

## 청하초등학교 방과 후 축구 지도계획

□ 지도교사 : 김제시체육회 생활체육지도자 박가람

□ 지도기간 : 2017년 3월 ~ 12월

□ 지도장소 : 청하초등학교 운동장(우천시 체육관)

□ 지도시간 : 14:50~16:20

□ 지도대상 : 청하초등학교 3 ~ 6학년

□ 참여인원 : 19명(3,4학년 - 11명, 5,6학년 - 8명)

### □ 지도목표

축구를 통해 건강한 생활에 필수적인 운동의 효과를 이해하고, 운동의 생활화를 통해 심신의 건강을 증진하고 관리할 수 있는 능력을 함양한다.

1. 학생들의 희망에 의한 자발적인 참여와 성취욕을 극대화하여 학생들의 소질, 적성 계발 및 취미 그리고 특기 신장에 기여한다.
2. 축구가 건강에 미치는 효과를 이해하고, 건강을 지속적으로 관리하기 위해 운동을 생활화 한다.
3. 다양한 스포츠 활동을 체험함으로써 인성 및 공동체의식을 함양한다.

### □ 지도상 유의점

1. 교사는 학생들이 무엇을 하고 있는지 항상 알고 있다는 사실을 학생들에게 인식시켜주고 이 과제에 흥미를 가지고 몰두할 수 있도록 진행한다.
2. 교사는 교수학습의 전 과정에서 학생들의 성취도와 발달수준에 적합한 발문과 구체적이고 긍정적인 피드백을 효과적으로 사용해야 한다.
3. 학생들의 적절한 행동을 칭찬하고 인정하여 긍정적인 수업분위기를 조성하고, 학생들의 자발적인참여를 유도하여 동아리 활동에 대한 긍정적인 태도를 기르도록 지도한다.
4. 즐겁고 효과적인 수업진행을 위해 학년 초에 수업에 대한 규칙을 정하여 부적절한 학생 행동을 예방하기 위한 방안을 제시해 준다.
5. 시설 및 용구, 학습 보조 도구 등은 교수 학습을 계획할 때 미리 준비하도록 하고, 부족한 용구나 학습매체는 대체물을 이용하거나 기타 주변 환경을 활용하도록 한다.

# 방과후 ( 축구 ) 교육활동 연간 지도계획서(1)

< 지도 구성요소 : 시범능력, 동기부여, 관찰력, 대화소통 >

분기	단원	주	주제	기초기술 습득 및 활용
1 분기	볼 필링	1	셔틀 솔 터치	• 다양한 볼 터치 방법을 통해 몸의 균형과 감각을 느끼고 이해하여 보자
	드리블	2	자세	• 워킹 & 런 드리블 : 자세와 터치방법의 이해를 돕기 위해 천천히 또는 일정 속도를 내면서 익혀보자
	슛	3	자세	• 밸런스(팔 동작), 디딤 발, 팔로스로우(백스윙), 임팩트, 팔로스로우(피니쉬) 단계로 동작을 익히며 이해해 보자 • 습득한 동작을 정확하게 활용하여 볼을 맞춰 슛으로 연결해 보자
		4	그라운드 슛	• 횡 또는 정면의 그라운드 볼을 정확한 스텝경로를 선택하고 습득한 자세로 슛을 해보자
	패스	5	자세	• 밸런스(팔 동작), 디딤 발, 팔로스로우(백스윙), 임팩트, 팔로스로우(피니쉬) 단계로 동작을 익히고 정지된 볼을 이용하여 자세와 볼의 정확성, 강약조절을 함께 습득해 보자
		6	스탠딩	• 원 터치 패스 : 한 번의 볼을 정지(발바닥, 인사이드) 시킨 후 앞에 있는 동료에게 패스하면서 자세와 볼의 정확성, 강약조절 등을 습득해 보자
	드리블	7	직선	• 방향 선택의 변화가 없는 이동 방법으로, 몸의 밸런스, 이동 스텝, 볼 감각 등을 각각의 드리블 방법(Inside, Out side)을 활용하며 익히고 이해하여 보자
		8	곡선	• 방향 변화에 따른 유형에 맞춰 몸의 균형과 이동방법(스텝, 보 터치요령)의 차이를 깨달으며 익혀보자
		9	지그재그	• 지그재그 형태의 통과 지점을 제시하여 방향조절(거리, 속도)의 방법을 익히고 이해하여 보자
	패스	10	노터치	• 잡지 않고 한 번에 패스를 하면서 정확한 자세, 볼의 정확성, 강약조절을 습득해 보자
	슛	11	패스 & 슛	• 리턴 패스에 따른 접근 방법을 이해하여 시간과 공간에 대한 이해를 얻고, 더불어 멋진 골을 넣어보자
		12	드리블 & 슛	• 드리블을 이용한 슛을 연결 하면서 정확한 자세와 방법 찾아내고 익혀, 멋지게 골을 넣어 보자
2 분기	드리블	1	판단	• 예측할 수 없는 상황의 공간에서 시야와 거리 판단능력을 키우는 방법을 익혀보자
		2	스톱 (속도변화)	• 상대의 움직임을 이용하는 속도 변화 기능을 익혀, 볼의 소유능력을 향상시켜보자 (인사이드, 아웃사이드)
	테크닉	3	스텝 페이크	• 정면으로 대치하여 돌파해야 하는 상황에서 기술을 활용해 보고, 낮은 자세와 거리, 방향 선택, 속도의 변화 등이 왜 중요한지를 깨우치고 이해하여 보자
		4	스텝오버	• 낮은 자세, 거리와 방향선택, 속도의 변화를 인식한 스텝 이용(인사이드)의 속임 동작을 통해 상대의 중심을 무너뜨려 상대의 압박 지역으로부터 벗어나 보자
	리시빙	5	퍼스트 터치	• 제 2의 동작으로 연결될 수 있도록 효과적으로 볼을 멈춰 세워보자(솔 터치)
		6	터치	• 제 2의 동작으로 연결될 수 있도록 효과적으로 볼을 멈춰 세워보자(인, 아웃 터치)
	패스	7	로테이션	• 수시로 변화된 공간에서 패스를 하면서 정확성, 타이밍, 강약조절 능력의 기능을 습득하여 패스의 질을 높여보자(원터치, 노터치)
		8	런닝	• 일정한 속도로 이동하면서 공간에 대한 이해와 타이밍(시간)의 개념을 이해하고 패스에 질을 높여보자(원터치, 노터치)
	슛	9	볼 컨트롤 슛 (퍼스트 터치)	• 퍼스트 터치 후 간결한 동작으로 한 템포 빠른 슛으로 골을 넣어 볼 터치의 중요성을 인식하고 슛의 정확도와 강도를 키워보자(인사이드)
		10	스킵 슛 (아웃사이드 터치)	• 퍼스트 터치 후 간결한 동작으로 한 템포 빠른 슛으로 골을 넣어 볼 터치의 중요성을 인식하고 슛의 정확도와 강도를 키워보자(아웃사이드)
	킥	11	슛 킥	• 밀집 지역에서도 동료에게 볼을 연결할 수 있는 기술을 익혀보고 화용하여 보자
	실전	12	포지션 (역할)	• 역할에 대한 이해와 적절한 수행을 하여, 팀이 강해지도록 협력하면서 열심히 뛰어보자

## 방과후 ( 축구 ) 교육활동 연간 지도계획서(2)

< 지도 구성요소 : 시범능력, 동기부여, 관찰력, 대화소통 >

분기	단원	주	주제	기초기술 습득 및 활용
3 분기	드리블	1	축 (방향)	• 방향 선택을 위한 조절 방법을 익혀, 다양한 판단능력과 간수능력을 키우자
	테크닉	2	스텝오버 페이크	• 낮은 자세, 거리와 방향선택, 속도의 변화를 인식한 스텝 이용(아웃사이드)의 속임 동작을 통해 상대의 중심을 무너뜨려 상대의 압박 지역으로부터 벗어나 보자
	스킬	3	1 VS 1 게임	• 다양한 테크닉을 활용하여 한 곳에 정해진 구역을 통과하는 게임으로, 공격과 수비 방어 법의 상황대처 능력을 키워보자
		4	1 VS 1 게임	• 다양한 테크닉을 활용하여 두 곳에 정해진 구역을 선택하여 통과하는 게임으로 공격과 수비 방어 법의 상황대처 능력을 키워보자
	트래핑	5	인사이드 (에어볼)	• 공중으로 날아오는 볼에 대해 연결동작이 될 수 있도록 효과적으로 볼을 멈춰 세워보자
		6	아웃사이드 (에어볼)	• 공중으로 날아오는 볼에 대해 연결동작이 될 수 있도록 효과적으로 볼을 멈춰 세워보자
	슛	7	크로스	• 각이 좁은 각도에서 유효한 방향 선택과 정확성을 길러 실전에서의 활용도를 키워보자
		8	턴닝	• 각이 없는 각도에서 신체 움직임을 이용하여 유효한 방향 선택과 정확성을 길러 실전에서의 활용도를 키워보자
	패스	9	월	• 상황 분석과 빠른 판단으로 상대 앞 동료를 이용하여 수비라인을 공략해 뚫으로서 공간과 시간의 적절한 활용 방법을 이해해 보자
		10	스루	• 상황 분석과 빠른 판단으로 상대 수비라인 뒤 쪽을 활용하는 방법으로 공간과 시간의 활용 방법을 이해해 보자
	콤비네이션	11	측면 침투	• 아이컨택(시선), 소통(목소리), 움직임(공간), 타이밍(시간) 등을 적절하게 활용하여 3인 이상이 고르게 볼을 터치하여 골을 넣어보자
	실전	12	리그전	• 운영 방식을 이해하고 유리한 경기 순서와 포지션을 스스로가 구성하여 각자의 팀을 이끌어 보자
4 분기	드리블	1	컷	• 활용(진로) 공간이 불리경우 민첩한 방향의 변화를 선택하여 새로운 활용 공간을 찾는 드리블을 익혀 볼 키펙력을 키워보자(인사이드)
		2		• 활용(진로) 공간이 불리경우 민첩한 방향의 변화를 선택하여 새로운 활용 공간을 찾는 드리블을 익혀 볼 키펙력을 키워보자(아웃사이드)
	테크닉	3	드래그	• 방향전환 혹은, 좁은 공간에서의 밀착 수비수에게 벗어나는 기술로서 민첩함과 볼에 대한 감각을 키워, 공간 압박에 대한 두려움을 없애고 개인 전술을 극대화 시키자(V자 한발)
		4		• 방향전환 혹은, 좁은 공간에서의 밀착 수비수에게 벗어나는 기술로서 민첩함과 볼에 대한 감각을 키워, 공간 압박에 대한 두려움을 없애고 개인 전술을 극대화 시키자(V자 양발)
	스킬	5	1 VS 1 돌파 & 슛	• 골대를 향한 정해진 구역 내에서 상대를 빨리 따돌린 후 골을 넣어보자
	트래핑	6	무릎, 가슴 (에어볼)	• 공중으로 날아오는 볼에 대해 연결동작이 될 수 있도록 효과적으로 볼을 멈춰 세워보자
	콤비네이션	7	중앙 침투	• 아이컨택(시선), 소통(목소리), 움직임(공간), 타이밍(시간) 등을 적절하게 활용하여 3인 이상이 고르게 볼을 터치하여 골을 넣어보자
	슛	8	트래핑 슛	• 간결한 몸동작과 볼 터치로 강하고 정확한 슛을 연결해 보자