

방과후학교 (2 월) 교육계획안

[2022학년도]

프로그램명		종합체육	지도강사명	김란울	
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2022년2월3일 ~ 2022년2월28일	
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료.준비물
2	1	체육놀이	체육놀이 1	각자 공을 한 손으로 갖고 공 뺏기 게임.	작은공
	2	체육놀이	체육놀이 2	꼬리잡기 , 술래잡기 게임.	팀조끼
		체육놀이	체육놀이 3	민속놀이 (투호 , 자치기)	
		농구	농구 기초	2인1조 슛 패스 주고받기 연습 해보기.	농구공
		농구	농구 기초	각 패스 , 사각 패스에 대해 연습 해보기.	농구공,삼각콘
	3	농구	농구 드리블	뛰면서 드리블해서 팀을 나눠 콘 한바퀴 돌아오는 게임.	농구공,삼각콘
		농구	농구 드리블	드리블 이어달리기 경기 해보기.	농구공,삼각콘
		농구	슛팅 연습	슛팅 자세를 익히고 , 한명씩 돌아가면서 슛팅 연습.	농구공,골대
		농구	실전 연습	5명씩 팀을 나눠 팀별로 돌아가면서 농구 연습 경기 해보기.	농구공,팀조끼
	4	농구	실전 연습	두 팀으로 나눠 농구 실전 경기 해보기.	농구공,팀조끼
		줄넘기	줄넘기연습	양발 뛰기 연습하기.	줄넘기
		줄넘기	줄넘기연습	줄넘기를 하면서 달리기 연습하기.	줄넘기,삼각콘
		줄넘기	줄넘기경기	줄넘기 양발 뛰기 오래하기 시합하기.	줄넘기
	5	줄넘기	줄넘기경기	두 팀으로 나눠 줄넘기 이어달리기 경기 진행하기.	줄넘기,삼각콘