

축구 프로그램 연간 운영 계획서

금마초등학교

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
6	1					
	2	1	인사이드 터치 드리블	드리블 감각 익히기		
		2	인사이드 패스	자세를 낮게하여 발 안쪽 패스		
	3	3	발바닥 스톱핑	몸쪽으로 향해 오는 공을 컨트롤 후 패스		
		4	무궁화 꽃이 피었음	게임을 통해 스스로의 드리블 자신감을 고취		
	4	5	발바닥 컨트롤	발바닥 컨트롤을 통해 볼 소유 능력 향상		
		6	폭탄 처리 게임	게임을 통해 드리블 연계 능력 향상		
7	1	7	컨트롤& 슈팅	컨트롤을 통하여 다양한 방향으로 공을 전개 시킨다.		
		8	누가 빨리 세우나	복합 기술 마스터		
	2	9	허들 통과 슈팅	스텝 훈련을 통한 민첩성 순발력 향상		
		10	볼링 게임	게임을 통하여 임팩트 위치의 중요성 강조		
	3	11	슈팅릴레이	게임을 통하여 임팩트 위치의 중요성 강조		
		12	미션 턴	턴의 자세와 샷의 자세 익히기		
	4	13	응용 훈련	응용 훈련		
		14	삼각 장애물 패스	패스의 연계 동작 연습		
8-9	4	15	공격 훈련	수비수 따돌리기 기본 패스 익히기		
		16	3대3 패스 릴레이	상대팀 속이기 기본 훈련		
	1	17	수비 훈련	수비 스텝 익히기		
		18	콘 뒤집기 게임	게임을 통해 협동성 민첩성 기르기		
	2	19	볼 푸쉬& 스톱핑	공의 무게,방향,거리에 따라 스톱핑		
		20	콘 쓰러트리기	게임을 통하여 공에 대한 집중력 향상		
	3	21	신호 반응 드리블	정확한 자세의 드리블, 슈팅의 연속 동작		
		22	인사이드 트래핑	공의 낙하지점 포착 타이밍을 익히게 한다		
	4	23	스텝& 슈팅 심화과정	민첩성, 균형성 지구력 향상시키기		
		24	아리랑 고개게임	게임을 통해 공의 공중이동 능력 향상시키기		

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
10	1	25	아웃 사이드 컨트롤	컨트롤 능력과 방향전환 능력 향상시키기		
		26	폭탄 처리게임	게임을 통하여 컨트롤 안정성 향상		
	2	27	허들통과&슈팅2	상대 수비를 피하여 슈팅 능력 향상		
		28	핑퐁슈팅게임2	게임을 통하여 복사빠 안쪽 슈팅 향상		
	3	29	아웃 사이드 턴	턴으로 진행 방향 능력 향상시키기		
		30	응용훈련2	앞선 훈련들을 종합하여 연계동작에 대한 이해와 감각 익히기		
	4	31	사각 장애물 패스	게임을 통하여 정확한 패스의 연계능력 향상 시키기		
		32	공격 훈련2	게임을 통하여 협동심 책임 능력 향상 시키기		
11	1	33	수비스텝 훈련2	수비의 백스텝 능력 향상 시키기		
		34	골키퍼	공중볼 바운드볼 지키기 능력 향상		
	2	35	드리블 공막기 게임	게임을 통하여 볼에 대한 집중력 향상 시키기		
		36	인사이드컷&아웃컷	컷을 통하여 방향 전환 능력 향상		
	3	37	지뢰 피하기	게임을 통하여 수비 피하는 능력 향상 시키기		
		38	허벅지 트래핑	트래핑을 통하여 공의 안전한 캐치 능력 향상		
	4	39	공중볼 컨트롤	공중볼 컨트롤을 통하여 공중볼의 인지 능력 향상 시키기		
		40	내볼이야 게임	게임을 통하여 공중볼 소유 능력 향상		
12	1	41	래더통과& 슈팅	다양한 스텝과 킥의 종류 익히기		
		42	발바닥& 슈팅	턴의 몸의 균형 유지 능력 향상 시키기		
	2	43	응용훈련3	앞선 훈련의 정확성과 스피드 향상		
		44	공격 훈련3	리액션 벨트 훈련		
	3	45	3대3 미니게임	게임을 통하여 존중하기 도움 주기 학습		
		46	수비훈련3	뽕뽕 묶어라		
	4	47	날 잡아봐 게임	수비를 하기 위한 이동능력 향상 시키기		
		48	종합 평가	4가지 영역 총 평가		

월	주	차시	학습주제	지 도 내 용	준비물	비고
	1	49	8자 모양 턴	공을 다루는 감각 능력 향상 시키기		
		50	8자 모양 릴레이	게임을 통하여 사이드 방향전환 능력향상 시키기		
	2	51	응용훈련	앞선 기술의 응용훈련		
		52	빨리 드리블 게임	발등 드리블과 인사이드컷 능력 향상 시키기		
	3	53	공격훈련	3대3 패스의 활용 능력 향상 훈련		
		54	수비훈련	다리 사이 통과 시키기 훈련		
	4	55	고양이와 쥐게임	게임을 통하여 상대 배려하기 학습		
		56	인사이드 투터치드리블	안정적인 볼 드리블 위해 집중력 향상		