

# 2024.삼우초 [ 축구 ] 프로그램 연간 계획

프로그램명		축구	운영강사	송 * *
운영대상		삼우초 3~6학년	운영기간	2024년 3월~12월 (36주)
지도목표		1. 축구 연습을 통한 기초체력 증진 및 운동능력을 향상시킨다. 2. 축구 경기를 하며 올바른 경쟁을 통한 협동심을 배운다.		
주별 지도 계획				
월	주	주 제	학 습 내 용	비고
3월	1	인사 및 축구 소개	서로 인사하기, 축구 경기 소개	
	2	기초 테스트	기초테스트 및 간이축구	
	3	자세 익히기	기초 자세 익히기	
	4	1대1 패스	정확한 자세로 패스 연습	
4월	5	인사이드 킥	인사이드, 발등 킥 연습	
	6	간이축구	축구 시합	
	7	볼과 함께 달리기	스피드를 이용한 드리블 연습	
5월	8	방향 전환 드리블	여러 가지 드리블 연습	
	9	볼 컨트롤 연습	높은 볼 컨트롤 연습	
	10	볼 컨트롤 연습	낮은 볼 컨트롤 연습	
6월	11	기본기 훈련	인사이드, 발등, 무릎 기본기 연습	
	12	기본기 훈련	가슴트래핑, 헤딩 연습	
	13	1대1 패스	움직이면서 패스 연습	
7월	14	2대1 패스	수비를 제쳐 패스 연습	
	15	태클 연습	올바른 태클 방법 익히기	
	16	슈팅	발등과 인사이드를 이용한 슈팅	
	17	볼 트래핑	발바닥과 인사이드를 이용한 트래핑	
8월	18	크로스 훈련	사이드 공간을 이용한 크로스 연습	
	19	간이축구	축구 시합	
	20	1대1 훈련	공격, 수비 구분 훈련	

	21	공격 훈련	효율적인 공격 연습	
	22	수비 훈련	1대1 마크 연습	
	23	공간 패스 전술	수비 뒷공간을 이용한 패스	
	24	그룹 수비 훈련	2인 3인 합동 수비 연습	
9월	25	그룹 공격 전술	2인 2인 합동 공격 연습	
	26	이동 컨트롤	움직이는 볼을 반대방향으로 컨트롤 연습	
	27	공중볼 컨트롤	떨어지는 공중 볼을 컨트롤 연습	
10월	28	논스톱 발리 슈팅	공을 떨어뜨리지 않고 발리 슈팅	
	29	8자 드리블	드리블 연습	
	30	축구 시합	축구 경기 진행	
11월	31	리프팅	연속으로 볼차기 연습	
	32	킥, 슈팅	낮은 궤적과 높은 궤적 연습	
	33	스로인	스로인 절차 연습	
12월	34	그룹 훈련	공격 및 수비를 활용한 그룹 연습	
	35	축구 시합	축구 경기 진행	
	36	작은 발표회	작은발표회 참여, 1년 활동 평가	
<p>● 학생들의 선호도 조사 후 주제는 바뀔 수 있습니다.</p>				