

강 의 계 획 서(Syllabus)

[1] 기본 정보(Basic Information)			
■ 강의 정보(Course Information)			
개설년도/학기 (Year/Semester)	2015-2	개설 캠퍼스 (Campus)	서울
교과목명 (Course Title)	건강교육	강의유형 (Course Type)	이론
이수구분 (Course Classification)	전공	과목구분 (Lecture Type)	단독강의

[2] 학습 목표/성과(Learning Objectives/Outcomes)	
■ 과목 설명(Course Description)	
현대사회에서 건강에 대한 지식의 필요성은 더욱 절실해지고 있으며, 건강을 유지하고 더 나은 삶을 위한 다양한 노력이 요구되고 있다. 본 교과목은 예비 체육 교사가 학생들의 건강 증진을 위해 갖추어야 할 건강 교육에 대한 전반적인 지식을 습득하고, 학생들에게 효율적으로 교육시킬 수 있는 교수법을 학습한다. 더불어 학생들의 건강한 삶에 영향을 미치는 신체 활동의 중요성을 이해하고 실제 속에서 적용할 수 있는 능력을 기른다.	
■ 선수과목 및 공통필수과목(Prerequisites and Co-requisites)	
■ 학습 목표(Learning Objectives)	
건강에 대한 개념 및 관련 내용을 습득하고, 건강한 삶을 영위하기 위한 방안을 제시한다. 그리고 체육교사로서 갖추어야 할 건강 관련 지식과 건강 교육 지도를 위한 능력을 배양하는데 있다.	
■ 학습 성과(Learning Outcomes)	
본 강의 수강을 통해 건강관련 지식을 습득하고, 건강관리를 위한 생활습관 및 운동을 계획하고 실천하는 능력, 건강교육 지도를 위한 역량을 갖춘다.	

[3] 강의 진행 정보(Course Methods)				
■ 강의 진행 방식(Teaching and Learning Methods)				
강의 진행 방식		추가 설명		
강의				
개인발표		건강 습관 모니터링		
그룹발표		건강관련 과제 발표		
■ 과제(Assignments)				
과제		횟수	과제 설명(내용, 양식, 분량 등)	
개인발표		1	건강 습관 모니터링	
그룹발표		1	건강관련 주제 발표	
■ 수업 자료(Textbooks, Reading, and other Materials)				
수업 자료	제목	저자	출판일/게재일	출판사/학회지

참고도서(Reference)	건강교육의 이론과 실제	이동규, 엄우섭, 박성태., 안근 옥, 한은상	2013	레인보우북스

[4] 학습 평가 방법(Student Assessment)

평가 항목	평가 비율(%)	추가 설명
출결	10	
중간시험	35	
기말시험	35	
과제	10	개인발표
참여도/태도	10	그룹발표

[5] 수업 일정(Course Schedule)

차시	강사명	수업주제 및 내용	제출 과제	추가 설명
1	강선영	1. 신체활동과 운동의 중요성 2. 니트다이어트		
2	강선영	1. 운동부족의 위험성 2. 준비운동/ 정리운동		
3	강선영	1. 생체시계 2. 아침운동/ 저녁운동 3. 운동중독		
4	강선영	1. 영양소 2. 콜레스테롤/ 지질단백질 3. 트랜스지방		
5	강선영	1. 야식증후군 2. 에너지대사		
6	강선영	1. 척추의 구조 2. 자세의 중요성 3. 비정상적 척추만곡		
7	강선영	1. 신체구성이란 2. 체지방 평가/비만과 과체중		
8	강선영	1. 비만관리 2. 체중조절		
9	강선영	1. 근력운동의 효과 2. 유산소운동의 효과		
10	강선영	1. 대사증후군 2. 고지혈증 3. 관상동맥질환		

[6] 수강생 학습 안내 사항

- 출결 중요
- 과제준비과 토론에 적극적인 참여
- 건강에 대한 다양한 아이디어 창출

기출문제(Previous Exam Samples)

--

<추가 자료 다운로드>

--