

# 방과후학교 ( 5 월 ) 교육계획안

[2021학년도]

프로그램명		종합체육		지도강사명	김란울
대 상		1 - 6학년		지도 기간	2021년 5월 1일 ~ 2021년 5월31일
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료.준비물
5	1	농구 기초(1)	농구에 대한 소개	농구 규칙 알아보기.	
		농구 기초(2)	농구공 다루기	농구에 대해 볼 감각 익히기.	
		농구 기초(3)	패스 연습(1)	2인1조 패스 주고받기 연습.	
		농구 기초(4)	패스 연습(2)	2인1조 롱 패스 주고받기 연습.	
	2	농구 기초(5)	패스 연습(3)	체스트패스에 대해 알아보고 연습해보기.	
		농구 기초(6)	패스 연습(4)	바운드 패스에 대해 알아보고 연습해보기.	
		농구 기초(7)	패스 연습(5)	오버헤드 패스에 대해 알아보고 연습해보기.	
		농구 기초(8)	패스 연습(6)	언더핸드 패스에 대해 알아보고 연습해보기.	
	3	농구 기초(9)	다양한 패스 연습(1)	삼각 패스, 사각 패스 연습.	
		농구 기초(10)	다양한 패스 연습(2)	이동 패스 연습.	
		드리블(1)	드리블 연습 (1)	드리블 해서 고깔 콘 한바퀴 돌아오기.	
		드리블(2)	드리블 연습 (2)	드리블 이어달리기.	
	4	슛팅 (1)	슛팅 연습(1)	다양한 슛 모션 익히기.	
		슛팅 (2)	슛팅 연습(1)	세트슛, 점프슛, 레이업슛 익히기.	
		연습게임	슛 연습 게임	슛을 이용한 팀별 간이게임.	
		농구 경기	정식 농구 경기	팀을 나눠 정식 농구 연습 경기 해보기.	
	5	농구 복습	기본기 복습	배워온 농구 기본기 복습하기	