

# 놀이스포츠부 프로그램 연간 운영 계획서

금마초등학교

| 월 | 주 | 차시 | 학습주제            | 지도내용   | 준비물       | 비고 |
|---|---|----|-----------------|--|-----------|----|
| 3 | 1 | 1  | 가랑이를 지켜라(공게임)   | 5~6명이 한팀이 되어 원을 만든 후 공이 다리사이로 빠져 나가지 않도록 손을 사용하여 공을 지켜낸다.                | 피구공       |    |
|   |   | 2  | 티볼게임            | 한 사람당 3번의 기회가 주어지며, 1,2,3점으로 점수를 쌓아 20점까지 티볼게임을 해본다                      | 티볼세트      |    |
|   | 2 | 1  | 테니스게임           | 두 팀으로 나눈 후 각 팀의 바스켓에 테니스 라켓을 이용하여 공을 넣어본다. 거리를 3단계로 나누어 정확도를 높여본다        | 바스켓, 스펀지공 |    |
|   |   | 2  | 순발력게임           | 중심선에서 1:1로 마주본 후 가위바위보를 한 후 빠르게 도망하거나 빠르게 잡음으로써 순발력을 향상시킨다               |           |    |
|   | 3 | 1  | 인간제로            | 양팀으로 나눈 후 팀원숫자 범위내에서 숫자를 외친 후 앉고 서는 제로게임을 통해 단결력을 길러본다.                  |           |    |
|   |   | 2  | 당근뽑기            | 팀원들은 원을 구성한 후 팔을 서로 얹혀 잡는다. 당근농부를 정하여 한 사람씩 당근뽑기 게임을 해본다                 |           |    |
|   | 4 | 1  | 원마커타켓 게임        | 20개의 색깔판을 두 팀으로 나누어 노래가 끝날 때까지 뒤집기 게임을 한다.                               | 원마커타켓     |    |
|   |   | 2  | 찌릿찌릿 볼 끝말잇기     | 찌릿찌릿 볼을 활용하여 단어 끝말잇기 게임을 해본다   | 찌릿볼       |    |
| 4 | 1 | 1  | 지렁이달리기          | 두 팀으로 나눈 후 지그재그 달리기로 반환점을 돌아온다. 순발력과 협동심을 길러본다                           | 꼬깔콘       |    |
|   |   | 2  | 기차놀이            | 가위바위보를 활용해서 기차놀이 게임을 해본다   |           |    |
|   | 2 | 1  | 피구게임            | 팀 별로 나누어 주사위를 활용한 피구게임을 해본다.   | 피구공       |    |
|   |   | 2  | 코끼리코 링던지기       | 코끼리코 5바퀴를 회전한 후 빠르게 뛰어 도전지점에 도착한 다음 정확하게 링을 대형 콘에 던져 걸어본다(1인당 3개)        | 링, 꼬깔콘    |    |
|   | 3 | 1  | 순발력게임, 1:1중심잡기  | 중심선에서 1:1로 마주본 후 가위바위보를 한 후 빠르게 도망하거나 빠르게 잡음으로써 순발력을 향상시킨다               |           |    |
|   |   | 2  | VIP홀라후프         | 네 사람씩 한 팀을 만든 후 술래와 왕을 정한 후 홀라후프를 활용한 순발력 게임을 해본다                        | 홀라후프      |    |
|   | 4 | 1  | 수건돌리기           | 원을 만든 후 술래를 정하여 음악과 함께 수건돌리기 게임을 해본다. 순발력과 스피드를 키워본다                     | 수건        |    |
|   |   | 2  | 스티커 아이스 브레이킹 게임 | 다른 학생에게 터치 한 후 3번 가위바보를 해서 2번 이기게 되면 상대얼굴 또는 팔에 스티커를 붙일 수 있다. 친화력을 상승시킨다 | 스티커       |    |

| 월 | 주 | 차시 | 학습주제          | 지도내용   | 준비물      | 비고 |
|---|---|----|---------------|--|----------|----|
| 5 | 1 | 1  | 피구게임          | 두 팀으로 나누어 주사위를 통하여 목숨을 설정한 후 피구 규칙에 따라 피구게임을 해본다.                        | 주사위, 피구공 |    |
|   |   | 2  | 반환점돌기         | 양 팀으로 나눈 후 공을 활용하여 반환점 빠르게 돌아오기를 릴레이 게임으로 해본다                            |          |    |
|   | 2 | 1  | 풍선배구          | 양 팀으로 나누어 풍선배구 게임을 해본다(개인전/단체전)  | 풍선       |    |
|   |   | 2  | 스텝밟기          | 공격자와 수비자가 손을 맞잡고 서로의 발을 터치하여 점수를 쌓는 스텝밟기 게임을 해본다(개인전)                    |          |    |
|   | 3 | 1  | 마찰력 종이게임      | A4용지 한 장을 머리위에 비벼서 마찰력을 일으킨다. 마찰이 발생한 종이를 머리위에 놓은 후 팀별로 반환점을 돌아온다.       |          |    |
|   |   | 2  | 스피드퀴즈         | 동물, 식물, 스포츠, 사물 등의 주제어를 정한 뒤 한사람씩 돌아가면서 말 또는 동작으로 표현해서 정해진 시간 내에 맞춰본다    | 스케치북     |    |
|   | 4 | 1  | 농구게임          | 두 팀으로 나누어 농구규칙을 설명한 후, 패스 및 드리블을 통해 상대편 골대에 공을 골인시킴으로 5점게임을 진행한다.        | 주사위, 농구공 |    |
|   |   | 2  | 얼음-뿔 천사게임     | 천사와 악당을 각각 1명 선정하여 업그레이드 얼음-뿔 게임을 단체로 즐겨본다.                              | 뿔망치, 천사링 |    |
| 6 | 1 | 1  | 꼬리잡기          | 개인전, 단체전으로 나누어 규칙설명 후 꼬리잡기 게임을 해본다. 순발력과 협동심을 길러본다.                      | 꼬리띠, 꼬리  |    |
|   |   | 2  | 빙고게임          | 빙고숫자종이를 이용하여 개인별로 돌아가며 빙고게임을 해본다. 룰렛을 활용하여 랜덤으로 게임을 해본다.                 | 룰렛, 빙고종이 |    |
|   | 2 | 1  | 미션달리기         | 두 팀으로 나누어 2인,3인,4인으로 단계별 미션달리기 게임을 해본다.                                  |          |    |
|   |   | 2  | 이구동성게임        | 4명씩 한 팀을 만든 후 제시어 중 각자가 해당하는 음절을 외쳐 낱말 맞추기 게임을 해본다.                      |          |    |
|   | 3 | 1  | 길게만들기 (신문지)   | 2개팀으로 나눈 후 목표지점에 있는 신문지를 빠르게 찢는다. 모든 팀원이 다 마친 후에 각자 가지고 있는 신문지로 길이대결을 한다 | 신문지      |    |
|   |   | 2  | K.O게임 (가위바위보) | 가위바위보를 통해 다리를 찢거나 줍힘으로써 승자KO게임을 해본다                                      |          |    |
|   | 4 | 1  | 깃발뽑기          | 엎드려 누운자세에서 빠르게 달려가 깃발을 쟁취해본다 깃발 수를 줄여 왕중왕전 게임을 해본다.                      |          |    |
|   |   | 2  | 종이컬링게임        | 종이로 공을 만든 후 박스안에 넣을 수 있도록 정확성을 길러본다                                      | 종이       |    |

| 월 | 주 | 차시 | 학습주제              | 지도내용  | 준비물          | 비고 |
|---|---|----|-------------------|---|--------------|----|
| 7 | 1 | 1  | 계란판 탁구공<br>넣기     | 탁구공 12개 1세트씩 계란판에 핑퐁방식으로 던져서 정확성을 길러본다                                |              |    |
|   |   | 2  | 당근뽑기              | 팀원들은 원을 구성한 후 팔을 서로 얹혀 잡는다. 당근농부를 정하여 한 사람씩 당근뽑기 게임을 해본다              |              |    |
|   | 2 | 1  | 안경게임              | 안경그림을 활용하여 1명의 술래자를 정한 후 나머지 인원은 안경과 안경사이를 빠르게 이동함으로써 순발력게임을 진행한다.    |              |    |
|   |   | 2  | 축구게임              | 개인전/단체전으로 축구게임을 해본다(드리블/패스/슛팅)  |              |    |
|   | 3 | 1  | 이구동성게임            | 4명씩 한 팀을 만든 후 제시어 중 각자가 해당하는 음절을 외쳐 낱말 맞추기 게임을 해본다.                   |              |    |
|   |   | 2  | 코끼리코<br>링던지기      | 코끼리코 5바퀴를 회전한 후 빠르게 뛰어 도전지점에 도착한 다음 정확하게 링을 대형 콘에 던져 걸어본다(1인당 3개)     | 링,<br>꼬깔콘    |    |
|   | 4 | 1  | 원마커왕중왕            | 음악에 맞추어 호각 소리와 함께 원마커 숫자에 올라가본다. 원마커 숫자를 줄여나가 왕중왕을 가려본다               |              |    |
|   |   | 2  | 허벅지 씨름            | 의자에 앉은 후 개인별로 공격/방어로 허벅지 씨름을 해본다.                                     |              |    |
| 8 | 1 | 1  | 테니스게임             | 두 팀으로 나눈 후 각 팀의 바스켓에 테니스 라켓을 이용하여 공을 넣어본다. 거리를 3단계로 나누어 정확도를 높여본다     | 바스켓,<br>스펀지공 |    |
|   |   | 2  | 강총뛰기              | 공을 양 무릎사이에 넣은 후 강총뛰기로 반환점돌아오기를 릴레이 게임으로 시도해본다.                        | 피구공          |    |
|   | 2 | 1  | 핸드볼게임             | 양팀으로 나눈 후 핸드볼 규칙을 설명한 후 핸드볼 게임을 해본다.                                  | 핸드볼공         |    |
|   |   | 2  | 볼링게임              | 각 크기별로 5개 공을 구성한 후 한명이 볼링바스켓을 잡은 후 공을 굴려 볼링게임을 해본다.                   |              |    |
|   | 3 | 1  | 스피드퀴즈             | 동물, 식물, 스포츠, 사물 등의 주제어를 정한 뒤 한사람씩 돌아가면서 말 또는 동작으로 표현해서 정해진 시간 내에 맞춰본다 | 스케치북         |    |
|   |   | 2  | 순발력게임,<br>1:1중심잡기 | 중심선에서 1:1로 마주본 후 가위바위보를 한 후 빠르게 도망하거나 빠르게 잡음으로써 순발력을 향상시킨다            |              |    |
|   | 4 | 1  | 룰렛게임              | 미션룰렛을 준비한 후 개인별로 룰렛게임을 통해 미션완수하기 게임을 해본다                              |              |    |
|   |   | 2  | 탁구공 입씨름           | 책상위에 나무2개를 양쪽에 놓고 각각 맞은편에서 입으로 탁구공을 불어 상대방쪽으로 밀어낸다                    | 나무2개,<br>탁구공 |    |

| 월 | 주  | 차시 | 학습주제                  | 지도내용   | 준비물          | 비고 |
|---|----|----|-----------------------|--|--------------|----|
| 9 | 1  | 1  | 지렁이달리기                | 두 팀으로 나눈 후 지그재그 달리기로 반환점을 돌아온다. 순발력과 협동심을 길러본다                           | 꼬깔콘          |    |
|   |    | 2  | 기차놀이                  | 가위바위보를 활용해서 기차놀이 게임을 해본다   |              |    |
|   | 2  | 1  | 피구게임                  | 팀 별로 나누어 주사위를 활용한 피구게임을 해본다.   | 피구공          |    |
|   |    | 2  | 코끼리코 링던지기             | 코끼리코 5바퀴를 회전한 후 빠르게 뛰어 도전지점에 도착한 다음 정확하게 링을 대형 콘에 던져 걸어본다(1인당 3개)        | 링,<br>꼬깔콘    |    |
|   | 3  | 1  | 순발력게임,<br>1:1중심잡기     | 중심선에서 1:1로 마주본 후 가위바위보를 한 후 빠르게 도망하거나 빠르게 잡음으로써 순발력을 향상시킨다               |              |    |
|   |    | 2  | VIP홀라후프               | 네 사람씩 한 팀을 만든 후 술래와 왕을 정한 후 홀라후프를 활용한 순발력 게임을 해본다                        | 홀라후프         |    |
|   | 4  | 1  | 수건돌리기                 | 원을 만든 후 술래를 정하여 음악과 함께 수건돌리기 게임을 해본다. 순발력과 스피드를 키워본다                     | 수건           |    |
|   |    | 2  | 스티커<br>아이스 브레이킹<br>게임 | 다른 학생에게 터치 한 후 3번 가위바위를 해서 2번 이기게 되면 상대얼굴 또는 팔에 스티커를 붙일 수 있다. 친화력을 상승시킨다 | 스티커          |    |
|   | 10 | 1  | 가랑이를<br>지켜라(공게임)      | 5~6명이 한팀이 되어 원을 만든 후 공이 다리사이로 빠져 나가지 않도록 손을 사용하여 공을 지켜낸다.                | 피구공          |    |
|   |    |    | 티볼게임                  | 한 사람당 3번의 기회가 주어지며, 1,2,3점으로 점수를 쌓아 20점까지 티볼게임을 해본다                      | 티볼세트         |    |
|   |    | 2  | 테니스게임                 | 두 팀으로 나눈 후 각 팀의 바스켓에 테니스 라켓을 이용하여 공을 넣어본다. 거리를 3단계로 나누어 정확도를 높여본다        | 바스켓,<br>스펀지공 |    |
|   |    |    | 순발력게임                 | 중심선에서 1:1로 마주본 후 가위바위보를 한 후 빠르게 도망하거나 빠르게 잡음으로써 순발력을 향상시킨다               |              |    |
|   |    | 3  | 인간제로                  | 양팀으로 나눈 후 팀원숫자 범위내에서 숫자를 외친 후 앉고 서는 제로게임을 통해 단결력을 길러본다.                  |              |    |
|   |    |    | 당근뽑기                  | 팀원들은 원을 구성한 후 팔을 서로 얹혀 잡는다. 당근농부를 정하여 한 사람씩 당근뽑기 게임을 해본다                 |              |    |
|   |    | 4  | 원마커타켓 게임              | 20개의 색깔판을 두 팀으로 나누어 노래가 끝날 때까지 뒤집기 게임을 한다.                               | 원마커타<br>켓    |    |
|   |    |    | 찌릿찌릿 볼<br>끝말잇기        | 찌릿찌릿 볼을 활용하여 단어 끝말잇기 게임을 해본다   | 찌릿볼          |    |

| 월  | 주  | 차시 | 학습주제             | 지도내용   | 준비물         | 비고 |
|----|----|----|------------------|--|-------------|----|
| 11 | 1  | 1  | 꼬리잡기             | 개인전, 단체전으로 나누어 규칙설명 후 꼬리잡기 게임을 해본다. 순발력과 협동심을 길러본다.                      | 꼬리띠,<br>꼬리  |    |
|    |    | 2  | 빙고게임             | 빙고숫자종이를 이용하여 개인별로 돌아가며 빙고게임을 해본다. 룰렛을 활용하여 랜덤으로 게임을 해본다.                 | 룰렛,<br>빙고종이 |    |
|    | 2  | 1  | 미션달리기            | 두 팀으로 나누어 2인,3인,4인으로 단계별 미션달리기 게임을 해본다.                                  |             |    |
|    |    | 2  | 청기/백기게임          | 소리에 맞추어 빠르게 청기/백기 게임을 해봄으로써 순발력을 향상시켜본다,                                 |             |    |
|    | 3  | 1  | 길게만들기<br>(신문지)   | 2개팀으로 나눈 후 목표지점에 있는 신문지를 빠르게 찢는다. 모든 팀원이 다 마친 후에 각자 가지고 있는 신문지로 길이대결을 한다 | 신문지         |    |
|    |    | 2  | K.O게임<br>(가위바위보) | 가위바위보를 통해 다리를 찢거나 족심으로 승자KO게임을 해본다                                       |             |    |
|    | 4  | 1  | 깃발뽑기             | 엎드려 누운자세에서 빠르게 달려가 깃발을 쟁취해본다<br>깃발 수를 줄여 왕중왕전 게임을 해본다.                   | 깃발          |    |
|    |    | 2  | 종이컬링게임           | 종이로 공을 만든 후 박스안에 넣을 수 있도록 정확성을 길러본다                                      | 종이          |    |
|    | 12 | 1  | 피구게임             | 두 팀으로 나누어 주사위를 통하여 목숨을 설정한 후 피구 규칙에 따라 피구게임을 해본다.                        | 주사위,<br>피구공 |    |
|    |    |    | 반환점돌기            | 양 팀으로 나눈 후 공을 활용하여 반환점 빠르게 돌아오기를 릴레이 게임으로 해본다                            |             |    |
|    |    | 2  | 풍선배구             | 양 팀으로 나누어 풍선배구 게임을 해본다(개인전/단체전)  | 풍선          |    |
|    |    |    | 스텝밟기             | 공격자와 수비자가 손을 맞잡고 서로의 발을 터치하여 점수를 쌓는 스텝밟기 게임을 해본다(개인전)                    |             |    |
|    |    | 3  | 마찰력 종이게임         | A4용지 한 장을 머리위에 비벼서 마찰력을 일으킨다. 마찰이 발생한 종이를 머리위에 놓은 후 팀별로 반환점을 돌아온다.       |             |    |
|    |    |    | 스피드퀴즈            | 동물, 식물, 스포츠, 사물 등의 주제를 정한 뒤 한사람씩 돌아가면서 말 또는 동작으로 표현해서 정해진 시간 내에 맞춰본다     | 스케치북        |    |
|    |    | 4  | 농구게임             | 두 팀으로 나누어 농구규칙을 설명한 후, 패스 및 드리볼을 통해 상대방 골대에 공을 골인시킴으로 5점게임을 진행한다.        | 주사위,<br>농구공 |    |
|    |    |    | 얼음-뿔 천사게임        | 천사와 악당을 각각 1명 선정하여 업그레이드 얼음-뿔 게임을 단체로 즐겨본다.                              | 뿔망치,<br>천사링 |    |