2020학년도 방과후 프로그램 연간 운영 계획서

전주양현초등학교

프로그램명	축구	지 도 강 사	조 정규
대 상	1~6 학년	지 도 시 수	주 (3) 회 각 (40) 분
지 도 기 간	2020년 3 월 2 일 ~ 2020년 2 월 28 일		
지 도 목 표	축구의 다양한 기술 및 전술을 경험하며, 보다 향상된 기능을 발휘하고, 체력과 건강을 증진한다. 그리고 운동을 통하여 개인적으로 정서적 만족을 얻어 자아실현을 추구하고, 사회적으로 바람직한 태도를 기른다.		

월	주	주 제	학 습 내 용	비고
3	1	축구의 개요	축구의 역사와 경기방법	
	2	패스	○ 패 스 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 프론트(스탠딩, 런닝) / 미니게임	
	3	패스	○ 패 스 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 프론트(스탠딩, 런닝) / 미니게임	
	4	패스	○ 패 스 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 프론트(스탠딩, 런닝) / 미니게임	
4	1	패스	○ 패 스 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 프론트(스탠딩, 런닝) / 미니게임	
	2	트래핑	○ 기본 트래핑 ⇨ 인사이드, 무릎, 무릎, 가슴 (응용 : 트래핑 & 드리블 & 패스)	
	3	트래핑	○ 기본 트래핑 ⇨ 인사이드, 무릎, 무릎, 가슴 (응용 : 트래핑 & 드리블 & 패스)	
	4	트래핑	○ 기본 트래핑 ⇨ 인사이드, 무릎, 무릎, 가슴 (응용 : 트래핑 & 드리블 & 패스)	
5	1	트래핑	○ 기본 트래핑 ⇨ 인사이드, 무릎, 무릎, 가슴 (응용 : 트래핑 & 드리블 & 패스)	
	2	드리블	○ 드리블 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드	
	3	드리블	○ 드리블 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드	
	4	드리블	○ 드리블 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드	

월	주	주 제	학 습 내 용	비고
6	1	킥	○ 킥 ⇨ 인프론트, 프론트(세워놓고, 런닝) / 킥을 이용한 센터링 / 미니 Or 정식게임	
	2	킥	○ 킥 ⇨ 인프론트, 프론트(세워놓고, 런닝) / 킥을 이용한 센터링 / 미니 Or 정식게임	
	3	킥	○ 킥 ⇨ 인프론트, 프론트(세워놓고, 런닝) / 킥을 이용한 센터링 / 미니 Or 정식게임	
	4	킥	○ 킥 ⇨ 인프론트, 프론트(세워놓고, 런닝) / 킥을 이용한 센터링 / 미니 Or 정식게임	
7	1	헤딩	○ 헤 딩 ⇨ 패스(2인 1조, 5인 로테이션) / 슈팅(스탠딩, 런닝, 런닝점프) / 정식게임	
	2	헤딩	○ 헤 딩 ⇨ 패스(2인 1조, 5인 로테이션) / 슈팅(스탠딩, 런닝, 런닝점프) / 정식게임	
	3	헤딩	○ 헤 딩 ⇨ 패스(2인 1조, 5인 로테이션) / 슈팅(스탠딩, 런닝, 런닝점프) / 정식게임	
	4	헤딩	○ 헤 딩 ⇨ 패스(2인 1조, 5인 로테이션) / 슈팅(스탠딩, 런닝, 런닝점프) / 정식게임	
8	1	슛 팅	○ 슛 팅(프론트) ⇨ 응용 슛팅 : 드리블, 논스톱, 무릎·가슴 트래핑 & 슛팅 / 정식게임	
	2	슛 팅	○ 슛 팅(프론트) ⇨ 응용 슛팅 : 드리블, 논스톱, 무릎·가슴 트래핑 & 슛팅 / 정식게임	
	3	슛 팅	○ 슛 팅(프론트) ⇨ 응용 슛팅 : 드리블, 논스톱, 무릎·가슴 트래핑 & 슛팅 / 정식게임	
	4	슛 팅	○ 슛 팅(프론트) ⇨ 응용 슛팅 : 드리블, 논스톱, 무릎·가슴 트래핑 & 슛팅 / 정식게임	

월	주	주 제	학 습 내 용	비고
9	1	개인기	○ 개인기 ⇨ 볼 리프팅 / 기본 패인팅(인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드)	
	2	개인기	○ 개인기 ⇨ 볼 리프팅 / 기본 패인팅(인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드)	
	3	개인기	○ 개인기 ⇨ 볼 리프팅 / 기본 패인팅(인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드)	
	4	개인기	○ 개인기 ⇨ 볼 리프팅 / 기본 패인팅(인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드)	
10	1	패인팅	○ 개인기 ⇨ 응용 패인팅(헛다리 : 인사이드, 아웃사이드) / 포스트 플레이 익히기(등지기)	
	2	패인팅	○ 개인기 ⇨ 응용 패인팅(헛다리 : 인사이드, 아웃사이드) / 포스트 플레이 익히기(등지기)	
	3	패인팅	○ 개인기 ⇨ 응용 패인팅(헛다리 : 인사이드, 아웃사이드) / 포스트 플레이 익히기(등지기)	
	4	패인팅	○ 개인기 ⇨ 응용 패인팅(헛다리 : 인사이드, 아웃사이드) / 포스트 플레이 익히기(등지기)	
11	1	볼 감각 익히기	○ 개인기⇨ 볼 리프팅 / 발바닥 패인팅(오른발 V자, 왼발 V자, 양발 V자) ⇨ 인사이드 돌아서기(드리블)	
	2	볼 감각 익히기	○ 개인기⇨ 볼 리프팅 / 발바닥 패인팅(오른발 V자, 왼발 V자, 양발 V자) ⇨ 인사이드 돌아서기(드리블)	
	3	볼 감각 익히기	○ 개인기⇨ 볼 리프팅 / 발바닥 패인팅(오른발 V자, 왼발 V자, 양발 V자) ⇨ 인사이드 돌아서기(드리블)	
	4	볼 감각 익히기	○ 개인기⇨ 볼 리프팅 / 발바닥 패인팅(오른발 V자, 왼발 V자, 양발 V자) ⇨ 인사이드 돌아서기(드리블)	

월	주	주 제	학 습 내 용	비고
12	1	개인기술 접기	○ 개인기 ⇨ 인 프론트 꺽기(중앙, 측면: 서서, 앞으로 이동) / 아웃사이드 돌아서기(드리블, 슛팅 연결) ⇨ 정식게임	
	2	개인기술 접기	○ 개인기 ⇨ 인 프론트 꺽기(중앙, 측면: 서서, 앞으로 이동) / 아웃사이드 돌아서기(드리블, 슛팅 연결) ⇨ 정식게임	
	3	개인기술 접기	○ 개인기 ⇨ 인 프론트 꺽기(중앙, 측면: 서서, 앞으로 이동) / 아웃사이드 돌아서기(드리블, 슛팅 연결) ⇨ 정식게임	
	4	개인기술 접기	○ 개인기 ⇨ 인 프론트 꺽기(중앙, 측면: 서서, 앞으로 이동) / 아웃사이드 돌아서기(드리블, 슛팅 연결) ⇨ 정식게임	
1	1	드리블	○ 드리블 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드	
	2	트래핑	○ 기본 트래핑 ⇨ 인사이드, 무릎, 무릎, 가슴 (응용 : 트래핑 & 드리블 & 패스)	
	3	킥	○ 킥 ⇨ 인프론트, 프론트(세워놓고, 런닝) / 킥을 이용한 센터링 / 미니 Or 정식게임	
	4	드리블	○ 드리블 ⇨ 인사이드, 아웃사이드, 인 & 아웃사이드	
2	1	헤딩	○ 헤 딩 ⇨ 패스(2인 1조, 5인 로테이션) / 슈팅(스탠딩, 런닝, 런닝점프) / 정식게임	
	2	종합 연습	경기를 통해 학습내용 종합 연습	
	3	종합 연습	경기를 통해 학습내용 종합 연습	
	4	종합 연습	경기를 통해 학습내용 종합 연습	