새개론 p305	- 전자교탁, 빔프로젝트
2	1	1. 강의주제 - 태권도 기본동작 2. 강의목표 - 태권도 신체의 사용 부위 3. 강의 세부내용 - 공격 목표 부위와 사용 부위를 파악하여, 연습을 통해 목표점을 정확하게 공격할 수 있도록 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	5. 태권도의 기본동작 1) 태권도 신체의 사용부위 p139~170	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - 태권도 기본동작 2. 강의목표 - 태권도 신체의 사용 부위 3. 강의 세부내용 - 방어 사용 부위를 파악하고, 연습을 통해 정확하고 안전하게 막아낼 수 있도록 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	5. 태권도의 기본동작 1) 태권도 신체의 사용부위 p139~170	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - 태권도 기본동작 2. 강의목표 - 태권도의 기본 3. 강의 세부내용 - 태권도의 독립된 기술 동작의 정확한 자세를 알아보고, 기술의 복합을 통해 응용 동작을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	5. 태권도의 기본동작 2) 태권도의 기본 p171~287	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	1. 강의주제 - 태권도 기본동작 2. 강의목표 - 기본동작 3. 강의 세부내용 - 태권도 기본동작 14가지 자세를 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	5. 태권도의 기본동작 3) 기본동작 p288~299	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용

	5	1. 강의주제 - 태권도 기본동작 2. 강의목표 - 기본동작 3. 강의 세부내용 - 태권도 기본동작 수련 시 주의해야 할 점을 인지하고, 반복연습을 통해 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	5. 태권도의 기본동작 3) 기본동작 p288~299	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
3	1	1. 강의주제 - 태권도의 지도 2. 강의목표 - 태권도 지도 3. 강의 세부내용 - 교육적인 측면에서 태권도 지도가 갖추어야 할 기본적인 의미와 요소들을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	4. 태권도의 지도 1) 개요 p85~86	- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - 태권도의 지도 2. 강의목표 - 태권도 지도의 목적과 목표 3. 강의 세부내용 - 태권도의 수련목적과 지도목적을 구별하고 대상자에 따른 실현 가능한 항목을 설정해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	4. 태권도의 지도 1) 개요 p87	- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - 태권도의 지도 2. 강의목표 - 태권도 지도원리 3. 강의 세부내용 - 의식성, 자발성, 개인차, 성차, 사회화, 전면성, 연속성, 흥미, 창조성, 평가의 원리를 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	4. 태권도의 지도 2) 태권도 지도원리 p88~92	- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	1. 강의주제 - 태권도의 지도 2. 강의목표 - 태권도 지도방법 3. 강의 세부내용 - 발육발달 단계별 특징을 파악하고, 대상자에 따른 태권도 지도 요점을 파악하여 실전에 적용해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)	3. 태권도 지도의 구성요소 p93~101	- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	5	* 쪽지시험	-	- 쪽지시험 · 기본동작 (서기·막기·차기)의 채점기준
4	1	1. 강의주제	6. 품새(Poomsae)	- 부교재

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 1~2장</li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1~2장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1장의 사전적 의미와 태극 1장의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>1) 태극 1장</p> <p>p313~324</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 1~2장</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1~2장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 1장을 반복 연습한다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>1) 태극 1장</p> <p>p313~324</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 1~2장</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1~2장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 2장의 사전적 의미와 태극 2장의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>2) 태극 2장</p> <p>p325~336</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 1~2장</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1~2장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 2장을 반복 연습한다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>2) 태극 2장</p> <p>p325~336</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 1~2장</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 1~2장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 대상자에 따른 태극 1~2장 지도방법을 연구해본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>1) 태극 1장 2) 태극 2장</p> <p>p313~336</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
5	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 3~4장</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 3~4장의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 3장의 사전적 의미와 태극 3장의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>3) 태극 3장</p> <p>p337~352</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>

		실습물품 활용)		
	2	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 3~4장 2. 강의목표 - 태극 3~4장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 3장을 반복 연습한다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 3) 태극 3장 p337~352	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 3~4장 2. 강의목표 - 태극 3~4장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 태극 4장의 사전적 의미와 태극 4장의 구성 동작을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 4) 태극 4장 p353~368	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 3~4장 2. 강의목표 - 태극 3~4장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 4장을 반복 연습한다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 4) 태극 4장 p353~368	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	5	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 3~4장 2. 강의목표 - 태극 3~4장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 대상자에 따른 태극 3~4장 지도방법을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용) * 정기와제물 부여	6. 품새(Poomsae) 3) 태극 3장 4) 태극 4장 p337~368	- 정기와제물 · 유급자 품새 지도계획서 작성 - 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
6	1	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 5~6장 2. 강의목표 - 태극 5~6장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 태극 5장의 사전적 의미와 태극 5장의 구성 동작을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 5) 태극 5장 p369~386	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 5~6장 2. 강의목표 - 태극 5~6장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을	6. 품새(Poomsae) 5) 태극 5장 p369~386	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드

		<p>인지하며 태극 5장을 반복 연습한다.</p> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>		<p>미트, 거울 활용</p>
	3	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 5~6장</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 5~6장의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 6장의 사전적 의미와 태극 6장의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>6) 태극 6장</p> <p>p387~400</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	4	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 5~6장</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 5~6장의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 6장을 반복 연습한다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>6) 태극 6장</p> <p>p387~400</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	5	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 5~6장</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 5~6장의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 대상자에 따른 태극 5~6장 지도방법을 연구해본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>5) 태극 5장 6) 태극 6장</p> <p>p369~400</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
7	1	중간고사	-	-
	2	중간고사	-	-
	3	중간고사	-	-
		중간고사	-	-
		중간고사	-	-
8	1	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 7~8장</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 7~8장의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 7~8장의 사전적 의미와 태극 7~8장의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>7) 태극 7장 8) 태극 8장</p> <p>p401~435</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	2	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유급자 품새) 태극 7~8장</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태극 7~8장의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태극 7~8장을 반복 연습한다.</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae)</p> <p>7) 태극 7장 8) 태극 8장</p> <p>p401~435</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>

		4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)		
	3	1. 강의주제 - (유급자 품새) 태극 7~8장 2. 강의목표 - 태극 7~8장의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 대상자에 따른 태극 7~8장 지도방법을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 7) 태극 7장 8) 태극 8장  p401~435	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	* 정기과제물 제출 및 발표	-	- 전자교탁, 빔프로젝트
	5	* 정기과제물 제출 및 발표	-	- 전자교탁, 빔프로젝트
9	1	1. 강의주제 - (유급자 품새) 고려 2. 강의목표 - 고려 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 고려 품새의 사전적 의미와 고려 품새의 구성 동작을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 9) 고려  p436~459	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - (유급자 품새) 고려 2. 강의목표 - 고려 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 고려 품새를 반복 연습한다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 9) 고려  p436~459	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - (유급자 품새) 고려 2. 강의목표 - 고려 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 대상자에 따른 고려 품새 지도방법과 응용 동작을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 9) 고려  p436~459	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	* 정기과제물 제출 및 발표	-	- 전자교탁, 빔프로젝트
	5	* 정기과제물 제출 및 발표	-	- 전자교탁, 빔프로젝트
10	1	1. 강의주제 - (유급자 품새) 금강 2. 강의목표 - 금강 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 금강 품새의 사전적 의미와 금강 품새의 구성 동작을 알아본다. 4. 강의방법	6. 품새(Poomsae) 10) 금강  p460~473	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용

		- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)		
	2	1. 강의주제 - (유단자 품새) 금강 2. 강의목표 - 금강 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 금강 품새를 반복 연습한다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 10) 금강 p460~473	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - (유단자 품새) 금강 2. 강의목표 - 금강 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 대상자에 따른 금강 품새 지도방법을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 10) 금강 p460~473	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	1. 강의주제 - (유단자 품새) 금강 2. 강의목표 - 금강 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 금강 품새의 동작을 통해 응용 동작을 연구해본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 10) 금강 p460~473	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	5	* 쪽지시험	-	- 쪽지시험 · 태극품새의 품새선에 대하여 설명
11	1	1. 강의주제 - (유단자 품새) 태백 2. 강의목표 - 태백 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 태백 품새의 사전적 의미와 태백 품새의 구성 동작을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 11) 태백 p474~492	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - (유단자 품새) 태백 2. 강의목표 - 태백 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 태백 품새를 반복 연습한다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	6. 품새(Poomsae) 11) 태백 p474~492	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 거울 활용
	3	1. 강의주제 - (유단자 품새) 태백 2. 강의목표	6. 품새(Poomsae) 11) 태백	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 태백 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 대상자에 따른 태백 품새 지도방법을 연구해본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	p474~492	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
	4	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 태백</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [ 태백 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태백 품새의 동작을 통해 응용 동작을 연구해본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 11) 태백</p> <p>p474~492</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
	5	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 태백</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 태백 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 응용한 동작을 2인 1조로 하여 연습해 본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 11) 태백</p> <p>p474~492</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
12	1	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 평원</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 사전적 의미와 평원 품새의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 12) 평원</p> <p>p493~504</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
	2	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 평원</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 평원 품새를 반복 연습한다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 12) 평원</p> <p>p493~504</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
	3	<p>1. 강의주제</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 평원</li> </ul> <p>2. 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [ 평원 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> <p>3. 강의 세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 대상자에 따른 평원 품새 지도방법을 연구해본다.</li> </ul> <p>4. 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 12) 평원</p> <p>p493~504</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> <p>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</p>
	4	<p>1. 강의주제</p>	<p>6. 품새(Poomsae)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 평원</li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 동작을 통해 응용 동작을 연구해본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p style="text-align: center;">12) 평원</p> <p>p493~504</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 평원</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 평원 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 응용한 동작을 2인 1조로 하여 연습해 본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 12) 평원</p> <p>p493~504</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
13	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 십진</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 사전적 의미와 십진 품새의 구성 동작을 알아본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 13) 십진</p> <p>p505~524</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 십진</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 품새 수련 시 유의사항과 정확한 동작을 인지하며 십진 품새를 반복 연습한다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 13) 십진</p> <p>p505~524</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 십진</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 대상자에 따른 십진 품새 지도방법을 연구해본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)</li> </ul> </li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 13) 십진</p> <p>p505~524</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 강의주제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- (유단자 품새) 십진</li> </ul> </li> <li>2. 강의목표 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 이해와 지도요령</li> </ul> </li> <li>3. 강의 세부내용 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 십진 품새의 동작을 통해 응용동작을 연구해본다.</li> </ul> </li> <li>4. 강의방법</li> </ul>	<p>6. 품새(Poomsae) 13) 십진</p> <p>p505~524</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 부교재 <ul style="list-style-type: none"> <li>· 품새 경기규칙 (대한태권도 협회)</li> <li>· 태권도 품새풀이 (주)애니빅</li> </ul> </li> <li>- 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용</li> </ul>

		- 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)		
	5	1. 강의주제 - (유단자 품새) 심진 2. 강의목표 - 심진 품새의 이해와 지도요령 3. 강의 세부내용 - 응용한 동작을 2인 1조로 하여 연습해 본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용) * 정기과제물 부여	6. 품새(Poomsae) 13) 심진 p505~524	- 정기과제물 부여 · 유품자 품새 지도계획서 작성  - 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) · 태권도 품새풀이 (주)애니빅 - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
14	1	1. 강의주제 - 품새 경기규칙 2. 강의목표 - 품새 경기 채점 기술 지침 3. 강의 세부내용 - 공인 품새 경기의 채점 기준 평가항목과 항목별 세부 기준 항목을 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	- 주교재 대신 부교재 활용	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	2	1. 강의주제 - 품새 경기규칙 2. 강의목표 - 품새별 채점 기술 지침 3. 강의 세부내용 - 유급자 품새의 과정 및 기준점에 대해 알아보고 주요 감점 사항을 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	- 주교재 대신 부교재 활용	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	3	1. 강의주제 - 품새 경기규칙 2. 강의목표 - 품새별 채점 기술 지침 3. 강의 세부내용 - 유단자 품새의 과정 및 기준점에 대해 알아보고 주요 감점사항을 익힌다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	- 주교재 대신 부교재 활용	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	4	1. 강의주제 - 품새 경기규칙 2. 강의목표 - 품새 경기장 3. 강의 세부내용 - 품새 경기장 규격에 대해 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용)	- 주교재 대신 부교재 활용	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드 미트, 거울 활용
	5	1. 강의주제 - 품새 경기규칙 2. 강의목표 - 선수 및 지도자의 기준	- 주교재 대신 부교재 활용	- 부교재 · 품새 경기규칙 (대한태권도 협회) - 실습 : 손 미트, 셀드

		3. 강의 세부내용 - 선수와 지도자의 자격과 의무에 대해 알아본다. 4. 강의방법 - 이론 및 실습 (주교재, 부교재 및 실습물품 활용) * 정기과제물 제출 및 발표		미트, 거울 활용
15	1	기말고사	-	-
	2	기말고사	-	-
	3	기말고사	-	-
	4	기말고사	-	-
	5	기말고사	-	-