

수업계획서

<2021학년도 9월 2일 ~ 12월 9일(수업기간)>

1. 강의개요							
학습과목명	골프 II	학점	3	교·강사명		교·강사 전화번호	
강의시간	목 1,2,3,4,5	강의실	M402- 2	수강대상		E- mail	
2. 교과목 학습목표							
<p>골프 II는 기초과정을 거친 상급자로서 보다 향상된 골프의 전문기술과 정신을 연마하고, 실전 경험을 통해 신체적 사회적으로 건전한 인성을 함양함으로써 지도자로서의 품성을 학습한다. 또한, 각종 샷의 완성도를 높이기 위해 거리별 어프로치 샷, 거리별 아이언 샷 등을 반복 연습하고, 드라이버 샷의 정확도를 완성하며, 해저드, 벙커, 러프 등에서의 위기 탈출 방법을 습득하고 퍼팅 연습을 반복 연습하여 실전 능력을 향상시킨다. 따라서 골프가 가지고 있는 모든 이론과 기술들을 익히고 연마하여 필드에서 실전경험을 쌓음으로써 향후 골프 지도자로서의 실력과 자질을 함양할 수 있도록 한다.</p>							
3. 교재 및 참고문헌							
내 생애 최고의 골프 레슨/ 골프 매거진 편집부, 김해천 옮김/ 상호미디어							
4. 주차별 강의(실습·실기·실형) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실형) 내용				과제 및 기타 참고사항	
1	1	오리엔테이션					
	2	골프 기본기 점검					
	3	라운드 전 워밍업 방법					
	4	나에게 적합한 장비 갖추는 방법					
	5	레슨을 효과적으로 받는 방법					
2	1	기본샷 재점검					
	2	그립, 스텐스, 에임의 정확성, 볼과의 거리 점검					
	3	볼의 위치와 적당한 티 높이 확인					
	4	클럽별 적당한 티 높이 점검					
	5	지속적인 샷의 성공을 위해 기본기 점검					
3	1	백스윙하는 요령과 손목 코킹 점검					
	2	백스윙에서 힘을 비축하고 매끄러운 다운 스윙하기					
	3	백스윙 탑에서 스퀘어 만들기					
	4	힘 있는 릴리스와 손목 사용법 숙지					
	5	피니시 요령 숙지 후 피니시로 샷 구질 만들기					
4	1	자신에게 맞는 속도로 스윙 노력 파악하기					
	2	오른쪽 손목 코킹을 이용한 매끄러운 스윙법 학습					
	3	볼의 방향성 높이기					
	4	실제 플레이처럼 첫 티샷 불안감 극복					
	5	영상자료를 통한 자신만의 완벽한 스윙 찾기					
5	1	드라이버에 대한 부담감 떨치고, 거리를 늘리는 방법 터득					
	2	큰 스윙은 큰 아크로부터 시작됨					
	3	손가락으로 그립을 잡고 스윙 스피드 증가하기					
	4	클럽헤드를 던지는 동작하기					
	5	역동적인 체중 이동 하기					
6	1	롱아이언으로 낮게 뻗어 나가는 샷 익히기					
	2	롱아이언 힘차게 멀리 치는 방법 습득					
	3	페어웨이 우드는 길게 쓸 듯이 치기					
	4	페어웨이 우드를 잘 쓸어치기 위해 회전 시키기					

	5	하이브리드 클럽은 임팩트 때 엉덩이 회전 시키고 쓸어치기	
7	1	중간고사	
	2	중간고사	
	3	중간고사	
	4	중간고사	
	5	중간고사	
8	1	숏 아이언 스윙의 요령 학습	
	2	적절한 클럽 선택 요령 숙지	
	3	타수를 줄이기 위한 펀치 샷 요령 익히기	
	4	그린 공략 계획 세우기	
	5	그린 높이에 따른 클럽 선택과 경사면에서의 스윙 요령	
9	1	숏 게임 공략법 숙지	
	2	다양한 상황별 칩샷 요령 학습	
	3	볼이 홀 가까이 가도록 굴리는 요령 숙지	
	4	완벽한 피치샷을 구사하는 방법 익히기	
	5	러프에서 볼을 가볍게 띄우는 방법 습득	
10	1	벙커샷의 기본 원리 터득	
	2	볼을 치치 말고 모래 치기	
	3	볼이 모래에 묻혀 있으면 클럽을 모래에 박기	
	4	웨지의 바운스를 이용하는 방법 숙지	
	5	벙커샷을 그린에 곧바로 세우는 방법 익히기	
11	1	퍼팅의 셋업과 스트로크의 기본 익히기	
	2	퍼팅라인과 스피드 그리고 경사면 판단하기	
	3	그린 완벽하게 읽기	
	4	적절한 속도로 볼을 굴리는 방법 숙달하기	
	5	자신감 있게 퍼팅하는 방법 찾기	
12	1	트러블 상황에서 벗어나는 방법 숙지하기	
	2	나무 사이에서 빠져나오기 위해 낮은 탄도를 유지하는 방법	
	3	장애물 넘겨 치는 방법	
	4	깊은 러프에서 볼을 세게 쳐낼 때는 하이브리드 클럽 이용하기	
	5	그린 주위 낮은 곳에서 칩샷하는 방법	
13	1	피치샷 탭핑 방지하기	
	2	당겨치는 샷 방지하기	
	3	슬라이스 방지하기	
	4	티샷할 때 탭핑 방지하기	
	5	칩샷의 뒤땅 방지하기	
14	1	골프 기술을 이용한 현장실습	
	2	골프장 선정	
	3	필드에서 라운딩 할 수 있는 장비와 복장 점검	
	4	정신 집중하여 최고의 플레이가 될 수 있게 하기	
	5	플레이 점검 및 개선점 확인	
15	1	기말고사	
	2	기말고사	
	3	기말고사	
	4	기말고사	
	5	기말고사	
5. 성적평가 방법			

중간고사	기말고사	과제물	출결	기타	합계	비고
30%	30%	10%	20%	10%	100%	
6. 수업 진행 방법						
이론 및 실기 병행						
7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항						
8. 문제해결 방법(실험·실습 등 학습 과정의 경우에 작성)						
9. 강의유형						
이론 중심(), 토론·세미나 중심(), 실기 중심(), 이론 및 토론/세미나 병행(), 이론 및 실험·실습 병행(), 이론 및 실기 병행(○)						