

방과후학교 연간교육계획안

| 결 재 | 강 사 | 방과후부장 | 교 감 | 교 장 |
|--------|-----|-------|-----|-----|
| | 정효숙 | 홍자혜 | 이대규 | 박영호 |

[2018학년도]

| 프로그램명 | | 종합체육 | 지도강사명 | 정효숙 |
|-------|--------------|--|--|----------------------------|
| 대 상 | | 1 - 6학년 | 지도 기간 | 2018년 3월 5일 ~ 2019년 2월 28일 |
| 월 | 단원 | 학 습 주 제 | 지 도 내 용 | 자료.준비물 |
| 3 | 점프밴드 & 줄넘기 | 점프밴드 줄에 의한 여러 가지 스텝과 신체 리듬의 감각과 균형형을 잡아 기초체력을 길러준다 | 1~8번까지 기본스텝 순번대로 익히기 2명부터 5명까지 들어가서 음악에 맞추어 스텝 정해서 동작꾸며보기 | 점프밴드 |
| 4 | 피구 (변형피구) | 공을 던지고 받기 정해진 구역 공간을 통한 개인능력의 자신감과 적극성및 체치를 얻을수있게 한다 | 2인1조 서로 공던져주고 받아보기 4각틀안에 2명이 들어가서 공뺏기 손바닥피구.원피구.피자피구.짜피구 물귀신피구.발피구.장애물피구 | 피구공 라바콘 조끼 |
| 5 | 풋살 (축구) | 개인이 아닌 단체로 협력과 배려심을 가지게 한다 | 공 리프팅하면 공과친해지기 공 모듬별로 패스주고 받기 다양한 공격드리볼 및 수비연습과 슛팅연습 후 실전 경기참여하기 | 조끼 공 |
| 6 | 술래활동 & 달리기활동 | 여러 가지 술래활동을 통한 순발력향상과 달리기를 통한 개인체력을 만들어본다 | 술래인친구들이 어떤방법으로 물고 잡을것인가 전략세워보며 술래해보기 달리기를 잘할수 있게 보폭과 팔동작 익혀보기 팀나뉘 릴레이 형식의 달리기 를 통한 승리의 쾌감느껴보기 | 조끼 라바콘 바톤 |

방과후학교 연간교육계획안

[2018학년도]

| 프로그램명 | | 종합체육 | 지도강사명 | 정효숙 |
|-------|-----------------|--|---|--|
| 대 상 | | 1 - 6학년 | 지도 기간 | 2018년 3월 5일 ~ 2019년 2월 28일 |
| 월 | 단원 | 지 도 목 표 | 지 도 내 용 | 학습자료 |
| 7 | 플로어볼 (소프트하키) | 교구를 통한 위험성 인지와 목표 의식과 집중력을 길러본다 | 저학년과 고학년의 수준별 동작익히기 짜지어 패스주고 받기 및 공튀기기 장애물세워 3대3게임 (원바운드) 드리블 및 수비방법과 슛팅 나눠서 게임 해보기 | 플로어볼채 공 조끼 |
| 8 | 배드민턴 (패드민턴) | 네트에 넘기는 방법 과 득점하는 방법을 알게 한다 | 라켓의 맞는 위치가 어딘지 알게한다 오는 방향 발스텝과 움직임을 길러주 면서 게임하는 방법 심판보는법을 알 게한다 | 라켓 네트 셔틀콕 |
| 9 | 발야구 (티볼) | 협동심을 통한 운동 습관 형성을 만든다 | 공을 차거나 정확한 타점을 알게하기 공을 잡는 방법과 패스하는곳 송구하 는 곳이 어딘지 아웃시키는 방법을 제시하고 실천하게 만들기 | 발야구공 티볼공 티볼대 글러브 베이스 조끼 |
| 10 | 배구 (편볼배구) | 바운드없는 경기로서 넘기는 방법과 받는 법 서브 넣는법과 정 확한 규칙을 알게 해 본다 | 스텝을통한 기본 언더와 오버배워보기 스텝을 통한 위치 수비방법과 공격하 는 방법 익히기 서브넣어보기 네트넘기면서 원바운드게임해보기 정식게임 해보기 | 배구공 편볼공 |

방과후학교 연간교육계획안

[2018학년도]

| 프로그램명 | | 종합체육 | 지도강사명 | 정효숙 |
|-------|------------------|--|---|----------------------------|
| 대 상 | | 1 - 6학년 | 지도 기간 | 2018년 3월 5일 ~ 2019년 2월 28일 |
| 월 | 단원 | 지 도 목 표 | 지 도 내 용 | 학습자료 |
| 11 | 플라잉디스크 (원반활동) | 원반을 던지는 바른 자세와 거리의 속도 조절 감을 가지게 한다 (집중력향상) | 플라잉 디스크 이해와 설명 원반과 친해지기 (던지고 굴러보기) 2인1조 던지고 받고 자세익히기 모듬별 타켓형 경기게임,얼티미티게임 캐처를 이용한 골프형게임 (장애물 최대한 이용 게임) | 디스크원반 캐처 라바콘 |
| 12 | 협동바운스 & 스쿠프 | 던지고 받는 각도와 높이 조절의 중요성을 느끼며 협응력을 갖게한다 | 4~8명까지 모듬으로 던져서 받아보기 영역을 정해서 반대쪽으로 넘겨받기 스쿠프를 통한 변형경기 해보기 | 협동바운스 스쿠프라켓 조끼 네트 |
| 1 | 핸드볼 & (럭비) | 손을 이용하여 패스 하는법과 표적(골대)에 넣는 것을 배운다 | 핸드볼 설명과 경기규칙의 이해 기본기 던지고 받기 바운드패스.원패스.롱패스 슛패스 공격방법.수비방법.슈팅연습 모듬별 리그전 경기게임 | 핸드볼공 조끼 라바콘 럭비공 |
| 2 | 탁구 | 탁구의 여러가지 치는 방법을 익혀 즐겁게 게임해보기 | 탁구의 설명과 경기규칙 이해 라켓과 공의 감각알고 느껴보기 포핸드.백핸드. 슛트. 서브 단식게임 복식게임 리그전게임 | 탁구대 라켓 공 |