

2026학년도 2학기 [학교간] 공동교육과정 [스포츠 경기 기술] 수업 운영 계획서

과목명	스포츠 경기 기술		수업 장소	제주여자고등학교 체육관 및 운동장
학점/운영 (□ 선택)	☒ 2학점 / 32시간 ☐ 3학점 / 48시간 ☐ 4학점 / 64시간		지도 교사(강사)	이상엽
성적처리 유형	☒ 5단계 성취도평가(A/B/C/D/E) ☐ 3단계 성취도평가(A/B/C) ☐ 교양과목 P/F		e-mail	sylee5837@naver.com
대상학년	(1)학년		교재명	
과목안내	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			
학습 목표	- 체육대학교 입시를 준비하는 과정에서 실기에 대한 부담을 줄이고 자신의 수준과 목표를 고려한 전문적 실기 준비			
운영계획	◦ 운영시기 : 2026. 9. 5. ~ 2026. 11. 14. ◦ (토)요일, 주(1)회, 회당 (4)시간, 총(32)시간 ※ 수업일정은 추후 수강생 소속 학교들의 학사일정을 고려하여 조정될 수 있음.			
평가 계획	지필 평가		수행 평가 점수(%)	합계 점수(%)
	선택형 점수(%)	서·논술형 점수(%)		
			100점(100%)	100점(100%)

수업일자	수업시간	운영시간	학습목표 및 수업 내용	ON/OFF
9. 5.(토)	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
9. 12.(토)	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
10.3.(토)	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

10.17.(토)	14:00-15:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
10.24.(토)	14:00-15:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF

10.31(토)	14:00-15:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
11.7.(토)	14:00-15:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[경기기술 트레이닝] [12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다. [12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.	OFF

11.14.(토)	14:00-15:50	2	[경기기술과 전략] [12스기02-01] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 공격 기술을 시도하고 응용함으로써 공격 기술을 창의적으로 개발한다. [12스기02-02] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 수비 기술을 시도하고 응용함으로써 수비 기술을 창의적으로 개발한다.	OFF
	16:00-17:50	2	[경기기술과 전략] [12스기02-01] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 공격 기술을 시도하고 응용함으로써 공격 기술을 창의적으로 개발한다. [12스기02-02] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 수비 기술을 시도하고 응용함으로써 수비 기술을 창의적으로 개발한다.	OFF
계		32시간		

※ 고등학교 1시간(50분 수업 기준) 운영 기준(2학점일 경우 32시간, 3학점일 경우 48시간)_2022 개정 기준