

2022학년도 2학기 스누편 기초정보 및 강의계획서

종 목	풋살	대 상	풋살에서 볼 다루는 스킬과 전술 움직임을 배우고 싶은 사람 누구나	강 사	김정준
강좌명	FUN&FUTSAL (초급~중급)				
수업시간 및 요일	19:00~20:30 (월, 수)	수업장소	71-1동 3층 다목적체육관	비 고	
학 력	현재 서울대학교 체육교육과 강사 2022년 2월 서울대학교 체육교육과 박사 수료				
관련 자격증 및 경력	선수 경력: '03 ~ '06 남수원중학교 축구부 (선수) '06 ~ '07 독일 베르더브레멘 U-16 (선수) '07 ~ '09 수원고등학교 축구부 (선수) 자격증: KFA D급 지도자자격증 (대한축구협회) 2급 생활스포츠지도사 자격증 (축구) 2급 생활스포츠지도사 자격증 (풋살)				
강좌 개요 및 목표	본 강좌는 축구뿐만 아니라 풋살의 관심이 증가하고 있는 현대 사회에서 축구와 풋살을 즐기기 위해 반드시 필요한 스킬을 배우고, 나아가 전술적인 움직임까지 배울 수 있도록 다양한 프로그램을 제공하는 것을 목표로 한다. 이를 위해 본 강좌의 구성은 다음과 같다. 첫째, 축구와 풋살의 기본 스킬을 토대로 가장 빈번하게 사용하는 심화 드리블 스킬 '7 Major Dribble Skills (7MDS)' 을 습득한다. 둘째, 전술 훈련을 통해 전술적 움직임과 패턴 플레이를 이해한다. 셋째, 실제 경기에 참여를 통해 강좌에서 습득한 기술과 전술 활용을 경험한다. 본 강좌는 담당 강사의 선수시절 기록했던 '훈련 일지' 를 토대로 수강생들에게 맞는 다양한 프로그램을 구성할 예정이며, 지도자자격 취득 과정에서 배운 지도법과 그동안의 지도 경험에서 습득한 노하우를 토대로 효과적인 프로그램을 제공할 예정이다.				
비 고	※ 준비 사항 신가드, 풋살화or운동화(축구화X, 스터드 돌출 신발 착용 불가), 스포츠 고글(필요시), 마스크(코로나19 방역지침 준수)				

□ 차시별 강의 내용

차 시	강의 내용	비 고
1차시	· OT(강좌 소개, 프로그램 안내, 요구사항 수렴) · 위밍업: 코디네이션 · 기초 스킬 프로그램 및 미니게임	OT 후 운동진행
2차시	· 위밍업: 코디네이션 · 핵심내용: 1 Major Dribble Skills, 패스 훈련, 게임	-
3차시	· 위밍업: 코디네이션 · 핵심내용: 2 Major Dribble Skills, 패스 훈련, 게임	-
4차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 2 Major Dribble Skills 패스 훈련, 게임	-
5차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 3 Major Dribble Skills, 패스 훈련, 게임	-
6차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 3 Major Dribble Skills, 패스 훈련, 게임	-
7차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 4 Major Dribble Skills, 슈팅 훈련, 게임	-
8차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 4 Major Dribble Skills, 슈팅 훈련, 게임	-
9차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 5 Major Dribble Skills, 슈팅 훈련, 게임	-
10차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 5 Major Dribble Skills, 슈팅 훈련, 게임	-
11차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 6 Major Dribble Skills, 1:1 훈련, 게임	-
12차시	· 위밍업: 코디네이션, 발목강화 기초 스킬 · 핵심내용: 7 Major Dribble Skills, 1:1 훈련, 게임	-
13차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 2-2포메이션 전술 훈련, 터치다운게임, 게임	-
14차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 3-1포메이션 전술 훈련, 터치다운게임, 게임	-
15차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 1-2-1포메이션 전술 훈련, 터치다운게임, 게임	-
16차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 응용전술 훈련, 터치다운게임, 게임	-
17차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 로테이션 게임	-
18차시	· 위밍업: 코디네이션, 7MDS · 핵심내용: 로테이션 게임	-



서울대학교 스포츠진흥원