

방과후학교 (5 월) 교육계획안

[2022학년도]

프로그램명		종합체육	지도강사명	김란울	
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2022년 5월 1일 ~ 2022년 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.	
	2	농구 기초(4)	패스 연습(2)	2인1조 롱 패스 주고받기 연습.	
		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.	
	3	농구 기초(8)	패스 연습(6)	언더핸드 패스에 대해 알아보고 연습해보기.	
		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.	
	4	드리블(2)	드리블 연습 (2)	드리블 이어달리기.	
		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.	
	5	농구 경기	정식 농구 경기	팀을 나눠 정식 농구 연습 경기 해보기.	
		농구 복습	기본기 복습	배워온 농구 기본기 복습하기.	