

1. 생활체육과 교과과정

구분	교과목명	학년 학기	학점	주당시간		교과목구분	비고
				이론	실습		
교양일반	ESL1	1-1	1	0	2	역량기반	
	문제해결능력	1-1	1	1	0	직업기초	
	영화로세상보기	1-1	2	2	0	역량기반	
	자기개발능력	1-1	1	1	0	직업기초	
	ESL2	1-2	1	0	2	역량기반	
	음악과스토리텔링	1-2	2	2	0	역량기반	
	취업과창업	1-2	2	2	0	역량기반	
	소 계		10	8	4		
전공필수	스포츠사회학	1-2	2	2	0	역량기반	
	스포츠시설안전관리	2-1	2	2	0	역량기반	
전공일반	매트필라테스	1-1	2	0	2	역량기반	
	스포츠윤리	1-1	2	2	0	역량기반	
	운동생리학	1-1	2	2	0	역량기반	
	운동역학	1-1	2	2	0	역량기반	
	적성개발및진로상담	1-1	1	1	0	일반	
	전공실기	1-1	2	0	2	역량기반	
	직업탐색능력	1-1	1	0	1	직업기초	
	트레이닝방법론	1-1	2	0	2	역량기반	
	골프실습입문	1-2	2	0	2	역량기반	
	소도구필라테스	1-2	2	0	2	역량기반	
	스포츠시설론	1-2	2	2	0	역량기반	
	시니어건강운동	1-2	2	0	2	역량기반	
	운동상해	1-2	2	0	2	역량기반	
	유소년스포츠지도법	1-2	2	2	0	역량기반	
	정보활용능력	1-2	1	1	0	직업기초	
	GX트레이닝	2-1	2	0	2	역량기반	
	골프실습심화	2-1	2	0	2	역량기반	
	스포츠산업론	2-1	2	2	0	역량기반	
	스포츠심리학	2-1	2	2	0	역량기반	
	스포츠이벤트기획론	2-1	2	2	0	역량기반	
	진로및목표설정	2-1	1	1	0	일반	
	취업예비교육	2-1	1	0	1	직업기초	
	코어트레이닝	2-1	2	0	2	역량기반	
	현장실습	2-1	2	0	2	역량기반	
	건강체력평가	2-2	2	2	0	역량기반	
	골프티칭법	2-2	2	0	2	역량기반	
	구급및안전관리	2-2	2	2	0	역량기반	
	기구필라테스	2-2	2	0	2	역량기반	
	스포츠마케팅	2-2	2	2	0	역량기반	
	스포츠센터경영론	2-2	2	2	0	역량기반	
	시니어재활운동	2-2	2	0	2	역량기반	
	업무기술능력	2-2	1	1	0	직업기초	
	운동기능학	2-2	2	0	2	역량기반	
취업성공전략	2-2	1	0	1	직업기초		
	소계		65	32	33		
	합계		75	40	37		

2. 생활체육과 교과목해설

스포츠시설 안전관리 (sports infrastructure safety management)

스포츠시설을 이용하는 데 있어서 안전관리를 위한 제반사항(매뉴얼, 법 제도, 인력, 시설규정 등)을 배워 스포츠시설안전관리사 자격을 갖춘 전문 인력을 양성하는 데 있다.

스포츠사회학 (sports sociology)

스포츠사회학은 스포츠와 기타 사회제도(가족, 교육, 정치, 경제, 종교 등), 사회조직, 사회관계와 집단행동에 대해 규명하고 미치는 영향을 순기능적으로 확대시켜 사회를 발전시키고자 하는 데 있다.

적성개발 및 진로상담(Aptitude Development and Career Counseling)

대학생활에서 본인의 적성과 특기를 개발하여 진로에 대한 목표의식을 갖게 하고, 실천할 수 있도록 진로를 상담을 해주는 교과목이다.

진로 및 목표설정(Career and Goal Setting)

졸업 후 다양한 산업체에 취업하기 위해 필요한 직무준비와 자격 등을 쌓도록 진로 상담을 통해 목표설정을 시켜주는 교과목이다.

현장실습(Field Work)

스포츠 재활 시설, 단체 또는 실업 및 프로스포츠 재활 담당자 등 스포츠재활 관련 현장을 견학하고 실무자들과의 만남을 통해 학교에서 배우지 못한 실무적 감각과 이해를 배양하기 위한 과목이다. 이를 통해 학생들이 스포츠재활 전공자로서의 이론적 지식과 현장 감각을 바탕으로 원활한 사회진출을 모색하는데 그 목적이 있다.

매트 필라테스(Mat Pilates)

필라테스는 코어중심강화 운동으로써 내장근 강화, 자세교정, 유연성증대, 깊은 호흡법에 의한 산소증대, 재활에 필요한 지도법으로 트렌드에 맞고, 흐르는 움직임으로 근력강화 및 통증완화에 도움을 줄 수 있는 운동요법이라 할 수 있다.

소도구 필라테스(Instruments Pilates)

몸의 중심부 강화, 등의 길이 확대, 몸의 인식력 증대, 근육의 탄력성 구축 등과 같은 효과와 반복적 스트레스성 부상에 매우 뛰어난 재활 운동요법인 필라테스를 소도구를 활용하여 운동을 시켜주는 교과목이다.

스포츠산업론(Sports Industry)

스포츠의 유, 무형의 제품을 스포츠마케팅을 통해 부가가치를 창출하는 경제활동이다. 스포츠산업에 대한 이해를 바탕으로 스포츠경영을 수행하는데 필요한 지식과 경영기법을 습득하여 산업현장에 적용함으로써 스포츠산업 발전에 기여한다.

기구 필라테스(Mechanophilates)

필라테스의 8가지 원리인 조절, 호흡, 흐르는 움직임, 정확성, 중심화, 안정성, 관절의 가동범위, 대립, 몸의 인식력 등의 원리를 통해 필라테스의 다양한 동작을 배운다.

구급 및 안전관리 (First-Aid)

위험사태를 예방하는데 중점을 두며 위급한 사태가 발생되었을 때 발생장소 및 상황, 주위 여건에 따라 처치자가 적절한 처방을 행함으로써 그 손실을 최소화시키며 안전상태로 유도하는 것을 말한다.

스포츠마케팅 (Marketing of Sport)

스포츠자체의 마케팅과 스포츠를 통한 마케팅으로 나눌수 있는데 스포츠 시장안에서 현물과 현금의 교환과정을 통해 원활한 마케팅 활동을 하는 것이다.

골프실습입문(Basic Golf)

골프의 기본 플레이, 연습장 이용방법, 코스에 나가기 전의 준비와 주의사항, 골프 룰, 매너 및 에티켓 등을 이론으로 배우면서 동시에 아이언스윙 위주로 실기 수업 진행하는 수업이다.

골프실습심화 (Advanced Golf)

아이언과 우드의 스윙을 바탕으로 숏게임, 롱게임 및 트러블 샷 등 실제 경기에서의 골프스윙의 심화과정이다.

정보활용능력 (Information literacy)

필요한 정보를 찾고 요구하는 방향에 맞게 그 정보를 유용하게 활용하는 능력이다.

스포츠시설론 (Sport Facilities)

스포츠시설의 관리·경영과 학교체육시설, 사회스포츠시설의 현황과 문제점 등의 실태와 관계법률 및 정책에 대하여 연구한다. 실제 사례 및 문헌연구를 토대로 스포츠경기장 및 시설에 대한 프로그램운영 방법, 사업성 분석, 회원관리서비스와 지원경영을 지도하고 현장에 적용할 수 있는 능력을 배양한다.

골프티칭법 (Theory of Golf Teaching)

골프에 수반되는 실기기술을 전반적으로, 이론을 중점적으로 소개하고, 실기 기술의 향상을 위한 훈련방법과 프로그램에 대하여 교육한다. 골프의 기초적인 룰과 기본기를 연습하여 실기능력을 겸비한 학문지향형 체육인의 육성을 목적으로 한다.

시니어재활운동 (Senior Rehabilitation)

본 과정은 노인들의 건강유형 및 행동특성을 파악하고 노후생활에 필요한 건강체력을 확보하기 위해 재활운동프로그램을 구성하는데 목적이 있다.

코어트레이닝 (Core Training)

신체의 몸통을 안정화시키고, 정렬하고 움직이는데 쓰이는 깊은 근육과 얇은 근육을 고르게 강화시키는 것이고, 특히 배와 등근육을 발달시키고 이를 지도하는 능력을 기르고자 한다.

스포츠이벤트기획론 (Theory of Sports Event Planning)

스포츠 이벤트현장에서 필요한 준비과정, 진행순서, 운영 등의 구체적이고 세분화된 내용을 학문적으로 접근하고 그에 따른 실무를 체험함으로써 기획능력을 높이는데 있다.

스포츠센터경영론 (Theory of Sports Center Management)

스포츠센터 경영에 필요한 인적관리, 물적관리 등 여러 가지 요인을 파악하고 학문적으로 접근하여 해결책과 발전방안을 모색하는데 목적이 있다.

업무기술능력 (Improving Tasks Skill)

체육이 갖고 있는 업무를 파악하고 여러 가지 신체적 능력, 코칭 능력 등 특색 있는 업무기술을 습득하여 현장에서 진행 할 수 있는 능력을 배양하는데 목적이 있다.

유소년스포츠지도법 (Youth Sports Guidance Act)

유소년스포츠의 수요가 급증함에 따른 유소년의 건강한 신체발육과 고른 성장에 영향을 줄 수 있는 지도법을 습득하는데 그 목적이 있다.

운동상해 (Exercise injury)

현대인의 건강과 관련된 건강 검사형태, 운동검사의 절차 및 신체 상태에 따라 운동상해의 원칙과 방법을 제시하여 실습능력을 갖춘다.

GX트레이닝 (GX Training)

GX트레이닝에 대한 이해를 바탕으로 현장에서 다루어지는 프로그램의 구성, 운영, 관리 등 전반적인 기능을 습득하게 한다.

취업예비교육 (Pre-employment training)

취업에 필요한 준비로서 이력서작성, 자기소개서작성, 인터뷰, 취업기술, 인재상에 대해서 미리 교육함으로써 취업준비를 시키는 것이다.

취업성공전략 (Job success strategy)

취업을 위해 필요한 자질을 키워 원하는 산업체에 취업을 함으로써 미래를 대처하는 것이다.

전공실기 (Major Training)

생활체육전공 학생들에게 실기기능을 습득 할 수 있는 기회를 제공하여 개인특기를 신장시키고 생활체육지도자의 역할을 수행 할 수 있도록 한다.

스포츠심리학 (Sports Psychology)

체육 활동에서 일어나는 심리적인 요인과 신체 성장 발달에 따른 운동 기능의 심리적인 학습방법 이해를 통해 안정을 통한 경기력 향상과 바른 생활 습관을 갖는다.

운동생리학 (Exercise Physiology)

스포츠 및 신체활동이 생체기능에 미치는 영향을 신경근육, 호흡 순환계 및 에너지 대사를 중심으로 이해하는데 목적이 있다.

스포츠윤리 (sports ethics)

스포츠에서의 윤리적 행동에 대한 인식과 스포츠의 윤리적 문제를 다루기 위한 분석적 사고를 함양한다.

시니어건강운동 (Senior Health Exercise)

시니어를 대상으로 건강에 대한 이론지식과 다양한 운동요법을 통해 건강한 생활을 실천하는 데 있다.

트레이닝방법론 (Training Methodology)

신체활동에 대한 인체의 생리학적 반응과 적응을 규명하고 처방하는 학문으로 효과적인 트레이닝 프로그램을 설계하고 실행하는 데 필요한 정보를 제공한다.

건강체력평가 (Measurement of Health Physical Fitness)

건강에 대한 이론지식과 건강실천 방법으로 건강 음식, 건강 생활습관, 건강 운동법 등을 지도함으로써 건강한 삶을 누리는 데 목적이 있다.

운동기능학 (kinesiology)

이 수업은 건강을 추구하는 현대인들을 위한 운동 방법을 알려주기 위하여 기술 및 교수법을 배우는데 목적이 있다

운동역학 (kinematics)

역학은 물체의 운동과 그 원인이 되는 힘 사이의 법칙성을 연구하는 물리학의 한 부분으로 운동역학은 생화학, 생리학, 해부학 등과 더불어 신체 운동과학의 기초를 이루며 체육, 스포츠, 재활 등과 넓은 응용분야를 가진다.