

방과후학교 프로그램 연간 운영 계획서

한국게임과학고등학교

□ 운영 개요

프로그램	방과후학교(이스포츠)
시 간	(월~수)요일, 야간(18:50~21:40)
장 소	2층.4층 이스포츠실
대 상	1~3학년
강 사	0은0

□ 연간 계획

월	주	활동 내용	비고
3	3	팀 나누기 및 팀 코칭	
	4	멘탈코칭 이론	
4	1	멘탈코칭 및 체력훈련 방법	
	2	팀 구성 방법	
	3	팀 적응 방법	
	4	대회출전 방법	
	5	개인 관리 방법 (무엇이 나를 힘들게 하는가?)p19	스포츠 멘탈코칭
5	1	이스포츠 소양 교육 (나를 살린 EFT)	스포츠 멘탈코칭
	2	스포츠 심리학	
	3	게임 심리학 (문화 환경에대한 이해)p154	코칭심리학
	4	에이전시에 역할	
	5	5:5 실전 관전 자세	

6	1	이스포츠 윤리지도	
	2	부상, 통증, 재활 및 이와 관련된 스트레스해소 방법 (부상, 통증, 재활 및 이와 관련된 스트레스)p45	스포츠 멘탈코칭
	3	컨디션 난조 증상과 스포츠 트라우마 극복 방법 (각종 컨디션난조 증상과 스포츠타우마와 기타심리적 문제)	
	4	부상과 통증 탈출 방법	
7	1	컨디션 난조 현상 극복 방법 (EFT란)무엇인가? Emotionai Freedom Techniques 감정을 풀어주는 기법	
	2	경기전 심리적 문제 해결 방법	
	3	경기후 심리적 문제 해결 방법	
8	3	이스포츠 산업 발전 방향(우리나라 및 세계 이스포츠시장 분석)p171	코칭심리
	4	프로게이머의 이해	
9	1	코칭 심리학	
	2	코칭 심리학	
	3	코칭 심리학	
	4	체력 훈련 방법	
10	1	코칭 심리학	
	2	코칭 심리학	
	3	경기관전 팀코칭	
	4	경기관전 팀코칭	
	5	경기관전 팀코칭	
11	1	경기관전 팀코칭	
	2	경기관전팀코칭	
	3	경기관전 팀코칭	
	4	경기관전 팀코칭	
12	1	경기관전 팀코칭	
	2	경기관전 팀코칭	
	3	경기관전 팀코칭	
	4	경기관전 팀코칭	
1	2	경기관전 팀코칭	
	3	경기관전 팀코칭	
	4	코칭심리학	
2	1	5:5 실전 실습, 자가 분석 및 피드백 수업	