

2024학년도



2학기 방과후학교 강의 계획서

양현고등학교

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 포켓맨과 함께하는 과학 유튜버 도전

☐ 운영 요일, 시간(교시): 토, 08:30~12:20(4교시)

☐ 대상학년: 1학년

☐ 장소: 생명과학실(3층)

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8/24	토	1교시	오리엔테이션
2차시			2교시	영상 제작 6가지 요소
3차시			3교시	물의 대류 및 영상 촬영
4차시			4교시	영상 편집 도전
5차시	8/31	토	1교시	지난 영상 나눔 및 피드백
6차시			2교시	영상 편집 노하우 전수1
7차시			3교시	DNA 모형 제작 및 촬영
8차시			4교시	영상 편집 도전
9차시	9/7	토	1교시	지난 영상 나눔 및 피드백
10차시			2교시	영상 편집 노하우 전수2
11차시			3교시	구리의 산화 환원 반응 실험 및 촬영
12차시			4교시	영상 편집 도전
13차시	9/14	토	1교시	지난 영상 나눔 및 피드백
14차시			2교시	영상 편집 노하우 전수3
15차시			3교시	지시약을 이용한 산과 염기 실험 및 촬영
16차시			4교시	영상 편집 도전
17차시	10/12	토	1교시	지난 영상 나눔 및 피드백
18차시			2교시	영상 편집 노하우 전수4
19차시			3교시	중화 반응 실험 및 촬영
20차시			4교시	영상 편집 도전
시수 합계				20

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 수능완성 국어 문제 풀이

☐ 운영 요일, 시간(교시): 화 8,9

☐ 대상학년: 3학년

☐ 장소: 3-4반

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.13	화	8	수능 완성 유형편 문학 1
2차시	8.13	화	9	수능 완성 유형편 문학 2
3차시	9.3	화	8	수능 완성 유형편 문학 3
4차시	9.3	화	9	수능 완성 유형편 언어 1
5차시	9.10	화	8	수능 완성 유형편 언어 2
6차시	9.10	화	9	수능 완성 유형편 언어 3
7차시	10.1	화	8	수능 완성 유형편 매체 1
8차시	10.1	화	9	수능 완성 유형편 매체 2
9차시	10.8	화	8	수능 완성 실전편 모의고사 1
10차시	10.8	화	9	수능 완성 실전편 모의고사 1
11차시	10.22	화	8	수능 완성 실전편 모의고사 2
12차시	10.22	화	9	수능 완성 실전편 모의고사 2
13차시	10.29	화	8	수능 완성 실전편 모의고사 3
14차시	10.29	화	9	수능 완성 실전편 모의고사 3
15차시	11.5	화	8	수능 완성 실전편 모의고사 4
16차시	11.5	화	9	수능 완성 실전편 모의고사 4
17차시	11.12	화	8	수능 완성 실전편 모의고사 5
18차시	11.12	화	9	수능 완성 실전편 모의고사 5
시수 합계				18

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 물리학1 모의고사 풀이

☐ 운영 요일, 시간(교시): 월, 목(8, 9교시)

☐ 대상학년: 3학년

☐ 장소: 3학년 5반

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8/12	월	8	수능 모의고사 풀이
2차시	8/12	월	9	수능 모의고사 해설
3차시	8/19	목	8	23년 9월 모의고사 풀이
4차시	8/19	목	9	23년 9월 모의고사 해설
5차시	8/22	월	8	23년 6월 모의고사 풀이
6차시	8/22	월	9	23년 6월 모의고사 해설
7차시	9/2	목	8	수능 모의고사 풀이
8차시	9/2	목	9	수능 모의고사 해설
9차시	9/5	월	8	22년 9월 모의고사 풀이
10차시	9/5	월	9	22년 9월 모의고사 해설
11차시	9/9	목	8	22년 6월 모의고사 풀이
12차시	9/9	목	9	22년 6월 모의고사 해설
13차시	9/12	월	8	수능 모의고사 풀이
14차시	9/12	월	9	수능 모의고사 해설
15차시	9/19	목	8	21년 9월 모의고사 풀이
16차시	9/19	목	9	21년 9월 모의고사 해설
17차시	9/23	월	8	21년 6월 모의고사 풀이
18차시	9/23	월	9	21년 6월 모의고사 해설
19차시	9/30	목	8	수능 모의고사 풀이
20차시	9/30	목	9	수능 모의고사 풀이
시수 합계			20차시	

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 체대입시 기초 실기

☐ 운영 요일, 시간(교시): 화(8,9교시)

☐ 대상학년: 공통

☐ 장소: 체력단련실

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.13	화	8	웨이트트레이닝을 통한 근력 향상
2차시	8.13	화	9	웨이트트레이닝을 통한 근력 향상
3차시	8.27	화	8	플라이오메트릭 트레이닝을 통한 순발력 향상
4차시	8.27	화	9	플라이오메트릭 트레이닝을 통한 순발력 향상
5차시	9.3	화	8	서킷트레이닝을 통한 근력 및 근지구력 향상
6차시	9.3	화	9	서킷트레이닝을 통한 근력 및 근지구력 향상
7차시	9.10	화	8	육상 보조 운동 및 리듬주
8차시	9.10	화	9	육상 보조 운동 및 리듬주
9차시	10.1	화	8	육상 스타트 및 피치 훈련
10차시	10.1	화	9	육상 스타트 및 피치 훈련
11차시	10.8	화	8	육상 바운딩 훈련 및 지속주 훈련
12차시	10.8	화	9	육상 바운딩 훈련 및 지속주 훈련
13차시	10.22	화	8	웨이트트레이닝을 통한 근력 향상
14차시	10.22	화	9	웨이트트레이닝을 통한 근력 향상
15차시	10.29	화	8	플라이오메트릭 트레이닝을 통한 순발력 향상
16차시	10.29	화	9	플라이오메트릭 트레이닝을 통한 순발력 향상
17차시	11.5	화	8	데드리프트 활용한 전신 근력 강화
18차시	11.5	화	9	데드리프트 활용한 전신 근력 강화
19차시	11.12	화	8	스쿼트 및 박스 점프 활용한 순발력 강화
20차시	11.12	화	9	스쿼트 및 박스 점프 활용한 순발력 강화
시수 합계				20

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 체대입시 전공 실기

☐ 운영 요일, 시간(교시): 금(8,9교시)

☐ 대상학년: 공통

☐ 장소: 체력단련실

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.16	금	8	체조 구르기 및 코어 강화 운동
2차시	8.16	금	9	체조 구르기 및 코어 강화 운동
3차시	8.23	금	8	체조 물구나무서기 및 코어 강화 운동
4차시	8.23	금	9	체조 물구나무서기 및 코어 강화 운동
5차시	9.6	금	8	체조 핸드스프링 및 물구나무서기
6차시	9.6	금	9	체조 핸드스프링 및 물구나무서기
7차시	9.13	금	8	체조 물구나무서서 앞구르기 연습
8차시	9.13	금	9	체조 물구나무서서 앞구르기 연습
9차시	10.11	금	8	10m, 20m 왕복달리기 스텝 익히기
10차시	10.11	금	9	10m, 20m 왕복달리기 스텝 익히기
11차시	10.18	금	8	10m, 20m 왕복달리기 스텝 반복 연습
12차시	10.18	금	9	10m, 20m 왕복달리기 스텝 반복 연습
13차시	11.1	금	8	구기종목 연습
14차시	11.1	금	9	구기종목 연습
15차시	11.8	금	8	구기종목 연습
16차시	11.8	금	9	구기종목 연습
17차시	11.22	금	8	높이 뛰기 스텝 연습
18차시	11.22	금	9	높이 뛰기 스텝 연습
19차시	12.6	금	8	높이 뛰기 배면뛰기 연습
20차시	12.6	금	9	높이 뛰기 배면뛰기 연습
시수 합계				20

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 여자배구

- ☐ 운영 요일, 시간(교시): 목요일, 8,9교시(16:30-18:30/ 토요일 1:30-4:30)
- ☐ 대상학년: 1,2,3학년
- ☐ 장소: 체육관
- ☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.22	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨- 서브캐치 및 리시브 집중훈련
2차시			(2시간)	- 서브훈련
3차시	8.24	토	오후	- 언더, 오버핸드 맨투맨
4차시			1:30-	- 서브캐치 및 리시브 집중훈련, 공격 레프트, 앞차, 라이트
5차시			4:30	훈련 - 서브훈련
6차시	9.5	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨
7차시			(2시간)	- 서브캐치 및 리시브 집중훈련, 공격 레프트, 앞차, 라이트 훈련 - 서브훈련
8차시	9.12	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨- 포지션별 서브캐치 및 리시브
9차시			(2시간)	훈련 - 연습경기
10차시	9.14	토	오후	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 포지션별 서브캐치 및 리시브
11차시			1:30-	훈련 -연습경기
12차시			4:30	
13차시	10.5	토	오후	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 포지션별 서브캐치 및 리시브
14차시			1:30-	훈련 -연습경기
15차시			4:30	
16차시	10.10.	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 서브캐치 및 리시브 집중훈련
17차시			(2시간)	- 서브훈련
18차시	10.17	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 서브캐치 및 리시브 집중훈련
19차시			(2시간)	- 서브훈련
20차시	10.24	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 포지션별 서브캐치 및 리시브
21차시			(2시간)	훈련 - 연습경기
22차시	10.26	토	오후	- 언더, 오버핸드 맨투맨
23차시			1:30-	- 서브캐치 및 리시브 집중훈련, 공격 레프트, 앞차, 라이트
24차시			4:30	훈련 -서브훈련
25차시	11.7	목	8.9교시	- 언더, 오버핸드 맨투맨 - 포지션별 서브캐치 및 리시브
26차시			(2시간)	훈련 -연습경기
27차시	11.9	토	오후	- 언더, 오버핸드 맨투맨
28차시			1:30-	- 서브캐치 및 리시브 집중훈련, 공격 레프트, 앞차, 라이트
29차시			4:30	훈련 -서브훈련
시수 합계				29시수

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: Python을 활용한 다양한 문제해결

☐ 운영 요일, 시간(교시): 월, 금/8, 9교시

☐ 대상학년: 1, 2학년

☐ 장소: 수학교과교실 6

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8/12	월	8	python의 자료형(정수, 실수, 복소수, 문자열)
2차시			9	
3차시	8/16	금	8	python의 자료형(리스트, 튜플, 딕셔너리)
4차시			9	
5차시	8/19	월	8	python의 자료형(정수, 실수, 복소수, 문자열)의 cast 및 관련함수
6차시			9	
7차시	8/23	금	8	python의 자료형(리스트, 튜플, 딕셔너리)의 cast 및 관련함수
8차시			9	
9차시	8/26	월	8	if then, if then else문과 이를 활용한 문제해결
10차시			9	
11차시	8/30	금	8	for 반복문과 while 반복문
12차시			9	
13차시	9/2	월	8	for 반복문과 while 반복문을 활용한 문제해결 1
14차시			9	
15차시	9/6	금	8	for 반복문과 while 반복문을 활용한 문제해결 2
16차시			9	
17차시	9/9	월	8	함수의 정의와 정수론 문제해결1
18차시			9	
19차시	9/13	금	8	함수의 정의와 *arg, **kwarg의 활용 예제
20차시			9	
21차시	9/30	월	8	함수의 정의와 다양한 수학 문제해결 1
22차시			9	
23차시	10/7	월	8	함수의 정의와 다양한 수학 문제해결 2
24차시			9	
25차시	10/11	금	8	Matplotlib을 활용한 함수와 data 시각화 1
26차시			9	
27차시	10/14	월	8	Matplotlib을 활용한 함수와 data 시각화 2
28차시			9	
29차시	10/18	금	8	Matplotlib을 활용한 Data 분석 1
30차시			9	
31차시	10/21	월	8	Matplotlib을 활용한 Data 분석 2
32차시			9	
33차시	10/25	금	8	Python 객체지향형 프로그래밍 1
34차시			9	
35차시	10/28	월	8	Python 객체지향형 프로그래밍 2
36차시			9	
37차시	11/1	금	8	파이썬 동적 프로그래밍의 개념 이해
38차시			9	
39차시	11/4	월	8	파이썬 동적 프로그래밍을 적용한 프로그래밍
40차시			9	
41차시	11/11	금	8	파이썬 동적 프로그래밍을 활용한 수학 문제해결
42차시			9	
시수 합계				42

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 농구

☐ 운영 요일, 시간(교시): 화 8, 9교시

☐ 대상학년: 1, 2, 3학년

☐ 장소: 체육관

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8/12	월	8	오리엔테이션 및 농구 기본 기술 안내
2차시	8/12	월	9	드리블 1
3차시	8/19	월	8	드리블 2
4차시	8/19	월	9	패스 기본 1
5차시	8/26	월	8	패스 기본 2
6차시	8/26	월	9	슛 기본 1
7차시	9/2	월	8	슛 기본 2
8차시	9/2	월	9	3점 슛, 레이업
9차시	9/9	월	8	야투, 점프 슛 1
10차시	9/9	월	9	야투, 점프 슛 2
11차시	9/30	월	8	기본 방어 기술
12차시	9/30	월	9	기본 방어 기술
13차시	10/7	월	8	스크린과 롤
14차시	10/7	월	9	스크린과 롤
15차시	10/14	월	8	포지션별 역할 이해
16차시	10/14	월	9	포지션별 역할 이해
17차시	10/21	월	8	리바운드 기술
18차시	10/21	월	9	리바운드 기술
19차시	10/28	월	8	드리블과 패스 결합 연습
20차시	10/28	월	9	드리블과 패스 결합 연습
21차시	11/4	월	8	페이크 및 피벗
22차시	11/4	월	9	페이크 및 피벗
23차시	11/11	월	8	자유투 연습
24차시	11/11	월	9	자유투 연습
시수 합계				24

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 배구

☐ 운영 요일, 시간(교시): 월 8, 9교시

☐ 대상학년: 1, 2, 3학년

☐ 장소: 체육관

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8/12	월	8	오리엔테이션 및 농구 기본 기술 안내
2차시	8/12	월	9	기본 서브 기술
3차시	8/19	월	8	기본 서브 기술
4차시	8/19	월	9	기본 패스 기술
5차시	8/26	월	8	기본 패스 기술
6차시	8/26	월	9	기본 스파이크 기술
7차시	9/2	월	8	기본 스파이크 기술
8차시	9/2	월	9	기본 블로킹 기술
9차시	9/9	월	8	기본 블로킹 기술
10차시	9/9	월	9	리시브 연습
11차시	9/30	월	8	세팅 연습
12차시	9/30	월	9	세팅 연습
13차시	10/7	월	8	팀 포지션 이해
14차시	10/7	월	9	팀 포지션 이해
15차시	10/14	월	8	서브 리시브와 세팅 연습
16차시	10/14	월	9	서브 리시브와 세팅 연습
17차시	10/21	월	8	스파이크와 블로킹 연습
18차시	10/21	월	9	○○이동 및 위치 선정
19차시	10/28	월	8	서브 리시브와 공격 연습
20차시	10/28	월	9	경기 규칙 심화 학습
21차시	11/4	월	8	전략적 서브 연습
22차시	11/4	월	9	공격 전술 연습
23차시	11/11	월	8	공격 전술 연습
24차시	11/11	월	9	실전 경기 시뮬레이션
시수 합계				24

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 암암화학(중급)[화학1 문제풀이]

☐ 운영 요일, 시간(교시): 화요일 8-9교시

☐ 대상학년: 2학년

☐ 장소: 2-9

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.20	화	8-9	수능특강(이온결합)개념설명 및 문제풀이
2차시	8.28	화	8-9	기출문제 풀고 설명하기
3차시	9.3	화	8	수능특강(공유결합과 금속결합) 개념설명 및 문제풀이
4차시	9.3	화	9	기출문제 풀고 설명하기
5차시	9.10	화	8	수능특강(결합의 극성)개념설명 및 문제풀이
6차시	9.10	화	9	3단원 내신준비 벉락치기, 1,2단원 복습
7차시	10.1	화	8	수능특강(분자의 구조와 성질)개념설명 및 문제풀이
8차시	10.1	화	9	기출문제 풀고 설명하기
9차시	10.8	화	8	수능특강(가역반응과 동적평형)개념설명 및 문제풀이
10차시	10.8	화	9	
11차시	10.15	화	8	수능특강(물의 자동 이온화)개념설명 및 문제풀이
12차시	10.15	화	9	
13차시	10.22	화	8	수능특강(산 염기 중화반응)개념설명 및 문제풀이
14차시	10.22	화	9	
15차시	10.29	화	8	수능특강(산화환원반응)개념설명 및 문제풀이
16차시	10.29	화	9	
17차시	11.5	화	8	수능특강(화학반응에서 열 출입)개념설명 및 문제풀이
18차시	11.5	화	9	
19차시	11.12	화	8	4단원 내신준비 벉락치기, 1,2,3단원 복습
20차시	11.12	화	9	
21차시	12.3	화	8	예비 모의고사1
22차시	12.3	화	9	문제 풀이
23차시	12.10	화	8	예비 모의고사2
24차시	12.10	화	9	문제 풀이
시수 합계				24

2024. 2학기 방과후 교과보충 프로그램 지도 계획서

☐ 프로그램: 수학2 개념정리

☐ 운영 요일, 시간(교시): 월 9, 수 9

☐ 대상학년: 2학년

☐ 장소: 2-7

☐ 세부 지도계획

차시	날짜	요일	교시 (시간)	주요 수업 내용
1차시	8.19	월		함수의 수렴과 발산
2차시	8.21	수		함수의 우극한, 좌극한
3차시	8.26	월		함수의 극한값 성질
4차시	8.28	수		미정계수의 결정
5차시	9.2	월		함수의 극한의 대소관계
6차시	9.4	수		함수의 연속
7차시	9.9	월		최대최소 정리와 사잇값 정리
8차시	9.11	수		평균변화율
9차시	9.23	월		미분계수, 미분가능성과 연속
10차시	9.25	수		도함수, 미분법의 공식
11차시	9.30	월		접선의 방정식
12차시	10.3	수		평균값정리, 함수의 증가감소
13차시	10.14	월		함수의 극대, 극소
14차시	10.16	수		함수의 최대, 최소
15차시	10.21	월		방정식과 부등식에의 활용
16차시	10.23	수		속도와 가속도
17차시	10.28	월		부정적분
18차시	10.30	수		정적분
19차시	11.4	월		정적분과 미분의 관계
20차시	11.6	수		정적분의 성질, 곡선과 x축 사이의 넓이
21차시	11.11	월		두 곡선 사이의 넓이
22차시	11.13	수		수직선위를 움직이는 점의 위치, 거리
시수 합계				22