

# [ 음악줄넘기 ]부 [ A ]반 연간 운영 계획

지도강사	최 미 정	대상학년	1 ~ 2 학년
		운영요일	목요일
		운영시간	13:50분~14:50분
지도목표	신나는 음악과 함께 줄넘기 하나로 건강해지며 2인, 단체줄넘기를 통하여 이해심과 협동심을 키우도록 한다.		

분기	차시	학습주제	학습내용	비고
1분기	1	줄넘기의 기본자세	줄 길이 조정하기, 기본자세, 1도약·2도약 뛰기 좌우 이동 뛰기, 손목 돌리기, 민첩성 테스트	
	2	기본스텝	1도약, 2도약 뛰기, 좌우 이동 뛰기, 앞뒤 이동 뛰기, 8자 돌리기, 20회씩 미션 줄넘기	
	3	미션줄넘기	앞뒤 이동 뛰기, 기본스텝과 8자 연결하기, 30회씩 미션 줄넘기, 그대로 멈춰라	
	4	긴 줄넘기	줄넘기 동작 따라 하기, 좌우 벌려 모아 뛰기, 음악줄넘기 작품 긴 줄-가는 줄 통과하기 40회씩 미션 줄넘기	
	5	줄넘기 오래 뛰기	좌우 벌려 모아 뛰기, 음악줄넘기 작품, 50회씩 미션 줄넘기, 줄넘기 오래 뛰기(오징어 줄넘기)	
	6	음악줄넘기 작품	앞뒤 벌려 모아 뛰기, 음악줄넘기 작품, 16박 미션 줄넘기, 긴 줄-줄 넘고 나가기	
	7	줄 돌리기	앞뒤 벌려 모아 뛰기, 줄 돌리기-파 돌리기 송, 음악줄넘기 작품, 순발력 테스트	
	8	2인 줄넘기	양발 십자 뛰기, 줄 돌리기-파 돌리기 송, 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-8회씩 넘기	
	9	폭탄 줄넘기	양발 십자 뛰기, 줄넘기 100회 뛰기, 음악줄넘기 작품, 폭탄 줄넘기	
	10	긴 줄넘기	가위바위보 뛰기, 10초-30초 뛰기(어몽어스), 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-꼬마야 꼬마야	
	11	집중력 트레이닝	한 발 뛰기, 번갈아 뛰기, 양발 스피드 뛰기, 집중력 트레이닝	
	12	긴 줄넘기	번갈아 뛰기, 번갈아 두 박자 뛰기, 번갈아 스피드 뛰기음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-8자 마라톤	
2분기	1	기본 스텝	뒤 들어 모아 뛰기, 미션 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-두 줄 옆 나란히 뛰기	
	2	긴 줄넘기	뒤 들어 모아 뛰기, 무궁화꽃 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-오는 줄 넘고 나가기	
	3	엇갈어 풀어 뛰기	엇갈어 풀어 뛰기, 엇갈어 뛰기, 번외 경기-30초 빨리 뛰기, 2인 줄넘기- 맞서서 뛰기	
	4	음악줄넘기 작품	무릎 들어 뛰기, 뒤 들어 무릎 들어 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 초보 탈출 미션 줄넘기	
	5	엇갈어풀어뛰기응용	앞 흔들어 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 점프스타일 레벨1, 엇갈어 풀어 뛰기 응용(주고 받기)	
	6	긴 줄넘기	줄넘기 달리기, 1인 방향전환, 앞 흔들어 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-음악 줄넘기	
	7	2인 줄넘기	십자 뛰기, 이중 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-옆 나란히 뛰기(한 줄)	
	8	앞 되돌리기	앞 되돌리기, 음악줄넘기 작품 복습하기, 긴 줄넘기-긴 줄 손 가위바위보	
	9	스피드 줄넘기	스텝, 스피드 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 기차 줄넘기	
	10	긴 줄넘기	타바타 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-4인 스텝 뛰기	
	11	가위바위보줄넘기	줄넘기 달리기, 스텝, 가위바위보 타바타 줄넘기	
	12	크로스 챌린지	2인 줄넘기-번갈아 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 크로스 챌린지	
3분기	1	폭탄 줄넘기	미션 클리어 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 폭탄 줄넘기	
	2	3인 줄넘기	3인 줄넘기-왕중왕전, 옆 떨쳐 뛰기, 줄넘기 릴리즈	
	3	대회종목왕중왕전	수준별 음악줄넘기 작품, 대회 종목 왕중왕전, 이중 뛰기 집중연습	
	4	1.5중 뛰기	스피드 트레이닝, 수준별 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기-1.5중 뛰기	
	5	긴 줄넘기	점프 스킬, 음악줄넘기 작품 복습하기, 긴 줄넘기-꼬마야 꼬마야	
	6	집중력 줄넘기	기본스텝, 미션 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 집중력 줄넘기	
	7	긴 줄넘기	어몽어스 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-장.단 복합줄넘기	
	8	벽돌 깨기 줄넘기	2인 줄넘기-맞서 뛰기 기술, 스텝, 주고받기 줄넘기, 벽돌 깨기 줄넘기	
	9	더블 크로스	급수 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기-더블 크로스	
	10	3인 줄넘기	팔 감아 스윙 회전, 3인 줄넘기-8회씩 넘기, 수준별 음악줄넘기 작품	
	11	2인 줄넘기	2인 번갈아 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기-SC	
	12	술개 뛰기	줄 넘고 달리기, 수준별 음악줄넘기 작품, 미션 줄넘기, 기술 줄넘기-술개 뛰기	
4분기	1	미션 플레이	미션 플레이, 맞서 뛰기 스피드, 기술 줄넘기-T0AD, 30초 롤러코스터	
	2	더블 더치	수준별 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기-크루거, 긴 줄넘기- 더블 더치(출입법)	
	3	기술 줄넘기	수준별 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기-AS, 99초 미션 줄넘기	
	4	더블더치	급수별 트레이닝, 긴 줄넘기-더블 더치 (뛰고 나가기), 무궁화 꽃이 피었습니다	
	5	3인할리갈리줄넘기	타바타 팀별 체력 줄넘기, 줄넘기 기초 훈련, 3인 할리갈리 줄넘기	
	6	줄넘기이어달리기	줄넘기 체력운동 하체, 줄넘기 이어달리기, 줄넘기 왕중왕전	
	7	더블더치	인터벌 줄넘기 트레이닝 유연성, 2인 1조 기록 측정, 더블더치	
	8	기술 줄넘기	발목 및 점프력 강화 운동, 기술 줄넘기, 도전 줄넘기	

\*수준 및 상황에 따라 수업내용은 변경될 수 있음\*

# [ 음악줄넘기 ]부 [ B ]반 연간 운영 계획

지도강사	최 미 정	대상학년	2 ~ 6학년
		운영요일	목요일
		운영시간	15시~16시
지도목표	신나는 음악과 함께 줄넘기 하나로 건강해지며 2인, 단체줄넘기를 통하여 이해심과 협동심을 키우도록 한다.		

분기	차시	학습주제	학습내용	비고
1분기	1	기본스텝과 8자 돌리기	줄 길이 조정하기, 기본자세, 손목 돌리기, 8자 돌리기 1도약·2도약 뛰기, 좌우 이동 뛰기, 좌우 벌려 모아 뛰기	
	2	스윙과 스텝 연결하기	가위바위보 뛰기, 한 발 뛰기, 번갈아 뛰기, 8자 돌리기 기본스텝과 8자 연결하기, 오래 뛰기(오징어 줄넘기)	
	3	음악줄넘기 작품	양발 십자 뛰기, 번갈아 두 박자 뛰기, 음악줄넘기 작품, 집중력 줄넘기	
	4	엇걸어 풀어 뛰기	십자 뛰기, 엇걸어 풀어 뛰기, 옆 떨쳐 뛰기(S0, SC)음악줄넘기 작품, 긴 줄-가는 줄 넘고 나가기	
	5	앞 되돌리기	뒤 들어 모아 뛰기, 그대로 멈춰라, 앞 되돌리기, 2인 줄넘기-8회씩 넘기	
	6	팔에 줄 감기	앞 들어 모아 뛰기, 팔에 줄 감기-2, 4박자, 벽돌 깨기 줄넘기, 긴 줄넘기-8자 마라톤	
	7	2인 줄넘기	줄 감고 풀고 스텝 뛰기, 뒤로 줄넘기, 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-두 줄 옆 나란히 뛰기	
	8	스윙 회전	앞 흔들어 뛰기, 스윙 회전, 음악줄넘기 작품, 줄넘기 왕중왕전(오징어 줄넘기)	
	9	이중 뛰기	지그재그 뛰기, 이중 뛰기, 미션 줄넘기, 긴 줄넘기-조별 함께 뛰기	
	10	크로스 미션 줄넘기	줄넘기 100회 뛰기, 크로스 미션 줄넘기, 2인 줄넘기-번갈아 뛰기, 긴 줄 손 가위바위보 게임	
	11	1분 줄넘기 뛰기	점핑 잭 뛰기, 가위바위보 10라운드, 1분 줄넘기 뛰기, 시계 돌리기 줄넘기	
	12	음악줄넘기 작품	앞 들어 짝어 뛰기, 팀별 줄넘기 대결, 음악줄넘기 작품, 1:1 가위바위보 미션 줄넘기	
2분기	1	초보탈출 미션줄넘기	뒤 들어 짝어 뛰기, 초보 탈출 미션 줄넘기, 음악줄넘기 작품, 3인 줄넘기-8회씩 넘기	
	2	장단 복합줄넘기	1.5중 뛰기, 음악줄넘기 작품, 가는 줄로 장단 복합줄넘기	
	3	줄넘기 달리기	캉캉 스텝 뛰기, 다리 밑 팔 감아 풀기, 미션 줄넘기, 폭탄 줄넘기	
	4	바람개비 턴	바람개비 턴, 음악줄넘기 작품 복습, 도전 99초	
	5	긴 줄넘기	뒤 들어 무릎 들어 뛰기, 미션 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 긴 줄넘기-8자 마라톤	
	6	2인 줄넘기	옆 흔들어 뛰기, 앞 되돌려 뛰기, 수준별 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-옆 나란히 뛰기(한 줄)	
	7	앞 되돌려 뛰기	힐 스텝 뛰기, 앞 되돌려 뛰기, 배틀 왕중왕전, 가는 줄로 장단 복합줄넘기	
	8	3인 이동 짝줄넘기	토우 스텝 뛰기, 뒤 들어 크로스 뛰기, 옆 떨쳐 크로스 뛰기(SC), 3인 이동 짝 줄넘기	
	9	기술 줄넘기	토우 힐 스텝 뛰기, 기술 줄넘기-EB00, EB0, 크로스 급수 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품	
	10	3인 줄넘기	줄넘기 달리기, 기술 줄넘기-EB50, 토드, 3인 줄넘기-함께 오래 뛰기	
	11	크로스 급수 줄넘기	크로스 급수 줄넘기, 왕중왕전 오래 뛰기, 기술 줄넘기-토드, 크루거	
	12	2인 음악줄넘기	타바타 줄넘기, 수준별 음악줄넘기 작품, 2인 줄넘기-음악줄넘기	
3분기	1	2.5중 뛰기	2.5중 멀티 뛰기, 2인 줄넘기 1000번 도전, 원 마커 선물 줄넘기	
	2	기술 왕중왕전	미션 기초 체력운동, 줄넘기 기술 왕중왕전, 2인 1조 줄넘기 대결	
	3	기술 줄넘기	랜덤 체력운동, 줄넘기 이어달리기, 기술 줄넘기-AS, EBSC	
	4	긴줄 손 가위바위보	기술 줄넘기-TS, 긴 줄넘기-긴 줄 손 가위바위보, 팀별 체력전	
	5	긴 줄넘기	유연성 운동, 스텝 주고받기, 미션 줄넘기, 긴 줄넘기-8자 마라톤	
	6	메트로놈 줄넘기	점프력 향상 순환운동, 메트로놈 줄넘기, 음악줄넘기 작품, 2인 가위바위보 줄넘기	
	7	기술 줄넘기	점핑 인터벌 타바타, 스텝 뛰기, 양발 응용 뛰기, 기술 줄넘기	
	8	음악줄넘기 작품	서킷 트레이닝, 2인 폭탄 줄넘기, 음악줄넘기 작품	
	9	3인 줄넘기	몸풀기, 3인 스피드 미션 줄넘기, 롤러코스터 미션 줄넘기	
	10	줄넘기 이어달리기	인터벌 줄넘기 트레이닝 근력, 줄넘기 이어달리기, 줄넘기 왕, 긴 줄 미션 임파서블	
	11	3인 할리갈리 줄넘기	타바타 팀별 체력 줄넘기, 줄넘기 기초 훈련, 3인 할리갈리 줄넘기	
	12	긴 줄 단체 줄넘기	줄넘기 체력운동 하체, 긴 줄 단체 줄넘기, 기술 줄넘기	
4분기	1	더블 더치	인터벌 줄넘기 트레이닝 유연성, 2인 1조 기록 측정, 더블 더치	
	2	기술 줄넘기	발목 및 점프력 강화 운동, 기술 줄넘기, 도전 줄넘기	
	3	펌프 줄넘기	랜덤 체력 줄넘기, 긴 줄 도미노 줄넘기, 펌프 줄넘기	
	4	기술 줄넘기	팀별 체력 운동, 음악줄넘기 작품, 기술 줄넘기, 77초 미션 줄넘기	
	5	더블더치	급수별 트레이닝, 긴 줄넘기-더블 더치, 무궁화 꽃이 피었습니다	
	6	3인할리갈리줄넘기	레피티션 줄넘기 유연성 운동, 미션 줄넘기, 배틀 왕중왕전	
	7	줄넘기 이어달리기	짝 줄넘기 스트레칭, 줄넘기 이어달리기, 줄넘기 왕중왕전	
	8	급수별 주고받기	복합체력 스피드트레이닝, 음악줄넘기 작품, 급수별 주고받기	

[ 주산암산 ]부 [ A ]반 연간 운영 계획

지도강사	김 국 희	대상학년	1~2학년
		운영요일	목
		운영시간	13:50~14:50
지도목표	주판을 활용하여 수의 개념을 쉽게 이해시키고 암산 능력을 향상 시킨다.		

분기	차시	학습주제	학습내용	준비사항 및 자료
1분기	1	주판의 구성과 명칭	교재배부, 바르게 숫자쓰기, 안전교육, 주판과 연필잡는 법	
	2	운주운지법	한 자리수 단순 덧셈과 뺄셈: 0~4의 수	
	3	운주운지법	한 자리수 단순 덧셈과 뺄셈: 5~6의 수. 12급 암산	
	4	운주운지법	한 자리수 단순 덧셈과 뺄셈: 7~9의 수. 12급 암산	
	5	운주운지법	두 자리수 단순 덧셈과 뺄셈. 12급 암산	
	6	10의 보수 알아보기	10의 보수 덧셈 노래 배우고 외우기. 12급 암산	
	7	10의 보수 덧셈	10을 활용한 9~7의 덧셈. 12급 암산	
	8	10의 보수 덧셈	10을 활용한 6~4의 덧셈. 12급 암산	
	9	10의 보수 덧셈	10을 활용한 3~1의 덧셈. 12급 암산	
	10	TEST	자격증대비 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	종합연습	종합연습문제. 12급 암산	
2분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	5의 짝 덧셈	5를 활용한 1의 덧셈. 11급 암산	
	3	5의 짝 덧셈	5를 활용한 2의 덧셈. 11급 암산	
	4	5의 짝 덧셈	5를 활용한 3~4의 덧셈. 11급 암산	
	5	종합연습	종합연습문제. 11급 암산	
	6	이중보수 덧셈	10과 5를 활용한 6~7의 덧셈. 11급 암산	
	7	이중보수 덧셈	10과 5를 활용한 8~9의 덧셈. 11급 암산	
	8	종합연습	종합연습문제. 11급 암산	
	9	50만들기 덧셈	50을 활용한 주의할 덧셈. 11급 암산	
	10	TEST	자격증대비 1차 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	100만들기 덧셈	100을 활용한 주의할 덧셈. 11급 암산	
3분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 1의 뺄셈. 10급 암산	
	3	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 1의 뺄셈. 10급 암산	
	4	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 2의 뺄셈. 10급 암산	
	5	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 2의 뺄셈. 10급 암산	
	6	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 3의 뺄셈. 10급 암산	
	7	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 3의 뺄셈. 10급 암산	
	8	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 4의 뺄셈. 10급 암산	
	9	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 4의 뺄셈. 10급 암산	
	10	TEST	자격증대비 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	종합연습	종합연습문제. 10급 암산	
4분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	이중보수 뺄셈	10을 활용한 5의 뺄셈. 9급 암산	
	3	이중보수 뺄셈	10을 활용한 6의 뺄셈. 9급 암산	
	4	이중보수 뺄셈	10을 활용한 7의 뺄셈. 9급 암산	
	5	이중보수 뺄셈	10을 활용한 8~9의 뺄셈. 9급 암산	
	6	TEST	자격증대비 TEST	
	7	자격증 시험	자격증 시험	
	8	이중보수 뺄셈	10과 5를 활용한 6~7의 뺄셈. 9급 암산	

※ 수준별 진도는 다를 수 있음.

[ 주산암산 ]부 [ B ]반 연간 운영 계획

지도강사	김 국 희	대상학년	1~6학년
		운영요일	목
		운영시간	15:00~16:00
지도목표	주판을 활용하여 수의 개념을 쉽게 이해시키고 암산 능력을 향상 시킨다.		

분기	차시	학습주제	학습내용	준비사항 및 자료
1분기	1	주판의 구성과 명칭	교재배부, 바르게 숫자쓰기, 안전교육, 주판과 연필잡는 법	
	2	운주운지법	한 자리수 단순 덧셈과 뺄셈: 9까지의 수	
	3	운주운지법	두 자리수 단순 덧셈과 뺄셈	
	4	10의 보수 알아보기	10의 보수 덧셈 노래 배우고 외우기. 11급 암산	
	5	10의 보수 덧셈	10을 활용한 9~6의 덧셈. 11급 암산	
	6	10의 보수 덧셈	10을 활용한 5~1의 덧셈. 11급 암산	
	7	종합연습	종합연습문제. 11급 암산	
	8	5의 짝 덧셈 종합연습	5를 활용한 1~4의 덧셈. 종합연습문제. 11급 암산	
	9	이중보수 덧셈	10과 5를 활용한 6~9의 덧셈. 11급 암산	
	10	TEST	자격증대비 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	종합연습	종합연습문제. 11급	
2분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	50만들기 덧셈	50을 활용한 주의할 덧셈. 10급 암산	
	3	100만들기 덧셈	100을 활용한 주의할 덧셈. 10급 암산	
	4	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 1의 뺄셈. 10급 암산	
	5	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 1의 뺄셈. 10급 암산	
	6	5의 짝 뺄셈	5를 활용한 1의 뺄셈. 10급 암산	
	7	10의 보수 뺄셈	10을 활용한 2의 뺄셈. 10급 암산	
	8	5의 짝 뺄셈 10의 보수 뺄셈	5를 활용한 3의 뺄셈. 10을 활용한 3의 뺄셈. 10급 암산	
	9	5의 짝 뺄셈 10의 보수 뺄셈	5를 활용한 4의 뺄셈. 10을 활용한 4의 뺄셈. 10급 암산	
	10	TEST	자격증대비 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	종합연습	종합연습문제. 10급 암산	
3분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	이중보수 뺄셈	10을 활용한 5의 뺄셈. 9급 암산	
	3	이중보수 뺄셈	10을 활용한 6의 뺄셈. 9급 암산	
	4	이중보수 뺄셈	10을 활용한 7의 뺄셈. 9급 암산	
	5	이중보수 뺄셈	10을 활용한 8~9의 뺄셈. 9급 암산	
	6	이중보수 뺄셈	10과 5를 활용한 6~7의 뺄셈. 9급 암산	
	7	이중보수 뺄셈	10과 5를 활용한 8~9의 뺄셈. 9급 암산	
	8	50만들기 뺄셈	50을 활용한 주의할 뺄셈. 9급 암산	
	9	100만들기 뺄셈	100을 활용한 주의할 뺄셈. 9급 암산	
	10	TEST	자격증대비 TEST	
	11	자격증 시험	자격증 시험	
	12	종합연습	종합연습문제. 9급 암산	
4분기	1	안전교육	교재 배부, 바르게 숫자 쓰기, 안전교육	
	2	단순 덧셈과 뺄셈	10과 5를 활용한 덧셈과 뺄셈. 8급 암산	
	3	곱셈의 원리	곱셈의 원리 알아보기. 8급 암산	
	4	보수 알아보기. 10급 주산	주판에 놓인 수로 보수 알아보기 10급 주산. 암산 수학 풀어보기. 8급 암산	
	5	10급 주산	10급 주산. 암산 수학 풀어보기. 8급 암산	
	6	TEST	자격증대비 TEST	
	7	자격증 시험	자격증 시험	
	8	10급 주산	10급 주산. 암산 수학 풀어보기. 8급 암산	

※ 수준별 진도는 다를 수 있음. ※ 1~2학년은 A반 연간계획서 적용.

[ 클레이 ]부 [ A, B ]반 연간 운영 계획

지도강사	김금심	대상학년	1-2 / 1-6학년
		운영요일	목요일
		운영시간	13:50~14:50 / 15:00~16:00
지도목표	창의적이만들기교실		

분기	차시	학습주제	학습내용	준비사항 및 자료
1분기	1	클레이	돼지수납 연필꽃이	
	2	레진아트	하트거울키링	
	3	미니어처	수지점토 일식가게만들기1	
	4	미니어처	수지점토 일식가게만들기2	
	5	미니어처	수지점토 일식가게만들기3 완성	
	6	다양한공예	양말목-네잎클로버키링만들기	
	7	클레이	하트함만들기	
	8	미니어처	수지점토-나의옷방만들기1	
	9	미니어처	수지점토-나의옷방만들기2	
	10	미니어처	수짓지머토-나의옷방만들기3 완성	
	11	클레이	풍경화시계만들기1차	
	12	클레이	풍경화시계만들기2차완성	
2분기	1	클레이	액자만들기	
	2	다양한공예	모루인형만들기	
	3	미니어처	수지점토-베이커리가게만들기1차	
	4	미니어처	수지점토-베이커리가게만들기2차	
	5	미니어처	수지점토-베이커리가게만들기3차완성	
	6	클레이	캐릭터소풍피크닉함만들기	
	7	가족공예	가족가랜드만들기	
	8	클레이	나만의 톡캐릭터만들기 1차	
	9	클레이	나만의 톡캐릭터만들기 2차완성	
	10	레진아트	레진-그림톡만들기	
	11	클레이	서랍장만들기1차	
	12	클레이	서랍장만들기2차완성	
3분기	1	클레이	당근토끼 액자만들기	
	2	다양한공예	품품액자만들기	
	3	미니어처	수지점토-분식식당만들기1차	
	4	미니어처	수지점토-분식식당만들기2차	
	5	미니어처	수지점토-분식식당만들기3차 완성	
	6	클레이	빗거울만들기	
	7	다양한공예	가족가방만들기1차	
	8	다양한공예	가족가방만들기2차 완성	
	9	클레이	tv 도넛만들기1차	
	10	클레이	tv 도넛만들기2차완성	
	11	다양한공예	품품액자만들기 -토끼	
	12	다양한공예	청소년 핸드크림만들기	
4분기	1	클레이	정사각우드액자만들기	
	2	미니어처	수지점토-오마카세1차	
	3	미니어처	수지점토-오마카세2차	
	4	다양한공예	천연비누만들기	
	5	클레이	겨울이야기	
	6	다양한공예	글리세린-사탕몰드키링만들기	
	7	클레이	크리스마스레터링	
	8	클레이	논사람캐릭터만들기	

[ 축구 ]부 [ A,B ]반 연간 운영 계획

지도강사	이현기	대상학년	1-2 / 3-6학년
		운영요일	목요일
		운영시간	13:50 ~ 16:00
지도목표	축구를 통해 ‘내’ 가 아닌 ‘우리’ 라는 같이의 가치와 인성 및 예절 교육 향상, 기초 체력 증강		

분기	차시	학습주제	학습내용	준비사항 및 자료
1분기	1	예절교육 및 기초 코디네이션	운동장 안전지도, 간단한 경기규칙 및 예절교육 기초체력훈련(코디네이션)	축구공, 훈련교구, 팀 조끼 / 개인 물, 미끄러지지 않을 만한 운동화
	2	공이랑 친해지기	발바닥 공 터치감각, inside 공 터치 감각, outside 공 터치 감각 훈련,반환점 돌아오기	
	3	공이랑 친해지기2	무릎 터치 감각, 헤딩 터치 감각, 온 몸을 이용하여 공 컨트롤 훈련	
	4	공을 이용한 레크레이션	손을 이용한 패스게임, 공 들고 반환점 돌아오기 드리블로 반환점 돌아오기	
	5	inside 패스 훈련	2~5인 1조 inside 패스훈련, inside 패스를 이용하여 고깔 쓰러뜨리기(정확도 훈련)	
	6	instep 패스 훈련	2~5인 1조 발등 패스훈련, 발등 패스를 이용하여 고깔 쓰러뜨리기(정확도 훈련)	
	7	outside 패스 훈련	2~5인 1조 outside 패스 훈련, outside 패스를 이용하여 고깔 쓰러뜨리기(정확도 훈련)	
	8	패스게임	다양한 패스를 사용하여 패스 횟수를 통한 게임(손,발), 경기	
	9	inside 드리블	inside 왕복 터치 훈련, 지그재그 inside 고깔 피해 가기, inside 드리블 훈련	
	10	outside 드리블	지그재그 outside 고깔 피해가기, outside 전진 드리블 훈련	
	11	발바닥 드리블	발바닥을 이용하여 전진 드리블, 뒤로 드리블, 좌우 발바닥 터치 드리블	
	12	장애물 통과 드리블 훈련	다양한 발 부위로 정해진 장애물 통과, inside, outside 고깔 돌면서 드리블, 스피드 드리블	
2분기	1	볼 리프팅 훈련 (inside)	inside 부위를 사용하여 볼 감각 습득 및 오래 떨어뜨리지 않고 차기	축구공, 훈련교구, 팀 조끼 / 개인 물, 미끄러지지 않을 만한 운동화
	2	볼 리프팅 훈련 (instep)	instep 부위를 사용하여 볼 감각 습득 및 오래 떨어뜨리지 않고 차기	
	3	볼 리프팅 훈련 (무릎)	무릎(허벅지) 부위를 사용하여 볼 감각 습득 및 오래 떨어뜨리지 않고 차기	
	4	볼 리프팅 훈련 (헤딩)	이마 부위를 사용하여 볼 감각 습득 및 오래 떨어뜨리지 않고 헤딩 해보기	
	5	2인 1조 inside 트래핑	던져주는 공을 inside 부위를 활용하여 발 밑에 안전하게 낙하시켜보기	
	6	2인 1조 instep 트래핑	던져주는 공을 instep 부위를 활용하여 발 밑에 안전하게 낙하시켜보기	
	7	2인 1조 무릎 트래핑	던져주는 공을 무릎(허벅지) 부위를 활용하여 발 밑에 안전하게 낙하시켜보기	
	8	2인 1조 가슴 트래핑	던져주는 공을 가슴 부위를 활용하여 발 밑에 안전하게 낙하시켜보기	
	9	공 들고 슈팅	손으로 들고 inside, instep 슈팅 : 정확한 임팩트에 집중해본다	
	10	inside 슈팅, instep 슈팅	inside 슈팅 : 강하게 차는 것보다 insied 부위를 사용하여 정확하게 슈팅해본다. instep 슈팅 : instep 부위를 사용하여 강하게 슈팅해본다	
	11	패스 및 드리블 슈팅	장애물을 inside 부위로 드리블 통과 후 inside 패스 후 instep 슈팅을 시도해본다	
	12	슈팅 게임	팀 나누어 슈팅으로 득점에 도전해본다	
3분기	1	inside 킥 훈련	2인1조 인사이드 킥 주고받기 inside 킥을 이용하여 고깔 맞추기	
	2	instep 킥 훈련	2인1조 instep 킥 주고받기 instep 킥을 이용하여 고깔 맞추기	
	3	outside 킥 훈련	outside 킥 주고 받기, outside 킥을 이용하여 고깔 맞추기	
	4	in front 킥 훈련	in front를 이용하여 고깔 맞추기, in front를 이용하여 감아차기	
	5	1:1 훈련	정해진 공간 안에서 친구와 1:1 대결을 통해 다양한 드리블 돌파를 시도해본다	
	6	2:2 훈련	정해진 공간 안에서 개인 드리블 보다는 친구와 패스를 주고 받으며 상대를 돌파해본다	
	7	3:3 훈련	정해진 공간 안에서 개인 드리블 보다는 친구와 패스를 주고 받으며 상대를 돌파해본다	
	8	협동심 훈련	정해진 공간에서 협동 술래잡기(팀워크), 2인 1조 골대 반환점 돌아오기	
	9	평형성 훈련	다양한 장애물을 두 발 점프와 한 발 점프를 통해 넘어가며 밸런스가 흔들리지 않도록 점프해본다	

	10	순발력 및 민첩성 훈련	휘슬 소리와 동시에 선생님이 말하는 숫자 4개를 빠르게 터치 후 정해진 공간으로 달려본다	
	11	유연성 훈련	장애물을 다양한 스텝을 활용하여 빠져나가본다	
	12	스피드 훈련	공 없이 셔틀런, 볼 드리블 하면서 빠르게 드리블 셔틀런을 진행해본다	
4분기	1	기초 드리블 평가	배웠던 inside, outside 및 다양한 드리블 스킬을 자신있게 시도해본다	
	2	기초 패스 평가	배웠던 inside, instep 패스를 정확도와 패스 타이밍에 집중하여 시도해본다	
	3	기초 슈팅 평가	배웠던 inside, instep, in front 슈팅을 다양한 위치에서 적극적으로 시도해본다	
	4	기초 킥 평가	배웠던 inside, instep, in front 킥을 상황에 맞게 시도해본다	
	5	공격 포지션 움직임	공격수는 어떤 움직임을 해야 하는지 공간 및 포지션 위치 훈련	
	6	미드필더 포지션 움직임	상황 별 미드필더는 어떤 움직임을 해야 하는지 공간 및 포지션 위치 훈련	
	7	수비수 포지션 움직임	상황 별 수비수는 어떤 움직임을 해야 하는지 공간 및 포지션 위치 훈련	
	8	종합평가	경기에서 배웠던 기초 기본기 및 코디네이션 움직임 자신 있게 시도하고 도전해보기	