

방과후학교 (8 월) 교육계획안

[2020학년도]

프로그램명		종합체육	지도강사명	김란울	
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2020년 8월 20일 ~ 2020년 8월 31일	
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	자료.준비물
8					
	3	풋살 기초	풋살 이해하기.	-풋살 의 규칙 알아보기.	규칙이해설명
	4	풋살 기초	위밍업 익히기.	-풋살 훈련 및 경기 전 위밍업 방법 알아보기.	공,삼각콘
		풋살 기초	볼 키퍼 및 감각 익히기.	-인사이드, 아웃사이드 패스하는 방법 알기.	공,삼각콘
		풋살 기초	볼 키퍼 및 감각 익히기.	-발바닥 컨트롤에 대해 익히기.	공,삼각콘
		풋살 기초	볼 키퍼 및 감각 익히기.	-발등 및 발끝을 이용하는 방법 익히기.	공,삼각콘
	5	풋살 패스 및 드리블	패스 및 드리블	-2인1조 발바닥 트레이닝(발바닥컨트롤, 밀기(발바닥패스))	공,삼각콘