

방과후학교 (6월) 월간 계획서

[2023학년도]

프로그램명		종합체육	지도강사명	문 지 환
대 상		1-6학년	지도 기간	2023년6월1일 ~ 2023년6월30일
지 도 계 획 상 세 내 용				
순번	일자(요일)	주 제	학 습 내 용	학습자료
1	1(목)	알기 쉬운 핸드볼 경기	기본적인 핸드볼 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	핸드볼, 골대, 모듬조끼
2	7(수)	알기 쉬운 배구 경기	기본적인 배구 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	풍선공, 네트, 모듬조끼
3	8(목)	알기 쉬운 배드민턴 경기	기본적인 배드민턴 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	배드민턴 라켓, 네트
4	12(월)	여러 가지 동작 달리기 (운동체력 운동)	5개 지점을 마커나 콘으로 설치하여 여러 가지 동작들을 수행하는 릴레이 달리기, 콘 뺏기 게임하기.	키즈런 세트
5	13(화)	알기 쉬운 핸드볼 경기	기본적인 핸드볼 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	핸드볼, 골대, 모듬조끼
6	14(수)	알기 쉬운 배구 경기	기본적인 배구 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	풍선공, 네트, 모듬조끼
7	15(목)	알기 쉬운 배드민턴 경기	기본적인 배드민턴 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	배드민턴 라켓, 네트
8	19(월)	놀라운 매트놀이 (건강체력 운동)	단체 줄넘기 및 매트 운동을 통한 유연성, 심폐 지구력 기르기.	매트, 긴줄넘기
9	20(화)	알기 쉬운 핸드볼 경기	기본적인 핸드볼 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	핸드볼, 골대, 모듬조끼
10	21(수)	알기 쉬운 배구 경기	기본적인 배구 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	풍선공, 네트, 모듬조끼
11	22(목)	알기 쉬운 배드민턴 경기	기본적인 배드민턴 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	배드민턴 라켓, 네트
12	26(월)	여러 가지 동작 달리기 (운동체력 운동)	5개 지점을 마커나 콘으로 설치하여 여러 가지 동작들을 수행하는 릴레이 달리기, 콘 뺏기 게임하기.	키즈런 세트
13	27(화)	알기 쉬운 핸드볼 경기	기본적인 핸드볼 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	핸드볼, 골대, 모듬조끼
14	28(수)	알기 쉬운 배구 경기	기본적인 배구 경기 방법 및 간단한 규칙 배우기.	풍선공, 네트, 모듬조끼
15	29(목)	월례 대회	핸드볼 청백전 경기하기.	핸드볼, 골대, 모듬조끼