강의계획서

강 좌 명	파크골프 교실-기초부터 심화까지		
강 사 명	장재익	경력	· 계명문화대학교 생활체육학부 교수 · 계명문화대 평생교육원 파크골프 강의 중
강좌내용	· 파크골프는 공원 개념에 골프의 게임요소를 합친 누구나 즐길 수 있도록 재편성한 커뮤니케이션 레저스포츠이다.		
기대효과	· 가벼운 산책과 근력운동을 통한 신체, 정신적 건강 유지 효과 · 인근 공원의 파크골프장을 활용한 친환경적 프로그램이며 지역 공동체 유대감 형성		

주	요일	시간	강 의 내 용	담당 강사	참고서적	준비물
1	금	3	강의 오리엔테이션 (파크골프역사, 파크골프의 효과)	장재익	수업자료	골프클럽 골프복장 골프화 필기도구
2	금	3	파크골프장 구성시설 및 용구 소개 (스포츠 에티켓, 매너, 룰, 경기규칙 용어)	〃	수업자료	
3	금	3	파크골프의 기초지식 (기본자세, 그립, 스탠스, 볼의 위치, 정렬자세)	〃	실전	
4	금	3	파크골프스윙 기초기술 (어드레스, 백스윙, 톱스윙, 다운스윙, 임팩트, 폴로스루, 피니시)	〃	실전	
5	금	3	파크골프의 샷 연습 (티샷, 페어웨이 샷, 러프 샷, 벙커 샷, 트러블 샷, 퍼팅 샷, 기술 샷)	〃	실전	
6	금	3	파크골프 라운딩하기 (경기방법)	〃	실전	
7	금	3	파크골프 라운딩하기 (스코어작성 방법)	〃	실전	
8	금	3	파크골프 실전 경기진행 및 수료식	〃	실전	
계		24				