



군산동 방과후학교 연간 교육계획안

결 재	강사	방과후부장	교 감	교 장
	정효숙		이재규	

프로그램명		종합체육	지도강사명	정 효 숙
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2017년 3월 2일 ~ 2018년 2월 28일
월	단원	지 도 목 표	지 도 내 용	학습자료
3	개인줄넘기 긴줄넘기	줄넘기를 통한 기초 체력 향상	줄넘기 활동에대한 이해설명 앞줄넘기 뒤로넘기 파배기 넘기 여로가지 스태기본 줄넘기 짝줄넘기 8자돌기 단체줄넘기	줄넘기
4	플라잉 디스크	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 캐처를 이용한 골프형게임 (장애물 최대한 이용 게임)	디스크원반
5	피구	공을 통한 두려움과 자심감을 가지고 적 극적인 태도를 가지 게한다	피구이해와 경기규칙 설명 던지고 받기 기본기 익히기 피자피구.보디가드피구.짝피구 물귀신피구.남녀피구.삼겹살피구 스포츠피구.닭과 병아리피구. 슈퍼맨 원더우먼피구.짐볼피구	피구공 조끼 라바콘
6	티볼	협동심을 통한 운동 습관 형성을 만든다	티볼에대한 설명과 경기규칙이해 글러브 적응하기 2인1조 공 던지고 받기(캐치볼) 타격연습.수비연습 송구연습 미니게임 정식게임	티볼대 글러브 티볼공 배트 베이스 조끼

군산동 방과후학교 연간 교육계획안

결 재	강사	방과후부장	교 감	교 장

프로그램명		종합체육	지도강사명	정 호 속
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2017년 3월 2일 ~ 2018년 2월 28일
월	단원	지 도 목 표	지 도 내 용	학습자료
7	패드민턴	네트에 넘기는 방법 과 득점하는 방법을 알게 한다	패드민턴에 경기규칙 설명과 이해 공통기기 (목표 수 정해주기) 기본기 익히기 (포핸드.백핸드) 팀별 나눠 게임해보기 리그전 경기게임(단식.복식)	패드민턴 라켓과 셔틀콕 네트
8	플로어볼	안전에 유의하는 태 도를 가지게 한다 교구(위험성인지)	플로어볼의 설명과 경기규칙이해 기본기 주고받기 라바콘 드리블. 꼬갈돌아오기 1대1. 2대2. 3대3. 4대4. 5대5 드리블슈팅.패스슈팅 미니게임. 모듬별 리그게임	플로어볼 스틱과 공 조끼 골대
9	축구 (풋살)	목표의식과 의지력을 갖게 한다	축구의 설명과 경기규칙이해 기본기 2인1조 공과친해지기 개인드리블 .짝드리블 공리프팅 미니게임 5대5 모듬별 리그전게임	축구공 풋살공 조끼 라바콘 골대
10	핸드볼	손을 이용하여 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 골대

군산동 방과후학교 연간 교육계획안

결 재	강사	방과후부장	교 감	교 장

프로그램명		종합체육	지도강사명	정 호 속
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2017년 3월 2일 ~ 2018년 2월 28일
월	단원	지 도 목 표	지 도 내 용	학습자료
11	탁구	탁구의 여러가지 치는 방법을 익혀 즐겁게 게임해보기	탁구의 설명과 경기규칙 이해 라켓과 공의 감각알고 느껴보기 포핸드.백핸드. 숏트. 서브 단식게임 복식게임 리그전게임	탁구라켓 공 탁구대 펜슬
12	농구	농구의 기본기 습득과 흥미와 재미를 느끼게 해본다	농구의 설명과 경기규칙 이해 핸들링&드리블 슛. 패스 미니게임 모듬별 경기 리그전게임	농구공 조끼 농구골대
1	트윈스민턴	양손을 활용한 두뇌 활동을 활발하게 증진 시킨다	트윈스민턴의 설명과 경기규칙이해 포핸드 백핸드 양손교대 왕복쳐보기 단식게임.복식게임. 모듬별 네트 넘겨보기(전체게임) 치고빠지는 형식의 로테이션 경기 리그전 경기게임	트 윈 스 민 턴 라켓 셔틀콕 네트
2	달리기 이어달리기 왕복달리기 계주달리기	달리기를 통한 개인 체력 능력과 결과에 기대하게 한다	목표정해 짧은거리 달리기 의자를 이용한 복불복 달리기 콩주머니를 이용한 모듬별 달리기 바톤을 이용한 팀별달리기	콩주머니 바톤 조끼 운동화