



## ( 10)월 (스포츠 ) 프로그램 교육계획안

| 학교명  | 삼례중앙초                              | 구분  | 방과후 프로그램 |
|------|------------------------------------|-----|----------|
| 수업일시 | (수) 14:00~15:30<br>(금) 14:00~15:30 | 강사명 | 김상훈      |

| 차시 | 구분   | 일  | 10/4,6   | 요일 | 금   |
|----|------|--|----------|----|-----|
| 1  | 주제   | 중심이동 익히기   |          |    |     |
|    | 학습내용 | 드리블 동작을 통해 몸이 이동하는 느낌 배우기                        |          |    |     |
|    | 학습자료 |  |          |    |     |
| 차시 | 구분   | 일  | 10/11,13 | 요일 | 수,금 |
| 2  | 주제   | 드리블 연계동작   |          |    |     |
|    | 학습내용 | 중심이동을 활용한 드리블을 연속동작으로 사용                         |          |    |     |
|    | 학습자료 |  |          |    |     |
| 차시 | 구분   | 일  | 10/18,20 | 요일 | 수,금 |
| 3  | 주제   | 장애물에 대응하기  |          |    |     |
|    | 학습내용 | 장애물과 같은 구조물을 두고 선수가 순간적인 반응을 통해 중심이동을 활용하는 법 느끼기 |          |    |     |
|    | 학습자료 |  |          |    |     |
| 차시 | 구분   | 일  | 10/25,27 | 요일 | 수,금 |
| 4  | 주제   | 1v1  |          |    |     |
|    | 학습내용 | 다양한 각도와 상황에서 1v1을 통해 응용하기                        |          |    |     |
|    | 학습자료 |  |          |    |     |
| 차시 | 구분   | 일  |          | 요일 |     |
| 5  | 주제   |  |          |    |     |
|    | 학습내용 |  |          |    |     |
|    | 학습자료 |  |          |    |     |