

## 성장체육 방과 후

- 다양한 종목을 활용하여 계절에 관계없이 누구나 즐길 수 있는 실내.외 스포츠로 구성 한다
- 경기 진행을 때로는 빠르게 때로는 느리게 하여 아이들에게 정확하고 빠른 판단력을 기를 수 있다.
- 코트에서 빠르게 움직여야 하므로 강인한 체력을 키울 수 있다
- 페어플레이를 해야 하며, 동료와 팀워크를 중요하게 생각 한다.
- 직접 참여하는 것은 물론이고 보는 것도 즐길 수 있도록 한다.
- 키즈런 달리기, 던지기, 차기, 치기 등의 기초적이 운동 기능을 활용을 통해 민첩성, 지구력, 순발력, 순간적인 판단력 등을 기를 수 있다.
- 협동심, 책임 및 희생정신을 기를 수 있으며 , 경기 규칙을 준수하는 가운데 준법 정신을 기를 수 있다.
- 몸을 자주 움직이고 규칙적으로 꾸준하게 운동을 하면 튼튼한 체력을 기를 수 있다.
- 운동을 하면서 어려움이 생기더라도 끈기를 가지고 꾸준하게 실천할 수 있다.
- 나의 체력 수준에 적합한 운동 계획을 세울수 있고, 체력 증진을 위한 실천 의지를 가질 수 있다