

## 방과후학교프로그램지도계획(안)

프로그램명		축구	지도교사	백준영
대상		( 1 ~ 6 )학년	지도시수	146차시 예정
지도기간		2024년 3 월 4 일 - 2025년 2 월 28일		
지도목표		- 아이들의 축구실력향상 및 체육활동		
차시별 지도 계획				
월	주	주 제	학습 내용	비 고
3	1	공 감각 익히기	아이들의 공과 친해지기 및 인사이드 아웃사이드 등 컨트롤로 감각 익히기	
	2	이동하며 공 컨트롤 하기	제자리에서 공감각을 익힌뒤 이동하면서 공 컨트롤을 연습하기	
	3	다양한 개인기 배우기	제 자리에서 다양한 개인기를 배운다	
	4	이동하며 개인기 사용해보기	배운 개인기를 실전처럼 돌아다니며 개인기를 사용한 다	
	5	넓은 공간에서 장애물을 통과하며 드리블하기	자유롭게 넓은 공간에서 돌아다니며 배운 개인기를 이 용해 장애물을 피해 다닌다	
4	1	좁은 공간에서 드리블하기	넓은 공간보다 좁은 공간을 드리블로 통과해보기	
	2	인사이드 패스 연습	친구와 마주 보고 패스를 주고받으며 패스 연습	
	3	움직이는 친구에게 패스해보기	가만히 서 있는 친구가 아닌 움직이는 친구에게 패스 해보기	
	4	2대1 패스 연습	2명이 짝을 맞춰 수비수 1명을 상대로 패스로 통과해 보기	
5	1	슈팅 연습	빈 골대에 발등 슈팅 연습	
	2	골대 속 장애물을 피해 슈팅하는 연습	빈 골대가 아닌 골대 속에 장애물을 세워 아이들이 장 애물을 피해 슈팅하는 연습	
	3	공을 바운드시켜 발등에 맞추는 연습	공을 높이 바운드시켜 떨어지는 공을 타이밍 맞게 발 등에 맞추는 연습	
	4	슈팅 게임	연습한 2대1 패스등 통한 수비수를 통과 후 슈팅하여 골까지 넣는 연습	
	5	시합을 통하여 아이들의 발전 확인하기	시합을 통하여 아이들의 그동안 수업을 통해 배운 내 용을 아이들이 잘 기억하고 있나 확인	

차시별 지도 계획				
월	주	주 제	학습 내용	비 고
6	1	다양한 색깔 마커콘을 이용하여 드리블중 앞을 보는연습	드리블 도중 선생님이 말하는 색깔 마커콘을 잡는 등 다양한 미션을 주어 앞을 보는 연습	
	2	빠른속도로 드리블하기	자유로운 드리블로 정해진 시간 안에 결승선 통과하기	
	3	장애물을 빠른속도로 드리블하기	장애물 사이를 빠른 속도로 드리블하여 통과하는 연습 하기	
	4	친구와1대1 드리블 하기	친구를 수비수라고 생각하고 그 앞에서 빠른 드리블로 피해가는 연습	
7	1	실전에서 사용가능한 개인기 배우기	시저스 팬텀 마르세유턴등 실전에서 사용한 개인기 배우기	
	2	장애물 앞에서 실전에서 사용 가능한 개인기 연습	장애물을 수비수라고 생각한 후 그 앞에서 개인기 사용하기	
	3	빠른 속도로 움직이며 개인기 사용해보기	장애물을 거리 두고 드리블 후 배운 실전에서 사용 가능한 개인기 사용해보기	
	4	1대1 드리블 중 수비수 앞에 개인기 연습	수비수 앞에서 개인기를 사용하여 수비수를 피해가기	
8	1	가까운 거리 인사이드 패스로 장애물 쓰러트리기	제자리 인사이드 패스로 모여있는 콘을 쓰러트리는 게임 진행	
	2	드리블후 인사이드 패스하여 장애물 쓰러트리기	출발 신호와 함께 제자리에 서서 하는 패스가 아닌 드리블 후 장애물을 통과한 뒤 인사이드 패스로 콘을 쓰러트리기	
	3	2대1 패스후 장애물 쓰러 트리기	친구와 팀을 맺어 패스를 주고받아 장애물을 쓰러트리며 협동심 기르기	
	4	4대4 미니게임을하여 패스를 통한 게임 진행	팀을 나눠 4대4 미니 게임 등을 진행하여 상대방 진영에 있는 콘등을 쓰러트리는 게임 진행하기	
9	1	정확한 슈팅연습	큰 골대 속 풋살 골대를 구석에 놓고 풋살 골대에 골을 넣는 연습	
	2	코디네이션 훈련	사이드스텝등 달리기등 축구에 도움 되는 스텝 배우기	
	3	코디네이션을 이용한 달리기	사이드스텝 후 빠르게 달려가 목표지점을 돌아오는등 코디네이션을 이용한 게임	
	4	팀게임으로 협동심 기르기	팀을 만들어 협동심을 기르기 위해 다양한 게임 등을 함	
10	1	롱패스 배우기	멀리 있는 같은 팀 친구에서 패스해보기	
	2	리프팅 배우기	양발 발등으로 공을 떨어트리지 않고 튀기기	
	3	트래핑 배우기	신체 다양한 부위로 공을 받아보기	
	4	트래핑으로 게임하기	높게 뜬공을 트래핑으로 받아 정해진 공간 안에 떨어트리기	

차시별 지도 계획				
월	주	주 제	학습 내용	비 고
11	1	패스 게임 하기	술래를 정하고 술래에게 뺏기지 않고 정해진 횟수 패스 성공해보기	
	2	스로인 배우기	정확한 스로인 방법 등 규칙 배우기	
	3	시합하며 축구 규칙 배우기	시합하며 정확한 규칙 전달하기	
	4	배운 것들 시합하며 응용해보기	다양한 상황으로 아이들이 그동안 배운 기술 등을 사용할 수 있게 도움 주기	
12	1	피구 공 등 다양한 공으로 축구 해보기	축구공 말고도 다른 공들에 대한 감각 익히기	
	2	색깔별 마커콘 빨리 줍기	제자리에서 선생님이 시키는 동작을 빨리 수행 후 선생님이 말하는 마커콘 빨리 줍기	
	3	드리블로 이어달리기	드리블로 장애물 통과 후 반환점을 빨리 돌아온 뒤 앞 친구가 들어오면 다음 사람 바로 출발 먼저 다 끝난 팀이 승리	
	4	공을 가지고 빙고 게임 해보기	제자리에서 공을 터치 후 빙고 게임 진행	
1	1	패스 게임 하기	술래를 정하고 술래에게 뺏기지 않고 정해진 횟수 패스 성공해보기	
	2	스로인 배우기	정확한 스로인 방법 등 규칙 배우기	
	3	시합하며 축구 규칙 배우기	시합하며 정확한 규칙 전달하기	
	4	배운것들 시합하며 응용해보기	다양한 상황으로 아이들이 그동안 배운 기술 등을 사용할 수 있게 도움 주기	
2	1	축구 말고 다른 구기 종목 해보기	피구 농구 등 축구공 아닌 다른 공으로 하는 구기 종목 해보기	
	2	팀을 나눠 5대5 풋살 해보기	축구 골대보다 더 작은 골대로 풋살 해보기	
	3	적팀 공 뺏어오기	정해진 원안에 있는 상대방의 공을 손으로 상대 팀보다 더 많이 챙겨서 우리 팀 골대 안에 넣기	
	4	축구장을 반으로 나눠 시합하기	하프라인 기준 축구장을 반으로 나눠서 시합하기	