

슛돌이 축구교실



인기 스포츠 축구

우리 어린이들에게 축구를 통하여 신체적으로는 체력을 기르고
정신적으로는 올바른 스포츠맨십을 발휘하여 튼튼하고 씩씩한
어린이로 성장할 수 있도록 도움을 줍니다.

수업 안내

- 축구 기초 교육

기본적인 축구 규칙과 축구에 대한 역사를 배운다

- 준비 운동 및 운동 목표 정하기

운동 전체 스트레칭으로 충분히 몸을 풀어줌으로 학생들의
훈련 중 부상을 방지하며 운동 목표를 정한다.

- 기초 체력 훈련

인터벌 달리기와 트레이닝을 통한 기초 체력 훈련을 한다.

- 축구 본 훈련

축구 기초 훈련부터 드리블, 패스, 트래핑, 슛 등 단계별
다양한 학습을 한다.

- 미니 게임 및 실전 훈련

실전 경기를 통해 학생들의 축구에 대한 흥미 유발과 축구에 대한
재미와 성취감을 최대한 끌어 올린다.

- 마무리 운동

충분한 스트레칭으로 긴장된 근육을 풀어준다.



Keep in shape!
Feel refreshed!
Get rid of stress!

체력을 유지한다
기분을 전환한다
스트레스를 없앤다

- 다양한 친구 사귀기

축구로 하나가 되어 여러 친구들을 사귈다

- 자신감 회복

여러 친구들 앞에서 자신 있게 운동한다.

수업 장소 : 학교 운동장 (우천시 추후 공지)

수업 준비물 : 운동복, 축구화 또는 운동화

기타 문의 사항이나 궁금한 점이 있으시면
언제든지 연락주세요!

담당 강사 : 강 정 용

연락처 : 010-3421-1911

