

방과후학교 (7 월) 교육계획안

[2020학년도]

프로그램명		종합체육	지도강사명	김란울	
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2020년 7월 1일 ~ 2020년 7월 30일	
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료.준비물
7	1	줄넘기	종류	-줄넘기 동작 종류에 대해 알아보기.	줄넘기
		줄넘기	양발모아뛰기	-양발 모아 뛰기 연습해보기.	줄넘기
	2	줄넘기	한발뛰기	-한발씩 번갈아 가면서 뛰기 연습해보기.	줄넘기
		줄넘기	x자 뛰기	-x자 뛰기 연습해보기.	줄넘기
		줄넘기	2단뛰기	-2단 뛰기 연습해보기.	줄넘기
		줄넘기	이어달리기	-콘을 놓고 줄넘기 이어달리기 경기.	줄넘기,콘
	3	플라잉디스크	기초	-디스크 잡는 방법 익히기.	디스크
		플라잉디스크	기초	-디스크 던지는 방법 익히기.	디스크
		플라잉디스크	기초	-주어진 공간 안에 디스크 골인 시켜 보기.	디스크
		플라잉디스크	기초	- 1.2 학년 나눠서 디스크 멀리 던지기 경기.	디스크
	4	축구	기본기	-축구에 대한 기초 알아보기.	축구공,콘
		축구	패스	-1;1 마주보고 축구 패스 연습.	축구공,콘
		축구	패스	-1;1;1 삼각형 만든 후 패스 연습.	축구공,콘
		축구	기본기	-인사이드로 축구 골대에 골인 넣는 연습.	축구공,콘
	5	축구	슛팅	-발등으로 슛팅 연습.	축구공,콘
		축구	경기1	-두 팀으로 나눠 축구 경기 진행하기.	축구공
		축구	경기2	-두 팀으로 나눠 축구 경기 진행하기.	축구공
		축구	경기3	-두 팀으로 나눠 축구 경기 진행하기.	축구공