

### 【붙임 3】

## 교수역량 강화 KOCW 제작 지원 강의 계획서

1. 교과명 : 체육실기2

2. 강의 목표 : 도전활동, 경쟁활동, 여가활동 영역에 대한 기초 지식과 기능을 습득하여 체육 활동을 즐기며, 지도 할 수 있는 능력을 배양한다. 또한 각 영역에 따라 신체활동과 연계된 인성요인을 찾아 적용사례를 알아보고 이를 습득하게 한다.

3. 강의 개요 : 기능 중심이 아니고, 초등 체육의 특징을 잘 나타낼 수 있는 움직임 능력을 신장시키며, 움직임의 기본 요소인 이동 운동, 비이동 운동, 조작 운동의 방법을 탐색할 기회를 제공한다. 초등 체육의 학습 내용 중 민속 운동, 기본 운동, 기구 운동, 체력 운동, 계절 운동 내용의 경험을 제공한다. 초등 체육 접근 방법을 스스로 찾아 즐길 수 있는 학습 지도 방법을 모색한다.

4. 주차별 내용

주차	주제	강의내용	과제	기타
1	강의개요	체육실기2 강의와 관련한 수업 진행 방법 및 과제 전달		
2	스카프 놀이	<p>스카프를 바닥에 놓지 않도록 하여 스카프를 밟고 미끄러지지 않도록 주의한다.</p> <p>활동 시 학생들이 서로 부딪히는 일이 없도록 충분히 주의를 주고 보조할 수 있도록 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◦ 신체를 활용한 던지고 받기</li><li>◦ 스카프 저글링</li><li>◦ 스카프 잡기</li><li>◦ 둘이서 한마음 스카프</li><li>◦ 스피드 스카프</li><li>◦ 도마뱀 꼬리잡기</li><li>◦ 대장 스카프</li></ul>	스카프 던지는 방법과 요령 알기	시범 및 실습

3	막대(스틱)를 활용한 신체활동	<p>스틱을 이용한 조작운동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 스틱을 활용한 테그 게임(1인테게임(얼음땡, 운동스커트하고 들어와서 다시 참여, 친구와 만나 운동하고 다시 참여)</li> <li>◦ 스틱을 활용한 테그게임(색깔별 테그)</li> <li>◦ 스틱을 활용한 테그게임(1인테그, 잡힌 학생은 먹이사슬처럼 들어나서 도망학생 잡기, 모두 잡혀야 끝나는 게임)</li> <li>◦ 스틱 손에 올려 중심잡기(가로, 세로, 바닥에 놓고, 움직이면서)</li> <li>◦ 스틱 던지고 잡기(스틱 손으로 다양하게 잡기놀이, 자리에서 놓고 돌고 잡기)</li> <li>◦ 스틱 파트너와 주고 받기</li> <li>◦ 스틱 파트너와 투창 던지기</li> <li>◦ 스틱 펜싱</li> <li>◦ 스틱 릴레이게임(파트너와 둘이 공 던지고 잡기, 공 릴레이게임, 공 전달게임, 공 운반게임)</li> </ul>	막대(스틱)가 아동들의 성장 과정에 미치는 영향에 대해 말해봅시다.	시범 및 실습
4	목표를 향해 싸라(플라잉디스크)	<p>얼굴을 향해 던지지 않도록 주의한다. 플라잉디스크를 잡으려 이동하다가 주변 물체에 부딪힐 수 있으므로 장애물이 없는 공간에서 활동한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 나는 우주선</li> <li>◦ 맘대로 우주선</li> <li>◦ 난, 플라잉디스크 부자</li> <li>◦ 비 사이로 빨리</li> <li>◦ 플라잉디스크 얼음땡</li> <li>◦ 플라잉디스크 대장공</li> <li>◦ 우주선 타고 신나게!</li> <li>◦ 네트 너머로 싱싱!</li> </ul>	플라잉디스크를 던지는 신체활동에서 제자리에서만 던지는 친구가 있을 때 해주고 싶은 말은 무엇인가	시범 및 실습
5	플레이스쿠프를 활용한 단체 협업 활동	<p>활동 중 서로 부딪히지 않도록 활동 공간을 확보한다. 준비되지 않은 사람에게 직접 공을 던지지 않도록 한다. 스쿠프를 바닥에 내려놓아 밟지 않도록 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 플레이 스쿠프 이동</li> <li>◦ 둘이서 함께 플레이 스쿠프</li> <li>◦ 플레이 스쿠프 술래잡기</li> <li>◦ 플레이 스쿠프 영역형 게임</li> <li>◦ 플레이 스쿠프 야구</li> <li>◦ 플레이 스쿠프 네트형 게임</li> </ul>	플레이 스쿠프 야구 경기 규칙에 대해서 알아보기	시범 및 실습

6	전통 놀이	<p>전통적 여가 활동에 참여하면서 전통 문화 의식의 개념을 이해하고 실천한다.</p> <p>다양한 유형의 전통적 여가 활동을 체험한다.</p> <p>아동의 전통적 여가 활동의 유형을 이해한다.</p> <p>우리나라 전통적 여가 활동의 유형 및 특성을 지역 별로 이해한다.</p>	아동의 전통적 여가 활동과 성인의 전통적 여가 활동에 대해 알아봅시다.	시범 및 실습
7	뉴스포 츠의 이해	<p>1. 목표 : 참여, 도전, 모험, 낮은 경쟁 - 교육 가치의 다양화</p> <p>2. 종목 : 개념의 확대(활동유형의 다양화), 종목의 확대(셔플보드, 커롤링, 미니볼링, 그라운드 골프, 디스크 골프, 인디아카, 티볼, 플링고 등) - 내용의 다양화</p> <p>3. 운동 형식 : 신체 접촉 금지, 안전성 강화, 생활 환경 중심</p> <p>4. 결과 : 참여자의 운동욕구에 따른 맞춤형</p>	뉴스포츠 수업 적용 방법 및 발전 방안에 대해 알아봅시다.	시범 및 실습
8	킨볼	<p>신체활동량과 협동심을 요구하는 스포츠이면서 상대방을 배려하고 존중하는 스포츠맨쉽을 강조한다.</p> <p>킨볼은 기본적으로 팀스포츠인 킨볼스포츠와 준비 운동인 레크리에이션 등에서 사용되는 리드업 게임으로 구분할 수 있다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 킨볼 전달하기</li> <li>◦ 킨볼 피해서 전력 달리기</li> <li>◦ 굴러오는 킨볼 피하기</li> <li>◦ 날아오는 킨볼 피하기</li> <li>◦ 킨볼 능력형 게임</li> <li>◦ 킨볼 야구형 게임</li> <li>◦ 킨볼 네트형 게임</li> </ul>	킨볼을 이용한 네트형 게임에서 득점을 효과적으로 할 수 있는 방법에 대해 말해보세요.	시범 및 실습
9	투기도 전 (씨름)	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 씨름이 생겨난 배경과 변화되어온 과정을 이해 한다.</li> <li>◦ 샅바를 매는 방법을 익힌다.</li> <li>◦ 손기술 : 앞무릎치기, 뒷무릎치기, 오금당기기, 팔잡아돌리기, 등채기</li> <li>◦ 다리기술 : 밭다리걸기, 안다리걸기, 호미걸이, 빗장걸이, 덧걸이</li> <li>◦ 허리기술 : 들배지기, 차돌리기, 엉덩배지기</li> </ul>	씨름의 경기 방법에 대해 말해보세요.	시범 및 실습

10	후프야 놀자	<p>후프를 이용한 신체활동놀이</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 후프 드라이버(운전놀이)</li> <li>◦ 후프 돌리기(손, 다리, 허리 등)</li> <li>◦ 후프 점프운동(좌우, 앞뒤, 점프해서 외발서기 등)</li> <li>◦ 후프 줄넘기(손, 다리)</li> <li>◦ 후프 안에 빙백 던지기(후프 안에 던지고 이동 기술로 빙백 가지고 오기)</li> <li>◦ 후프 팀빌딩(릴레이, 원 만들어 통과하기, 2인1조 두 명 통과하기)</li> <li>◦ 후프 굴리기(파트너와 굴리기, 돌리고 잡기, 굴리고 잡기, 굴리고 넘기, 백투백 잡기, 발 넣기 등)</li> <li>◦ 후프 틱택톡 (3:3:3)</li> <li>◦ 후프 캐슬(성 만들기, 핸드볼게임)</li> </ul>	후프가 신체적·정신적 요소에 미치는 영향에 대해 알아봅시다.	시범 및 실습
11	네트형 경쟁 활동	<p>배구 기본 기술</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 1인 토스</li> <li>◦ 2인토스</li> <li>◦ 원 만들어 토스</li> <li>◦ 팀빌딩(오래토스하기, 릴레이 목표지점돌아오기)</li> <li>◦ 릴레이게임(목표지점돌아오기)</li> <li>◦ 서브는 1.98m 서브라인 뒤에서 언더핸드만 가능하다.</li> <li>◦ 5회의 터치 이내(5회를 다 채우지 않고 넘겨도 된다). 예 상대코트로 넘겨야 한다.</li> <li>◦ 서비스된 볼을 오버핸드 터치로 리시브하여 상대 코트로 바로 넘길 수 있다</li> <li>◦ 15점 3세트 제(2세트 선취 승)로 경기하고 최소 2점을 앞선 상태에 15점을 획득한 팀이 승리한다.</li> <li>◦ 14:14 동점일 경우 2점 리드가 이뤄질 때까지 계속한다.</li> </ul>	네트형 경쟁 활동의 특징에 대해 말해봅시다.	시범 및 실습

12	필드형 경쟁 활동(티볼)	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ ‘2루 티볼’ 게임이며 기본적인 규칙 알아보기</li> <li>◦ 티볼형 게임을 위한 복장과 도구 알아보기</li> <li>◦ 티볼형 게임의 특성 알아보기</li> <li>◦ 다양한 기본기능(공치기, 달리기, 공던지기, 공받기) 연습 및 시도하기</li> <li>◦ 다양한 기본기능을 게임 상황에 적용하기</li> <li>◦ 티볼형 게임의 공격과 수비 기본 전략 탐색 및 연습하기</li> <li>◦ 티볼형 게임의 전략 적용하기</li> </ul>	티볼과 야구의 차이점 알아보기	시범 및 실습
13	자전거 타고 신나게 달려요	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 자전거 타는 방법과 자전거 타기가 건강에 좋은 점 알아보기</li> <li>◦ 거북이 자전거 타기 게임하기</li> <li>◦ 자전거 안전사고 예방을 위한 안전 장비 착용</li> <li>◦ 자전거 타기를 꾸준하게 실천할 수 있는 방법 터득</li> <li>◦ 자전거 타기와 관련된 여가 활동 알아보기</li> </ul>	자전거 타기가 건강에 좋은 점 파악	시범 및 실습
14	재활 승마	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 말의 습성과 감정 상태를 이해하고 공감한다.</li> <li>◦ 말의 감정 상태를 관찰하고 말이 놀라지 않도록 접근한다.</li> <li>◦ 활동 전, 말의 건강 상태를 확인하고 말과 교감 한다.</li> <li>◦ 말의 부위별 손질 순서와 주의사항을 알고 알맞은 손질 도구를 사용한다.</li> <li>◦ 말을 원하는 방향으로 이끌며 리더쉽을 기른다.</li> <li>◦ 니드오프 잡는 법, 굴레 착용법을 익힌다.</li> <li>◦ 말과의 간격을 안전하게 유지하며 걷기, 정지, 회전시키기를 수행한다.</li> <li>◦ 말의 오르내리거나 기본 자세를 갖출 때, 말을 불편하게 하지 않는지를 살피며 말의 감정을 파악 한다.</li> <li>◦ 안전한 승/하마 방법을 알고 운동 목적에 따라 등자 길이를 조절하는 방법을 익힌다.</li> <li>◦ 승/하마 순서대로 수영하고 바른 자세로 고삐를 잡는다.</li> </ul>	말의 주요 습성에 대해서 알아보기	현장체험학습
15	종합평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 도전 활동 영역 : 출렁기 2단 뛰기</li> <li>◦ 경쟁 활동 영역 : 배드민턴 하이클리어</li> <li>◦ 건강(안전) 활동 영역 : 스카프 저글링, 접시 돌리기</li> </ul>		