

체 육과 교수 · 학습 지도안

단 원	3. 경쟁 가. 영역형 경쟁
일 시	2019년 4월 9일(화) 7교시
장 소	체육관
지도 대상	3학년 5반 학생 21 명 (남: 0 명, 여: 21 명)
지도 교사	권 현 지

결 재	담당교사	연구부장	교감

신광여자중학교

단원 지도 계획

1.교과서

3단원 경쟁

가. 영역형 경쟁

04.다양한 영역형 경쟁 스포츠 [럭비,얼티미트,플로어볼]

2.학습단원

영역형 경쟁은 팀원 간의 협력을 바탕으로 경기 규칙을 준수하고 공정하게 경기에 임하도록 하는 것이 중요하다. 경기에 필요한 기능을 체계적으로 익히고 창의적인 전략을 경기에 적용하며 정정당당하게 경기에 임할 수 있는 활동이 되도록 한다.

3.단원의 학습 목표

<지식 · 이해>

- ▷영역형 경쟁 스포츠가 무엇인지 설명할 수 있다.
- ▷얼티미트 종목의 기본적인 규칙을 설명할 수 있다.
- ▷원반이 날아가는 원리를 이해하고, 원반의 기울기에 따라 진행방향이 어떻게 달라지는지 설명할 수 있다.

<기능>

- ▷표적을 향해 포핸드, 백핸드로 원반을 던질 수 있다.
- ▷같은 팀에게 안정적으로 패스할 수 있다.

<가치 · 태도>

- ▷페어플레이 정신으로 규칙을 잘 준수할 수 있다.
 - ▷팀워크가 중요함을 인지하고, 협동심을 발휘하여 릴레이 패스 게임을 할 수 있다.
 - ▷규칙이 안전을 위해 존재하기도 하다는 것을 설명할 수 있다.
- (스포츠 생활과 안전, 존중, 공동체 의식)

제재	성취 기준	평가 방법
❶ 기본 패스 자세	고정된 자리에서 올바른 그립법을 활용하여 원반을 원하는 방향으로 던질 수 있다.	수행평가
❷ 대인 패스	안정적인 속도로 상대방이 받기 좋도록 원반을 패스할 수 있다.	수행평가
❸ 원반 캐치	원반을 받는 방법을 알고, 올바르게 수행할 수 있다.	수행평가
❹ 얼티미트 규칙 이해	얼티미트의 규칙 최소 다섯가지에 대해서 서술할 수 있다.	지필평가

4.단원의 지도계획

교수 이론

1) 직접교수모형: 교사중심의 의사결정과 교사 주도적 수업 모형으로, 교사는 내용 선정, 수업 운영, 과제 제시, 참여 형태, 상호 작용, 학습 진도, 과제 전개 등 수업에 대한 모든 의사 결정을 주도한다. 직접 교수 모형에서의 교사는 학생들이 가능한 많은 기능 연습을 하도록 지도하고, 학생이 연습하는 것을 관찰하며, 학생들에게 높은 비율의 학습 참여 기회를 제공하고, 학생들이 수업 시간과 자원을 효율적으로 활용하게 함으로써 정확하고 즉각적인 운동 수행 능력을 함양시킬 수 있다.

전시과제 복습 -> 새로운 과제 제시 -> 초기 과제 연습 -> 피드백 및 교정 -> 독자적인 연습 -> 복습

2) 동료교수모형: 교사가 과제를 제시한 후 학생들끼리 서로 짝을 이루어 교사와 학습자의 역할을 번갈아 수행하며 수업을 진행해 나가는 방식이다. 이 모형은 직접 교수 모형은 변형으로서, 학습 활동 중에 일어나는 수업 상호 작용을 제외하고는 직접 교수와 똑같이 교사가 모든 수업 요소들을 통제한다. 그러나 수업 중 중요한 책임은 개인교사라고 불리는 학생에게 위임되는데, 개인 교사는 교사가 제공한 과제와 과제 구조에 기초하여 학습자의 연습을 집중적으로 관찰하고, 필요한 학습 단서와 피드백을 제공한다. 학습자는 개인 교사의 조언과 충고를 기꺼이 받아들이고, 개인교사의 직접적인 관찰 아래 성실하게 연습해야 한다. 학생들은 수업 중 이와 같은 2가지 역할을 교대하면서 운동기능과 사회성을 동시에 학습해 나간다.

학습준비-> 역할 확인-> 짝짓기 -> 동료교수,학습 진행 -> 역할 교대 ->평가 및 정리

교수 스타일

1)유도 발견형 스타일: 교사에 의해 부과되는 연속적인 질문을 통해 예정된 답을 학습자가 발견하도록 유도하는 방식, 교사는 과제 활동 전에 학습자가 발견해야 할 목표 개념을 포함한 일련의 단계적이고, 논리적인 질문들을 설계하고, 교과와 관련된 모든 의사 결정을 한다.

2)연습형 스타일: 교사가 제시한 과제를 학생들이 독자적으로 연습하는 방식, 교사는 교과 내용과 그에 따른 수업 운영 절차를 결정하고, 학습자에게 피드백을 개별

적으로 제공한다.

학생들이 자기 주도적으로 역량을 극대화 할 수 있도록, 신체활동 즉 얼티미트 게임을 안전하게 실천할 수 있도록, 스포츠 안에서 즐거움을 찾아서 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.

체육관과 운동장은 교실보다 학생들이 더 수업에 집중하기 어려운 환경이며, 친구들과 재미있는 활동을 하느라 교사의 지시가 들리지 않을 정도로 목소리가 커질 수 있다. 활발하게 움직이는 학생들을 통제하기 위해서는 마냥 목소리를 높이고, 더 큰소리로 주목을 외치는 것이 아니라, 그럴수록 더더욱 목소리를 낮춰서 학생들이 스스로가 산만한 분위기를 인지하고, 목소리를 낮추고 집중할 수 있도록 유도한다.

본시 교수·학습의 실제

1. 교수·학습 과정안

일시	2019년 4월 9일 7교시	대상	3학년 5반 21명	수업자	권 현 지
단원	영역형 경쟁 스포츠	차시	1/4	교과서	p.206
수업모형	직접교수모형, 동료교수모형	교과역량	신체수련능력, 경기수행능력	수업장소	체육관
배움주제	얼티미트 종목에 대한 이해와 실제			소요시간	45분
배움목표	얼티미트 종목에 대해 이해하고, 실제 경기를 수행할 수 있다.				
교수·학습 자료	교 사		아 등		
	휘슬, 고깔, 원반, 표적, 휘슬		체육복		

학습 단계	학습 과정	교수·학습 활동		시간 (분)	자료 및 유의점(※)
		교사	학생		
도입	인사 및 준비운동 종목에 대한 이해	◎ 인사 및 준비운동 ▷ 출결석 확인, 환자 파악 ▷ 인사 및 체조, 줄넘기 - 체육부장 앞으로 나와서 순서대로 준비운동 실시하세요. - 2단 줄넘기 1분간 실시하세요.		15'	※ 어깨 체조를 강조한다. (부상 방지). ※ 준비물인 줄넘기를 가져오지 않은 학생이 있는지, 복장은 체육활동을 하

	◎ 동기 유발, 얼티미트 규칙 설명 ▷우리가 앞으로 할 수업은 어떤 수업일까요? (원반을 보여준다) ▷플라잉 디스크를 활용한 얼티미트라는 종목을 배울 것입니다. ▷력비라는 종목을 아십니까? 어떤 스포츠입니까? ▷력비와 함께 얼티미트는 영역형 경쟁스포츠입니다. “력비는 상대방의 엔드존에 공을 들고 들어가면 그게 바로 득점이죠. 그걸 터치다운이라고 해요. 얼티미트도 똑같아요 기본적으로 원반을 상대방의 엔드존 안에서 받으면 득점인 경기입니다.” ▷력비와 얼티미트가 다른 점이 있습니다. 그게 무엇입니까? 신체접촉 금지 원반을 가진 자는 걷거나 달릴 수 없으며, 10초 이내에 원반을 패스해야됨. 원반이 바닥에 떨어지면 공격권 전환. 더블팀 금지. “력비랑 다른 점은 신체접촉이 아예 허용되지 않는다는 점, 그리고 원반을 가진 사람은 걷거나 뛸 수 없다는 점입니다. 패스를 통해서 원반을 이동시켜야 합니다. 그렇기 때문에 팀워크가 중요하겠죠.” (강조) “더블팀이 뭔지 아시나요?” 이 규칙은 게임의 빠른 진행을 돕기도 하고, 신체접촉 금지와 같이 선수들의 안전을 위해 설정된 규칙이기도 합니다. ▷규칙을 설명하면서 체육수업시에	-플라잉디스크입니다. -력비는 상대 진영으로 볼을 들고 들어가는 스포츠입니다. -몸싸움을 하지 않습니다. 원반을 발로 차지 않습니다. -한 명의 공격자를 두 명의 수비자가 수비하는 것입니다.	기에 적절한지 확인한다. ※많은 질문으로 학생들의 참여를 계속해서 유도한다. 학생들이 능동적으로 참여하지 않는 체육수업은 의미가 없다. ※력비와 얼티미트가 차별되는 부분을 강조 ※학생 스스로 왜 상대방이 받기 좋은 패스가 좋은 패스인지 생각하도록 지도한다. (우리 팀이 패스를 받지 못해 원반이 바닥에 떨어지면 공격권이 바뀌는 종목 특성 이해) ※팀워크가 중요한 이유를 얼티미트의 규칙을 설명하면서 이해시킨다.(혼자서 게임을 이끌어 갈 수 없는 구조임을 인
--	--	---	---

안전

	교육	안전에 유의하도록 지도. “표적을 향해 원반을 던지는 것 뿐만 아니라 짝을 지어서 주고받는 패스를 할겁니다. 그 전에 유의해야 할 점이 있어요. 이제 여러분들이 이 원반을 던지기 시작하고, 재미있으니까 흥분하기 시작하겠죠? 그럴 때 꼭 일어나는 일이 있어요. 그게 뭘까요? (질문) 원반에 눈이나 코를 맞으면 큰 부상으로 이어질 수 있습니다. 그러니 사람에게 던질 때는 상대방이 보고 있을 때 던지고, 너무 세게 던지지 않도록 합시다.” “다치면 누구 손해일까요? 친구끼리 의 상하는 일 없도록 합시다.” ◎ 배움 목표 제시	-다치는 것입니다. -다치는 사람의 손해입니다. -(웃는다)	식)	※ 원반에 직접적으로 맞는 것, 원반을 보고 달리다 친구와 충돌하는 것에 대한 주의를 충분히 준다.
	오늘 수업 내용 확인	1. 표적을 향해 포핸드, 백핸드로 원반을 던질 수 있다. 2. 같은 팀에게 안정적으로 패스할 수 있다. 3. 영역형 경쟁 스포츠가 무엇인지 설명할 수 있다. 4. 원반이 날아가는 원리를 이해하고, 원반의 기울기에 따라 진행방향이 어떻게 달라지는지 설명할 수 있다. “우선 이번 시간에는 포핸드, 백핸드 그립법으로 표적을 향해 원반을 던지는 연습을 하고, 짝과 함께 2인 패스를 연습할 것입니다. 2차시에서는 2인 패스를 활용한 패스게임을, 3차시에서는 공격과 수비연습을, 4차시에는 공식 게임을 진행할 예정입니다.” ◎ 배움 순서 제시 1. 그립 법을 배우고, 표적을 향해 원반을 던지며 원반이 날아가는 원리를 알아본다. 2. 짝과 함께 패스를 주고 받는다.			※재미있는 게임을 하기 위해서는 기본기 연습과 팀워크를 맞추어야 한다고 얘기하며 동기유발
전개	종목 기본기 익히기	◎ 포핸드, 백핸드 그립법 알아보기. ▷2열로 자리에 앉도록 지도.		10'	※앞은 번호를 하도록 하면 학

	▷원반을 하나씩 배부 ▷포핸드 그립법을 직접 보여주며 따라하도록 지도하고, 던지는 자세를 보여준다. “잘 모르겠는 학생 있나요?” “어려운 부분이 있나요?” ▷백핸드 그립법을 직접 보여주며 따라하도록 지도하고, 던지는 자세를 보여준다. “잘 모르겠는 학생 있나요?” “어려운 부분이 있나요?” ◎ 던지는 자세 잡아보기 ▷자리에서 일어나, 간격을 확보하도록 지도. ▷기본적인 자세 시범을 보인다. 1.표적 방향의 수직으로 선다. 2.무릎을 자연스럽게 굽힌다. 3.시선을 표적으로 둔다. 4.원반이 지표면과 수평이 되도록 유지하면서 백스윙을 한다. 5.릴리즈 단계 타이밍은 생각보다 조금 더 빠르게, 손목스냅을 주면서 한다. “어려운 점이 있나요?” ◎ 표적을 향해 원반 던지기 ▷2개 각각의 표적 앞에 고깔로 표시를 하고, 학생들이 그 뒤로 한줄 서기를 하도록 지도. ▷자세를 생각하며 첫 번째 시도. “잘 되는 것 같나요?” ▷원반이 오른쪽으로 기울어진 채 릴리즈되면 어떤 방향으로 가나요? ▷원반의 앞머리가 위로 들리면 어떤 방향으로 가나요? “원반이 지표면과 수평이 되어야 하는 이유가 바로 그것입니다. 원하는 목표로 원반을 던지기 위해서는 앞에서 배웠던 자세로 던져야	-포핸드 그립법으로 원반을 잡고, 어떤 자세로 원반을 던지는지 확인한다. -백핸드 그립법으로 원반을 잡고, 어떤 자세로 원반을 던지는지 확인한다. -체조대형으로 선다. -각자 원반을 던지지 않고 자세를 잡는다. -원하는 방향으로 원반이 가지 않습니다. -오른쪽으로 갑니다. -위로 솟았다가, 다시 뒤로 날아오며 떨어집니다.	생들이 빠르게 자리를 찾는다. ※원반의 개수가 부족하다면 앞줄에 앉은 학생들에게 먼저 원반을 주고, 그 후에 뒷줄에 앉은 학생들에게 원반을 넘기도록 지도한다. ※어려워하는 학생에게 직접 다가가 자세를 교정해준다.
--	--	---	---

		니다.” ▷두 번째 시도 ▷교정이 필요한 학생을 시범. “왜 원반이 표적으로 가지 않았나요?” ▷세 번째 시도 ▷교정이 필요한 학생을 시범. “왜 원반이 표적으로 가지 않았나요?”	-몸이 향하는 방향과 표적으로 향하는 방향이 수직이 아닙니다. -원반이 기울어진 채로 날아갑니다.		※시범을 보인 친구에게 박수, 칭찬, 개선된 점을 알려준다.
전개	대인 패스 연습	◎2인 패스 ▷지금 옆에 있는 사람이 짝입니다. 손을 잡고 앉은 번호를 하세요. (2인 1조 원반 하나씩) 짝끼리 서로 어떤 부분이 부족한지 피드백 해주세요. ▷다시 한 번 안전에 유의하도록 하고, 잡는 법을 지도한다. “이젠 사람을 향해서 던지는 것이니 자신의 짝에게서 날아오는 원반 뿐만이 아니라 다른 팀에서 날아오는 원반도 잘 봐야 합니다. 너무 멀리, 강하게 던지지 않습니다. 잡을 때는 위아래로 박수를 치듯이 잡습니다. 다른 방식으로 잡다가 손가락에 부상을 당할 수 있습니다.” ▷표적에게 던지는 것과 마찬가지로, 상대방이 받기 좋은 위치로 원반의 기울기를 유지하면서 릴리즈 합니다. 손목스냅을 많이 걸면 좋습니다. ▷피드백이 생기면 모든 동작을 정지시키고 모두가 들을 수 있도록 피드백한다. ▷한 조씩 일어나서 주고받아볼까요?	-앉은 번호를 한다. -제자리에서 원반을 안전하게 받는 연습을 한다. -원반을 주고받는다. -상대방의 어떤부분이 개선되어야 하는지 피드백을 준다. -한 조씩 일어나서 원반을 주고받는다. 왜 잘 됐는지,	15'	※다 같이 오른 쪽 혹은 왼쪽으로 몇 발을 가라고 지시하면 대열이 빠르게 맞춰짐. ※간격을 최대한 벌려서 실시

			왜 잘 안됐는지 스스로 생각.		※잘 된 부분이 있다면 칭찬. 부족한 부분이 있다면 함께 피드백.
정리	활동 정리	◎ 정리하기 ▷원반을 앞에 정리해서 놓으세요. 이 교구들은 모두가 함께 사용하는 물건입니다. ▷정리체조 간단하게 진행 ▷본 대형으로 모이세요. ▷이번 시간에는 뭘 배웠죠? 어땠나요? ◎ 다음 시간 예고 ▷다음 시간에는 2인 패스를 활용한 패스게임을 진행하겠습니다. ▷다음 시간도 줄넘기 잊지말고 가져오세요. ▷체육복도 갖추어 입고 오세요. ▷교실에 들어가기 전에 꼭 손을 씻으세요. ◎ 인사	-다 함께 사용한 교구를 정리한다. -교사의 지도하에 정리체조를 한다. -얼티미트의 기본적인 규칙과, 실제로 어떻게 던지면 되는지 그림법을 배웠고, 패스까지 해보았습니다. -재미있었습니다	5'	※격려와 칭찬을 해주고, 더 재미있는 게임을 위해서 필요한 연습임을 언급. ※교구 정리의 중요성을 언급한다.

2. 평가 계획