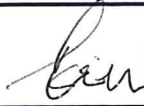



군산동 방과후학교 월간 교육계획안

결 재	강사	방과후부장	교 감	교 장
		강봉자		박경호

프로그램명		종합 체육	지도강사명	김 란 울	
대 상		1 - 6학년	지도 기간	2016년 12월 1일 ~ 2016년 12월 31일	
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용	학습자료
12	1	족구 기초 (1)	족구의 이해	*족구에 대해 알아보기.	
		족구 기초 (2)	족구 규칙 설명	*족구 규칙에 대해 알기.	
		족구 기초 (3)	기초 습득 1	*족구의 기본기에 대해 알기.	
		족구 기초 (4)	기초 습득 2	*족구의 기본적인 포지션 설명.	
	2	족구 기초 (5)	기초 습득 3	*인사이드를 이용해 볼 들어 올리는 연습 .	
		족구 기초 (6)	기초 습득 4	*2인1조 짝을 이뤄 인사이드로 네트<펜스>넘기는 연습.	
		족구 기초 (7)	기초 습득 5	*공격 & 수비 위치 정하기 .	
		족구 기초 (8)	수비 연습	*네트로 볼을 넘겨주면 수비 위치에서 라인 안으로 공 넣기.	
	3	족구 기술 (1)	공격 연습	*다리를 들어 올려 안축차기 연습.	
		족구 기술 (2)	공격 연습	*다리를 들어 올려 발등차기 연습.	
		족구 기술 (3)	공격 연습	*다리를 들어 올려 발끝차기 연습.	
		족구 기술 (4)	공격 연습	*상대방 수비 위치 파악 후 밀어차기 연습.	
	4	실전 연습 (1)	2 대 2 연습 경기1	*2명씩 한 팀 으로 나누어 원 바운드 볼 살리기 경기.	
		실전 연습 (2)	2 대 2 연습 경기2	*2인1조 두 팀씩 수비&공격 위치 선정 후 경기.	
		실전 연습 (3)	위치 선정 전술	*상대방이 공격 할 때 수비 , 공격 움직임 파악하기.	
		실전 연습 (4)	4 대 4 연습경기	*4명씩 한 팀을 이뤄 실전 연습경기 해보기.	