

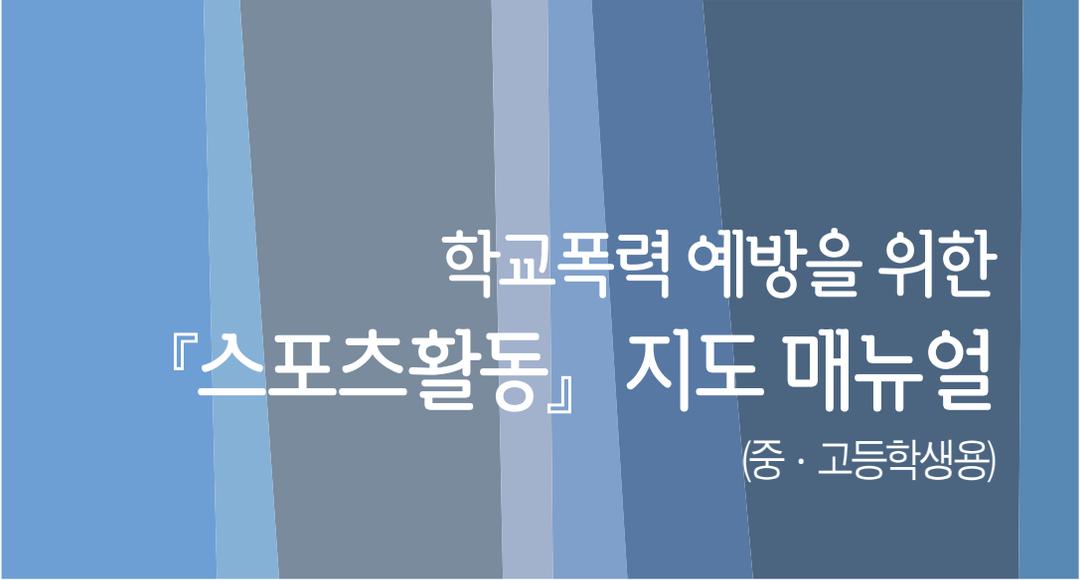
연구보고(수시과제) 10-R19-1

## NYPI 창의적체험활동 시리즈

학교폭력 예방을 위한 『스포츠활동』 지도 매뉴얼

(중 · 고등학생용)





학교폭력 예방을 위한  
『스포츠활동』 지도 매뉴얼  
(중·고등학생용)

집필 :

김남수 (한국외국어대학교 · 교수)

이기봉 (한국청소년정책연구원 · 부연구위원)

박일혁 (서울대학교 · 교수)

# Greeting

미래사회는 다양한 학문과 기술이 융합되어 새로운 지식과 가치를 창출 할 것으로 전망되고 있습니다. 이러한 변화의 시점에서 청소년 스스로 미래의 도전을 극복하고 자신의 가치를 창출해나갈 수 있는 새로운 능력이 요구됩니다.

이를 위해 무엇보다 과거의 모방중심의 주입식 교육에서 벗어나 청소년들 스스로 자신의 잠재력과 가능성을 찾을 수 있고, 이를 키워줄 수 있는 '끄집어내는' 교육이 필요합니다. 그 중심에 바로 창의성 교육이 있습니다. 이를 위해 본원에서는 청소년의 창의적 능력을 함양하고 이를 개발할 수 있는 다양한 체험활동시리즈를 기획하고 있으며 금번에 중·고등학생용으로 「학교폭력 예방을 위한 스포츠활동 지도 매뉴얼」을 발간하게 되었습니다.

우리나라의 청소년들은 입시를 위한 교육환경에 내몰려 여가의 상당 부분을 학원이나 게임 등으로 보내고 있는 것으로 보고되고 있습니다. 특히, 최근에 자주 사회문제가 되고 있는 청소년기 폭력 실태는 청소년들의 정서적 부분의 올바른 함양과 치유 대책을 필요로 하고 있습니다. 최근까지 학교폭력 예방과 치유를 위해 몇몇 프로그램이 개발되어 왔지만, 스포츠활동을 통해 청소년들이 바람직한 인성을 함양하고 폭력을 예방하는 프로그램의 시도는 드물었습니다.

스포츠활동은 자라나는 청소년들에게 책임감, 리더십, 협동심, 희생정신 등 바람직한 인성을 함양하는데 도움을 주는 것으로 알려져 있습니다. 학교와 교사가 스포츠활동을 단순히 운동기능의 향상만을 목적으로 하는 것이 아니라 청소년의 인성을 완성시켜 나가는데 도움을 주고자 한다면, 스포츠활동을 통해서 청소년의 문제행동을 예방하는데 효과를 얻을 수 있을 것입니다.

「학교폭력 예방을 위한 스포츠활동 지도 매뉴얼」의 핵심은 스포츠활동을 매개로 하고 지도교사의 열정과 학교의 지속적인 관심 및 지원 등을 통해서 청소년의 인성을 바람직한 방향으로 변화시키는 것입니다. 특히 가치관이 정립되기 전인 중·고등학생들이 팀을 이루어 스포츠활동을 하면서 협동하고 희생하며 동료들을 이해하는 마음을 배우고 룰을 지키는 태도를 함양하는데 스포츠활동의 주된 목적이 있습니다.

이는 스포츠활동을 통하여 운동기능이 뛰어난 운동선수를 배출하고자 하는 것이 아니라 함께 살아가는 동료와의 협력이 필요함을 알게 하고, 사회에서 정해진 규칙을 지키는 것이 중요함을 느끼게 하여 상대방을 존중하고 결국 자기 자신도 소중함을 느끼게 한다는 것입니다. 「학교폭력 예방을 위한 스포츠활동 지도 매뉴얼」이 즐겁고 행복한 청소년기를 보내는데 도움을 주고자 하는 학교와 교사들에게 보탬이 되기를 바라고, 청소년들의 바람직한 인성 함양을 통해 국가와 사회에 도움이 되는 청소년 인재양성에 기여하기를 기대합니다.

2010년 10월

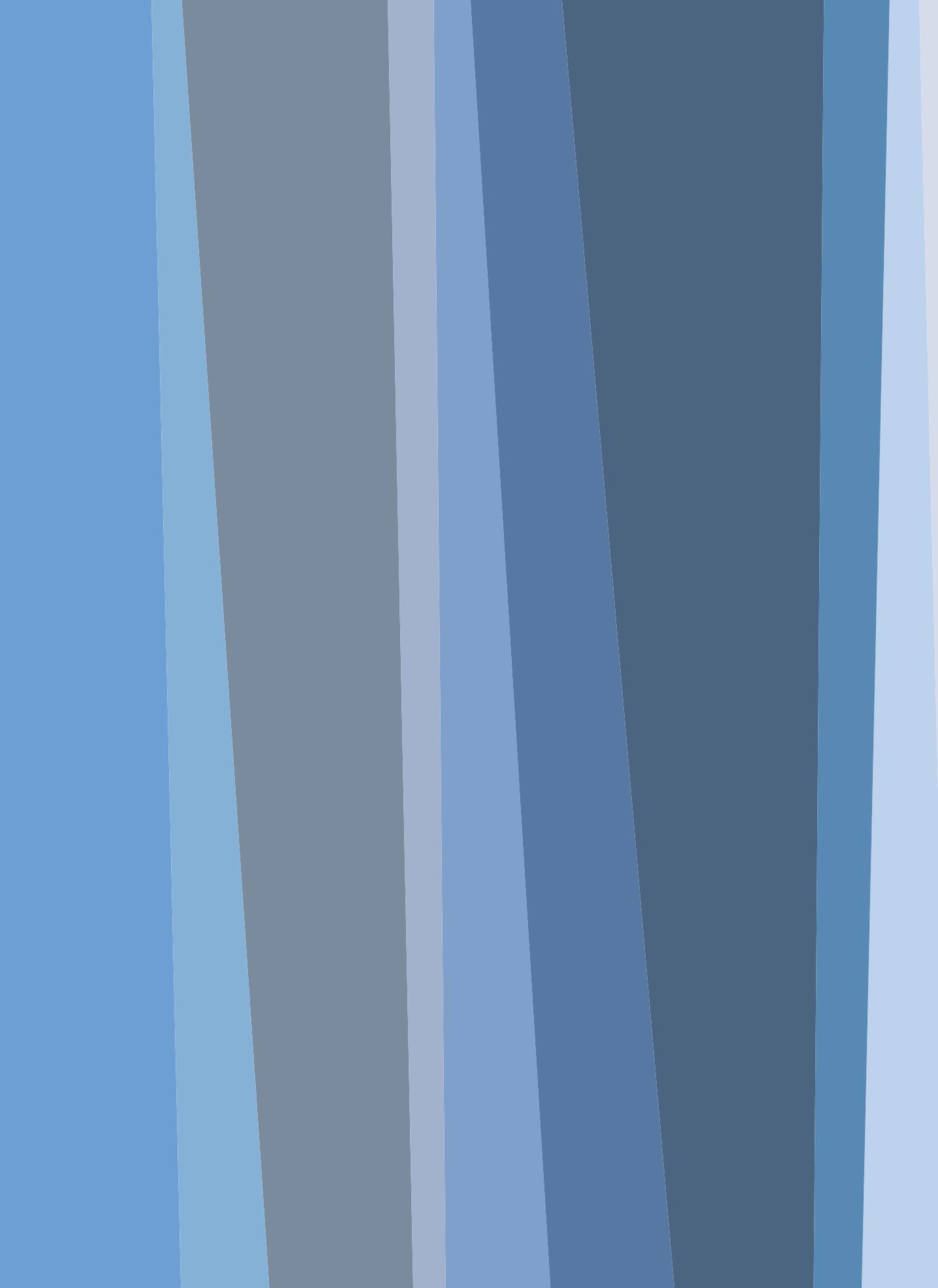
한국청소년정책연구원 원장

이 명 복

# Contents

I. 프로그램 개요	9
1. 프로그램 개발 배경 및 목적	10
2. 프로그램 구성 및 내용	12
3. 주단위 프로그램 내용	14
4. 프로그램 운영시 유의점	17
II. 프로그램 매뉴얼	19
1단계 - 스포츠팀 정체성 형성	21
1.1 스포츠 팀 만들기	22
1.2-1.3 스포츠종목 기초기술습득 1	32
2.1 팀 빌딩 - 팀명과 팀 구성하기	36
2.2 스포츠종목 기초기술습득 2	41
2.3 사제동행 스포츠키 경기 1	44
3.1 팀 빌딩 - 팀 규칙과 리그규칙 정하기	48
3.2-3.3 스포츠 경기 진행기(전반기 리그 1,2회전)	51
4.1-4.3 스포츠 경기 진행기(전반기 리그 3,4,5회전)	55
5.1-5.3 스포츠 경기 진행기(전반기 리그 6,7,8회전)	58

2단계 - 스포츠팀 정체성 강화 .....	63
6.1 스포츠 경기 전반기 리그 시상 및 팀 재구성 .....	64
6.2 학교대표팀 활동 비전선포식 .....	67
6.3 사제동행 스포츠키기 2 .....	70
7.1-7.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 2회전) .....	74
7.3 스포츠 경기관람 .....	78
8.1-8.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 3,4회전) .....	82
8.3 타 학교와 친선경기하기 1 .....	85
9.1-9.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 5,6회전) .....	88
9.3 사제동행 스포츠키기 3 .....	92
10.1-10.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 7,8회전) .....	96
10.3 사제동행 학교 내 캠프 .....	99
11.1-11.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 9,10회전) .....	101
11.3 타 학교와 친선경기하기 2 .....	104
12.1-12.2 스포츠 경기 진행기(후반기 리그 11,12회전) .....	107
12.3 스포츠팀 리그활동정리 .....	110
3단계 - 스포츠팀 정체성 유지 .....	113
13.1-14.1-15.1 여름방학 중 타 학교와 친선경기하기 .....	114
16.1 사제동행 학교 내 캠프 .....	117



# I. 프로그램 개요

1. 프로그램 개발 배경 및 목적
2. 프로그램 구성 및 주요내용
3. 주단위 프로그램 내용
4. 프로그램 운영시 유의점

## → 1. 프로그램 개발 배경 및 목적

최근에 사회 문제가 되었던 졸업식 알몸뒤풀이에서도 알 수 있듯이 청소년의 폭력 문제는 매우 심각한 수준에 이르렀고, 이에 대한 시급한 대책이 요구되고 있다. 최근 아동·청소년의 폭력현상은 저연령화, 폭력성의 강화, 그리고 여자청소년의 폭력 증가 등이 특징이다. 이러한 학교폭력 예방을 위해 정부는 2004년 ‘학교폭력예방 및 대책에 관한 법률’을 제정하여 시행하였고, ‘학교폭력 예방대책 5개년 계획’을 수립하는 등 적극적인 대처를 하고 있지만, 학교 내·외에서 발생하는 학교폭력의 수와 심각한 유형의 폭력은 줄어들지 않고 있다. 이러한 사실은 지금 이 순간에도 많은 청소년들이 직간접적으로 폭력에 노출되어 있으며 신체나 정신적인 고통속에서 청소년기를 보내고 있음을 의미하는 것이다.

이러한 학교폭력 문제를 해결하기 위해서는 장기적이고 지속적인 정책적 관심과 함께 학교폭력을 예방할 수 있는 교육과 프로그램이 필요하다. 국내외에서 개발된 대다수의 학교폭력관련 예방프로그램은 상담을 통해 가해학생의 행동을 변화시키는 방법이 주를 이루고 있다. 하지만 서울 강북지역을 중심으로 진행된 교육복지투자우선지역의 학교폭력예방프로그램들을 평가해보면 스포츠나 여가활동을 중심으로 많은 프로그램들이 운영되고 있음을 확인할 수 있다. 사실 스포츠를 활용한 청소년들의 문제행동을 줄이고 자하는 노력은 국외에서도 꾸준히 증가하고 있다.

스포츠활동을 통한 폭력방지프로그램은 청소년의 스트레스, 공격성, 충동성 등을 해소하여 공격성과 충동성이 강한 청소년들의 위험요인을 해소할 수 있다는 연구결과들이 오래전부터 보고되어 왔다. 일반적으로, 스포츠관련 폭력 예방 프로그램이 가진 장점은 스포츠활동이 청소년들이 선호하는 여가활동 가운데 하나이기에 초기개입이 타 프로그램보다 유리하기 때문이다. 또한 스포츠를 활용하기에 일 년 내내 상시적으로 운영이 가능하여 통상 20회 미만의 일반 폭력예방프로그램 보다 더 지속적이고 장기적으로 프로그램을 운영할 수 있다는 장점이 있다. 이러한 스포츠활동 프로그램의 과제는 학교폭력의 원인이 되는 요인들과 이를 완화할 수 있는 요인들을 어떻게 스포츠활동에 접목시킬 것인가 하는 문제이다.

이에 본 프로그램은 학교폭력 예방에 적절한 이론과 경험적 지식에 근거하여 학교폭력 예방을 위한 스포츠활동 프로그램을 제시하였다. 본 프로그램의 개발을 위해서 다양한 이론들이 검토되고 적용되었는데 특히 중요한 이론적 토대로서 임파워먼트 이론, 사회학습이론, 사회유대이론 등이다. 경험적으로는 최근에 운영되었던 스포츠를 활용한 폭력예방 프로그램의 성공적 사례들을 기초로 하여 프로그램의 원리를 보완하였다. 이는 학교현장의 목소리를 반영하여 학교일정에 적합한 프로그램으로 구성하였고 운영자인 교사의 조건을 고려하여 신중적으로 프로그램을 운영할 수 있도록 하였다.

본 스포츠활동 지도 매뉴얼은 방학을 포함한 한 학기 동안 일선학교에서 운영되었던 시범사업을 수정·보완함으로써 초기 개발된 프로그램을 더욱 발전시켜 개발되었다. 본 매뉴얼에서는 실제 학교 현장

에서 교사들이 활용하기 쉽도록 각 회기별 프로그램 내용에 대한 가이드와 참고자료를 제시하였다. 프로그램의 개발 배경이 되는 이론적 배경과 시범사업의 효과성 분석 등의 내용은 한국청소년정책연구원의 연구보고서(수시과제)를 참고하기 바란다.

무엇보다도 본 프로그램의 성공은 질풍노도와 같은 청소년기를 바로 이끌어줄 프로그램 운영교사의 리더십에 좌우된다고 할 수 있다. 이에 본 프로그램은 프로그램을 운영하는 교사들의 헌신적인 노력과 리더십이 전제되어야만 성공할 수 있음을 먼저 밝힌다.

## → 2. 프로그램 구성 및 주요내용

프로그램의 구성은 3단계로 구성되며, 1단계는 15회기, 2단계는 21회기, 그리고 3단계는 4회기로 구성되었다. 각 단계의 구분은 학교의 주요일정을 고려하여 구성하였는데 일선 중고등학교의 개학부터 중간고사까지의 기간을 1단계, 중간고사 이후부터 기말고사까지 2단계, 방학기간 동안 운영하는 3단계로 구성하였다.

각 회기는 일주일에 3회 운영될 수 있도록 구성되었다. 3단계인 여름방학 이후에는 1단계나 2단계를 학교조건에 맞게 탄력적으로 이용할 수 있으며, 주당 3회기로 구성된 프로그램이지만 팀간 리그 게임수를 늘리거나 자율연습시간의 신설, 사제동행산행이나 분노조절 프로그램과 같은 특별프로그램 등을 추가함으로써 주당 5회까지도 운영이 가능하게 구성하였다.

프로그램 운영시간은 학교조건에 맞게 등교나 하교시간에 운영 가능하다. 또한 일주일에 일회기는 교실에서 진행할 수 있도록 프로그램으로서 축구나 기타 야외 운동에서 변수로 작용하는 날씨에 대해서도 고려하였다. 본 프로그램의 전체구성과 주요내용은 다음과 같다.

### 1단계 - 스포츠팀 정체성 형성

시기 : 3월 말 ~ 중간고사 전

목표 : 스포츠활동 동기유발, 스포츠팀 정체성 형성, 학생과 교사와의 긍정적 관계형성

개학이후 스포츠활동프로그램에 참여할 대상자들이 선정되면 본격적인 프로그램 운영이 시작되는 것이다. 스포츠활동의 제공이 초기 대상학생들을 프로그램으로 유인하는 데 유리하게 작용하겠지만 지속적인 활동이 전개되기 위해서는 다양한 동기유발 전략을 모색해야 한다. 특히, 팀 간 경기를 통한 경쟁의 즐거움 외에도 참여 대상 개개인의 스포츠능력이 지속적으로 향상될 수 있는 지도계획이 요구된다.

또한 기존에 형성되어 있는 부정적인 또래집단의 영향력을 새로운 스포츠팀 정체성으로 전환시키는 초기단계이므로 팀 정체성을 형성할 수 있는 다양한 노력이 필요하다. 팀이름 짓기, 팀 규칙 정하기, 팀 유니폼 제작, 팀간 경기 등은 팀활동의 정체성을 형성할 수 있는 계기로 작용한다.

본 회기를 통해 학생과 교사와의 긍정적 관계의 토대가 구축되어야 한다. 교사와 학생은 훈련일지를 통해 대상학생들의 팀생활과 학교생활을 알 수 있다. 훈련일지를 점검하고 돌려줄 때에는 긍정적인 피드백을 줄 수 있도록 해야 하며 프로그램 현장운영 시에도 가능하면 학생들에게 용기와 격려를 줄 수 있는 언어와 태도를 보여 주어야 한다.

---

## 2단계 - 스포츠팀 정체성 강화

---

시기 : 중간고사 이후 ~ 기말고사 전

---

목표 : 스포츠운동능력 향상, 스포츠팀 정체성 강화, 학교에 대한 긍정적 태도 강화,  
교사학생간의 신뢰구축

---

중간고사 이후는 “진정한 학교대표선수”로 위의 제시된 목표들을 프로그램을 통해 실행하는 단계이다.

팀 전술의 이해와 적용으로 스포츠기술을 한 단계 향상시켜 스포츠 활동에 대한 흥미를 지속적으로 유지시켜 나간다. 대상학생들을 2팀으로 나누어 지속적으로 리그를 운영하는 것 외에도 타 학교와의 교환경기나 수준 높은 스포츠경기관람을 통해 경기력을 향상시켜야 한다.

2단계 활동에서 특히 중요한 것은 학교대표선수로서의 활동내용을 확대하는 것이다. 대표선수로서의 자긍심을 일깨워주고 이에 걸 맞는 활동계획을 수립하고 실천해야 한다. 특히, 학교대표팀으로서 비전선 포식은 학생들의 눈높이에서 학교와 지역사회를 위해 봉사할 수 있는 기회들을 찾아보고 이를 실천할 것을 다짐하는 계기로써 중요하다. 이러한 활동들은 학교에 대한 긍정적 태도를 강화하고 궁극적으로는 문제행동을 줄일 수 있는 요인으로 작용할 것이다.

2단계 활동에서도 교사와 학생간의 지속적인 신뢰구축을 도모해야 한다. 사제동행추구와 캠프를 통해 운영교사는 학생들과 친밀한 관계를 형성해야 하며, 학생들에게는 어른의 롤모델인 운영교사와의 관계형성을 통해 자신들에게 기대하는 바람직한 규범에 대해 이해하고 실천할 수 있는 기회를 제공하도록 한다.

---

## 3단계 - 스포츠팀 정체성 유지

---

시기 : 기말고사 후 ~ 새학기 개학 전

---

목표 : 스포츠팀 정체성 유지, 교사-학생간의 신뢰유지 및 강화, 스포츠경기능력 유지

---

3단계는 방학기간에도 스포츠팀을 관리하고 운영함으로써 스포츠팀의 정체성, 교사-학생간의 신뢰유지 및 강화, 그리고 스포츠경기능력을 유지하는 단계이다. 일주일에 1회기로 프로그램을 구성하였고 각 회기는 타 학교와의 교환경기나 교내캠프 등으로 구성하였다. 이외에도 지역봉사활동이나 스포츠팀 합숙훈련과 같은 창의적인 활동을 전개할 수 있을 것이다.

방학기간은 1단계와 2단계를 거쳐 형성되었던 대상학생들의 긍정적 변화들이 약화되거나 사라질 수 있는 기간이므로 프로그램의 긍정적 효과들을 지속적으로 유지(retention) 할 수 있는 방향으로 프로그램이 기획되었다.

### → 3. 주단위 프로그램 내용

#### 1단계 - 스포츠팀 정체성 형성

목표 : 스포츠활동 동기유발, 스포츠팀 정체성 형성, 학생과 교사와의 긍정적 관계형성

주	회기	제목	목 표	회기중요도
1	1.1	스포츠팀 만들기 1	1. 스포츠팀 활동의 개략적인 목표와 활동계획에 대해 이해한다. 2. 스포츠팀 활동관련 포인트시스템에 대해 이해한다.	상
	1.2~ 1.3.	스포츠종목 기초기술습득	1. 스포츠활동을 통해 기초기능을 향상한다. 2. 참여교사와 대상학생들 간의 긍정적인 관계를 형성한다.	중
2	2.1.	팀이름과 팀 구성원 역할 정하기	1. 팀 구성을 통해 팀 정체성을 형성한다. 2. 팀들의 중재자로서 운영교사의 역할을 확보한다.	상
	2.2.	스포츠종목 기초기술습득 2	1. 스포츠활동을 통한 기초경기력 향상으로 자신감을 형성한다. 2. 팀별 정체성을 강화한다.	중
	2.3.	사제동행 스포츠 경기 1	1. 스포츠경기를 통해 사제 간의 신뢰를 높인다. 2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.	상
3	3.1.	팀규칙과 리그규칙 정하기	1. 팀 규칙과 리그규칙을 정하여 스포츠 팀 정체성을 형성한다. 2. 유니폼 배급을 통한 팀 정체성을 강화한다.	상
	3.2~ 3.3.	스포츠 경기 전반기 리그 1,2회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	중
4	4.1.~ 4.3.	스포츠 경기 전반기 리그 3,4,5회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	중
5	5.1.~ 5.3.	스포츠 경기 전반기 리그 6,7,8회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	상

## 2단계 - 스포츠팀 정체성 강화

목표 : 스포츠운동능력 향상, 스포츠팀 정체성 강화, 학교에 대한 긍정적 태도 강화, 교사학생간의 신뢰구축

주	회기	제목	목 표	회기중요도
6	6.1.	스포츠 경기 전반기 리그 시상 및 팀 재 구성	1. 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다. 2. 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지도시키고 (recognition) 격려한다.	상
	6.2.	학교대표팀 활동 비전선포식	1.대상학생들은 학교대표로서 스포츠팀 활동의 중요성을 인식 하고 학교의 대표선수로서 책임감과 의무를 실천할 수 있는 봉사활동을 계획한다. 2. 실천활동과 계획을 정리하여 스포츠팀의 비전으로 발표한다.	상
	6.3.	사제동행 스포츠 경기 2	1. 스포츠팀경기를 통해 사제 간의 신뢰를 높인다. 2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.	중
7	7.1.~ 7.2.	스포츠 경기 후반기 리그 1,2회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다. 3. 팀 경기력 향상을 위한 전술을 습득한다.	중
	7.3.	스포츠 경기관람	1. 스포츠팀경기관람을 함께 수행하여 사제 간의 정과 신뢰를 높인다. 2. 스포츠팀현장경험을 통해 스포츠팀실력 향상의 계기로 삼는다.	상
8	8.1.~ 8.2.	스포츠 경기 후반기 리그 3,4회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	중
	8.3.	타 학교와 친선경기하기	1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다. 2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다. 3. 상대방을 배려하는 태도를 기른다.	상
9	9.1.~ 9.2.	스포츠 경기 후반기 리그 5,6회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 2. 부상 없는 경기 진행	중
	9.3.	사제동행 스포츠 경기 3	1. 스포츠팀경기를 통해 사제 간의 신뢰감을 형성한다. 2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.	중

주	회기	제목	목 표	회기중요도
10	10.1 ~10.2.	스포츠 경기 후반기 리그 7,8회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	중
	10.3.	사제동행 학교내 캠프	1. 사제동행 야영 활동을 통해 사제 간의 신뢰를 높인다. 2. 공동체 의식, 협동심, 타인에 대한 이해심 등을 함양한다.	상
11	11.1 ~11.2.	스포츠경기 후반기 리그 9,10회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.	중
	11.3.	타 학교와 친선경기 하기	1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다. 2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다. 3. 상대방을 배려하는 태도를 기른다.	중
12	12.1. ~12.2.	스포츠 경기 후반기 리그 11, 12회전	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기가 진행될 수 있도록 한다.	중
	12.3.	스포츠팀 리그활동정리	1. 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다. 2. 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지도시키고 (recognition) 격려한다.	상

### 3단계 - 스포츠팀 정체성 유지

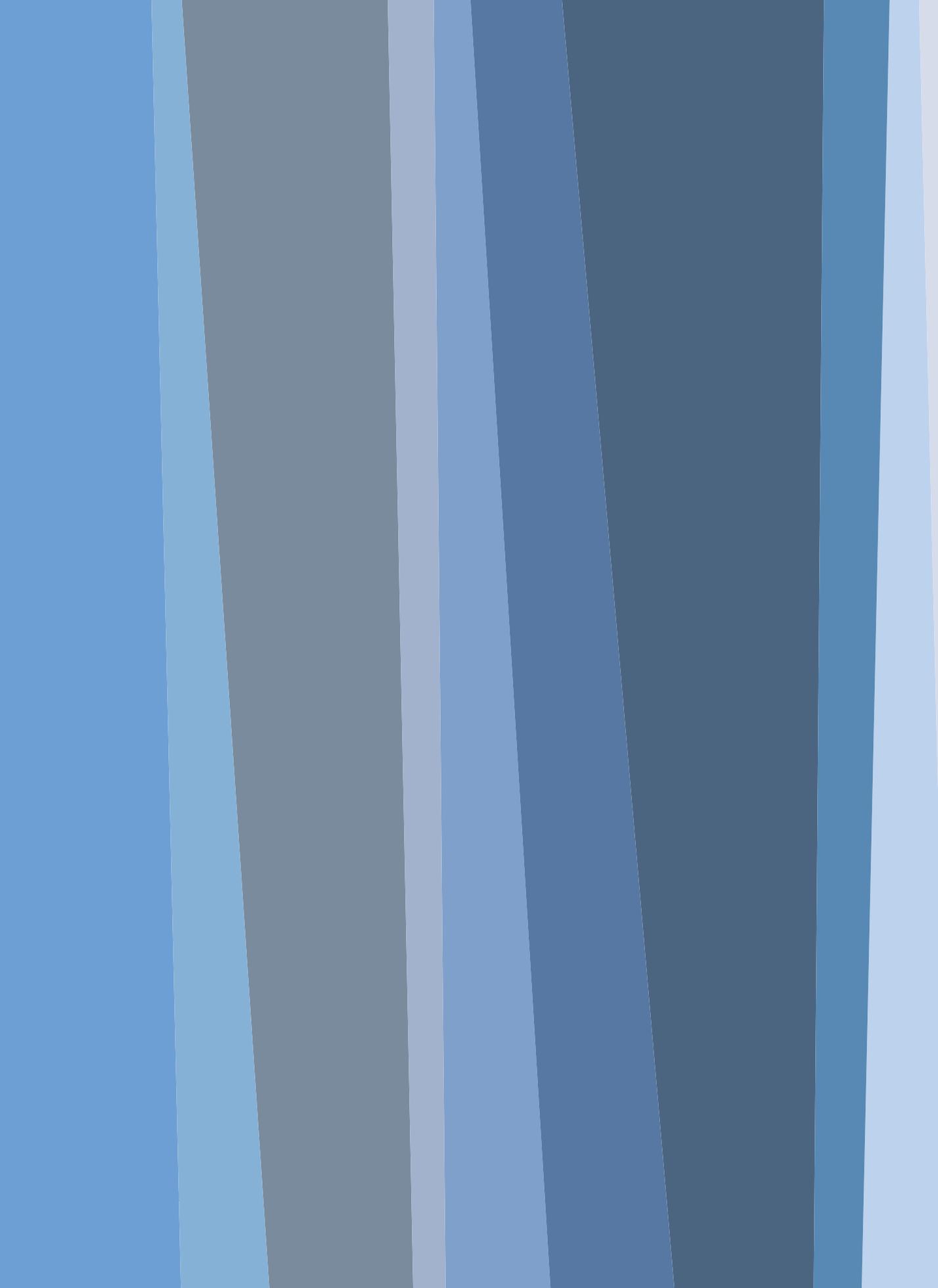
목표 : 스포츠팀 정체성 유지, 교사-학생간의 신뢰유지 및 강화, 스포츠키능력 유지

주	회기	제목	목 표	회기중요도
13 ~ 15	13.1. 14.1 15.1.	타 학교와 친선경기하기	1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다. 2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.	상
16	16.1	사제동행 학교내 캠프	1. 사제동행 야영 활동을 통해 사제 간의 신뢰를 높인다. 2. 공동체 의식, 협동심, 타인에 대한 이해심 등을 함양한다. 3. 방학이후의 스포츠팀 활동에 대한 계획을 수립하고 공유한다.	상

## → 4. 프로그램 운영 시 유의점

본 프로그램을 운영함에 있어 특별히 유의해야 하는 점들에 대해 언급하고자 한다.

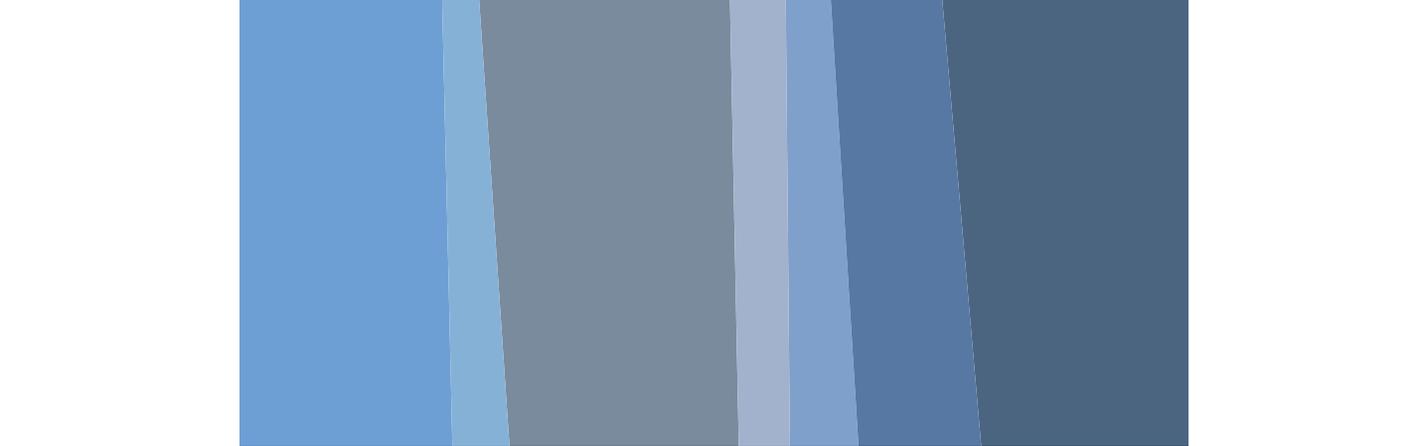
- 대상학생들이 관심을 가질 수 있는 스포츠활동을 선정하는 것도 중요하지만 실제로 선정된 스포츠활동을 체계적으로 가르칠 수 있는 운영교사의 코칭능력도 프로그램 성공에 매우 중요하다. 따라서 프로그램을 운영하기 전에 운영교사는 자신의 해당 스포츠와 관련된 코칭능력을 점검하고 부족한 면을 보완해야 할 것이다.
- 스포츠활동은 대상학생들 뿐만 아니라 일반 학생들의 참여를 이끌어 낼 수 있는 유인책으로 작용한다. 이때 운영교사는 프로그램 진행에 있어 대상학생들과 일반 학생들을 함께 참여시키는 방안을 적극적으로 고려해야 한다. 대상학생들은 일반학생들과의 팀활동을 함께 수행함으로써 긍정적인 사회기술을 습득할 수 기회를 증진시킬 수 있다.
- 스포츠팀의 긍정적 정체성 형성이 단순히 스포츠기술의 향상과 승리만을 의미하지 않음을 일깨워 주어야 한다. 학교대표로서의 자부심과 긍지를 실천하기 위한 다양한 책임의 장을 마련해 주어야 한다.
- 프로그램의 운영에 있어 교사의 태도는 중요하다. 학생들을 하나의 인격체로 대하고 용기와 격려를 줄 수 있는 리더십이 필요하다. 학생들은 운영교사를 바람직한 어른 롤모델로 인식할 수 있기 때문에 “공정성”과 인격체로서의 “인간존중”의 자세를 실천하는 것이 중요하다.
- 프로그램을 지속적으로 운영하는 것이 프로그램 효과에 절대적 영향을 미친다. 우천 시에도 실내에서 진행할 수 있는 프로그램을 계획하여 스포츠팀으로서의 정체성을 지속적으로 확보해 나가야 한다.
- 많은 예기치 못한 부정적 효과들을 미리 예견하고 대안을 마련해야 한다. 스포츠활동 때문에 필연적으로 발생할 수 있는 신체관련 부상이며 가장 큰 문제는 부정적 그룹화 효과(iatrogenic effect)로 인한 문제행동의 증가현상이다. 예를 들어 일반학생들의 부정적인 사회화나 목표대상학생들이 느슨한 관리나 통제에 있을 때 오히려 그들의 결속력은 부정적인 방향으로 강화될 가능성이 존재한다.
- 스포츠활동 프로그램의 가장 큰 장점 가운데 하나는 스포츠를 매개로 프로그램 회기수를 다양하게 증대시킬 수 있다는 것이다. 또한 스포츠활동 프로그램은 다른 유사프로그램과도 효과적으로 결합할 수 있는 가능성을 가지고 있다. 따라서 학교는 스포츠 활동 프로그램과 함께 분노조절프로그램이나 여타 심리상담 프로그램도 함께 병행하여 운영할 수 있을 것이다.



## II. 프로그램 매뉴얼

- 01주 스포츠팀 만들기/기초기술 배우기
- 02주 팀명과 팀구성 정하기/기초기술배우기/사제동행경기
- 03-05주 팀 규칙과 리그규칙 정하기/스포츠경기진행
- 06주 시상 및 팀 재구성/대표팀활동 비전선포식/사제동행경기
- 07주 스포츠경기진행/경기관람/
- 08주 스포츠경기진행/타학교친선경기
- 09주 스포츠경기진행/사제동행경기
- 10주 스포츠경기진행/사제동행캠프
- 11주 스포츠경기진행/타학교친선경기
- 12주 스포츠경기진행/리그활동정리
- 13-15주 타학교친선경기
- 16주 사제동행캠프





## → 1단계 - 스포츠팀 정체성 형성

---

목표 : 스포츠팀 형성, 스포츠타동 동기유발, 스포츠팀 정체성 형성,  
교사-학생간의 긍정적 관계형성

---

## → 1.1.(1주-1회기): 팀 빌딩 - 스포츠팀 만들기

### 1.1. 회기 (실내)

제목 : 스포츠팀 만들기(sport team building)

- 목 표
1. 스포츠팀 활동의 개략적인 목표와 활동계획에 대해 이해한다.
  2. 스포츠팀 활동관련 포인트시스템에 대해 이해한다

참고자료 | 스포츠팀 활동 계획표, 포인트 점수표, 추천 스포츠영화 리스트

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 회기목표제시	5분	필기도구	
전개	해당종목소개	10분	해당종목 영상자료와 영상자료시청을 위한 장비	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	스포츠팀 운영목표 공유	20분		
	스포츠팀 활동계획공유	10분		
	스포츠팀 포인트 시스템설명	10분		
정리	다음모임에 대한 공지	3분		우천 시 교실에서 스포츠관련 영화시청에 대해 공지(1.c)
과제	경기훈련일지 작성 공지			

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 운영교사가 최초로 대면하는 회기로서 교실 안에서 진행되며 스포츠팀 활동에 대한 전반적인 계획을 공유하는 자리이다. 운영교사는 스포츠팀 활동과 관련한 전반적인 계획을 설명하고 대상학생들로부터 본 프로그램에 대한 요구사항을 경청한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

- ◆ 인원점검
- ◆ 회기목표제시

스포츠팀 활동목표, 계획, 포인트 시스템의 중요성에 대해 언급한다.

### 2. 전개

#### ◆ 해당종목소개

해당종목의 스포츠하이라이트를 시청하도록 한다. 예를 들어 축구의 경우 2002년 FIFA 월드컵 골 장면 등의 동영상을 시청함으로써 대상학생들의 관심을 높일 수 있도록 한다.

#### ◆ 스포츠팀 운영목표공유

- ① 스포츠를 통해 건전한 마음과 신체를 함양한다.
- ② 사제동행활동을 통해 공동체 의식과 협동심을 함양한다.
- ③ 학교대표로서 자긍심을 고취하여 집단따돌림과 폭력 등을 예방하고 선도한다.

#### ◆ 스포츠팀 활동계획공유

스포츠 활동의 월별, 주별 계획을 이해함으로써 팀 활동의 기대를 높일 수 있도록 한다. (문서 1.a 참고)

#### ◆ 스포츠팀 포인트 시스템설명

- ① 스포츠팀이 즐겁고 활기차게 운영되기 위해서 지켜야 하는 규칙을 설명한다.
- ② 스포츠팀 활동의 초점을 경기규칙 외에도 스포츠팀원으로서 지켜야 하는 생활적인 규칙과 학교 구성원으로서 지켜야 하는 규칙이 있음을 일깨워 준다.
- ③ 경기규칙, 팀원으로서 생활규칙, 학교규칙을 지킬 수 있는 동기부여를 위한 포인트제와 포인트를 통한 상벌을 제시한다. (문서 1.b참고)

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외 프로그램의 경우 우천 시 행동요령에 대해 공지한다. 프로그램의 시작 단계에서는 초기 응집력이 중요하므로 우천 시에도 스포츠 관련 영화감상 등의 프로그램을 운영해 팀 결속력을 높이도록 한다. (문서 1.c 참고)

#### ◆ 경기 및 훈련일지 작성 공지

참여 학생들은 매일 경기 및 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다. (문서 1.d 참고)

### 4. 과제

개별학생들에게 훈련일지를 돌려주고 다음 회기 전까지 제출할 것을 공지한다.

## >>> 참고자료

### 1. 스포츠팀 활동 계획표(문서 1.a)

#### 스포츠팀활동 계획표

##### I 기본방향

- ▶ 스포츠팀의 1년간의 활동계획을 미리 머릿속에 그려봄으로써 프로그램 참여의지를 높이도록 유도하는데 목적이 있다.
- ▶ 활동계획표는 일방적인 통보식의 계획의 설명방식을 지양하고 흥미있는 요소를 가미하여 향후 수행하게 될 활동에 대해 기대를 가지도록 하며 학생과 상호교감을 통해 만들어간다는 느낌을 가지도록 유도하며 각 활동단계별 자신이 어떠한 단계에 도달할 수 있는지에 대한 청사진을 그리도록 시각적인 자료나 학생의 입장에서 구체적인 설명방법을 활용한다.
- ▶ 또한 스포츠종목의 기능적인 부분에만 한정하지 않고 봉사활동, 캠프, 경기관람등의 내용을 포함하여 작성한다

##### I 활동계획표 예시

월	주	주 제	활동 내용
3	1	오리엔테이션	축구 훈련 안내 및 소개
	2	축구의 특성과 가치 및 역사	동영상 시청
	3	인사이드 킥	발의 안쪽으로 차기
	4	인스텝 킥	발목을 고정하여 발등으로 차기
4	1	인프런트 킥과 아웃 프런트 킥	발등의 안쪽과 바깥쪽으로 차기
	2	토킥과 힐킥	발 앞부분과 뒷부분으로 차기
	3	드리블(1)	인사이드 드리블, 아웃사이드 드리블
	4	학교봉사활동	운동장 정리 및 교내 봉사활동
5	1	드리블(3)	인스텝 드리블
	2	가슴 및 배 트래핑	가슴이나 배를 이용해 공을 정지

## 활동계획표 예시

월	주	주 제	활 동 내 용
	3	무릎 및 발 트래핑	무릎이나 발을 이용해 공을 정지
	4	헤딩	점프하면서 머리로 헤딩
6	1	미니 게임(1)	기초 기능을 활용한 미니 게임 실시
	2	페인팅	몸 전체를 사용하여 상대방을 교란
	3	인터벌 트레이닝	다양한 인터벌 트레이닝 실시
	4	2:2 게임	기초 기능을 사용하여 2:2 게임 실시
7	1	스로인	두 손을 사용하여 머리위로 공 던지기
	2	미니 게임(2)	기초 기능을 활용한 미니 게임 실시
	3	슬라이딩 태클	미끄러지며 상대방을 태클
	4	패스(1)	크로스 패스 및 리턴 패스
8	1	연습경기	타학교팀과 연습경기
	2	캠프	팀단합을 위한 1박2일 야영
	3	연습경기	타학교팀과 연습경기
	4	연습경기	타학교팀과 연습경기
9	1	오픈 공격	측면으로 공격하여 슈트로 연결
	2	세트 플레이(1)	프리킥 상황
	3	세트 플레이(2)	코너킥 상황
	4	세트 플레이(3)	스로인 상황
10	1	대인방어	1:1로 상대방을 밀착 방어
	2	지역방어	지역을 분담하여 방어
	3	오프사이드 트랩	상대의 오프사이드 반칙을 유도
	4	응용 패스	여러 가지 패스를 복합적으로 사용
11	1	드리블과 슈트	드리블을 한 후 슈트로 연결
	2	기초체력 향상(1)	기초체력 향상 훈련 실시
	3	기초체력 향상(2)	기초체력 향상 훈련 실시
	4	미니 게임(1)	기초 기능을 활용한 미니 게임 실시

12	1	미니 게임(2)	기초 기능을 활용한 미니 게임 실시
	2	미니 게임(3)	기초 기능을 활용한 미니 게임 실시
	3	전술 훈련(1)	다양한 전술 훈련 실시
	4	전술 훈련(2)	다양한 전술 훈련 실시
1	1	대형 훈련(3)	다양한 전술 훈련 실시
	2	대형 훈련(4)	다양한 전술 훈련 실시
	3	종합 훈련	기초 기능과 전술을 종합적으로 훈련
	4	종합 훈련	기초 기능과 전술을 종합적으로 훈련
2	1	종합 훈련	기초 기능과 전술을 종합적으로 훈련
	2	종합 훈련	기초 기능과 전술을 종합적으로 훈련
	3	축구 훈련 감상문 작성	축구 훈련에 대한 내용 및 느낌 작성
	4	감상문 발표 및 수업 종료	감상문 발표를 통해 동료들과의 교감 증대

## 2. 포인트 점수표(문서 1.b)

### 포인트 점수표

#### I 기본방향

- ▶ 프로그램운영에 있어서 포인트제에 의한 운영은 교사와 학생간의 생활규칙을 정하는 것으로서 프로그램의 성공율을 높이고 참여자의 동기를 강화시키는 역할을 수행한다.
- ▶ 포인트는 활동상황에 따라 지도교사 또는 동료간의 합의에 의해 부여함으로써 포인트부여의 공정성을 높이고 포인트에 따라 중간, 최종시상에 반영함으로써 동기를 강화시킨다.
- ▶ 포인트 부여에 있어 기능적인 향상에만 중점을 두지 않고 동료간의 관계나 학내의 생활과 연계시켜 일상생활도 포인트와 연계시키며 많은 가중치를 부여한다.

#### II 포인트 점수표 예시

학생명		생활(40%)				경기태도(30%)				경기기능(30%)					합계	비고
번호	이름	출석	생활태도 및 봉사	복장	언행	페어 플레이	반칙	경고 퇴장	패스 성공	드리블 성공	어시스트 성공	슛 성공	수비 성공	실책		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																

## 등급 기준

### 구 분

생활 (가중치 40%)	점수 가산	출석(+2점), 생활 태도 및 봉사 우수(+3점), 복장 단정(+1점), 언행 우수(+2점)
	점수 감산	결석(-2점), 생활 태도 및 봉사 불량(-3점), 복장 불량(-1점), 언행 불량(+2점)
경기태도 (가중치30%)	페어플레이	경기 규칙을 따르며 상대방에 대한 예의를 지킴(+1점)
	반칙	반칙을 3번 이상 범한 경우(-1점), 반칙을 5번 이상 범한 경우(-2점)
	경고나 퇴장	경고를 받은 경우(-2점), 퇴장을 받은 경우(-3점)
경기기능 (가중치30%)	패스 성공	동료에게 패스 성공(+1점)
	드리블 성공	5m 이상 드리블을 한 후 동료에게 정확히 패스(+1점), 10m 이상 단독드리블(+1점)
	어시스트 성공	어시스트가 슈트로 연결(+1점)
	슛 성공	슛 성공(+1점)
	수비 성공	공격수의 전진을 효과적으로 방해함(+1점), 공격수의 공을 인터셉트(+1점)
	수비 실책	공격수를 놓침(-1점), 공격수가 어시스트 한 공이 골로 연결(-1점)
	역할(공격수/ 미드필더/수비수)	우수(+3점) 보통(+2점) 미흡(+1점)

## 평가 등급

등급	우수	보통	미흡
기준	15점 이상	8~14점	7점 이하
상품	축구 유니폼과 축구화 중 택일	축구공 및 양말 세트 중 택일	선심 깃발

### 평가 방침

- 가급적 자주 평가하여 상을 수여
- 경기 외적인 사항을 포함하여 평상시 학교생활 태도 향상을 유도
- 정확한 평가 기준을 적용
- 동료 간의 평가도 반영하여 경쟁심을 유도
- 향상도를 측정하여 지속적인 발전을 유도

### 3. 추천 스포츠영화 리스트(문서 1.c)

#### 추천스포츠영화

##### I 기본방향

- ▶ 스포츠영화시청의 목적은 스포츠영화를 통해 동료간의 공통된 경험을 제공할 수 있도록 하여 팀의 응집력을 높이고 페어플레이정신을 함양하는데 있다.
- ▶ 따라서 우천시가 아니더라도 기회를 만들어 제공하는 것이 좋으며 스포츠경기와 관련된 페어플레이정신 등 사회적 행동에 영향을 미칠 수 있는 영화를 선정한다.
- ▶ 영화선정후 지도교사는 미리 시청을 통해 사전에 내용을 파악하고 영화종료후 자연스럽게 영화내용에 대한 감상 및 평가를 하도록 유도한다.

순번	분야	제목	연도
1	야구	YMCA야구단	2002
2	야구	메이저리그의 전설 타이콧(COBB)	1994
3	야구	슈퍼스타 감사용	2004
4	야구	루키(The Rookie)	1993
5	야구	꿈의 구장	1991
6	야구	네츄럴(The Natural)	2001
7	야구	날 미치게 하는 남자(The perfect catch)	2006
8	축구	그들만의 월드컵(Mean Machin)	2001
9	축구	오프사이드	2006
10	축구	슈팅 라이크 베킴(Bend It Like BEOKHAM)	2002
11	축구	베른의 기적(The Miracle of Bern)	2004
12	농구	글로리 로드(Glory road)	2006
13	농구	코치 카터	2005
14	농구	덩크 숏(White Men can't Jump)	1992
15	농구	스페이스 잼	1997
16	농구	오(O)	2001
17	농구	파인딩 포레스트	2000

#### 4. 훈련일지(문서 1.d)

### 훈련일지

#### I 기본방향

- ▶ 훈련일지는 하루동안의 훈련성과에 대한 자기평가를 목적으로 작성되며 하루일과에 대한 회고와 다음일정에 대한 계획의 기능을 동시에 수행한다.
- ▶ 훈련일지는 하루의 목표와 연계해서 작성하며 충분한 시간을 두고 자기평가가 이루어질 수 있도록 독려한다.

구분	평가 항목	점수		
		우수 (3점)	보통 (2점)	미흡 (1점)
자기등급매기기 점수카드				
1	다른사람의 별명을 부르지 않음			
2	감정을 조절함			
3	수업을 방해하지 않음			
4	수업을 경청함			
5	다른사람을 친절히 대함			
6	학교를 위해 봉사함			
7	팀정신을 발휘함			
8	정확한 자세로 원하는 곳으로 강하게 공을 보낼 수 있다.			
9	수비수가 있는 상황에서도 공을 빼앗기지 않고 이동방향과 속도를 조절하여 원하는 지점까지 드리블 할 수 있다.			
10	적절한 신체부위를 사용하여 정확하게 정지시킬 수 있다.			
11	우리 팀의 전술 형태를 정확히 이해하여 팀워크를 유지하며 상황에 맞는 전술을 구사할 수 있다.			
12	페이플레이어를 구사하며 책임감 있는 플레이를 한다.			
평가 등급				
등급	우수	보통	미흡	
기준	15점 이상	10~14점	9점 이하	
훈련 내용 평가				
훈련에서 잘된 점				
훈련에서 잘못된 점				
개선해야 할 점				
훈련 총평				
일기 형태로 기입				

## → 1.2.-1.3. (1주-2회기, 3회기): 스포츠종목 기초기술습득 1

### 1.2.-1.3. 회기 (실외)

#### 제목 : 스포츠종목 기초기술습득

- 목 표
1. 스포츠활동을 통해 기초기능을 향상한다.
  2. 참여교사와 대상학생들 간의 긍정적인 관계를 형성한다.

참고자료 | 추천 스포츠영화 리스트, 훈련일지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	2분	출석 부와 포인트 점검표, 구급상자	부상방지를 위해 충분한 준비운동을 실시
	준비운동	5분		
	회기목표제시	3분		
전개	축구기본기능 설명 및 연습	20분	축구공 2인이 한 개씩 미니콘(간이골대로 이용), 호각, 시합용조끼	미니게임에서 교사는 심판으로 경기를 중재하며 부상방지를 위해 경기 진행과정에서 적극적으로 개입해야 함
	미니게임 실시	25분		
정리	정리운동	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적 피드백을 주도록 노력한다. 우천 시 교실에서 스포츠관련 영화 시청에 대해 공지(문서 1.c 참고)
	기구정리	3분		
	차시예고	2분		
과제	개인훈련일지 작성하여 제출하기 (문서 1.d참고)			

## >>> 회기개요

해당 스포츠의 기본기능을 익히고 이를 적용하는 미니게임을 수행함으로써 스포츠에 대한 자신감을 높이기 위한 기초단계이다. 프로그램 운영교사들은 스포츠 종목의 기초기술(skill)을 효과적으로 가르칠 수 있는 코칭능력을 보유해야 하며, 또한 교사의 적극적인 지도를 통해 대상학생들과의 긍정적 관계를 형성하는데 주안점을 두어야 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

- ◆ 인원점검 : 인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.
- ◆ 준비운동실시
  - ① 국민체조, 스트레칭 및 워밍업을 실시한다.
  - ② 선택한 스포츠 종목에 맞는 준비운동을 실시하고 재미 요소를 가미하여 적극적으로 참여하도록 유도한다.
- ◆ 회기목표제시

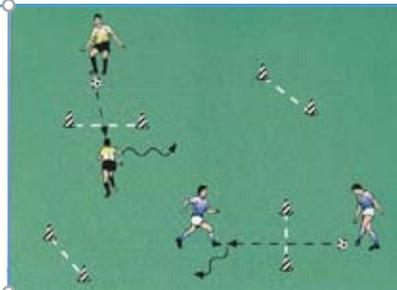
볼다루기/드리블의 중요성과 경기 시 적응방법에 대해 설명한다.

### 2. 전개

- ◆ 축구기본기능 설명 및 연습  
패스와 리시빙, 슈팅, 헤딩에 대해 배운다.

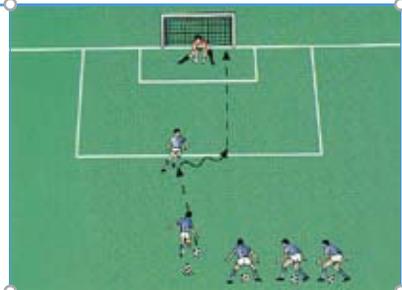
#### ○ 기본기능 연습방법(예시)

- ▶ 패스(콘으로 만든 골대를 패스로 통과시키기)  
2명씩 한 모듬이 되어 여러 개의 작은 골대(2미터 너비) 사이로 패스를 주고받는다. 어느 모듬이 가장 먼저 10회의 패스를 성공시키는지 게임한다.



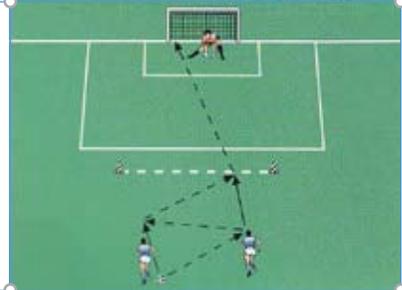
▶ 리시빙

한 무리의 학생들이 경기장 중앙선 부근에 선다. 첫 번째 학생이 페널티 에어리어 안에 있는 공격수에게 땅볼로 패스한다. 공격수는 패스된 볼을 받아 컨트롤 한 후, 골대를 향해 짧게 드리블하여 슈팅한다.



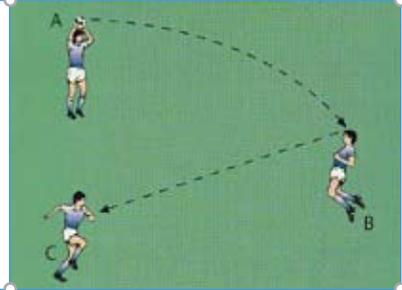
▶ 슈팅(패스 후 슈팅)

두 학생이 골키퍼가 있는 골대를 향해 이동하면서 서로 패스를 주고받는다. 그 이후 표시된 라인에서 슈팅한다. - 두 선수 모두 연속으로 두 번까지만 볼 터치를 할 수 있다.



▶ 헤딩(삼각 헤딩)

세 학생이 약 5미터 간격으로 서서 삼각형을 만든다. A가 B에게 볼을 던져주면, B는 C에게 헤딩을 하여 보내고, C는 볼을 받아 A에게 다시 던져준다.



※ 출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

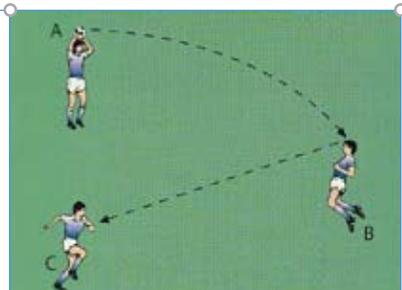
◆ 미니게임 실시

- ① 전반전과 후반전은 각각 10분, 휴식은 5분으로 진행한다.
- ② 교사는 미니게임 시 원터치패스를 강조한다.

○ 미니게임 연습방법(예시)

네 명씩으로 이루어진 세 개의 팀이 경계가 표시된 필드에서 플레이 한다.

팀 A와 B는 골키퍼가 있는 두 개의 골대를 두고 4대4를 한다. C팀의 선수들은 양 사이드라인을 따라 같은 간격으로 늘어선다. A팀과 B팀의 선수들은 C팀의 선수들에게 패스를 하여 되받을 수 있다.



※ 출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

### 3. 정리

- ◆ 정리운동

국민체조와 가벼운 스트레칭으로 마무리한다.

- ◆ 기구정리

용품과 기구를 정리한다.

- ◆ 차시예고

다음시간에 대한 예고를 한다.

### 4. 과제

개인훈련일지: 훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

## >>> 참고자료

1. 체육교과 지도서
2. 국가대표 훈련법(해당 종목의 웹사이트 등 참고)
3. 각종 축구 기술 서적

## → 2.1.(2주-1회기): 팀 빌딩 - 팀명과 팀 구성하기

### 2.1. 회기 (실내)

#### 제목 : 팀이름과 팀 구성원 역할 정하기

- 목 표
1. 팀 구성을 통해 팀 정체성을 형성한다.
  2. 팀들의 중재자로서 운영교사의 역할을 확보한다.

참고자료 | 팀이름 정하기, 팀 구성원 역할표

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 회기목표제시	3분 2분	출석부와 포인트 점검표	
전개	해당종목소개 스포츠팀 운영목표 공유 스포츠팀 활동계획공유 스포츠팀 포인트 시스템설명	10분 15분 10분 15분	필기도구, 유니폼 카달로그	가능하면 학생들에게 격려 하는 말과 태도를 보이도록 한다. 실질적 운영의 현실을 고려하여 정할 할 수 있도록 유도한다
정리	다음모임에 대한 공지	3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우천시 교실에서 종목관련 영화관람에 대해 공지한다
과제	개인훈련일지 작성하여 제출하기			

## >>> 회기개요

지난 1주 동안 진행된 스포츠팀 활동의 평가를 통해 대상학생들을 두 팀으로 나눈다. 양팀 전력의 평균화를 위해 참여 학생들의 기능(skill) 수준을 최우선적으로 고려하여 팀을 구성한다. 각 팀은 팀명과 포지션, 그리고 팀 운영을 위해 주장 및 경기운영 담당자의 역할을 결정한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

팀 구성을 통한 팀 정체성 형성의 중요성에 대해 설명한다.

### 2. 전개

#### ◆ 팀 구성하기

각 팀 구성 시 운동기능, 협동심, 참여도를 평가하여 두 팀으로 나눈다

#### ◆ 팀명 및 유니폼 디자인 정하기

팀명은 긍정적인 팀 정체성을 형성할 수 있는 이름과 유니폼을 정한다. (문서 2.a 참고)

#### ◆ 포지션 정하기

각 팀을 2인의 공격수, 4인의 미드필더, 4인의 수비수, 1인의 골키퍼로 나눈다.

#### ◆ 역할 정하기

각 팀의 선수들은 선수를 대표하는 주장, 매니저, 전력분석가, 경기장 운영담당자, 선심 등을 결정한다. (문서 2.b 참고).

### 3. 정리

- ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외 프로그램의 경우 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

- ◆ 경기 및 훈련일지 작성 공지

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

### 4. 과제

개별학생들에게 훈련일지를 돌려주고 다음 회기 전까지 제출할 것을 공지한다.

## >>> 참고자료

### 1. 팀이름 정하기(문서 2.a)

#### 팀이름 정하기

##### | 기본방향

##### ▶ 기술

##### | 활동계획표 예시

팀 이름 정하기		
순서	활동	비고
1	진행자는 팀을 나누고 모든 참여자에게 종이 한 장씩을 나누어 준다.	종이 및 필기도구 준비
2	종이를 받은 참여자는 생각나는 팀 이름에 대한 아이디어를 모두 적는다.	
3	아이디어를 모두 적은 후 참여자는 같은 팀의 동료들과 아이디어를 비교해 본다.	
4	가장 많이 나온 공통의 팀명을 다른 종이에 적는다.	
5	팀명을 적은 종이를 상대방 팀과 교환한다.	
6	상대방의 이름과 겹칠 시 2순위의 이름을 선택한다.	

##### 팀 이름 예시

이름	비고
Keeper Club(지킴이 클럽)	폭력을 예방하고 지역 및 학교의 안전을 지킨다는 의미를 내포
OOFQ(Fairplay Club)	축구팀의 페어플레이를 강조



## → 2.2.(2주-2회기): 스포츠종목 기초기술습득 2

### 2.2. 회기 (실외)

#### 제목 : 스포츠종목 기초기술습득

- 목 표
1. 스포츠활동을 통한 기초경기력 향상으로 자신감을 형성한다.
  2. 팀별 정체성을 강화한다.

참고자료 | 스포츠 팀 활동계획표

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 준비운동 회기목표제시	3분 5분 2분	출석부와 포인트 점 검표, 구급상자	부상방지를 위해 충분한 준비 운동을 실시
전개	축구기본기능 설명 팀 조직력 강화훈련 팀간 미니게임 실시 팀별 미니게임 정리평가	10분 10분 20분 5분	축구공 미니콘 (간이골대로 이용), 호각, 시합용조끼	미니게임에서 교사는 심판으로 경기를 중재하며 부상방지를 위해 경기 진행과정에서 적극적으로 개입해야 함
정리	정리운동 차시예고	5분 2분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다
과제	개인훈련일지 작성	3분		

## >>> 회기개요

지난 주 배웠던 해당 스포츠의 기초기술 연습을 반복 수행하여 경기에 대한 자신감을 향상 시킨다. 프로그램 운영교사들은 학생 개개인의 운동능력 향상 외에도 팀별 지도를 통해 팀의 협동심이 강화될 수 있도록 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

- ◆ 인원점검  
인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.
- ◆ 준비운동실시  
국민체조, 스트레칭 및 워밍업을 실시한다.
- ◆ 회기목표제시

- ① 볼다루기/드리블 등의 개인기능을 향상한다.
- ② 팀별 조직력을 강화한다.

### 2. 전개

- ◆ 축구 기본기능 설명  
지난 주 학습한 패스와 리시빙, 슈팅을 반복한다.
- ◆ 팀 조직력 강화훈련  
각 팀 구성원 전체가 함께 할 수 있는 놀이를 수행한다. (발 대신 손으로 하는 축구)
- ◆ 팀간 미니 게임 실시
  - ① 전반전과 후반전은 각각 10분, 휴식은 5분으로 진행한다.
  - ② 미니게임 시 주안점으로 원터치패스를 강조한다.
- ◆ 팀 별 미니게임 정리 평가  
각 팀은 미니게임 후 나타난 문제점을 분석하고 개선방안을 논의한다

### 3. 정리

- ◆ 정리운동

국민 체조와 가벼운 스트레칭으로 마무리 한다.

- ◆ 차시 예고

다음 시간에 대해 예고한다.

- ◆ 경기훈련일지에 대한 피드백

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

### 4. 과제

개별학생들에게 훈련일지를 돌려주고 다음 회기 전까지 제출할 것을 공지한다.

### >>> 참고자료

1. 스포츠 팀 활동계획표(문서 1.a 참조)
2. 체육교과 지도서
3. 국가대표 훈련법(해당 종목의 웹사이트 등 참고)
4. 각종 축구 기술 서적

## → 2.3.(2주-3회기) : 사제동행 스포츠경기 1

### 2.3. 회기 (실외)

#### 제목 : 사제동행 스포츠 경기 1

- 목 표
1. 스포츠경기를 통해 사제 간의 신뢰를 높인다.
  2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.

참고자료 | 심판역할 대신하기

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	출석부와 포인트 점검표, 구급상자	
	학습목표제시	2분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 스톱워치, 선심을 위한 깃발, 구급상자	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	몸풀기 운동	5분		
	경기진행	55분		
	정리운동	5분		
정리	개인훈련일지에 대한 간단 한 피드백과 다음모임에 대 한 공지	3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지 쓰기			

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 학교 선생님들이 공동으로 참여하는 프로그램이다. 스포츠 활동을 통해 교사들과 학생들 간의 인격적인 신뢰를 형성하고 학교생활의 공동체임을 알 수 있는 기회가 제공된다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기의 목표는 사제간의 친선도모임을 분명히 한다.
- ② 경기에서 중요한 페어플레이와 경기에절에 대해 알아본다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 몸 풀기 운동

경기에 앞서 각 팀은 5분 정도의 연습시간을 갖도록 한다.

#### ◆ 경기 진행

- ① 전 후반 각각 20분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.
- ② 벤치에 앉아 있는 학생들은 심판이 되었다는 가정 하에 경기를 하고 있는 학생들을 평가하여 체크리스트에 기록하고 경기 후에 피드백을 제공한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외에서 프로그램 진행시 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

#### ◆ 경기훈련일지에 대한 피드백

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

### 4. 과제

개별학생들에게 훈련일지를 돌려주고 다음 회기 전까지 제출할 것을 공지한다.

### >>> 참고자료

1. 심판역할 대신하기(문서 2.c; 다음 페이지 참조)
2. 주요 경기규칙을 알 수 있는 참고자료
3. 페어플레이 및 비신사적 행위의 예를 알 수 있는 자료

## >>> 참고자료

### 심판역할 대신하기(문서 2.c)

#### 심판역할대신하기

##### | 기본방향

- ▶ 경기수행중 규칙준수와 관련한 동기부여를 위해 심판의 입장에서 경기를 바라보도록 이미지 훈련을 함으로써 규칙준수에 대한 중요성을 강조

##### | 심판역할대신하기 예시

#### 축구 경기 심판 역할 대신하기

경기의 심판이 되었다는 가정아래 경기 내용을 복기해 보자

- 선수들은 규칙을 잘 따랐으며 상대방에 대한 예의를 지켰는가?
- 공정하게 경기를 운영하였는가?
- 심판의 지시에 잘 따랐는가?
- 경고나 퇴장을 주고 싶은 선수가 있었는가?
- 페어플레이상을 주고 싶은 선수가 있었는가?

심판으로서 경기운영에 대한 소감을 기록해 보자

경기운영 전반에 걸친 느낌을 자유롭게 기술

## → 3.1.(3주-1회기): 팀 빌딩 - 팀 규칙과 리그규칙 정하기

### 3.1. 회기 (실내)

#### 제목 : 팀 규칙과 리그규칙 정하기

목 표	1. 팀 규칙과 리그규칙을 정하여 스포츠 팀 정체성을 형성한다. 2. 유니폼 배급을 통한 팀 정체성을 강화한다.			
참고자료	포인트 점수표			
단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
	회기목표 제시	2분		
전개	경기방법 및 규칙설명	20분	경기규칙집, 페어플레이, 비신사적 행위 장면 동영상, 유니폼	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	전반기 리그 운영을 위한 포인트 시스템에 대해 설명	20분		
	유니폼 제공	2분		
정리	다음모임에 대한 공지	2분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백	1분		

## >>> 회기개요

본격적인 전반기 리그를 앞두고 경기방법과 규칙에 대해 공유하는 회기이다. 담당교사는 축구경기에 대한 일반적인 경기방법과 규칙에 대해 강의하며 필요시 본 리그를 위한 경기규칙을 정한다. 또한 팀별로 유니폼을 배급하여 팀 정체성을 높일 수 있는 회기이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 축구경기방법과 규칙에 대해 공유한다.
- ② 전반기 리그에 대한 규칙과 포인트시스템의 팀별 적용에 대한 규정을 공유한다.
- ③ 전반기 리그 시작에 앞서 유니폼을 제공함으로써 팀 정체성을 강화한다.

### 2. 전개

#### ◆ 경기 방법 및 규칙 설명

- ① 중학생 경기시간인 전후반 각각 35분과 휴식시간 15분을 팀 조건에 맞게 적용한다.
- ② 스로인 방법과 오프사이드 규칙 등 중요한 축구규칙에 대해 설명한다.

#### ◆ 전반기 리그 운영을 위한 포인트 시스템에 대해 설명한다.

- ① 경기과정과 결과를 모두 반영할 수 있는 포인트 시스템을 운영한다.
- ② 승: 5점, 무승부: 3점, 옐로우 카드: -3, 반칙: -1점, 경기준비 미흡: -1점을 반영하여 팀별, 개인별 포인트를 적용한다. 이러한 시스템은 경기결과에 패하였지만 반칙유무에 따라 승점이 달라질 수 있음을 주지시킨다.

#### ◆ 유니폼 제공

각 팀 구성원들에게 유니폼을 제공한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외에서 프로그램 진행시 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

#### ◆ 경기훈련일지에 대한 피드백

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

### 4. 과제

개별학생들에게 훈련일지를 돌려주고 다음 회기 전까지 제출할 것을 공지한다.

## >>> 참고자료

1. 포인트 점수표(문서 1.b)
2. 경기규칙집
3. 페어플레이 예시 동영상 자료
4. 비신사적 행위의 예시 동영상 자료

## → 3.2.-3.3.(3주-2, 3회기) : 스포츠 경기 진행기(전반기 리그 1-2회전)

### 3.2.-3.3.회기(실외)

#### 제목 : 스포츠 경기 전반기 리그 1,2회전

- 목 표
1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다.
  2. 부상 없는 경기를 진행한다.

참고자료 | 경기태도기록지, 동료 서약서

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	준비운동 동료서약서 작성 심판소개 경기진행 정리운동	5분 5분 85분 이내	축구공, 호각, 구급상자, 시험용 조끼, 경기태도기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경 기에 대한 총평 운동용품 정리	10분 3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우 천시에는 교실에서 종목관련 영 화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백	2분		

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성하도록 한다.

② 부상이 없는 경기를 진행 한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 심판 소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

#### ◆ 경기 진행

① 경기 시작 전에 동료서약서를 작성한다.

② 전 후반 각각 35분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.

③ 경기 중이라도 필요할 경우 경기를 중단하고 전술 및 바람직한 플레이에 대한 지도를 한다.

그러나 너무 자주 경기를 중단시키지 않는다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외에서 프로그램 진행시 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별 잘된 점과 보완할 점을 설명하는 등 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

### >>> 참고자료

#### 1. 경기태도 기록지(예시)(문서 3.a)

		긍정적 경기태도			부정적 경기태도		
이름	최선을 다하는 자세	동료격려	심판복종	비신사적행위	심한파울	욕설	
홍길동							

## >>> 참고자료

### 2.2. 동료서약서(문서 3.b)

#### 동료 서약서

##### I 기본방향

- ▶ 동료와 자기자신에게 행동규칙준수를 공포하여 책임감을 제고

##### I 동료 서약서 예시

#### 동료 서약서

본인은 프로그램에 참가함에 있어 규칙을 준수하고 타인에게 피해가 되는 행동은 일체 하지 않으며 항상 페어플레이정신을 발휘할 것을 제 자신과 동료에게 서약합니다. 아울러 다음과 같은 행동을 할 시 동료들에게 어떠한 비난도 감수할 것을 서약합니다.

1. 상대방의 부상을 초래하는 위험한 반칙
2. 팀워크를 저해하는 독선적인 행위
3. 팀 동료를 비난하고 무시하는 행위
4. 상대팀 동료에게 폭력을 행사하는 행위
5. 팀을 위해 자신의 역할을 불성실하게 수행
6. 학생의 본분에 어울리지 않은 일체의 행위

2010년 월 일

성명 (인)  
주민번호  
연락처

→ 4. 1.- 4. 3. (4주-1, 2, 3회기) :  
스포츠 경기 진행기(전반기 리그 3,4,5회전)

4. 1.-4. 3. 회기 (실외)

제목 : 스포츠 경기 전반기 리그 3,4,5회전

- 목 표
1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다.
  2. 부상 없는 경기를 진행한다.

참고자료 | 경기태도기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	출석부와 포인트 점검표	
전개	준비운동 심판소개 경기진행 정리운동	5분  85분 이내	축구공, 호각, 구급상자, 시합용 조끼, 경기태도기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평  운동용품 정리	10분  3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백	2분		

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다. 이전 회기인 전반기 1, 2회전 경기에서 배운 내용을 응용하도록 노력하는 자세를 가지도록 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성하도록 한다.
- ② 부상이 없는 경기를 진행 한다.
- ③ 전 회기인 전반기 1,2회전 경기에서 습득한 내용을 응용한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 심판 소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

#### ◆ 경기 진행

전 후반 각각 35분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외에서 프로그램 진행시 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별 잘된 점과 보완할 점을 설명하는 등 피드백을 제공한다.

#### ◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

#### ◆ 훈련일지에 대한 피드백

훈련일지를 잘 작성한 학생들을 격려하며 포인트를 준다. 훈련일지를 대상학생들에게 돌려준다.

## >>> 참고자료

### 1. 경기태도 기록지(예시)(문서 3.a)



## 5.1.- 5.3. (5주-1, 2, 3회기) : 스포츠 경기 진행기(전반기 리그 6,7,8회전)

### 5.1-5.3. 회기

#### 제목 : 스포츠 경기 전반기 리그 6,7,8회전

목 표	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.
-----	--

참고자료 | 경기태도기록지, 팀의 강점 및 약점 체크리스트

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	출석부와 포인트 점검표	
전개	준비운동 심판소개 경기진행 정리운동	5분  85분 이내	축구공, 호각, 구급상자, 시합용 조끼, 경기태도기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경 기에 대한 총평  운동용품 정리	10분  3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백	2분		

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다. 팀의 약점과 강점을 스스로 파악하여 팀원 간 논의하여 발전방안을 모색할 수 있도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성하도록 한다.
- ② 부상이 없는 경기를 진행 한다.
- ③ 팀의 강점 및 약점을 파악하여 팀원 간의 논의로 해결책을 모색하는 태도를 기른다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 심판 소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

#### ◆ 경기 진행

전 후반 각각 35분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 야외에서 프로그램 진행시 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별 잘된 점과 보완할 점을 설명하는 등 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### >>> 참고자료

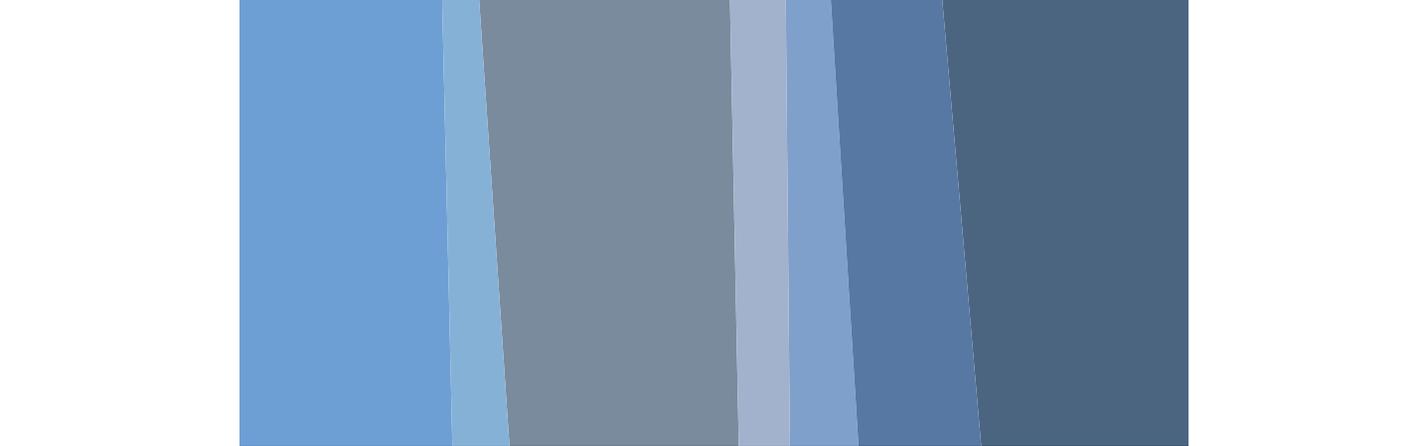
#### 1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)

#### 2. 팀의 강점 및 약점 체크리스트(예시)(문서 5.a)

팀 능력구분	잘한다(강점)	못한다(약점)
패싱	○	
슈팅	○	
볼키퍼		○
공수전환	○	
수비의 협력		○
경기중 의사소통		○
:		
:		







## → 2단계 - 스포츠팀 정체성 강화

---

목표 : 스포츠팀 정체성 강화, 학교에 대한 긍정적 태도(애교심과 책임감)  
강화, 스포츠운동능력(전술능력) 향상, 교사학생간의 신뢰구축

---

## → 6.1.(6주-1회기) : 스포츠 경기 전반기 리그 시상 및 팀 재구성

### 6.1. 회기

#### 제목 : 스포츠 경기 전반기 리그 시상 및 팀 재구성

- 목 표
1. 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다.
  2. 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지시키고(recognition) 격려한다.

참고자료 | 팀이름 정하기, 팀 구성원 역할표

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	시상식 진행 교장선생님 훈화말씀 상장과 상품수여	20분		대상학생들이 동기부여를 받을 수 있도록 가능한 모든 선수들이 수상할 수 있도록 한다.
	팀 재구성	20분		팀의 경기력 수준이 유사하도록 팀을 재구성한다.
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지를 작성하여 제출			

## >>> 회기개요

중간고사 전까지 진행된 스포츠활동을 평가하고 새로운 단계로 진입하는 중요한 회기이다. 운영교사는 대상학생들의 팀 활동을 기초로 평가한 포인트에 의하여 시상식을 진행한다. 시상 시에는 교장선생님이나 담임선생님들도 함께 참여하여 대상학생들의 지난 활동들을 격려하고 새로운 활동에 대한 기대를 표현한다면 프로그램의 효과성은 더욱 향상될 수 있을 것이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다.
- ② 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지시키고(recognition) 격려한다.

### 2. 전개

#### ◆ 시상식 진행

팀별로 정렬한 상태에서 시상식이 진행되도록 한다.

#### ◆ 교장선생님 훈화 말씀

대상학생들이 교장선생님의 훈화 말씀을 잘 듣고 동기부여를 받을 수 있도록 한다.

#### ◆ 상장 및 상품 수여

수상하는 팀 외의 학생들이 수상하는 팀들에게 박수와 격려를 보내주도록 한다.

#### ◆ 팀의 재구성

전반기 리그 운영 결과를 토대로 하여 팀 구성원을 재조직한다. 팀 구성원 개개인의 성실성과 스포츠 기술을 근거로 팀을 재구성하는 것이다.

### 3. 정리

- ◆ 다음모임에 대한 공지

차시수업내용(학교대표팀 활동 비전선포식)에 대해 설명하고 일정을 공유한다.

- ◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### >>> 참고자료

1. 팀이름 정하기(문서 2.a 참조)
2. 팀구성원 역할표(문서 2.b 참조)



## 6.2.(6주-2회기): 학교대표팀 활동 비전선포식 (학교내 봉사활동/친구/선생님돕기)

### 6.2. 회기 (실내)

#### 제목 : 학교대표팀 활동 비전선포식

목 표	1. 대상학생들은 학교대표로서 스포츠팀 활동의 중요성을 인식하고 학교의 대표선수로서 책임감과 의무를 실천할 수 있는 봉사활동을 계획한다. 2. 실천활동과 계획을 정리하여 스포츠팀의 비전으로 발표한다.			
참고자료	대표팀 활동계획서			
단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	학교대표로서 활동계획 세 워보기	40분	대표팀 활동 계획서	실현가능한 계획을 세우도록 지문해 준다. 교장, 교감 선생님과 담임교사들이 참석하여 학생들에게 사기를 북돋아 준다.
	비전 선포식	10분		
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

비전선포식을 통해 학교대표로서의 스포츠팀의 위상을 분명히 하고 대표선수로서 지켜야 하는 책임감과 의무에 대해 생각해 보는 회기이다. 가장 중요하게는 학교나 지역사회에 봉사할 수 있는 방법들을 생각해 보고 이를 실천할 수 있는 구체적인 계획을 세워 비전선포식을 통해 공표해 보자.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유하고 봉사활동 등을 수행할 것을 계획한다.
- ② 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지도시키고(recognition) 격려한다.

### 2. 전개

#### ◆ 학교대표로서 스포츠팀 활동에 대한 새로운 계획세우기

- ① 학교대표팀으로서의 책임감과 의무에 대해 공유한다.
- ② 대표팀 활동계획서에 학교대표팀과 선수로서 지켜야 하는 구체적 활동내용과 계획을 정리해 본다.

#### ◆ 비전 선포식

- ① 앞으로 학교의 대표팀으로서 활동하게 됨을 선포한다.
- ② 학교 대표팀으로서 활동의 구체적 내용과 계획을 비전형식으로 발표한다.
  - 예를 들어, 다음과 같은 활동들을 진행할 수 있다.
  - 체육기구 대여 및 정리
  - 체육대회 보조
  - 불우하고 장애를 가진 친구 돕기
  - 학교폭력 추방 캠페인 활동 적극적으로 실천하기
- ③ 학교대표팀 활동 시 포인트가 부과됨을 공지한다.

### 3. 정리

- ◆ 다음모임에 대한 공지

차시수업내용에 대해 공지한다.

- ◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

## >>> 참고자료

### 1. 대표팀 활동계획서(문서 6.a)

단계	활동내용
도입(각자의 바램 표현하고 설명하기)	
토론분야 모으기(토론주제 구체화)	
제1토론 주제 선택(가장 중요한 주제 설정)	
해결방안모색	
구체적 계획 세우기	
마무리(결과에 대한 만족도 조사 및 평가)	

## → 6.3. (6주-3회기) : 사제동행 스포츠경기 2

### 6.3. 회기

#### 제목 : 사제동행 스포츠 경기 2

- 목 표
1. 스포츠경기를 통해 사제 간의 신뢰를 높인다.
  2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.

참고자료 | 홈 트레이닝 방법

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	구급상자	
	학습목표제시	2분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용 조끼	가능하면 학생들에게 격려하 는 말과 태도를 보이도록 한 다.
	몸풀기 운동	5분		
	경기진행	55분		
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우 천시에는 교실에서 종목관련 영 화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백, 홈 트레이닝 실천			

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 학교 선생님들이 공동으로 참여하는 두 번째 프로그램이다. 스포츠 활동을 통해 교사들과 학생들 간의 인격적인 신뢰를 형성하고 학교생활의 공동체임을 알 수 있는 기회가 제공되도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기의 목표는 사제 간의 친선도모임을 분명히 한다.
- ② 경기에서 중요한 페어플레이와 경기예절에 대해 알아본다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 몸풀기 운동

경기에 앞서 각 팀은 5분 정도의 연습시간을 갖도록 한다.

#### ◆ 경기 진행

전·후반 각각 20분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

4. 과제

◆ 홈 트레이닝

홈 트레이닝 방법 설명자료를 보고 집에서 실천한다.

>>> 참고자료

1. 홈 트레이닝 방법(6.b) : 다음 페이지 참조
2. 주요 경기규칙을 알 수 있는 참고자료
3. 페어플레이 및 비신사적 행위의 예를 알 수 있는 자

## >>> 참고자료

### 홈 트레이닝 방법(6.b)

#### 홈 트레이닝

#### I 기본방향

- ▶ 프로그램 진행시간이외에 개인적인 훈련을 할 수 있는 방법을 제시하고 시행토록 유도함으로써 종목에 대한 관심도와 몰입도를 증진시킨다.
- ▶ 기능적인 습득 뿐 아니라 체력적인 준비의 중요성에 대해 학생에게 인식시킨후 가정에서 가족들 또는 친구들과 함께 훈련할 수 있는 훈련방법을 고지하고 가족에게 알려줌으로써 가족들이 학생의 훈련을 돕도록 유도하여 프로그램 참여동기를 강화시키고 원활한 가정생활의 영위에 도움을 준다.

#### I 홈트레이닝방법 예시

구분	방법		
조깅 및 러닝	약 5분~10분간 러닝 실시		
팔, 다리 스트레칭	팔과 다리를 중심으로 스트레칭을 각각 10초간 5회 실시		
종아리 스트레칭	벽을 잡고 발을 벽에 수직이 되도록 일자로 놓고 앞에 있는 발을 굽혀서 뒤 쪽 종아리 스트레칭을 실시 각각 15초간 5회 반복		
팔굽혀펴기	팔을 어깨 넓이로 벌리고 몸을 수직으로 펴서 가볍게 팔굽혀펴기 실시 한번에 10-15회씩 3회 반복하며 근력이 약한 학생은 무릎을 바닥에 닿게한 채로 실시		
뛰면서 엉덩이차기	가볍게 조깅을 하면서 10미터거리를 뒤꿈치를 활용하여 엉덩이차기 실시 약 15초간 실시하면 30초휴식후 5회 반복		
볼트래킹(1회차)	슈팅연습(2회차)	볼컨트롤(3회차)	드리블(4회차)



## 7.1 - 7.2 (7주 - 1,2회기) :

### 스포츠 경기 진행과 대표팀 활동하기(후반기 리그 1,2회전)

#### 7.1-7.2. 회기

#### 제목 : 스포츠 경기 후반기 리그 1,2회전

##### 목 표

1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다.
2. 부상 없는 경기를 진행한다.
3. 팀 경기력 향상을 위한 전술을 습득한다.

##### 참고자료

전략 및 전술 기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 학습목표	3분 2분	구급상자	
전개	준비운동 경기력 향상훈련 심판소개 경기진행 정리운동	5분 20분 85분 이내 5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 전략 및 전술 기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평  운동용품 정리	5분  3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다. 또한 1단계 훈련이 스포츠활동의 개인능력의 향상에 초점이 맞추어 졌다면 2단계에서는 팀 경기력을 향상할 수 있는 구체적인 전술에 대해 학습하는 회기이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 하도록 한다.
- ② 부상이 없는 경기 진행을 진행한다.
- ③ 팀 경기력 향상을 위한 전술을 배우고 응용하여 습득한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

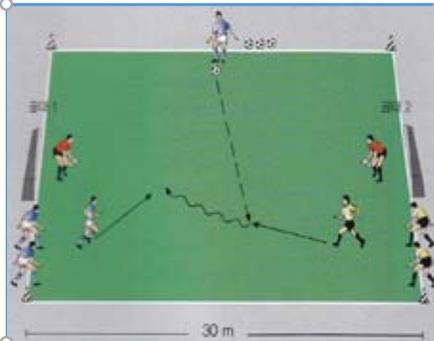
#### ◆ 경기력 향상훈련

수비 방법에 대해 지도한다.

#### ○ 수비 연습방법(예시)

##### ▶ 패스 후 1대1 수비연습

6-8명씩 각 골대 옆에 선다. 교사가 사이드라인에 서서 필드 중앙으로 패스한다. 패스 후, 각 팀에서 한 명씩의 선수가 볼을 쫓아 달려간다. 볼을 잡은 선수는 득점을 시도한다. 이 때 수비자는 공격자의 움직임에 따라 공격자와 골문의 연결선상으로 이동하면서 공격자에게 직접 슈팅의 기회를 주지 않도록 방어한다. 공격자가 샷을 하거나 수비수가 볼을 빼앗으면 상황은 종료되고, 상황이 종료되면 공을 교사 옆에 가져다놓고, 다음 쌍이 연습을 한다.



※출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 경기 전과 하프타임에 전략 및 전술 기록지를 작성하여 경기에 활용하도록 한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별로 잘된 점과 보완할 점을 설명하고 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다. .

## >>> 참고자료

1. 전략 및 전술 기록지(7.a) : 다음 페이지 참조
2. 축구 전술 교본
3. 축구 훈련 지도서

## >>> 참고자료

### 전략 및 전술 기록지(문서 7.a)

#### 전략 및 전술 기록지

#### I 기본방향

#### ▶ 기술

#### I 전략 및 전술 기록지 예시

전략 및 전술 도해	전략 및 전술 내용	
	공격전술	
	방어전술	
	공격과 방어를 위한 대형	

## → 7.3. (7주 - 3회기) : 스포츠 경기관람

### 7.3. 회기

#### 제목: 스포츠 경기관람

- 목 표
1. 스포츠경기관람을 함께 수행하여 사제 간의 정과 신뢰를 높인다.
  2. 스포츠현장경험을 통해 스포츠실력 향상의 계기로 삼는다.

참고자료 | 경기감상보고서

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	필기도구	
	학습목표제시	2분		
전개	경기장 입장 및 주의사항 전달	10분	경기감상보고서	경기를 관람하면서 경기참관 록에 느낀 점을 메모하도록 지도한다.
	경기 관람	90분		
	경기장 퇴장	5분		
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우 천시에는 교실에서 종목관련 영 화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백, 홈 트레이닝 실천			

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 학교 선생님들이 함께 참여하는 프로그램이다. 스포츠경기관람을 함께 수행함으로써 교사들과 학생들 간의 인격적인 신뢰를 형성하고 학교생활의 공동체임을 알 수 있도록 기획되어야 한다. 또한 수준 높은 경기를 관람함으로써 자신의 운동실력을 향상시켜야겠다는 동기부여가 되는 회기이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 실제 스포츠경기를 관람하면서 팀 동료간 정과 신뢰를 확인한다.
- ② 실제 스포츠경기를 관람하면서 선수 간에 또는 선수와 심판 간에 예의와 배려에 대해 생각해보고 평가해본다. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성하도록 한다.

### 2. 전개

#### ◆ 경기장 입장 및 주의사항 전달

- ① 경기장의 구조물 및 부대시설 등에 대해 설명한다.
- ② 경기장 규격에 대해 설명한다.
- ③ 실제 경기 진행 절차에 대해 설명한다.
- ④ 경기장에서 에티켓을 설명한다.

#### ◆ 경기 관람

- ① 지정된 좌석에서 경기장 에티켓을 지키면서 경기를 관람하도록 한다.
- ② 경기에 최선을 다하는 자세, 같은 팀이나 상대팀 동료를 배려하는 태도나 방법, 심판과 커뮤니케이션 하는 방법 등을 주안점으로 관람하도록 한다. 수비 방법에 대해 지도한다.

#### ◆ 경기장 퇴장

동료들과 함께 질서를 지키며 경기장을 퇴장하도록 한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.

#### ◆ 훈련일지에 대한 피드백

학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

## >>> 참고자료

### 1. 경기감상보고서(예시1)(문서 7.b)

참관 요소	경기 중 해당 장면 설명	느낀 점
상대 팀 선수를 배려하는 자세		
같은 팀 동료를 배려하는 자세		
경기에 최선을 다하는 태도		
심판에 대해 예의를 다하는 태도		

## 2. 경기감상보고서(예시2)(문서 7.c)

### 경기감상보고서

#### I 기본방향

- ▶ 실제 경기를 관람하여 경기자체와 선수들의 태도에 대해 평가해봄으로써 본인의 행동이 타인에게 어떻게 비춰지는지를 이해하고 자기반성의 기회를 도모

#### I 경기감상보고서 예시

일시		팀명	
경기팀		경기결과	
팀원들의 역할에 대해 기술해 보자			
이름	역할	이름	역할
경기 내용을 분석해 보자			
■ 골을 어떻게 넣었는가?			
■ 팀워크가 좋았는가?			
■ 주로 범한 반칙의 종류는?			
■ 경고나 퇴장을 당한 선수가 있다면 이유는?			
■ 패어플레이 정신을 가장 실천한 선수는?			
경기 소감을 기록해 보자			

선수 및 관중의 태도와 경기 소감에 대한 전반적인 내용 기술



## 8.1. - 8.2. (8주-1, 2회기):

### 스포츠경기진행과 대표팀 활동하기(후반기 리그 3,4회전)

#### 8.1. - 8.2. 회기

제목: 스포츠 경기 하반기 리그 3,4회전

목 표

1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다.
2. 부상 없는 경기를 진행한다.

참고자료

경기태도기록지, 전략 및 전술기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 학습목표	3분 2분		
전개	준비운동 경기력 향상훈련 심판소개 경기진행 정리운동	5분 20분 85분 이내 5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보여도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평  운동용품 정리	5분  3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화 상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 하도록 한다.

② 부상이 없는 경기 진행을 진행한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 경기력 향상

공격 방법에 대해 지도한다.

#### ○ 공격 연습방법

##### ▶ 중립 선수를 이용한 1대1 공격

골키퍼가 있는 두 골대 사이의 필드(길이 25m)에서 공격자 1명과 수비자 1명으로 이루어진 네 쌍이 동시에 1대 1을 한다. 두 명의 중립선수가 필드에 있는데, 공격자는 중립선수에게 패스를 주고 다시 받아 공격에 활용할 수 있다. 공격자는 반드시 중립선수와 협력한 후에만 슈팅할 수 있다. 득점에 성공하면 볼을 계속해서 소유하고, 실패하면 상대방이 볼을 소유한다. 1분 동안 연습을 하면 상황이 종료되고, 다음 연습자들이 연습을 한다.

첫 번째 라운드에서는 A팀이 볼을 소유하고, 두 번째 라운드에서는 B팀 선수들이 볼을 소유한다.



※출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 전략 및 전술 기록지를 경기에 활용한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 진행한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### >>> 참고자료

1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)
2. 전략 및 전술 기록지(문서 7.a 참조)
2. 축구 전술 교본
3. 축구 훈련 지도서

## → 8. 3.(8주-3회기) : 타 학교와 친선경기하기 1

### 8.3. 회기

#### 제목 : 타 학교와 친선경기하기

목 표	1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다. 2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다. 3. 상대방을 배려하는 태도를 기른다.			
참고자료	경기태도기록지			
단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	5분		
	준비운동	5분		
전개	심판소개 및 주의사항 전달	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지	심판은 친선경기의 의미를 학생들에게 주지시키고 부상 없이 경기가 끝날 수 있도록 한다.
	경기진행	65분		
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지	3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우선시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

다른 학교 팀과 친선경기를 하면서 그동안 연습했던 실력을 확인하는 기회를 갖는다. 승부욕을 내세우기보다는 다른 학교 친구들과 스포츠경기를 즐긴다는 마음으로 경기에 임하고 부상 없이 경기를 끝내도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원 점검을 한다.

#### ◆ 준비운동

팀별로 스트레칭 등 준비운동을 한다.

#### ◆ 회기목표제시

① 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다.

② 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.

### 2. 전개

#### ◆ 심판소개 및 주의사항 전달

① 주심 1인과 부심 2인을 소개한다.

② 심판은 경기 중 주의사항을 전달한다.

#### ◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 25분 이내로 하고 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 벤치에 앉아 있는 학생들은 경기에 참여하고 있는 학생들의 경기태도를 기록지에 기록하여  
경기가 끝난 후에는 서로 피드백을 주고받는다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

#### ◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### >>> 참고자료

#### 1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)



## 9.1. -9. 2. (9주-1,2회기):

### 스포츠경기진행과 대표팀 활동하기(후반기 리그 5,6회전)

#### 9.1. - 9.2. 회기

#### 제목 : 스포츠 경기 후반기 리그 5,6회전

목 표	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성한다. 2. 부상 없는 경기 진행한다.
-----	--

참고자료	경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지, 축구경기 만들기
------	--------------------------------

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	경기력 향상훈련	20분		
	심판소개	85분 이내		
	경기진행			
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화 상영이 있음을 알린다.
	운동용품 정리	3분		
과제	개인기훈련일지에 대한 피드백, 축구경기 만들기			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 하도록 한다.

② 부상이 없는 경기 진행을 진행한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 경기력 향상

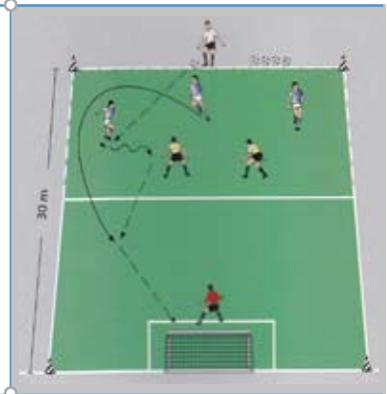
그룹 전술(공격) 방법에 대해 지도한다.

#### ○ 그룹전술 연습방법(예시)

##### ▶ 3대2 공격방법

골키퍼가 있는 골대 하나가 있는 40×30미터크기의 필드에서 세 명의 공격수가 두 명의 수비수와 플레이 한다. 여러 개의 볼을 가진 한 명의 패서가 반대쪽 골라인에 서서 공격수 중 한 명에게 패스함으로써 플레이가 시작된다.

공격 측은 득점을 위해 3명이 패스와 드리블을 조합한 플레이를 한다. 만약, 수비 측이 볼을 빼앗으면 골라인 밖에서 있는 패서에게 볼을 보내고, 패서는 다음 공격을 시작한다.



※ 출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 전략 및 전술 기록지를 경기에 활용한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별로 잘된 점과 보완할 점을 설명하고 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### 4. 과제

◆ 축구경기 만들기

재미있는 축구경기를 각자 만들어 오도록 한다.

## >>> 참고자료

1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)
2. 전략 및 전술 기록지(문서 7.a 참조)
3. 축구경기 만들기(문서 9.a) : 다음 페이지 참조

참고자료 : 축구경기 만들기(문서 9.a)

## 축구 경기 만들기

### I 기본방향

- ▶ 스포츠활동을 감독이나 경기주관자의 입장에서 직접 계획할 수 있도록 함으로써 참여의 흥미를 제고시킴

### I 축구 경기 만들기 예시

재미있는 축구 게임 만들기  
( )중학교 학년 반 이름

경기명	
구성 인원	준비물
경기 방법과 규칙	
경기장과 기구	
주요 기능 및 전술	

## → 9.3. (9주 - 3회기) : 사제동행 스포츠경기 3

### 9.3. 회기

#### 제목 : 사제동행 스포츠 경기 3

- 목 표
1. 스포츠경기를 통해 사제 간의 신뢰감을 형성한다.
  2. 승부를 떠나 사제 간의 친선에 의미를 두어 부상 없는 즐거운 경기경험이 되도록 한다.

참고자료 | 사회적 책임감 사례 찾기

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분	필기도구	
	학습목표제시	2분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	몸풀기 운동	5분		
	경기진행	55분		
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우 천시에는 교실에서 종목관련 영 화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백, 사회적 책임감 사례 찾기			

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 학교 선생님들이 공동으로 참여하는 세 번째 프로그램이다. 스포츠 활동을 통해 교사들과 학생들 간의 인격적인 신뢰를 형성하고 학교생활의 공동체임을 알 수 있는 기회가 제공되도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기의 목표는 사제 간의 친선도모임을 분명히 한다.
- ② 경기에서 중요한 페어플레이와 경기예절에 대해 알아본다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 몸풀기 운동

경기에 앞서 각 팀은 5분 정도의 연습시간을 갖도록 한다.

#### ◆ 경기 진행

전·후반 각각 20분과 휴식시간 15분으로 구성하여 경기를 진행한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

- ① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.
- ② 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

4. 과제

◆ 사회적 책임감 사례 찾기

스포츠와 관련된 사회적 책임을 수행하는 사례를 찾아 오도록 한다

>>> 참고자료

1. 사회적 책임감 사례 찾기(문서 9.b) : 다음 페이지 참조
2. 주요 경기규칙을 알 수 있는 참고자료
3. 페어플레이 및 비신사적 행위의 예를 알 수 있는 자료

## 사회적책임감사례찾기

### I 기본방향

- ▶ 스포츠와 관련된 사회적 봉사활동 및 사회적 책임을 수행하고 있는 인물이나 기관의 사례를 통해 롤모델을 정하고 행동의 변화를 유도

### I 사회적책임감 사례찾기 예시

사례	이유
야구선수 박찬호	박찬호 선수는 메이저리그 정상급 선수로 활약하며 부와 명예를 얻었음에도 불구하고 선수 생활의 마지막은 고국에서 마치고 싶다고 항상 입버릇처럼 자신의 미래 계획을 밝혔으며, 국가 대표 선발 시 본인의 불이익을 감수하고 기꺼이 국제 대회에 참여해 국가를 위해 최선을 다해서 뛰었다. 그리고 선수생활을 마치고 난 뒤 고국으로 돌아와 야구 꿈나무들, 즉 유망주들을 위해 역할이 필요하다면 한국 야구 발전을 위해 기꺼이 자신을 희생하겠다고 밝혔다.
골프선수 최경주	
축구선수 박지성	

→ 10.1.-10. 2. (10주-1,2회기) :  
스포츠경기진행과 대표팀 활동하기(후반기 리그 7,8회전)

10.1.-10.2. 회기

제목 : 스포츠 경기 후반기 리그 7,8회전

목 표	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다. 2. 부상 없는 경기를 진행한다.			
참고자료	경기태도기록지, 전략 및 전술기록지			
단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	경기력 향상훈련	20분		
	심판소개	85분 이내		
	경기진행			
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화 상영이 있음을 알린다.
	운동용품 정리	3분		
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 하도록 한다.
- ② 부상이 없는 경기 진행을 진행한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 경기력 향상

그룹 전술(수비) 방법에 대해 지도한다.

#### ○ 그룹 전술 연습방법(예시)

##### ▶ 중앙 공격과 측면 공격에 대한 수비연습

골키퍼를 포함하여 수비자 8명이 그림과 같은 위치에 서서 공격 축의 공 가진 위치에 따라 수비 위치를 이동하여 서는 연습을 한다.

상대 공격 팀이 중앙에서 공격을 해올 때에는 중앙에서 가장 가까운 중앙 미드필더가 공격수 쪽으로 움직이고, 다른 수비수들은 약간씩 안쪽으로 움직여 동료 선수의 뒤를 커버한다.

상대 공격 팀이 측면에서 공격해 올 때에는 가장 가까이 있는 측면 수비수가 볼을 가진 선수를 압박하고 다른 수비수들은 그쪽으로 조금씩 이동한다.



▲ 중앙공격에 대한 수비



▲ 측면 공격에 대한 수비

※ 출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 전략 및 전술 기록지를 경기에 활용한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별로 잘된 점과 보완할 점을 설명하고 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

## >>> 참고자료

1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)
2. 전략 및 전술 기록지(문서 7.a 참조)

---

## → 10. 3.(10주 - 3회기) : 사제동행 학교 내 캠프

---

### 10. 3. 회기

---

#### 제목 : 사제동행 학교 내 캠프

---

##### 목 표

1. 사제동행 야영 활동을 통해 사제 간의 신뢰를 높인다.
  2. 공동체 의식, 협동심, 타인에 대한 이해심 등을 함양한다.
- 

##### 유의할 점

1. 대상학생들의 출석에 각별한 유의를 기울인다. 학생들이 오지 않은 경우에는 집에 연락을 취해 출석유무를 확인해 야 한다.
  2. 화재나 도난 등 각종 안전사고를 방지할 수 있도록 충분한 한 교육이 이루어져야 한다.
  3. 캠프장소외에도 학교내외를 깨끗하게 정리할 수 있도록 지도해야 한다.
-

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 지도교사, 담임교사 등이 함께 참여하는 프로그램이다. 사제동행 활동의 일환으로 학생과 교사가 야영 활동을 함께 해 봄으로써 다양한 경험을 통하여 자기를 바라보고 집단생활을 통하여 공동체의식과 협동심을 함양하는 활동이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### ◆ 일차별 지도내용 및 준비물

일 차	시 간	세부지도내용	준비물	유의점
1일차	15:00-15:30	집합 및 개영식	개인별 준비물	야영 전날 개인준비물과 주의사항에 대해 전달한다.
	15:30-16:30	모듬별 텐트 설치	모듬별 텐트	
	16:30-18:30	저녁식사 준비 및 식사, 정리		
	18:30-19:30	텐트 주변정리 및 장기자랑 준비		
	19:30-20:30	장기자랑	장기자랑 소품	
2일차	20:30-22:30	레크레이션, 캠프파이어, 촛불의식		안전에 유의하도록 지도한다.
	22:30-23:00	세면, 취침준비, 취침 점검		
	23:00-	취침		
	07:00-07:30	기상, 인원점검, 체조, 세면		
	07:30-09:00	아침식사 준비, 식사, 정리		
	09:00-10:00	담임선생님과의 대화		
	10:00-10:30	소감문 작성	필기도구	
	10:30-11:00	폐영식 및 시상		주변 정리를 철저히 한다

→ 11.1.-11.2.(11주 -1, 2회기) :  
스포츠 경기 진행과 대표팀 활동하기(후반기리그 9,10회전)

11.1. - 11.2.회기

제목: 스포츠 경기 후반기 리그 9,10회전

목 표	1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성한다. 2. 부상 없는 경기 진행한다.
-----	--

참고자료 | 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 학습목표	3분 2분		
전개	준비운동 경기력 향상훈련 심판소개 경기진행 정리운동	5분 20분 85분 이내 5분	축구공, 호각, 구 급상자, 시합용조 끼, 경기태도기록 지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평  운동용품 정리	5분  3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화 상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가지고, 무엇보다도 부상 없는 경기를 진행할 수 있도록 강조하여 지도한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도 형성 하도록 한다.

② 부상이 없는 경기 진행을 진행한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 경기력 향상

팀에 맞는 공격전술 연습방법에 대해 지도한다.

#### ○ 그룹전술 연습방법(예시)

##### ▶ 경기장의 측면 활용하여 공격하기 연습

골키퍼가 있는 골대 두 개를 그림과 같이 설치하여, 두 팀이 6대 6 경기를 한다. 각 골대에서 15미터 앞에 5미터 크기의 골라인 두 개씩을 표시한다. 공격 측은 슈팅 기회를 만들 때 이 측면 골대들을 사용해야만 한다. 만약, 공격 측이 이 측면 골대 중 하나를 드리블이나 패스로 통과하지 않으면, 득점이 인정되지 않는다.



※출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 전략 및 전술 기록지를 경기에 활용한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별로 잘된 점과 보완할 점을 설명하고 피드백을 제공한다.

◆ 운동용품 정리

운동용품을 정리하고 다음 회기를 위해 기구나 장비를 준비할 팀을 지정한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

## >>> 참고자료

1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)
2. 전략 및 전술 기록지(문서 7.a 참조)

## → 11. 3. (11주-3회기) : 타 학교와 친선경기하기 2

### 11.3. 회기

#### 제목 : 타 학교와 친선경기하기

- 목 표
1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다.
  2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.
  3. 상대방을 배려하는 태도를 기른다.

참고자료 | 경기태도기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	5분		
	준비운동	5분		
전개	심판소개 및 주의사항 전달	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지	심판은 친선경기의 의미를 학생들에게 주지시키고 부상 없이 경기가 끝날 수 있도록 한다.
	경기진행	65분		
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지	3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주어야 한다. 우선시에는 교실에서 종목관련 영화상영이 있음을 알린다.
과제	개인훈련일지에 대한 피드백			

## >>> 회기개요

다른 학교 팀과 친선경기를 하면서 그동안 연습했던 실력을 확인하는 기회를 갖는다. 승부욕을 내세우기보다는 다른 학교 친구들과 스포츠경기를 즐긴다는 마음으로 경기에 임하고 부상 없이 경기를 끝내도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원 점검을 한다

#### ◆ 준비운동

팀별로 스트레칭 등 준비운동을 한다.

#### ◆ 회기목표제시

① 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다.

② 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.

### 2. 전개

#### ◆ 심판소개 및 주의사항 전달

① 주심 1인과 부심 2인을 소개한다.

② 심판은 경기 중 주의사항을 전달한다.

#### ◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 벤치에 앉아 있는 학생들은 경기장에서 뛰고 있는 동료들의 경기태도를 기록지에 기록하고, 경기 후 피드백을 주고받도록 한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

#### ◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

### >>> 참고자료

#### 1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)

→ 12.1. -12. 2.(12주-1,2회기) :  
스포츠경기진행과 대표팀 활동하기(후반기 리그 11,12회전)

12.1. - 12.2. 회기

제목 : 스포츠 경기 후반기 리그 11,12회전

- 목 표
1. 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성한다.
  2. 부상 없는 경기가 진행될 수 있도록 한다.

참고자료 | 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	준비운동	5분	축구공, 호각, 구급상자, 시합용조끼, 경기태도기록지, 전략 및 전술 기록지	가능하면 학생들에게 격려하는 말과 태도를 보이도록 한다.
	경기력 향상훈련	20분		
	심판소개	85분 이내		
	경기진행			
	정리운동	5분		
정리	다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 후반 기리그를 정리하는 시상식이 다 음회기에 교실이나 강당에서 진 행됨을 알린다.
	운동용품 정리	3분		
과제	개인 훈련일지 작성			

## >>> 회기개요

스포츠경기를 통해 해당 스포츠에 대한 자신감을 향상시키고 팀 구성원 간 협동심과 팀 간 경쟁을 통해 긍정적인 팀 정체성을 형성하도록 한다. 대상학생들은 경기의 결과와 과정을 모두 중시할 수 있는 태도를 가질 수 있도록 지도하며, 무엇보다도 부상 없는 경기가 진행될 수 있도록 유의한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

인원점검과 현재까지의 개인별, 팀별 적립포인트를 알려준다.

#### ◆ 회기목표제시

① 경기결과와 과정을 모두 중시하는 태도를 형성 하도록 한다.

② 부상이 없는 경기진행을 위해 노력한다.

### 2. 전개

#### ◆ 준비운동실시

교사와 학생들은 함께 국민체조와 스트레칭을 통해 준비운동을 한다.

#### ◆ 경기력 향상

압박 수비 방법에 대해 지도한다.

#### ○ 압박 수비방법 설명자료(예시)



※출처 : 청소년 축구교본(대한축구협회, 2008)

◆ 심판소개

주심 1인과 부심 2인을 선정하고 소개한다.

◆ 경기 진행

① 전·후반은 각각 35분, 휴식시간은 15분 이내로 한다.

② 각 팀은 전략 및 전술 기록지를 경기에 활용한다.

◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

① 운동장이나 체육관 등의 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

② 지도교사는 경기과정과 결과에 대해 팀별로 잘된 점과 보완할 점을 설명하고 피드백을 제공한다.

◆ 훈련일지에 대한 피드백

경기 참여 학생들은 매일 훈련일지를 작성하여 매일활동에 대해 점검하고 교사로부터 피드백을 받을 수 있도록 한다.

## >>> 참고자료

1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)
2. 전략 및 전술 기록지(문서 7.a 참조)

## → 12. 3.(12주-3회기) : 스포츠팀 리그활동정리

### 12. 3. 회기 (실내)

#### 제목 : 스포츠팀 리그 활동 정리

- 목 표
1. 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다.
  2. 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들을 인지시키고(recognition) 격려한다.

#### 참고자료

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검	3분		
전개	시상식 진행 교장선생님 훈화말씀 상장과 상품수여	20분	상장과 상품, 수료증	
정리	다음모임에 대한 공지	5분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정적인 피드백을 주도록 한다. 2 단계 활동에 대해 격려하고, 방학 중 프로그램에 지속적으로 참여하도록 유도한다.
과제	훈련일지 작성하여 제출하기			

## >>> 회기개요

한 학기 동안 진행된 스포츠활동을 정리하는 회기이다. 운영교사는 대상학생들의 지난 1학기 스포츠 팀활동을 평가하여 시상식을 진행한다. 시상식에는 교장선생님이나 담임선생님들도 함께 참여하여 대상학생들을 격려해 준다면 프로그램의 효과성을 더욱 향상시킬 수 있을 것이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 스포츠팀 활동의 성과와 한계에 대해 공유한다.
- ② 스포츠팀 활동을 성실히 수행한 학생들과 팀을 인지도시키고(recognition) 격려한다.

### 2. 전개

#### ◆ 시상식 진행

팀별로 정렬한 상태에서 시상식이 진행되도록 한다.

#### ◆ 교장선생님 훈화 말씀

대상학생들이 교장선생님의 훈화 말씀을 잘 듣고 스스로의 활동에 자부심을 느끼고 여름방학 활동에 대해서도 새로운 다짐을 할 수 있는 계기가 되도록 한다.

#### ◆ 상장 및 상품 수여

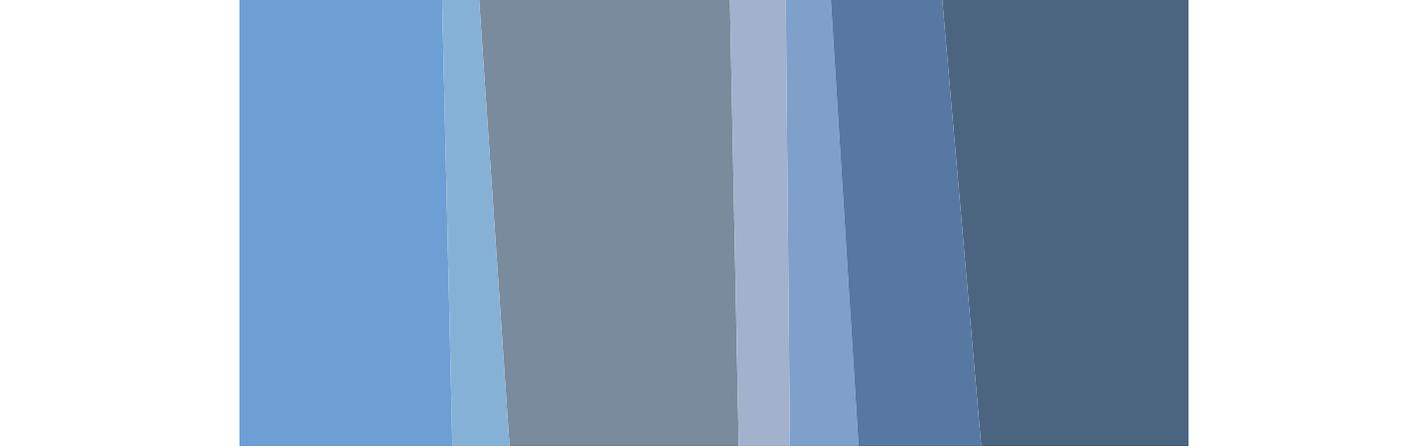
- ① 포인트시스템에 의해 2단계 활동을 평가하여 학생개인과 팀에게 상장과 상품을 수여하도록 한다.
- ② 가능한 많은 종류의 상장과 상품을 만들어 학생들을 격려해 주자.

### 3. 정리

#### ◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

방학동안 스포츠팀 활동에 대해 설명하고 일정을 공유한다.





## → 3단계 - 스포츠팀 정체성 유지

---

목표 : 스포츠팀 정체성 유지, 교사-학생간의 신뢰유지 및 강화,  
스포츠경기능력 유지

---



## 13.1.-15.1. (주당 1회 진행) :

## 여름방학 중 타 학교와 친선경기하기

### 13.1.- 15.1.회기

#### 제목 : 스포츠 경기 후반기 리그 3,4회전

- 목 표
1. 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다.
  2. 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.

참고자료 | 경기태도기록지

단계	활동내용	시간	준비물	유의점
도입	인원점검 준비운동	5분 5분	출석부와 포인트 점검표, 구급상자 준비	부상방지를 위해 충분한 준비 운동을 실시해야한다.
전개	심판소개 및 주의사항 전달 경기진행 정리운동	5분 65분 5분	축구공, 호각, 시합용 조끼, 경기태도기록지	심판은 친선경기의 의미를 학 생들에게 주시시키고 부상 없 이 경기가 끝날 수 있도록 한 다.
정리	훈련일지에 대한 간단한 피드백과 다음모임에 대한 공지	3분		교사들은 훈련일지를 미리 읽고 개별 학생들에게 가능하면 긍정 적인 피드백을 주어야 한다. 우천 시에는 교실에서 종목관련 영화 상영이 있음을 알린다.
과제	훈련일지 작성하여 제출하기			

## >>> 회기개요

학교와 스포츠팀에서의 통제가 느슨해 질 수 있는 방학이라는 조건속에서 스포츠팀 활동을 지속적으로 유지할 수 있는 기회를 제공하는 회기이다. 다른 학교 팀과의 친선경기를 통해 스포츠 팀활동의 정체성을 유지한다. 승부욕을 내세우기보다는 다른 학교 친구들과 스포츠경기를 즐긴다는 마음으로 경기에 임하고 부상 없이 경기를 끝내도록 한다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### 1. 도입

#### ◆ 인원점검

팀별로 인원을 점검한다.

#### ◆ 준비운동

팀별로 스트레칭 등 준비운동을 한다.

#### ◆ 회기목표제시

- ① 승패 보다는 함께하는 즐거움에 주안점을 둔다.
- ② 부상 없는 경기 진행을 위해 노력한다.

### 2. 전개

#### ◆ 심판소개 및 주의사항 전달

- ① 주심 1인과 부심 2인을 소개한다.
- ② 심판은 경기 중 주의사항을 전달한다.

#### ◆ 경기 진행

- ① 전후반전은 각각 25분 이내로 하고 휴식시간은 15분 이내로 한다.
- ② 벤치에 앉아 있는 학생들은 경기장에서 뛰고 있는 동료들의 경기태도를 기록지에 기록하고, 경기 후 피드백을 주고받도록 한다.

#### ◆ 정리운동

각 팀은 함께 모여 국민체조와 스트레칭 등으로 정리운동을 실시한다.

### 3. 정리

- ◆ 다음모임에 대한 공지 및 경기에 대한 총평

- ① 해당종목을 실시할 수 있도록 기구나 장비를 준비할 학생을 미리 지정한다.
- ② 다음 주 일정에 대해 장소와 시간을 공지하고 우천 시 행동요령에 대해 공지한다.

- ◆ 훈련일지에 대한 피드백

프로그램 참여 학생들은 방학 동안에도 지속적으로 훈련일지를 작성하도록 독려한다.

### 4. 과제

- ◆ 훈련일지 작성하기

## >>> 참고자료

### 1. 경기태도기록지(문서 3.a 참조)

---

## → 16. 1.(16주) : 사제동행 학교 내 캠프

---

### 16. 1. 회기

---

#### 제목 : 사제동행 학교 내 캠프

---

- |     |  |
|-----|--|
| 목 표 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 사제동행 야영 활동을 통해 사제 간의 신뢰를 높인다.</li><li>2. 공동체 의식, 협동심, 타인에 대한 이해심 등을 함양한다.</li><li>3. 방학이후의 스포츠팀 활동에 대한 계획을 수립하고 공유한다.</li></ol> |
|-----|--|
- 

참고자료	캠핑장비
------	------

---

- |       |  |
|-------|--|
| 유의할 점 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 대상학생들의 출석에 각별한 유의를 기울인다. 학생들이 오지 않은 경우에는 집에 연락을 취해 출석유무를 확인해 야 한다.</li><li>2. 화재나 도난 등 각종 안전사고를 방지할 수 있도록 충분한 한 교육이 이루어져야 한다.</li><li>3. 캠프장소외에도 학교내외를 깨끗하게 정리할 수 있도록 지도해야 한다.</li><li>4. 스포츠 경기를 함에 있어 부상을 방지할 수 있도록 노력한다.</li></ol> |
|-------|--|
-

## >>> 회기개요

프로그램 대상학생들과 지도교사, 담임교사 등이 함께 참여하는 프로그램이다. 사제동행 활동의 일환으로 학생과 교사가 야영 활동을 통해 신뢰를 구축하고 방학 이후의 활동에 대한 계획을 공유하는 자리이다.

## >>> 회기 진행 방법과 내용

### ◆ 일차별 지도내용 및 준비물

일 차	시 간	세부지도내용	준비물	유의점
1일차	15:00-15:30	집합 및 개영식	개인별 준비물	야영 전날 개인준비물과 주의사항에 대해 전달한다.
	15:30-16:30	모둠별 텐트 설치	모둠별 텐트	
	16:30-18:30	저녁식사 준비 및 식사, 정리		
	18:30-19:30	텐트 주변정리 및 모둠별 2학기 팀 운영계획논의		
	19:30-20:30	각 모둠 발표	필기도구	
	20:30-22:30	레크레이션, 캠프파이어		안전에 유의하도록 지도한다.
	22:30-23:00	세면, 취침준비, 취침 점검		
	23:00-	취침		
2일차	07:00-07:30	기상, 인원점검, 체조, 세면		
	07:30-09:00	아침식사 준비, 식사, 정리		
	09:00-10:00	조기축구 해보기	축구공, 호각, 시합용 조끼	
	10:00-10:30	소감문 작성	필기도구	
	10:30-11:00	폐영식 및 시상		주변 정리를 철저히 한다

## ◎ 교사 참고자료

### 1. 목표설정 및 공유

#### 목표설정 및 공유

##### I 기본방향

- ▶ 명확한 목표설정과 이의 공유는 스포츠활동을 지도하는 교사뿐 아니라 학생들에게 참여하는 즐거움을 배가시키고 동기를 강화시키는 역할을 수행한다.
- ▶ 이를 위해서 목표는 지도나 관리감독자의 시각이 아니라 참여하는 학생의 시각에서 작성되는 것이 바람직하며 교사와 학생간의 상호교감을 통해 공동으로 수립하는 것이 좋다.
- ▶ 목표는 프로그램 운영기관의 상황에 맞도록 설정하되 다음과 같은 것이 충족되어야 한다.
  1. 단기, 중기, 장기의 목표가 분리되어 수립될 것
  2. 최종목표를 달성하기 위한 단계별 명확한 지침을 마련할 것
  3. 프로그램에 참여하는 학생에게 받아들여질 수 있을 것
  4. 목표달성이 지나치게 쉽거나 지나치게 어렵지 않을 것
  5. 목표달성의 측정이 가능할 것
- ▶ 또한 목표에는 기초적인 스포츠기능과 적절한 사회적행동, 종목과 관련된 지식(경기규칙 등)의 습득정도를 포함하여 작성하고 상대적인 성취감보다는 주관적인 성취감을 고취시키는 방향으로 목표를 설정하는 것이 바람직하다.

##### I 목표설정 체크리스트 예시

내 용	확인(check)
기간별, 단계별 목표는 설정되어 있는가	<input type="checkbox"/>
목표는 학생의 요구에 맞도록 적절히 구성되었는가	<input type="checkbox"/>
목표는 긍정적인 측면으로 설정되었는가	<input type="checkbox"/>
목표와 결과가 중복되지는 않는가	<input type="checkbox"/>
목표는 성취하기에 적절한가	<input type="checkbox"/>
학생의 상황에 적합한 목표로 설정되었는가	<input type="checkbox"/>
목표를 달성하기에 장애가 되는 요소는 없는가	<input type="checkbox"/>
학생들이 감당해야 할 위험요소는 있지 않은가	<input type="checkbox"/>
프로그램외의 사회적행동과 관련된 목표가 적절히 포함되어 있는가	<input type="checkbox"/>

## 2. 운영진 자기진단카드

### 운영진 자기진단카드

#### I 기본방향

- ▶ 담당교사의 프로그램운영 및 관리에 대한 자기평가를 통해 보다 효과적인 프로그램지도를 도모

#### I 운영진 자기진단카드 예시

운영진 자기진단카드		
단계	행동	자기진단
1	의식적으로 학생들의 장점에 초점을 맞추면서 시간을 보냈는가	
2	훈련일지에 대한 피드백을 주었는가	
3	프로그램 진행시간을 정확하게 지켜 관리감독을 하였는가	
4	프로그램에 참여한 모든 학생들과 의미있는 대화를 나누었는가	
5	학생들에게 부정적인 말이나 화를 통제하는 법을 학습하도록 도움을 주었는가	
6	프로그램 진행을 하면서 수업 이외의 삶으로 전이되는 것을 강조하였는가	
7		
8		
9		



학교폭력 예방을 위한 스포츠활동 지도매뉴얼(중·고등학생용)

인 쇄 2010년 11월 30일

발 행 2010년 11월 30일

발행처 한국청소년정책연구원  
서울특별시 서초구 태봉로 114

발행인 원장 이명숙

등 록 1993. 10. 23 제 21-500호

인쇄처 엘에스커뮤니케이션(02-2263-1992)

ISBN 978-89-7816-866-3(93330)  
ISBN 978-89-7816-864-9(93330)(세트)

사전 승인없이 보고서 내용의 무단전재·복제를 금함.

구독문의 : (02) 2188-8877(연구기획팀)



**NYPI** 한국청소년정책연구원  
National Youth Policy Institute

137-715, 서울시 서초구 태봉로114 교총빌딩 9/10층  
114 Taebongro, Seocho-Gu, Seoul 137-715 Korea  
Tel. 82-2-2188-8860/8800 Fax.82-2-2188-8869  
[www.nypi.re.kr](http://www.nypi.re.kr)