


## 군산동 방과후학교 월간 교육계획안

결 재	강사	부장	교감
			

◆지도기간(2016. 8. 3. - 2016. 8. 31.)

◆부서명 : 종합체육

◆대상: 1~6 학년

◆지도강사명 : 김란울

월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료
8	1	준비운동	스트레칭 에 대해 알기.	O부상 방지를 위한 준비운동에 대 해 알아보기.	
		축구 기본기(1)	축구 기본기에 대해 알기.	O인사이드,인스텝,아웃사이드 등을 이용한 기본기 익히기.	
		축구 기본기(2)	축구 기본기에 대해 알기.	O무릎,가슴,헤딩 등을 이용한 기본 기 익히기.	
		축구 기본기(3)	축구 기본기에 대해 알기.	O패스 하는 방법 익히기.	
	2	축구 기본기(4)	축구 기본기에 대해 알기.	O슛팅 하는 자세 및 방법 익히기.	
		축구 기본기(5)	축구 기본기에 대해 알기.	O드리블에 대해 방법과기술 익히 기.	
		축구 기본기(6)	축구 기본기에 대해 알기.	O롱킥,슛킥 에 대해 자세와방법 익 히기.	
		축구 경기(1)	축구 에 대한 경기 규칙.	O축구장 규격 및 경기 규칙에 대해 설명하고 이해하기.	
	3	축구 경기(2)	축구 에 대한 경기 규칙.	O2인1조 , 3인1조 를 통해 경기에 필요한 기술 익히기.	
		축구 경기(3)	축구 에 대한 경기	O팀을 나눠 기본기를 바탕으로 축 구 미니 경기 해보기.	
		레크레이션	레크레이션	O레크레이션을 통해 운동 에 대한 재미와흥미 갖기.	
		배드민턴 의 기초 와 기술(1)	배드민턴 에 대해 기본기 익히기.	O배드민턴 의 기초와 기술 익히기.	
	4	배드민턴 의 기초 와 기술(2)	배드민턴 경기 규칙	O배드민턴 의 경기규칙 과 경기 하 는 방법 알아보기.	
		배드민턴 기술	서브 및 리시브	O배드민턴 서브에 대해 알아보기.	
		배드민턴 기술	서브 및 리시브	O배드민턴 리시브에 대해 알아보 기.	
		배드민턴 경기	단식경기	O1:1 단식 경기 해보기	