

2026년 1학기 공동교육과정 [스포츠 경기 기술] 수업 운영 계획서

과목명	스포츠 경기 기술	선택 과목 구분 (□ 선택)	<input type="checkbox"/> 일반선택 <input checked="" type="checkbox"/> 진로선택 <input type="checkbox"/> 융합선택
교과(군)	체육	성적 산출 유형	5단계
학점/운영 (□ 선택)	<input checked="" type="checkbox"/> 2학점 / 32시간 <input type="checkbox"/> 3학점 / 48시간 <input type="checkbox"/> 4학점 / 64시간	지도 교사(강사)	이상엽
		협력 교사(강사)	-
		거점 학교	제주여자고등학교
		교사 소속 학교	제주여자고등학교
		교사 e-mail	sylee5837@naver.com
대상학년	(2)학년	교과서(출판사)	
수업 방법	오프라인 32시간	모집 인원 (수강인원)	20명
수업 장소	제주여자고등학교 체육관 및 운동장		
수강 안내	과목 소개 : 체대입시 실기 지도 선이수 과목 및 과목 간 위계 : 선이수 과목이 없어됨 선발의 과정 및 기준 : 자기소개서 심사 기타 공지사항 : 수강인원 20명이 넘을 시 자기소개서 심사를 통해 선별		
과목 안내 및 학습 목표	- 체육대학교 입시를 준비하는 과정에서 실기에 대한 부담을 줄이고 자신의 수준과 목표를 고려한 전문적 실기 준비		
평가 방법	수행평가 100% (오프라인)		
운영계획	◦ 운영시기 : 2026. 03. 29. ~ 2026. 05. 17. ◦ (일)요일, 주(1)회, 회당 (4)시간, 총(32)시간		

※ 수강 신청 인원이 모집인원을 초과하는 경우 자기소개서 및 학업계획서를 통해 선정함.
 - 자기소개서 및 학업계획서는 제주고교학점제 온라인지원센터 자료마당-자료실에서 다운받아 작성 후 강좌 신청시 첨부 업로드(신청 초과 시 선정 후 '선정' 처리-홈페이지 마이페이지에서 확인)

※ 고등학교 교육과정 1시간(50분 수업 기준) 운영 기준

수업일자	수업시간	운영시간	학습목표 및 수업 내용	ON/OFF
3. 29.(일)	14:00-15:50	2	오리엔테이션(내용체계 및 성취기준 등 안내)	OFF
	16:00-17:50	2	[스포츠 경기와 기술] [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다. [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.	OFF
4. 5.(일)	14:00-15:50	2	[스포츠 경기와 기술] [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다. [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[스포츠 경기와 기술] [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다. [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.	OFF
4.12.(일)	14:00-15:50	2	[스포츠 경기와 기술] [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다. [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[스포츠 경기와 기술] [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다. [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.	OFF

4.19.(일)	14:00-15:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
	16:00-17:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
4.26.(일)	14:00-15:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
	16:00-17:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF

5.3(일)	14:00-15:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
	16:00-17:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
5.10.(일)	14:00-15:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF
	16:00-17:50	2	<p>[경기기술 트레이닝]</p> <p>[12스기02-01]공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.</p> <p>[12스기02-02]수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.</p>	OFF

5.17.(일)	14:00-15:50	2	<p>[경기기술과 전략]</p> <p>[12스기02-01]스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 공격 기술을 시도하고 응용함으로써 공격 기술을 창의적으로 개발한다.</p> <p>[12스기02-02]스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 수비 기술을 시도하고 응용함으로써 수비 기술을 창의적으로 개발한다.</p>	OFF
	16:00-17:50	2	<p>[경기기술과 전략]</p> <p>[12스기02-01]스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 공격 기술을 시도하고 응용함으로써 공격 기술을 창의적으로 개발한다.</p> <p>[12스기02-02]스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 수비 기술을 시도하고 응용함으로써 수비 기술을 창의적으로 개발한다.</p>	OFF
계	8회	32시간		