

스포츠재활학과 교과목 소개

학년	학기	과목명	교과목소개
1 학 년	1학기	발달과 건강 지원	본 교과는 유아교육, 스포츠재활, 응급구조, 사회복지 등 전공 분야별 주요 역량을 탐색하는 과목이다. 학생들은 다양한 전공을 개별 또는 팀 단위로 탐색하고 체험하는 과정을 통해 개방성과 주도성을 기를 수 있다. 본 교과목은 절대평가 방식으로 운영되므로, 학업 성취를 위해 학생들의 적극적인 참여와 성실한 태도가 요구된다. 아울러, 본 과목은 여러 전공의 특성을 직접 경험하는 형태로 진행되기 때문에 출석과 참여도가 매우 중요하다.
		인간행동과 치료적 접근	본 교과는 상담임상심리, 간호, 언어치료청각재활, 작업치료 등 전공 분야별 주요 역량을 탐색하는 과목이다. 학생들은 다양한 전공을 개별 또는 팀 단위로 탐색하고 체험하는 과정을 통해 개방성과 주도성을 기를 수 있다. 본 교과목은 절대평가 방식으로 운영되므로, 학업 성취를 위해 학생들의 적극적인 참여와 성실한 태도가 요구된다. 아울러, 본 과목은 여러 전공의 특성을 직접 경험하는 형태로 진행되기 때문에 출석과 참여도가 매우 중요하다.
		기본인명소생술	본 교과는 응급상황 대처능력과 기본 생명유지술 수행역량을 함양하기 위한 과목으로, 심정지 환자 인식 및 신고, 흉부압박, 인공호흡, 자동제세동기(AED) 사용, 기도폐쇄 처치 등 생명을 구하기 위한 핵심 술기를 강의·시범·반복 실습·시뮬레이션 중심으로 학습한다. 출결과 적극적 참여가 매우 중요하며, 평가에는 수행평가와 실기시험, 팀 활동 참여가 포함된다.
		스포츠과학개론	본 교과는 스포츠재활의 기초 학습 능력 배양을 위해 향후 학과에서 학습할 수 있는 교과목에 대한 길라잡이 수업으로 ① 기초 운동해부&생리학 ② 운동역학 ③ 트레이닝론 ④ 임상운동학 ⑤ 운동처방론 ⑥ 운동손상 및 재활 ⑦ 병태생리학 ⑧ 운동영양학 등의 교과에 대한 기초적인 학습을 통해 운동전문가로서 준비할 내용을 계획하고 스포츠의 과학적 지식에 대한 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
		생활스포츠지도사론	생활스포츠는 개인이 전 생애를 통하여 능동적으로 지속적인 체육활동 참여의 기회를 향유하여 신체적, 정서적, 사회적으로 조화를 이룬 인간으로 성장 발달을 도모할 수 있으며, 국가에서는 이를 지도할 수 있는 생활스포츠지도사를 양성하여 체육관련 분야 진로에 활용하고 있다. 따라서 본 교과목에서는 생활스포츠지도사 자격증 취득을 위해 필요한 교과목에 대하여 이론적인 지식을 습득하고 실기능력을 배양하는 역할을 수행한다.
		레저스포츠	신체적 재활을 포함한 정신적 재활치료의 치료적인 측면에서 접근하기 위한 다양한 인체의 정신과 육체적인 재활의 원리를 이해하는 데 필요한 지식을 제공하는 학문으로서 레저스포츠를 집중적으로 몰입식 강의를 통하여 많은 학생들이 체험을 통한 학습의 의미와 재활치료레저스포츠의 새로운 영역을 신체활동과 융합하여 다양한 움직임이 어떻게 재활과 연결이 되는지를 이해하는 학문이다.
	2학기	스포츠심리학	스포츠심리학은 수행향상과 개인성장을 목적으로 스포츠 상황에서 심리적 요인을 독립변인이나 종속변인으로 다루는 체육학의 한 분야로 스포츠심리학의 이론적 학습과 함께, 현장 응용인 스포츠심리기술훈련(PST)의 사례를 살펴보고 이를 통해 현장에서의 스포츠심리학의 적용에 대하여 학습한다. 또한 생활스포츠지도사와 건강운동관리사 국가고시에 지정되어 있는 교과목임에 따라 자격취득의 역량을 증가시키는데 주 목적을 둔 교과목이 될 수 있다.
		웨이트트레이닝	웨이트트레이닝이란 '균형 잡힌 체격과 체력을 만들어내기 위한 운동'이다. 따라서 웨이트트레이닝에서는 바벨(역기)이나 덤벨(아령) 또는 서킷(Circuit), 머신운동기구를 이용해 근육의 굵기와 힘을 발달시키게 하는 운동이 주체가 된다. 또한 웨이트 트레이닝은 기능을 바탕으로 한 기술을 구사해야 하는 기술적인 운동으로서 트레이닝을 실시함에 있어 디테일하고 올바른 자세로 실시할 수 있는 방법을 소개함으로써 인하여 근 기능의 효율성을 높여 개인의 기초체력을 향상시켜 생활체육 지도자로서의 자질을 함양할 수 있는 교과목이다.
		축구 필드트레이닝	본 교과목은 축구 실기능력을 배양하고 인체의 움직임에 대한 원리를 이해하는 데 필요한 지식을 제공하는 학문으로서 선수들이 수행하는 기술부터 스포츠 현장에서 운동수행력을 향상시키기 위해 필요한 체력 특히, SAQ(speed, agility, quickness)를 비롯한 기술 관련 체력 트레이닝의 훈련방법에 대한 기술을 습득함으로써 개인의 체력 향상은 물론 필드 트레이닝 지도 능력을 갖출 수 있는 능력을 배양하는 교과목이다

학년	학기	과목명	교과목소개
2 학 년	1학기	정신건강개론	인간 행동 및 정신에 관하여 생물학적, 심리학적, 사회문화적 측면에서의 이해와 정신질환에 대한 기본 개념 및 진단, 중재, 예후 등에 관한 기본 지식을 습득한다. 정신건강의 이해, 인간행동에 관한 생물학적 및 심리학적 이론, 인간성장의 발달과 인격의 발달, 정신장애의 발생과 증상, 소아청소년정신의학과 신경발달장애, 조현병 및 기타 정신병적 장애, 우울장애, 양극성장애, 신경인지장애, 알코올 및 물질 관련 장애 등에 대한 지식을 익힌다
		인체생리학의 기초	인체생리학의 기초는 인체의 움직임에 대한 원리를 이해하는 데 필요한 기초 지식을 제공하는 학문으로서 기본적으로 운동생리학을 수학하기 이전에 학생들이 기초를 위한 선수과목으로써 인체의 기능들을 이해하고 그러한 기전이 왜 일어나는지를 이해하기위한 학문이다
		운동기능해부학	운동기능해부학(exercise functional anatomy)이란 사람의 움직임과 함께 동작을 발생시키는 해부학적 구조를 이해하기 위한 학문으로 본 교과에서는 Shoulder complex, Elbow, Wrist & Hand, Hip, Knee, Ankle & Foot, Spine과 같은 인체 주요 관절에서의 골격, 관절, 근육, 신경에 대한 세부적인 해부학적 구조 및 작용에 대한 학습을 통해 인체에 대한 스포츠과학적 지식 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
		트레이닝방법론	트레이닝의 방대한 영역을 체계적으로 정리하고, 이론적 기반은 물론 실제적으로 현장에 적용될 수 있게 트레이닝의 과학적 접근, 움직임의 특성과 메카니즘, 트레이닝의 종류와 방법, 트레이닝계획, 파워와 파워향상 트레이닝 프로그램, 유연성과 스트레칭, 워밍업과 쿨링다운, 트레이닝효과의 측정과 평가 등을 체계적으로 다루는 교과목이다.
		저항성트레이닝	NASM-CPT를 기초로하여 진행되는 교과목으로 운동을 통한 재활 및 교정을 이끌어 낼 수 있도록 교육과정이 구성되어 있으며, 평가 방법 및 실기 적용이 구체적으로 집약되어 있는 교과목임. 또한 NASM-PES를 기초로 하여 운동선수들을 위한 기초체력 육성방법과 운동 종목에 따른 상태를 예방하고 재활운동을 통한 선수기능 강화를 만들 수 있다는 역량을 강화시키기 위한 교과목이다.
		운동역학	운동역학은 인체의 움직임에 대한 원리를 이해하는 데 필요한 지식을 제공하는 학문으로서 선수들이 수행하는 기술부터 노인들이 건강을 위해 행하는 신체활동에 이르기까지 다양한 움직임을 어떻게 수행해야 하는지, 왜 그렇게 해야 하는지에 대한 답을 주는 학문이다
	2학기	하계스포츠	하계스포츠는 최근의 많은 최신의 유행 스포츠로써 취업과도 연계성이 높으며 여름스포츠로 많은 선호도가 높아서 여기에 필요한 기초 실기 및 이론에 필요한 지식을 제공하는 교과목으로써 학생들이 수행하는 기술부터 다양한 이론적인 부분을 아울러 수 있도록 하계스포츠(서핑)를 어떻게 수행해야 하는지, 왜 그렇게 해야 하는지에 대한 답을 주는 학문이다
		운동생리학	운동생리학은 인체의 움직임에 대한 원리를 운동이 접목이 되어 인체에 가해졌을 때 이에 관련된 부분을 이해하고 필요한 지식을 제공하는 학문으로서 선수들의 운동에 따른 반응 뿐만이 아니라 일반인들의 운동을 실시할 때 이러한 수행하는 기술부터 모든 생애의 인체의 운동에 따른 변화를 이해함으로써 운동을 어떻게 수행해야 하는지, 왜 그렇게 해야 하는지에 대한 답을 주는 학문이다.
		인상운동학	운동학(kinesiology)이란 근육뼈대계통에서의 해부학적 그리고 생체역학적 상호작용들에 초점을 맞춘 학문으로 본 교과에서는 움직임의 구조적인 측면과 기능적 측면 그리고 이들의 임상적 적용을 위한 배경 지식으로서 신경지배를 포함한 근육뼈대 계통 해부학과 이에 대한 정상적 or 비정상적 상태(질병이나 외상으로 초래)에 대한 상세한 학습을 통해 선수트레이닝 전문가로서 요구되는 재활트레이닝 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
		운동처방론	운동처방은 운동이라는 매개를 통하여 인체의 다양한 형태의 운동빈도(F), 운동강도(I), 운동시간(T), 운동유형(T), 운동량(V) 및 점진성(P)을 통하여 약 대신 운동을 처방하는 과정이다. 운동처방을 어떻게 수행해야 하는지, 왜 그렇게 해야 하는지에 대한 처방의 과정을 다루는 학문
		건강및체력평가	건강 및 체력평가는 운동처방의 기초자료를 확보하기 위한 기본적인 측정의 방법으로써 보다 정확하고 과학적인 자료를 얻기위하여 측정의 다양한 방법을 어떻게 수행하고 평가를 하여야 하는지에 대한 답을 얻기위한 학문이다
		스포츠테이핑	스포츠 테이핑은 부상의 부위에 따라 탄력테이핑과 비탄력 테이핑을 활용하여 급성손상, 만성손상 그리고 교정 목적으로 적용이 가능하다. 스포츠테이핑의 다양한 효과를 극대화하기 위해 신체부위별, 목적별 처치방법들이 어떻게 이루어지는지 실습을 통해 숙련하는 학문
2학기	테니스	본 교과는 테니스 종목 특성과 경기방법을 이해하고, 기초 및 응용 기술(스트로크, 발리, 서브, 로브 등)을 적절하게 구사할 수 있는 능력을 배양하며, 실전 경기(팀 & 개인 복식 경기)를 통해 자기 주도적으로 학습할 수 있도록 진행되는 Do-ing 활동형 실습 수업으로 이를 통해 테니스를 평생스포츠로서 즐길 수 있는 실전 역량과 공동체 역량을 함양하고, 나아가 생활스포츠지도사로서 지도할 수 있는 지도 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.	
	동계스포츠	여가시간의 증가로 겨울 스포츠의 꽃으로 각광받고 있는 스키의 기본적 이론과 기초적 기술을 실습을 통해 연마하며, 이를 통해 개인의 건강증진과 현대인의 기본적 운동 실기 능력을 습득함으로써 운동재활 전문가로서의 기본적인 소양을 습득할 수 있는 교과목이다.	

학년	학기	과목명	교과목소개
3 학 년	1학기	스포츠마사지	스포츠마사지는 선수들의 훈련이후 누적된 피로도 개선 및 현대인들의 생활습관에 의한 자세불균형을 개선시키는데 무엇이 문제점인지 파악하고, 어떻게 개선시켜 나가야 하는지 문제점을 해결하는 능력을 배양하는데 목적을 두는 학문이다
		병태생리학	각 계통 별 나타날 수 있는 질환 및 질환의 원인, 병태 생리 및 발병 기전, 임상 소견, 증상 및 징후, 진단 검사, 관리 및 방법에 대한 학습을 진행한다. 이는 건강운동관리사 국가고시에 응시역량을 증가시키는데 필수적 요소이며, 운동재활 전문가로서의 역량을 강화할 수 있는 교과목이다.
		노인신체활동론	한국은 고령화 사회(Aging Society)를 넘어서 고령사회(Aged Society)로 진입하여 폭발적으로 노령 인구가 증가함에 따라 실버산업(Silver Industry)도 확대되고 있는 현실이다. 이에 노령 인구에 대한 신체활동을 포함하는 건강관리와 재활 운동에 대한 수요도 증가하고 있다. 따라서 노인의 건강관리와 재활 운동에 대한 이론적이고 실제적인 수업을 통하여 노인의 Total Health Care에 대한 지식을 함양하기 위한 교과목이다.
		근기능검사	우수 선수 발굴 및 훈련프로그램, 운동상해 예방을 위해 활용되는 근기능 상태를 검사 방법을 습득할 수 있는 수업으로 등속성 동력계(isokinetic dynamometer), TMG(tensiomography), FMS(functional movement screen) 등 다양한 근기능 검사 도구에 대한 장비 특성, 측정 절차 및 방법, 결과 분석 등에 대한 실습 위주의 학습을 통해 선수트레이닝 전문가로서 요구되는 재활트레이닝 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
		교정운동학	신체는 다양한 면(Plane)과 축(Axis)으로 작동하며 스포츠 종목별마다 직선적 혹은 복합적 방향으로 움직임이 반복적으로 발생한다. 교정운동학은 반복된 생활습관 및 스포츠 종목별 특이적 훈련들이 누적될 때 신체 구조 혹은 기능적 변화에 의해 관절 축의 변위에 의해 근 수축 타이밍 변화가 나타날 수 있다. 교정운동학은 선수들의 폼이 무너지는 상황을 파악하기 위한 학문이다
		운동손상학	운동손상학(theory of exercise injury)이란 일상생활 및 스포츠 활동 중 발생할 수 있는 손상에 대한 예방, 응급처치, 재활 등에 중점을 둔 학문으로 본 교과에서는 스포츠 손상의 구조와 특성, 위험관리, 손상평가방법 및 재활운동 프로그램 구성 및 적용방법에 대한 기본적인 지식과 인체 부위별 손상 기전 및 평가, 재활 방법에 대한 학습을 통해 선수트레이닝 전문가로서 요구되는 재활트레이닝 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
	2학기	운동손상기전및평가	운동손상기전 및 평가는 스포츠 종목 특성에 따른 부상 메카니즘을 살펴봄, 부상 고객의 살펴보기 위한 SOAP note를 통해 정보습득을 하는 방법을 학습한다. 본 강의에서는 증상별 어떠한 평가(자세검사, 관절가동범위, 근력검사, 특수검사)를 해야 하는지 측정방법들을 학습하는 학문이다
		운동재활훈련및실습	본 교과는 일상생활 및 스포츠 활동 중 발생한 스포츠 손상에 대한 재활운동프로그램 적용 방법에 중점을 둔 수업으로 인체 부위별 다양한 손상 유형에 대한 개념을 이해하고 이에 적합한 재활운동프로그램 계획을 수립하고 이를 실습을 해 적용함으로써 선수트레이닝 전문가로서 요구되는 재활트레이닝 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.
		노인질환과 운동	본 교과목은 노인성 질환에 대한 보다 구체적인 개념을 학습하고 적절한 운동프로그램을 계획함으로써 향후 노인운동전문가로서 자질을 함양하고 관련 자격증 취득을 통해 역량을 강화시킬 수 있는 과목이다. 따라서 노인인구의 증가에 따른 노인성 질환에 대한 증상 이해 및 처치를 통해 케어 역량 강화, 노인성 질환에 대한 응급처치 및 재활 및 노인성 질환에 대한 재활케어 방법의 활용 능력과 실제 현장에서의 문제규명 및 해결 능력을 갖출 수 있도록 한다.
		운동부하검사	운동 부하 검사는 일반적인 상황에서는 잘 나타나지 않는 관상 동맥 질환을 발견하고 최대 운동 수행 능력을 알아볼 수 있다. 협심증과 같은 증상이나 징후를 유발시키는 스트레스 수준을 알아내며, 구체적으로는 흉통의 원인 및 비전형적인 협심증의 원인을 파악하고, 치료 후 평가나 예후 판정에 이용되기도 한다. 또한 운동을 하는데 장애 여부의 확인이나, 운동에 따른 위험성을 판단하는데 이용하기 위하여 심전도상의 ST분절, T파의 이상, 혈압의 변화, 조기 심실 수축, 전도 장애, 심박동수의 변화를 포함한 이상 리듬에 대해 판단할 수 있는 역량배양이 가능한 교과목이다.
		리커버리테크닉	리커버리테크닉은 근막시스템의 해부학 및 생리학 테크닉을 적용하는 생체역학 모델로써, 근막 포인트의 해부학적 위치(근섬유 순서, 나선) 등이 포함하여 학습한다. 리커버리테크닉은 평가를 통한 근막이완 마사지 계획과 방법론을 통해 근골격계 기능 장애를 해결하는 방법을 배우는 학문으로
건강운동관리사론	본 교과는 국가 자격증 중 하나인 건강운동관리사에 대한 역할, 진로 및 취업 분야에 대해 알아보고, 자격증 취득을 위해 필요한 교과목에 대해 시험에 자주 출제되는 문제 위주로 요약 정리(review)와 기출 문제 풀이를 통해 필기시험에 대비하며, 또한 실기/구술시험 방법을 이해하고 이를 실습을 통해 적용함으로써 건강운동관리 또는 운동전문가로서 요구되는 건강운동지도 역량 및 재활트레이닝지도 역량을 습득할 수 있도록 설계된 교과이다.		

학년	학기	과목명	교과목소개
4 학 년	1학기	시니어헬스케어프로그램개발 _Capstone design	본 교과목은 노인 신체 활동론 및 노인질환과 운동 교과목에서 습득한 전문지식을 바탕으로 현장에서 필요로 하는 과제를 기획, 프로그램개발을 실질적으로 작성하여 노인관련기관에서 적용함으로써 창의적 문제해결 능력과 실무능력을 배양한 주체로 성장하는 노인운동전문가로서의 취업역량을 강화할 수 있는 교과목이다.
		스포츠재활 연구방법론	스포츠재활 현장에서 발생하는 현상을 과학적으로 이해하고 그 현상을 설명하며 예측하여 체계적인 연구설계와 타당한 연구 방법과 세련된 연구 과정을 학습한다. 이를 위해 운동재활이나 스포츠 현장에서 문제를 해결하거나 방법을 창출하기 위한 이론적 학문을 이해하고 스포츠 및 체육과 관련된 자료를 수집하여 분석하고 해결하기 위한 측정과 통계법을 알아본다. 또한, 조사나 실험설계를 포함하는 총체적인 탐구의 과정과 방법에 관한 학문을 습득하여 과학적으로 체육현상을 이해하고 연구계획서 작성 및 체육현장에서 벌어지는 현상을 과학적 안목으로 분석하고 해석할 수 있는 능력을 배양시킬 수 있는 교과목이다.
	2학기	Livinglab_Capstone design	본 교과목은 교수와 학생이 직접 생활실험실을 운영하여 지속적으로 지역문제 해결(지역 스포츠 시설 개선, 노인운동방법 및 효과적인 운동적용법에 대한 내용이 주를 이룰 수 있도록 함)에 기여하고 나아가 사회문제의 해결을 통한 협력 모델을 창출함으로써 향후 지역사회의 주체로 성장하는 운동전문가의 자질을 향상시킬 수 있는 교과목이다.
		운동영양학	본 교과목은 건강 및 스포츠(운동)영양학에 대한 기본 지식을 학습하며, 운동수행력 향상을 위한 스포츠영양에 대한 방법을 습득함으로써 스포츠(운동) 현장에서 일반인들의 건강관리 및 선수체력 트레이닝 지도로서의 역량 증가와 함께 노인의 건강한 생활을 위함과 동시에 노인질환에 따른 필요 식습관을 관리하고 조절할 수 있는 능력을 배양하는데 있다.