

스포츠과학과

1. 학과현황

1.1 연혁

연도	주요 연혁	비고
1989년	사회체육학과 설치	
1994년	1회 졸업생 15명 배출	
1995년	교육대학원 체육교육과 신설	
1997년	'사회체육학과'에서 '생활체육학과'로 학과 명칭 변경	
1998년	일반대학원 체육학과 신설	
2000년	축구부 창단, 학과 정원을 60명으로 증원	
2005년	스포츠의학연구소 설립, 체육학 박사과정 신설	
2019년	'생활체육학과'에서 '스포츠과학과'로 학과 명칭 변경	

1.2 교수진

이름	생년	출신교			최종학위	전공분야	주요담당과목
		학사	석사	박사			
최승오	1969	강원대	Slippery Rock University of Pennsylvania	텍사스여대	체육학박사	운동역학	특수체육
이희혁	1975	한남대	고려대	고려대	이학박사	운동처방	운동생리학
한동유	1970	연세대	연세대	연세대	교육학박사	스포츠사회학	스포츠경영학
김선휘	1977	이화여대	University of Georgia	University of Georgia	이학박사	체육교육학	스포츠교육학
유경석	1966	고려대	고려대	고려대	이학박사	운동역학 스포츠산업공학	운동역학
김종오	1970	한남대	한남대	고려대	이학박사	한교보건	병태생리학 및 응급처리
장재승	1979	경희대	경희대	연세대	의학박사	스포츠의학	기능해부학

1.3 교육시설 및 설비

연구실(개수)	실험실습실		주요설비현황		기타
	명칭(유형)	개수			
5개	동물실험실, 인체실험실, 역학실험실	3	PC 프린터	8 7	
	체육관	1			
	에어로빅 실습실	1			
	탁구장	1			
	트레이닝 실습실	1			

2. 교육과정

2.1 대학이념 · 교육목적 · 교육목표 체계

대 학 창학이념	기독교 원리 하에 대한민국의 교육이념에 따라 과학과 문학의 심오한 진리탐구와 더불어 인간영혼의 가치를 추구하는 고등교육을 이수시켜 국가와 사회와 교회에 봉사할 수 있는 유능한 지도자를 배출함을 목적으로 한다.		
↓			
대 학 교육목적	진리·자유·봉사의 기독교 정신 아래 새로운 지식과 기술의 연구와 교육을 통하여 지성과 덕성을 갖춘 유능한 인재를 양성함으로써 국가와 인류사회 및 교회에 이바지함을 목적으로 한다.		
↓			
대 학 교육목표	덕성과 인성을 갖춘 도덕적 지성인 양성	시대를 선도하는 창의적 전문인 양성	국가와 지역사회 발전에 봉사하는 지도자 양성
↓			
학과(전공) 교육목적	기독교 정신에 입각한 인성과 균형 잡힌 교양교육의 토대위에서 과학적인 지식을 연구하고 습득하여 창의적인 생활체육 지도자 양성		
↓			
학과(전공) 교육목표	사랑과 헌신을 실천하는 기독교 정신과 폭 넓은 교양을 겸비한 생활체육 지도자의 자질을 갖춘다.	인간의 움직임에 대한 체계적이고 전문적인 지식과 높은 수준의 실기 능력을 갖추어 과학적이고 합리적인 지도기술을 배양한다.	생활체육분야에서 카운슬러의 자질을 갖추고, 생활체육프로그램의 운영 능력 및 마케팅 능력을 배양한다.

2.2 교육과정 편제표

한남대학교 교육 목적	학과(전공) 교육목적	학과(전공) 교육목표	전공교과목(명)
덕성과 인성을 갖춘 도덕적 지 성인 양성	기독교 정신에 입 각한 인성과 균형 잡힌 교양교육의 토대위에서 과학 적인 지식을 연구 하고 습득하여 창 의적인 생활체육 지도자 양성	사랑과 헌신을 실천하는 기독교 정신과 폭 넓은 교양을 겸비한 생활체육 지도자의 자질을 갖춘다.	스포츠심리학, 특수체육, 체육원리, 야외활동론
시대를 선도하는 창의적 전문인 양성		인간의 움직임에 대한 체계적이고 전문적인 지식과 높은 수준의 실기 능력을 갖추어 과학적이고 합리적인 지도기술을 배양한다.	체육사, 비교체육, 체육학연구법, 운동역학, 스포츠사회학, 운동생리학, 스포츠심리학, 인체해부학, 스포츠 영양학, 학교 보건, 특수체육, 구급법, 배드민턴, 체조, 육상경기, 농구, 배구, 수영, 유도, 검도, 축구, 오리엔티어링, 에어로빅, 태권도, 테니스, 빙상스포츠, 동계스포츠Ⅰ,Ⅱ, 핸드볼, 탁구, 볼링, 골프, 스포츠 댄스, 야구, 씨름, 무용, 여가 레크리에이션, 종합실기, 수상스포츠Ⅰ,Ⅱ
국가와 지역사회 발전예 봉사하는 지도자 양성		생활체육분야에서 카운슬러의 자질을 갖추고, 생활체육 프로그램의 운영 능력 및 마케팅 능력을 배양한다.	생활체육론, 사회체육프로그램론, 체육행정론, 사회체육지도법, 사회체육경영론, 생활체육 실습, 트레이닝방법론, 운동검사론, 운동처방론, 스포츠 마사지

2.3 학과(전공) 졸업소요 최저 이수학점 배정표

대학	학과, 부(전공)	전공과목			교 양 과 목						졸업 최저 이수 학점
		필수	선택	소계	필수			선택			
					공동필수	선택필수	학부기초	계	부전공	교직	
생명·나노 과학대학	스포츠과학과	15	51	66	21	7	0	28	21	-	128

2.4 스포츠과학과 교육과정 편성표

2019학년도 입학생 적용 전공 교육과정 편성표

대학(독립학부)명 : 생명나노과학대학 대학(학부)장 : 김승준 (인)
 학부, 학과(전공)명 : 스포츠과학과 학부(학과)장 : 정일규 (인)

학년	필수기초		전공필수				전공선택		이수 구분	교과목명	학 강 실
	전공필수 (다전공필 수:㉔)	학강 실	전공필수	학 강 실	전공선택	학강 실					
1	1 기능예부라 ㉔	322			스포츠윤리 수업지도법 스포츠레이팅및마사지	380 212 212					
	2 건강교육론	330	스포츠교육학 ㉔	380	트레이닝론 동계스포츠 뉴스포츠지도법	380 212 212					
2	1 스포츠경영학 ㉔	330	운동역학 ㉔	322	운동생리학 ㉔ 배구지도법 수상스포츠 스포츠영양 육상지도법	380 110 212 212 212					
	2 임상운동학	330	스포츠사회학 ㉔	330	스포츠심리학 ㉔ 스포츠영양분석 운동부하검사 저항훈련지도법 농구지도법 테니스지도법 탁구지도법	380 322 212 212 110 212 212					
3	1		운동학습/세이및발 남 ㉔	330	스포츠영양학 유아체육론 골프지도법 핸드볼지도법 표현활동지도법 I	380 380 212 110 110					
	2				노인체육론 운동치방론 스포츠산업및공학 축구지도법 표현활동지도법 II 테드민턴지도법 캡스톤디자인 I	380 380 380 212 110 110 380					

1 4	운동상대	322	특수체육론	330			
			인라인스케이팅지도법	212			
			제스츨스지도법	212			
			캠스톤디자인II	330			
2			레슬링지도법	212			
			방태생리학및응급처치	322			
			체육측정평가론	330			
			생활체육현장실습	212			
계	12-11-2	15-13-4	07-07-40				
편성 학점 내(진공기초+진공원리+진공융합)		114-91-46					
편성 학점 외	진공구분	개설회 기	이수 구분	교과목명	학점	소계	합계
	캠스톤디자인						
	진공융합	융합교과					
		융합캠스톤					
총 편성 학점(편성학점내+편성학점외)		114-91-46					

2023학년도 입학생 적용 전공 교육과정 편성표

대학(독립학부)명 : 생명나노과학대학
 학부, 학과(전공)명 : 스포츠과학과

대학(학부)장 : 박진숙
 학부(학과)장 : 이희혁



학년	학기	전공일반(전공필수)	학점실	이수유형 CS/MD/TR	전공일반(전공선택)	학점실	이수유형 CS/MD/TR
1	1				기능해부학 스포츠심리 수영지도법 스포츠태이핑 전문실기 I	322 330 212 212 212	
	2				건강교육론 스포츠교육학 트레이닝론 뉴스포츠지도법 동계스포츠	330 330 330 212 212	CS/MD
2	1	운동역학	322	MD	스포츠영양학 운동생리학 스포츠영어 배구지도법 육상지도법 수상스포츠 전문실기 II	330 330 212 110 212 212 212	CS
	2				스포츠사회학 스포츠심리학 스포츠영상분석 운동부하검사 계형훈련지도법 농구지도법 테니스지도법 탁구지도법	330 330 322 212 212 110 212 212	MD CS
3	1	운동마습/제어및발달	330		스포츠영양학 유아체육론 골프지도법 전문실기 III 핸드볼지도법	330 330 212 212 110	
	2				노인체육론 운동처방론 스포츠산업및공학 축구지도법 배드민턴지도법	330 330 330 212 110	
4	1				특수체육론 운동상해 인라인스케이팅지도법 레슬링지도법 표현활동지도법	330 322 212 212 212	MD
	2				체육측정평가론 병태생리학 보디빌딩지도법 생활체육현장실습 체스및스지지도법	330 330 212 212 212	
계		6-5-2			105-80-50		
편성학점 내(전공필수+전공선택)				111-85-52			

* 이수유형 : CS(Code Share); MD(Micro Degree); TR(Track)

편성학점 외 (0-15)	전공구분	개설학기	이수구분	교과목명	학점실	소계	합계
	캡스톤디자인 (0-6)	3/2		캡스톤디자인 I	330		
		4/1		캡스톤디자인 II	330		
전공융합 (0-6)	융합교과						
	융합캡스톤						
총 편성학점(전공기초+편성학점 내+편성학점 외)				117-91-52			

교과목개요

22715 기능해부학

3-2-2

Human Anatomy

인체의 구조와 형태를 연구하는 학문으로 이를 바탕으로 인체기관 및 계통이 신체활동과 관련하여 격게 되는 기능적 측면의 변화를 이해할 수 있게 된다. 본 과목에서는 이를 위해 스포츠 활동과 특히 관련이 깊은 계통 즉, 골격계, 근육계, 순환계, 호흡계와 신경계의 주요구조와 명칭을 숙지하는 데 교육목표를 두며, 인체의 구조적 단계, 해부학 기초용어, 인체 각 계통의 구조와 계통간의 상호작용, 인체 각 기관의 육안적 및 현미경적 형태와 명칭에 대해 배우고 이를 운동수행과 스포츠상해와 관련하여 배운다.

24142 스포츠윤리

3-3-0

Sport Ethics

바람직한 스포츠 지도자 문화 및 현대스포츠의 다양한 도덕성 위기 문제를 주로 다루며, 현대 사회의 스포츠 관련 도덕성 회복 방안을 함께 모색하는 것을 교육목표로 두며, 현대스포츠의 다양한 도덕성 위기 문제를 이해하고 윤리적 접근방법을 통하여 해결하는 것을 주요 내용으로 한다.

24801 수영지도법

2-1-2

Swimming Coaching

건강 및 학교체육의 장애지도자를 위한 소개강좌로 호흡법, 부유법, 킥핑, 크롤, 점핑을 포함하는 기본 수영 기법을 다룬다. 또한 역사, 규칙, 그리고 수중안전에 대해서도 배우게 된다. 전략, 기술, 훈련방법 및 훈련구성 등을 포함한 수영을 효율적으로 지도할 수 있는 학습 방법을 소개한다. 8가지 수영법 외에도 턴, 발판, 그리고 다이빙 기술을 배우게 된다.

25557 스포츠테이핑

2-1-2

Sports Taping

마사지에 필요한 이론적 지식과 실기방법 및 기술을 정확하게 숙지하여 실제 현장에서 운동기능을 증진시키고 상해를 예방하는데 활용할 수 있는 능력을 배양하는 데 목적이 있다. 스포츠 마사지의 의의와 필요성, 마사지의 역사적 배경, 안마요법과 스포츠 마사지의 차이점, 스포츠 마사지의 기초이론으로서 마사지의 시행목적에 따른 분류 · 어원 · 실행시기 · 금기사항과 마사지의 기본동작, 더 세분화된 근육, 골격계의 생체기능, 골격 및 관절의 기능을 체계적 · 실제적으로 다루는 것을 주요내용으로 한다. 스포츠 종목과 관련된 상해 예방 및 경기력 향상을 위한 흔히 이용되고 있는 스포츠 테이핑의 기본 기법을 다룬다. 다리(대퇴, 무릎, 발목), 골반, 어깨, 팔(팔꿈치, 손목, 손) 등의 테이핑에 중점을 두게 된다.

22714 건강교육론

3-3-0

Health Education

운동을 실시함으로써 나타나는 신체의 변화를 이해하고 이를 일반인의 건강관리나 성인병 환자의 치료를 위한 프로그램을 작성하는데 기초가 되는 과목으로, 행복한 생활방식을 영위하는데 필요한 기본적인 요소들을 소개하며 여기에는 영양, 체력, 약물, 스트레스 관리 같은 주제들이 포함된다. 특히 어떻게 체력의 구성요소들을 평가하고 이들 요소들을 향상시키기 위한 개별화된 운동처방, 소위 '운동부족증'의 위험요소들을 어떻게 감소시키고 스트레스에 대처할 것인지에 대해 배운다.

22708 스포츠교육학

3-3-0

Sport Education

스포츠 현장에서 성공적으로 지도하는 데 필요한 이론과 다양한 교수법 및 전략들을 소개하고 효과적인 학습 환경을 조성하며 학습을 극대화 할 수 있는 다양한 방법 및 학생 평가 방법에 대해 배운다. 특히 스포츠를 가르치는 교육자의 책임과 의무에 대한 가치관을 형성하고 전문 영역에 대한 비전을 제시하며 스포츠 교육을 담당하고 있는 체육교사, 생활체육 지도자, 코치 또는 감독 등 모든

스포츠 교육자들을 대상으로 필요한 정보와 지식을 제공하고, 실제 스포츠 지도 시 학생들의 학습을 극대화 할 수 있는 방법 및 효과적인 학습환경에 대해 논의하는 것을 주요 내용으로 한다.

24145 트레이닝론 3-3-0 Training Methodology

개개인의 특수성에 적합한 훈련방법과 훈련형태를 이해하고, 새로운 훈련 도구 및 훈련 방법의 개발을 다루는 것을 목표로 한다. 근력 트레이닝과 근지구력 트레이닝의 차이점을 이해하고 심폐지구력 운동 처방에서 운동강도, 운동빈도, 운동형태를 습득하며, 유산소성 트레이닝과 무산소성 트레이닝을 이해한다. 특히 트레이닝의 기초지식을 바탕으로 프로그램을 작성하는 방법을 익히고 스포츠 현장에서 트레이닝의 방법을 종목별로 계획하는 능력을 터득하는 것을 주요 내용으로 한다.

24146 동계스포츠 2-1-2 Winter Sports

동계스포츠 활동을 통해 겨울운동의 안전관리 능력과 건강을 증진시키며 생활체육 지도자로서 자질을 배양함을 목적으로 한다. 스키에 대한 이론과 기술을 습득시켜 유능한 지도자로서의 자질을 배양하기 위하여 동계스포츠의 역사적 배경을 다루고, 스키 초보자의 연습법, 기본기술(직선활주, 곡선활주, 팔동작)을 익혀 자유로이 슬로프를 하강할 수 있도록 한다. 동계스포츠의 프로그램 관리, 겨울철 안전관리 등을 주요 내용으로 한다.

21424 뉴스포츠지도법 2-1-2 Newsports Coaching

레저스포츠 수행의 중요성을 깨닫고 기본적인 운동기술 습득으로 평생체육활동의 기반 마련에 도움을 주는 것을 목표로 한다. 구체적으로 뉴스포츠(플라잉디스크, 플로워 컬링, 티볼)의 개념을 이해하고 디칭법을 학습하며, 팀 구성을 통한 문제해결 능력을 함양한다. 또한 심폐소생술과 응급처치에 대한 개념을 학습하고 생활체육 현장에서 심폐소생술 및 응급처치 방법을 지도할 수 있는 능력을

습득하는 것을 주요 내용으로 한다.

22718 스포츠경영학 3-3-0 Sports Management

경영이란 사회의 체육 및 스포츠에 대한 요구에 대하여 각자의 목적을 달성하고자 효율적으로 운영하기 위한 계획, 조직, 명령, 조정, 통제 등을 말하는 것으로 미래의 생활체육지도자들에게는 필수적인 학문이라고 할 수 있다. 따라서 경영관리의 개념 및 기술, 역할 등을 습득하게 하여 실제적으로 사회에 진출하여 응용할 수 있도록 한다. 활동을 효율적으로 해 나가기 위해 목적을 정하고 그 목적을 달성하기 위하여 개개인에게 부여된 공식적인 관계를 달성하며 사람과 사람의 관계를 이루는 통솔과 그들이 시행하였던 것에 대한 성취도를 평가할 수 있도록 하는 것을 주요 내용으로 한다.

24290 운동역학 3-2-2 Biomechanics

다양한 인체운동의 연구에 역학적 원리와 방법을 적용하여 생체의 구조와 기능을 보다 잘 이해하고 효율적인 운동기술의 모델과 수행력 향상에 대해 이해한다. 그리고 운동수행에 필요한 안전장비와 도구, 인간과 이들 장비간의 물리적인 상호작용을 이해하도록 한다. 이를 통하여 자신이 참여하거나 지도하는 스포츠를 보다 잘 이해하고 역학적 지식을 스포츠 지도에 실제적으로 적용하는데 대한 확신을 갖게 되며, 운동방법의 지면에 깔린 과학적 이유를 알게 한다. 기본적인 동력학적 원리 즉 힘, 운동의 법칙, 지렛대의 원리, 일과 에너지, 충격량, 중심과 관성 모멘트 등에 대해 배우고, 각종 스포츠 동작에 대한 역학적 설명과 해부 기능학적 측면의 설명을 통한 운동 기술지도의 방법을 익히는 것을 주요내용으로 한다.

12621 운동생리학 3-3-0 Exercise Physiology

운동생리학은 일회적이거나 반복적인 운동으로 초래되는 생리적인 변화와 그 변화의 원인을 설명하기 위한 학문이다. 여러가지 형태의 운동으로 야기

되는 인체의 반응과 적응 현상에 대해 그 원인을 규명하고, 그러한 반응과 적응이 인체의 기능적 측면, 주로 수행력과 건강 등에 대해 어떠한 생리적 의미를 갖는지 이해하도록 한다. 인체의 일반적인 생리적 조절기능에 대한 이해를 바탕으로 일회적인 운동에 따른 인체의 생리적 반응과 장기간 훈련에 따른 인체적응 현상을 내용으로 배운다. 또한 최적의 적응상태를 유발하기 위한 적정 운동자극의 질과 양, 다양한 외적 환경 하에서의 인체반응 및 성인병과 운동부족간의 병리생리적인 관계를 주요내용으로 한다.

24507 배구지도법 1-1-0 Volley Ball Coaching

배구는 사용하는 도구가 간편하고 실시하는 방법이 쉽기 때문에 남녀노소가 언제, 어디서, 누구든지 여가레크리에이션으로 이용하고 있는 종목이다. 따라서 기본적인 기술, 전술, 팀플레이, 규칙, 심판법 등을 보다 깊이 터득하여 경기력과 사회성 및 지도력을 기르는 것을 목적으로 한다. 배구경기의 개요, 오버핸드 패스, 언더핸드 패스, 언더핸드 서브, 사이드핸드 서브, 오버핸드 서브, 플로트 서브, 역회전 서브, 스파이크, 리시브, 속공플레이, 리그전등이 주요내용이다.

24508 수상스포츠 2-1-2 Water Sports

야외 수상스포츠로서 윈드서핑의 기술과 방법, 규칙 등을 익혀서 수상에서 안전하게 자신을 지키고 정신적인 체력, 용감성 및 지도력을 배양하여 장차 레저 스포츠의 지도자로서의 자질을 갖추는데 목표가 있다. 윈드서핑의 각종 경기규칙, 장비사용법과 안전수칙에 대해서 배우고, 수상스포츠 영역에 포함되어 있는 여러가지 경기의 세부적인 기술내용과 지도방법, 위기 대처방법 등을 주요내용으로 한다.

24509 스포츠영어 2-1-2 Sport English

스포츠와 관련된 다양한 이슈들을 영어로 학습하며, 영어를 활용한 읽기, 쓰기, 말하기 등 소통 능력의 배양에 중점을 둔다. 일상생활이 담긴 내용과 스포츠와 연관된 이슈를 포함한 텍스트를 해석하고, 기초 영문법과 영어 스포츠 용어들을 이해하며 영어로 자기소개를 할 수 있고, 스포츠와 관련한 아이디어를 공유할 수 있다. 또한 영미권 문화에 친숙해지고 다양한 상황에서 영어를 사용할 때 자신감을 가져 자신의 주중목을 영어로 가르칠 수 있는 능력을 배양하는 것을 주요 내용으로 한다.

24798 육상지도법 2-1-2 Track and Field Coaching

육상 지도에 필요한 기초를 배우게 된다. 육상 경기의 역사적 발달 그리고 국내, 국제 그리고 올림픽에서 육상경기의 종류 등을 다룬다. 그리고 단거리 달리기, 크로스 컨츄리, 그리고 넓이뛰기와 3단뛰기 종목을 수행하고, 지도하고, 운영할 수 있는 방법을 배우며 육상 경기의 경험과 기술을 지닌 학생에게 고급 지도와 연습을 제공해 효율적으로 육상을 지도할 수 있도록 준비시킨다.

24291 임상운동학 3-3-0 Clinical Pathology for the Disabled

심리·운동적(psychomotor) 문제의 발견과 해결을 목적으로 하는 학문적 지식체계인 임상운동학의 기본 개념을 이해하고, 개별화 교육 프로그램을 개발하며 수행할 수 있는 능력을 발전시키는 것을 목표로 한다. 특히 다양한 장애 아동의 교육환경에서 운동학의 역할을 이해하고, 임상운동학을 정의하며 직접적인 서비스전달의 여러 측면(측정평가, 개별화교육 프로그램, 발달론적 교수법, 기능론적 교수법, 운동/체력/레크리에이션 상담, 장애인 스포츠 등)을 논의할 수 있다. 또한 임상운동학의 철학적 법적 근거를 설명하고 학습자 개인의 철학과 가치관을 발전시키며 다양한 장애조건을 지닌 아동들이 경험하게 되는 심리운동적 문제와 그 해결책을 설명하게 되어 운동발달, 운동학습/제어, 운동생리학, 운동역학 등을 포함하는 스포츠과학의 개념과 원리를 장애아동의 체육지도에 적용하는

것을 주요 내용으로 한다.

19309 스포츠사회학 3-3-0

Sports Sociology

스포츠 사회학은 사회학적 개념과 방법을 통하여 스포츠 현상을 분석하고 설명하는 학문으로 스포츠가 우리의 다양한 생활영역과 관계되어 있으므로 이를 가능한 한 깊이 이해할 필요성이 있다. 스포츠 사회학의 개념이 무엇인지를 정확히 습득할 수 있도록 하며 스포츠와 정치, 교육, 경제 및 종교와의 관계가 어떻게 이루어지는지에 대해서 명확히 이해하도록 한다. 또한 스포츠가 사회과정에 어떠한 영향을 미쳤으며 사회에 어떠한 문제를 야기시켰는지에 대해서 학습하며 스포츠가 사회일탈 현상에 어떠한 역할을 하였는지 알아보도록 하는 것을 주요 내용으로 한다.

19303 스포츠심리학 3-3-0

Sports Psychology

스포츠 심리학은 스포츠 활동 상황에서 일어나는 각종 현상을 심리학적 방법으로 조사, 분석, 평가하여 그 결과를 다시 스포츠 활동에 적용함으로써 그 스포츠 활동의 효과를 최고로 높이는 데 기여하는 학문이다. 따라서 스포츠 활동의 모든 장면에서 일어나는 복잡한 인간의 활동을 심리학적 면에서 이해, 분석, 판단, 예언, 통제하는 능력을 터득케 하며, 스포츠 심리학의 발전, 스포츠와 트레이닝, 스포츠와 연습, 스포츠와 지각, 스포츠와 심리, 스포츠와 심리적 컨디셔닝, 스포츠와 경쟁과 협동, 스포츠와 작전, 스포츠맨의 성격, 스포츠와 연령, 스포츠와 성, 스포츠와 상담, 스포츠와 생활 정보이론을 다룬다.

24510 스포츠영상분석 3-2-2

Sports Video Analysis

운동역학의 기초개념과 원리를 바탕으로 기초 실험과 실습을 경험하는 것에 목표가 있다. 운동원리의 기초지식을 이용하여 운동기술을 이해하고, 스포츠영상의 활용기술과 사용법을 익히며 본인의 스포츠활동과 실기를 통하여 분석하

는 기회를 갖는다. 또한 개인경기와 팀경기 스포츠경기분석에 대하여 이해하며 운동기술분석과 스포츠경기분석에 대한 기기의 작동원리와 사용법을 공부하고 분석능력을 터득하는 것을 주요 내용으로 한다.

24511 운동부하검사 2-1-2

Graded Exercise Test

임상운동검사에 대한 인체의 생리적 및 병태 생리적 반응에 대해 이해하고 건강과 질병에서 운동 처방에 필요한 기초를 익히게 한다. 특히 운동검사와 처방에 관련되어 검사결과의 해석과 심전도 이해에 초점을 두고 운동부하검사에 대한 개념을 배우며 구조 및 기능해부학을 이해하고 습득한다. 팀 구성을 통한 문제해결능력을 키우고 생활체육현장에서 운동부하검사를 지도할 수 있는 능력을 습득하는 것을 주요 내용으로 한다.

24512 저항훈련지도법 2-1-2

Resistance Training Instructing

저항(웨이트 혹은 근력) 훈련 및 연습요령을 제공하고, 특정 근육 혹은 근육군에 해당하는 운동 종목들을 학습하며, 운동 종목별로 정확하고 안전하게 수행하는 방법을 배운다. 훈련목표에 따른 저항의 양과 반복 횟수 및 세트를 결정하는 방법 등도 의미 있게 다뤄진다.

24513 농구지도법 1-1-0

Basketball Coaching

농구의 기본 체력을 기르며 육체적·정신적인 면을 바탕으로 기본 기술 습득과 규칙을 이해하고 심판법과 지도력을 숙달하여 지도자의 자질을 기르는 데 목적이 있다. 드리블, 패스, 런닝 슈트, 점프 슈트, 피봇 플레이 등의 기본 기술을 익히고, 오픈스와 디펜스 형태에 따른 플레이, 스크린 플레이 등을 익히는 것을 주요내용으로 한다.

24514 테니스지도법 2-1-2

Tennis Coaching

테니스의 전반적인 이론과 실기를 익혀 기능향상을 시키며, 기초부터 고급테니스까지의 지도법 및 트레이닝 법을 배워 생활체육지도자(테니스)로서의 능력을 갖춘다. 이 과목에서는 포핸드 및 백핸드 스트로크, 발리, 서비스, 스매시 등 테니스의 기본기술을 익히고, 단식 및 복식게임에 필요한 전술 및 심판법을 익힘을 주요내용으로 한다.

24799 탁구지도법 2-1-2

Table Tennis Coaching

탁구의 기본적인 기술을 숙달하여 rally를 지속적으로 행할 수 있어서 그 활동을 통해 충분한 운동량을 성취할 수 있는 능력을 갖추는 데 일차적인 목표를 두며, 초보자를 대상으로 할 때 체계적이고 단계적으로 지도할 수 있는 지도능력을 배양함을 목적으로 한다. 경기규칙, 역사 등에 대해 배우고 포핸드 룡, 쇼트, 커트 등 주요기술의 기본적인 form을 형성하며, 드라이브 및 서브 등의 기술과 전술을 익히며, 초보자를 대상으로 하는 지도법을 주요내용으로 한다.

22723 운동학습/제어및발달 3-3-0

Motor Learning/Controlling and Development

운동기술의 학습과 관련된 과학적 원리의 분석과 움직임이 어떻게 습득되어 수행되는지 그리고 운동기술의 제어와 수행에 영향을 미치는 조건과 요인들에 대한 신경생리와 심리생리 관점과, 그리고 운동발달의 기저가 되는 과정과 이 과정에 영향을 미치는 요인들에 대해 다룬다.

22722 스포츠영양학 3-3-0

Sports Nutrition

본 과목에서는 각종 영양소의 인체내 일반적인 기능에 대한 이해를 바탕으로 스포츠 활동에 따른 적합한 식이의 질과 양, 인체내 대사과정에 대해 이해하도록 한다. 또한 식이적 조절과 방법이 인체 수행력에 미치는 영향과 건강과의 관련성 등 생활체육현장에서 활용 가능한 지식을 습득하도록 하는 것을 목적으로 한다. 경기력 향상과 건강증진을 위한 영양학적 배려를 두 가지 주제로 하여 그 구

체적인 내용은 비만과 체중조절, 인체조성과 운동, 운동수행이 탈수현상과 수분 섭취, 운동수행 전후의 식이적 배려, 운동수행 중의 인체 대사과정과 에너지 소비량의 산정방법을 주요내용으로 한다.

22724 유아체육론 3-3-0

Physical Education in Early Childhood Education

본 교과는 영유아를 위한 다양한 신체활동 프로그램의 주요 다루며, 효과적으로 대상을 지도할 전략과 방식을 탐구한다. 특히, 영유아의 신체활동에 영향을 주는 여러 요인을 살펴보고 영유아기의 발달 특징 및 놀이 특징을 이해하고 이에 적합한 게임과 스포츠 활동을 계획하고 지도 및 평가하는 방법을 배운다.

24515 골프지도법 2-1-2

Golf Coaching

골프의 역사와 특징을 이해하고 골프를 통하여 정신적인 면 및 육체적인 면을 바탕으로 기본적인 기술을 연마하여 지도력을 배양하며, 장차 생활체육지도자의 자질을 기르는 데 그 목적을 두고 있다. 골프의 역사와 특징을 익히고, 기본기술인 아이언과 우드, 퍼팅, 피칭 등을 배우며 연습장에서 반복연습을 통해 바른 스윙동작을 익히며, 기본 에티켓과 지도할 수 있는 이론적 지식 등을 주요내용으로 한다.

24516 핸드볼지도법 1-1-0

Handball Coaching

핸드볼의 역사, 기본 기술, 전술, 팀플레이, 규칙 및 심판법을 터득케 하여 경기력, 사회성, 지도력을 기르는 것을 목적으로 한다. 핸드볼 경기의 개요, 기본 기술, 패스, 응용 패스, 슈트(스탠딩 슈트, 스텝 슈트, 러닝 슈트, 점프 슈트, 플런징 슈트, 슬라이딩 슈트, 백 슈트), 게임 등을 주요내용으로 한다.

24517 표현활동지도법 I 1-1-0

Teaching Methods for Expressive Activity I

신체와 움직임을 통해 감정과 생각을 나타내고 수용하는 긍정적 상호 작용을 주로 다루며, 표현의 다양한 양식과 문화를 심미적, 비판적으로 수용하고, 몸의 움직임과 원리를 이해하여 자신의 생각과 감정을 아름답고 창의적으로 표현하며, 타인과 소통하고 공감하는 능력을 배운다.

22726 노인체육론 3-3-0

Physical Education for Elders

본 교과는 노인들을 위한 신체활동 및 운동 프로그램을 주로 다루며, 참가자들의 운동 동기를 유발하고 안전하고 효과적으로 대상을 지도할 전략과 방식을 탐구한다. 특히, 노인들에게 흔히 나타나는 여러 질환들 및 운동 프로그램 설계 시 주의사항에 대하여 이해하고 이에 적합한 게임과 스포츠 활동을 계획하고 성공적으로 프로그램을 관리 및 평가하는 방법, 성공적인 지도자가 되는 방법과 전략에 관해 배운다.

12622 운동처방론 3-3-0

Exercise Prescription

운동부족으로 인한 체력약화나 합리적인 운동방법에 대한 무지로 인하여 고통받는 현대인들에게 최적의 운동프로그램을 작성하여 처방할 수 있는 능력을 기른다. 생활체육인들의 건강과 체력 유지를 위한 예방 의학적인 운동처방과 일반인들의 병적인 상태를 회복시키기 위한 재활 의학적인 영역을 폭넓게 다룬다. 인간의 건강관, 인간의 몸, 운동부족과 그 영향, 운동의 생리적 효과, 체력, 운동처방의 개요, 운동처방의 원리, 운동처방의 방법, 트레이닝, 스트레칭, 어린이의 운동처방, 청년의 운동처방, 장년의 운동처방, 노인의 운동처방, 심장병 환자의 운동처방, 특수환자의 운동처방, 관도한 트레이닝 진단과 예방, 운동강도와 운동량, 대사랑 산출, 운동부하 테스트와 평가, 심전도 등을 주요 내용으로 한다.

24519 스포츠산업및공학 3-3-0

Sports Industry & Engineering

스포츠과학의 기초적 지식을 토대로 스포츠산업과 스포츠공학에 대한 이해력을 기르고 현장에 적용할 수 있는 관련 지식을 공부한다. 본 교과는 4차 산업사회에서의 건강과 운동수행 향상을 위한 IT과학기술, 공학분야, 임상분야 그리고 교육분야 등의 다양한 응용과 적용사례를 학습하면서 창의적 아이디어를 키우는 것을 주요 내용으로 한다.

24520 축구지도법 2-1-2

Soccer Coaching

현재 우리나라에서 실시되고 있는 스포츠 중에서 가장 많은 동호인을 가지고 있으며 국기(國技)라고 해도 과언이 아닌 축구는 순발력과 지구력 및 모든 기능이 발휘되는 스포츠로서 손을 제외한 신체의 모든 부분을 사용하여 행하는 경기이다. 이와 같은 축구의 이론적인 분야와 기술적인 기능을 고양시켜 생활체육 지도자로서 현장에서 지도할 수 있는 능력을 습득시키는데 본 강의의 목적이 있다. 축구는 인간의 역사 중에서 가장 오래된 스포츠로서 순발력과 민첩성을 요하는 경기이다. 따라서 90분간을 땀 수 있는 강한 체력을 육성하여야 하며, 패스, 슈트와 같은 개인기술의 연마와 함께 조직 플레이를 이룰 수 있는 기술을 단계적으로 학습하는 것을 주요내용으로 한다.

24518 표현활동지도법Ⅱ 1-1-0

Teaching Methods for Expressive Activity II

신체와 움직임을 통해 감정과 생각을 나타내고 수용하는 긍정적 상호 작용을 주로 다루며, 표현의 다양한 양식과 문화를 심미적, 비판적으로 수용하고, 몸의 움직임과 원리를 이해하여 자신의 생각과 감정을 아름답고 창의적으로 표현하며, 타인과 소통하고 공감하는 능력을 배운다.

24521 배드민턴지도법 1-1-0

Badminton Coaching

배드민턴의 역사와 특징을 이해하고 배드민턴을 통하여 육체적으로 정신적인 면을 바탕으로 기본 체력을 기르며, 기본 기술과 규칙, 심판법을 기반으로 지도력을 기른다. 기본기술로는 하이크리어,

드롭, 헤어핀, 롱 하이 서비스, 쇼트 서비스, 드라이브, 스매시 등의 기본 기술을 익히고, 단식과 복식경기를 통하여 포메이션에 따른 경기진행 요령을 터득하여 연습을 위한 지도계획의 입안과 운영 방법을 터득하는 것을 주요내용으로 한다.

24137 캡스톤디자인 I 3-3-0
Capstone Design I

EMG(Electromyograph)의 측정원리와 해석방법에 대해 배워서 활용하고 팀 단위의 창의적 설계에 의한 팀워크 활동을 이해하고 적용하며 EMG(근전도)기반 피트니스 근력훈련에 따른 다양한 근력운동 시 각각의 표준 근동원패턴 모델을 개발하는 것을 주요 내용으로 한다.

22729 운동상해 3-2-2
Athletic Injuries

신체활동에 기인하는 상해의 예방과 치료를 위한 이론적 및 실제적 접근법을 소개한다. 스포츠훈련의 전반적인 측면을 고찰하고 스포츠 상해 및 질병의 위험관리, 예방, 치료에 이용되고 있는 기법들을 소개한다. 특히, 일회성 및 반복적 사용으로 인한 상해를 포함한 활동에 흔히 발생하는 상해의 관리 및 예방에 필요한 기술에 중점을 두고 실습 경험도 제공한다.

22730 특수체육론 3-3-0
Adapted Physical Education

체육교사로서 특수체육을 이해하고 심신장애자의 신체활동을 지도할 수 있는 이론과 실기를 배양하는데 목적이 있다. 특수체육의 발달과정으로 고대와 현대에 이르기까지의 역사적 과정을 살피고, 특수체육이 필요한 심신장애자의 유형별 특성과 인체의 해부 및 생리학적 특성을 이해한다. 또한 특수체육의 개별화 교육계획을 수립하고, 재활이나 게임을 목적으로 하는 프로그램 중의 종류와 적용 방법에 대한 것을 주요 내용으로 한다.

20882 인라인스케이팅지도법 2-1-2
In-line Skating Coaching

인라인스케이팅은 속도감은 물론 갖은 묘기를 통해 즐거움을 만끽할 수 있는 운동이다.

여가생활을 이용해 가까운 사람들과 인라인 스케이팅을 즐기면 서로 친목을 다질 수 있는 장점이 있다. 실질적으로 실습을 하며 인라인 스케이팅의 방법과 요령과 경기 운영 방법을 익히는 것을 주요 내용으로 한다.

24523 재즈댄스지도법 2-1-2
Teaching Methods for Jazz Dance

본 교과는 학생들로 하여금 레저 스포츠 수행의 중요성을 깨닫게 하고, 평생 체육활동의 기반 마련에 도움을 주기 위한 것으로 재즈댄스의 기본 기술과 특히 다양한 형태의 재즈 음악에 따른 움직임, 리듬, 기술 학습을 배운다. 기초적인 무용 테크닉과 재즈댄스의 기본 동작 및 포지션을 배우고 기본기를 훈련할 수 있는 동작을 익힌 후, 자신만의 스타일로 자유로운 감정을 추구하고 이를 동작으로 표현하게 된다. 또한 안전하고 효과적인 스트레칭의 원리와 기술뿐만 아니라 다양한 스트레칭의 방법을 나열하는 것을 주요 내용으로 한다.

24137 캡스톤디자인 II 3-3-0
Capstone Design II

본 교과목의 목표는 1, 2학년 동안 배운 전공지식을 바탕으로 이론 수업을 현장에 접목함으로써 전공 수업의 심화를 돕고 현장에 발생하는 문제에 대한 해결능력을 배양한다. 스포츠 지식을 토대로 스포츠 현장에 프로젝트 수행을 적용할 수 있도록 하는데 있다. 연구주제의 구상, 자료 수집, 실험, 통계 및 집필 등에 대하여 지도교수로부터 개별지도를 받는다.

24797 레슬링지도법 2-1-2
Wrestling Coaching

본 교과목은 레슬링의 기초를 지도하는데 있어서의 개념과 원리를 탐구할 수 있는 교수법을 소개한다. 본 강좌를 통해 레슬링에 필요한 기술과 컨디셔닝 방법을 배우게 된다. 특별히 아마추어 레슬링에 필요한 기본을 가르칠 수 있는 학습에 초점

을 맞춘다. 이를 통해 학생들은 레슬링의 체육지도자 자격증 취득에 도움을 받을 수 있다.

24456 병태생리학및응급처치 3-2-2

Pathophysiology & First Aid

본 강좌는 예비 생활체육지도자 및 예비 건강운동관리사를 위한 강좌이다. 최근 현대사회에서 그 유병률이 급증하고 있는 만성퇴행성 질환의 병인학에 대해 배우고, 이를 바탕으로 이들 질병을 예방할 수 있는 여러 생활환경적 요인의 조절과 처치에 대해서 배운다. 특히 운동과의 관련성에 대해 배우고, 각각의 질병에 대한 운동처방적 접근에 대해서 배운다. 그리고 다양한 응급상황에서 올바르게 심폐소생술과 응급처치 할 수 있는 능력을 습득한다.

22734 체육측정평가론 3-3-0

Measurement and Evaluation in Physical Education

생활체육현장에서 점차 확산·보급되고 있는 스포츠 의학 센터나 운동 치방실에서 실제적으로 이루어지고 있는 운동검사자로서의 지식과 기술을 습득하도록 한다. 즉, 운동검사의 원리와 절차, 운동검사 결과에 대한 해석능력 등 이론적인 배경을 갖추고 실제적인 장비의 관리와 운영 등에 대해 경험하도록 하여 다양한 연령층의 운동부하 검사 대상자들에 대해 체력 및 건강상태를 평가할 수 있는 능력을 갖도록 하는 것이 목적이다. 실험실에서 이루어지는 각종 운동검사의 장비, 즉 트레드밀이나 에르고미터의 운용방법과 실험절차 및 구체적인 측정의 방법에 대해 배우고, 각종 필드테스트의 적용방법을 배우며, 운동검사로부터 얻어지는 각종 생리적 지표(측정변인)들의 자료처리와 해석방법을 주요내용으로 한다.

24524 생활체육현장실습 2-1-2

Practicum in Sports for All

지도현장 적용 경험을 얻기 위하여 관련 단체 및 지역사회 체육 프로그램에 직접 참여하거나 운동처방이나 레크리에이션, 특수체육분야, 스포츠 마케팅 분야 등에서 실무적 능력을 배양하도록 하는

데 목적을 둔다. 실습과정을 통하여 학습한 이론을 내면화, 행동화함과 동시에 학교에서 학습한 내용과 실제적인 경험을 비교, 검토함으로써 자신의 지도력을 배양하는 것을 목적으로 한다. 수영교실, 볼링교실, 골프교실, 에어로빅교실 등의 실제 및 프로그램의 실재를 다루며, 직장체육 프로그램과 체육회 및 시청, 구청 등의 프로그램을 주요내용으로 한다.

24800 보디빌딩지도법 2-1-2

Bodybuilding Coaching

본 교과목은 학생들로 하여금 보디빌딩에 필요한 근육발달, 웨이트 훈련의 이론과 실습의 지식 습득과 이해, 개인별 웨이트 훈련 프로그램의 개발을 목표로 한다. 기초 해부학과 운동생리학의 응용을 이해하고, 웨이트 트레이닝의 훈련원리의 지식을 습득하며 개인의 목적과 과학적 원리에 근거하여 훈련프로그램을 만들고 수행할 능력을 키우는 것을 주요 내용으로 한다.

25558 전문실기 I 2-1-2

professional practice I

본 교과목은 전문지도자 자격증이 가능한 실기종목을 개별적으로 선택하고 학습하여 체육지도자 자격증을 취득할 수 있는 능력을 배양하도록 한다. 특별히 해당 스포츠의 특성을 이해하고 경기력에 필요한 기본 기능을 습득하는데 도움을 받도록 한다.