



# 2024 ( 풋살 )프로그램 연간계획안

용봉초등학교

지도 대상	3~6학년	지도 강사	김상훈
지도 기간	2024년 3월 1일 ~ 2024년 12월31일, 매주 화,수요일(2:50~4:20)		
지도 목표	축구를 통해 신체 활동에 대한 흥미 및 도전정신 유발		
준비물	축구공, 마커, 빡스(조끼), 콘, 스텝레더		

지 도 계 획				
월	주	주제	지도 내용	비고
3	1	축구 게임에 대한 이해	다양한 상황의 미니게임 및 필드 경기	
	2	올바른 축구 신체 형성-드리블1	넓은 지역에서 기초적인 볼 터치를 통해 이동 및 이를 응용하는 미니게임	
	3	올바른 축구 신체 형성-드리블2	넓은 지역에서 인사이드,아웃사이드 드리블을 통해 이동 및 응용하는 드리블 게임	
	4	올바른 축구 신체 형성-드리블3	넓은 지역에서 기본적인 방향전환 동작을 통해 이동하며 방향 전환	
	5	올바른 축구 신체 형성-드리블4	바디페인팅 및 기초적인 페인팅 동작 학습을 통해 자세 교정 및 페인팅을 활용한 1vs1 게임	
4	1	볼 마스터리-좁은지역에서의 드리블1	기본적인 볼을 소유하는 드리블을 통해 좁은지역에서의 드리블을 하는 이유 학습	
	2	볼 마스터리 좁은지역에서의 드리블2	좁은지역에서 발바닥 드리블을 통해 볼의 강약 조절 및 섬세하고 올바른 터치 연습	
	3	볼 마스터리 좁은지역에서의 드리블3	좁은지역에서 인사이드/아웃사이드 드리블을 통해 볼의 강약 조절 및 섬세하고 올바른 터치 연습	
	4	볼 마스터리 좁은지역에서의 드리블4	발의 다양한 부분을 통해 볼을 섬세하게 터치하고 방향 전환 기술 학습	
	5	좁은공간에서 드리블-상황판단	좁은 지역에서 드리블을 응용할 수 있는 1vs1 및 다양한 경쟁게임	
5	1	축구 기본기-패스&퍼스트 터치	올바른 자세를 통한 인사이드 패스 및 퍼스트 터치 학습	
	2	축구 기본기-패스&퍼스트 터치2	퍼스트 터치를 통해 원하는 방향으로 이동컨트롤 및 패스로의 연계동작	
	3	축구 기본기-패스&퍼스트 터치3	하프턴 움직임을 통해 퍼스트 터치 시 자연스러운 몸의 움직임 유도 및 다양한 방향의 패스	
	4	축구 기본기-패스&퍼스트 터치4	발의 다양한 부분을 맞추어 퍼스트 터치 활용	
	5	패스게임-기초(상황판단)	게임형태의 연습을 통해 흥미를 유발하고 경기상황속에서 패스&컨트론틐에 대한 인지능력 학습 및 지도	
6	1	볼의 기본기 / 컨트롤-1	리프팅을 통한 발의 감각 향상, 인/아웃사이드를 활용해 뜬 공에 대한 패스를 통해 감각향상	
	2	볼의 기본기 / 컨트롤-2	인/아웃/무릎/가슴을 활용하여 뜬 공을 컨트롤 하고 땅볼로 패스	
	3	볼의 기본기 / 컨트롤-3	인/아웃/무릎/가슴을 활용하여 뜬 공을 컨트롤 하고 공중볼을 정확히 임팩트하여 패스	
	4	볼의 기본기 / 컨트롤-4	움직이는 상황속에서 볼을 컨트롤 하여 정확히 패스	
	5	공중볼 상황을 활용한 게임	공중볼 상황이 주어진 게임을 통해 학습했던 부분을 활용하고 인지 및 자세 지도	
7	1	볼의 기본기를 활용한 동작1	기초적인 헤딩 동작을 연습하여 이마를 활용하여 원하는 지역으로 패스	
	2	볼의 기본기를 활용한 동작2	공중볼 상황에서 기본기를 활용하여 원하는 지점에 공 전달	
	3	볼의 기본기를 활용한 동작(마무리)	몸의 모든 부분을 활용하여 볼을 컨트롤 하고 골대에 득점	
	4	볼의 기본기를 활용한 동작(슈팅)	발등을 활용한 슈팅 자세 연습 및 정확한 발등임팩트를 활용하여 골대에 득점	
	5	볼의 기본기를 활용한 동작(슈팅)	몸의 모든 부분을 활용하여 볼을 컨트롤 후 골대에 득점	

지도 계획				
월	주	주제	지도 내용	비고
8	1	팀과 플레이-기본	팀과 함께 공격상황을 플레이하여 흥미유도 및 팀과 플레이하는 것에 대한 이점 학습	
	2	팀과 플레이-패스&무브1	둘이 아닌 다수가 플레이에 참여하여 볼을 가진 상황에서 팀원을 찾고 이동	
	3	팀과 플레이-패스&무브2	볼을 주고 2차움직임을 통해 이동하며 볼을 받는 상황 학습 및 공격상황 지도	
	4	팀과 플레이-패스&무브3	2차움직임에 대한 지도 및 이를 통한 2vs1패스 움직임 학습하기	
	5	팀과 플레이-공격상황	공격상황에서 수적 우위상황을 제공하여 팀 플레이 유도 및 응용학습	
9	1	팀과 플레이-공을 받기위한 움직임 1	볼을 받기 위한 움직임을 연습하여 볼을 받는 상황에서 자연스러운 움직임 유도	
	2	팀과 플레이-공을 받기위한 움직임 2	볼을 받기 위한 움직임을 활용하여 볼을 받아팀원에게 전달	
	3	팀과 플레이-공을 받기위한 움직임 (이동컨트롤)	볼을 받기 위한 움직임을 활용하여 볼을 발의 다양한 부위를 사용하여 이동컨트롤	
	4	팀과 플레이-공을 받기위한 움직임 4	볼을 받기 위하여 움직인 후 1vs1 상황을 조성하여 도전의식 및 생각하는 플레이 지도	
	5	팀과 플레이-공을 받기위한 움직임 (패스게임)	점수를 얻는 지점을 다양하게 하여 볼을 주고 움직이며 의도를 가지고 움직이는 방법 지도	
10	1	공격상황에서 동작활용1	공격상황에서 기본적인 패스 및 공중볼을 원하는 슈팅방향으로의 컨트롤을 통해 마무리	
	2	공격상황에서 동작활용2	공격상황에서 이동컨트롤을 응용하여 슈팅으로 마무리	
	3	공격상황에서 동작활용3	공격상황에서 공을 받기 위한 기본적인 움직임 학습	
	4	공격상황에서 동작활용4	공격상황에서 오프사이드 룰에 대해 이해 후 공간으로 움직임 학습	
	5	공격상황에서 동작활용5	공격상황에서 패스&무브를 활용하여 팀원과 공격상황 수행 및 인지능력 학습 및 지도	
11	1	목적있는 드리블(돌파)	드리블 시 돌파를 위한 기술에 대해 학습	
	2	목적있는 드리블(돌파)2	돌파를 위한 드리블 시 주의할 점 인지 및 응용	
	3	목적있는 드리블(이동)	이동하기 위한 드리블의 목적 인지 및 기술 학습	
	4	목적있는 드리블(이동)	이동하기 위한 드리블의 주의할 점 인지 및 응용	
	5	드리블을 활용한 경쟁	이동과 소유, 돌파를 목적으로 가진 카테고리의 게임	
12	1	수비상황-기본	수비의 기본자세를 활용하여 수비상황 학습	
	2	수비상황-기본(커버)	인터셉트 및 커버의 개념을 학습	
	3	수비상황-기본(팀과함께 이동)	팀과 함께 라인을 이동하는 법을 배우며 오프사이드 및 커버에 대한 인지 및 학습지도	
	4	수비상황-기본(게임형태)	수적으로 유리한 상황에서 수비를 하는 법 학습	
	5	수비상황-기본(게임형태)	수적으로 불리한 상황에서 수비하는 법 학습	
1	1	팀과 함께 플레이	볼돌리기(론도)를 활용하여 팀과 플레이 시 기초 형태(간격 및 움직임) 학습	
	2	팀과 함께 플레이	볼돌리기(론도)를 활용하여 팀과 플레이 시 공수전환 학습	
	3	팀과 함께 플레이	볼돌리기(론도)를 활용하여 팀과 플레이 시 수비 형태 학습	
	4	팀과 함께 플레이	볼돌리기(론도)를 활용하여 경기상황 유도 및 공수전환 형태 학습	
	5	팀과 함께 플레이	볼돌리기(론도)를 활용하여 경기상황 유도 및 공수전환 형태 학습	

지 도 계 획				
월	주	주제	지도 내용	비고
2	1	공수전환	공격과 수비가 바뀌는 상황에 대해 인식하고 반응하는 연습 지도	
	2	공수전환1	수비상황에서 공격상황으로의 전환과정을 통해 빠른 역습상황에서 판단하기	
	3	공수전환2	공격에서 수비상황으로의 전환과정을 통해 빠른 역습상황에서 판단하기	
	4	공수전환게임	공격과 수비의 지속적인 전환을 다양한 규칙을 활용하여 유도하여 인지능력 향상 및 상황지도	
	5	필드 게임	좁은 필드의 게임을 활용하여 빠른 공수전환 유도	