

2017학년도 1학기 수업계획서



교과목	과목명	운동학습및심리	학수번호	203376	분반	01
	이수구분	기전	학점	3.0	시간	이론 : 3.00 / 실습 : 0.00
	인증구분		교재명	운동학습과 스포츠심리학		
주 수강대상	체육교육과		강의요일/시간	월3금34		
			강의실	공학관388(308강의실)		
담당교수	성명	이건철				
	소속	사범대학 체육교육과				
	연락처	전화		연구실		
		휴대폰	010	Email		
면담가능요일/시간	수요일 5,6,7,8교시					

교과목 기본정보

선수과목 또는 선수학습						이수체계도의 선수과목					
교과목 성격	인간의 신체운동과 관련된 심리학의 분야는 운동이 어떻게 일어나고 향상되며 학습되는가, 효율적인 운동기능 학습방법은 무엇인가, 운동수행에 영향을 미치는 심리, 사회적 요인은 무엇이며 어떠한 영향을 어느 정도 어떻게 미치는가 등 운동행동과 스포츠수행의 모든 측면을 포괄하고 있다고 볼 수 있다.										
교과목 목표	인간신체운동과 관련된 심리학은 그 범위나 영역이 광대하여 운동이나 스포츠장면에서 나타나는 운동동작의 형성과정과 학습, 그리고 다양한 심리적인 현상을 분석, 이해하고 예언하며 통제하는 학문분야라고 할 수 있다. 또한 그 연구영역은 운동학습, 스포츠심리학 그리고 운동심리학 분야로 구성되어 있다고 볼 수 있다.										
활용기자재	유인물	LCD프로젝트	컴퓨터노트북	전자칠판	기타						
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
수업방법	강의식	토론식	세미나식	실험실습식	인터넷전용	인터넷병행	기타				

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
성적평가방법(%)	중간(수시)/기말 고사		출석 및 과제		기타평가도구(20%)					
	중간	기말	출석	과제	발표	토론	퀴즈	팀활동	태도	기타
	30	30	10	10	0	0	0	10	10	0
참고도서	스포츠심리학, 정청희외, 금광, 2004. 운동학습과 제어, 김선진, 대한미디어, 2009. 스포츠심리학의 이해와 적용. 정청희외저, 스포츠북스, 2009 스포츠심리학, 정청희외, 레인보우북스, 2009									
유의사항										

교과목 학습성과

학습성과(PO)	학습성과 중요도	교과목 학습성과 내용
1.기초지식	상(●)	운동학습 및 심리에 대한 기초지식을 이해한다.
2.자료분석	상(●)	운동학습 및 심리에 대한 자료분석을 이해한다.
3.문제해결	상(●)	운동학습 및 심리에 대한 문제해결을 이해한다

교과목별 NCS분류 지정

교과목	대분류	중분류	소분류	일치 비율
등록된 NCS분류가 존재하지 않습니다.				

* [NCS 및 학습모듈 검색 \(참고 사이트 바로가기\)](#)

* 비율은 NCS항목에 교과목 성격이 얼마나 일치하는지를 판단하는 기준입니다.

주별 세부내용

주차	학습주제	학습내용	강의방법	과제	학습자료
1	교과내용 설명	1. 교과내용에 대한 설명 2. 수업진행 방법에 대해	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론		

주차	학습주제	학습내용	강의방법	과제	학습자료
		설명 3. 임용고시 정보제공	<input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 _____ 유인물 _____ 기타 _____
2	운동학습과 스포츠심리 학의 개요	1. 스포츠심 리학의 소개 2. 스포츠심 리학의 발달 3. 스포츠심 리학의 비교 문화적 접근	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 2-6 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
3	스포츠와 성 격, 동기	1. 스포츠와 성격 2. 스포츠와 인성 3. 스포츠와 동기의 이해 4. 스포츠동 기의 이론적 개념	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 7-17 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
4	스포츠와 스 트레스, 경쟁 불안	1. 스포츠와 정서 2. 스포츠와 스트레스 3. 운동수행 과 불안	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 18-25 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
5	스포츠와 리 더십, 코칭행 동	1. 리더십의 개념 2. 다차원 스포츠리더십 3. 코칭행동 4. 코칭행동 의 평가	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 26-33 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
6	스포츠집단 의 응집력	1. 스포츠의 팀 집단 2. 집단의 발 달단계 3. 스포츠와 응집력	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 34-39 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
7	스포츠의 심 리기술훈련	1. 심리기술 훈련의 정의 2. 심리기술 훈련의 프로 그램 3. 수행 향상 를 위한 심상 훈련	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____	스포츠에서 경기력향상 을 위한 심리 기술훈련프 로그램 적용 과 효과에 대 해서(5월말, 3매 이상 자 필로 작성하 여 제출)	교재 pp 40-47 _____ 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공 _____
8	중간고사	중간고사	<input type="checkbox"/> 강의 <input type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 _____ 유인물 _____ 기타 _____

주차	학습주제	학습내용	강의방법	과제	학습자료
9	스포츠에서 최상수행의 심리, 목표설정	1. 최상수행의 심리적 특성 2. 스포츠와 자신감 3. 스포츠에서 목표설정	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 48-53 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
10	스포츠에서 불안과 각성 조절	1. 불안과 운동수행 2. 스포츠에서 주의집중 3. 스포츠에서 수행루틴	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 54-58 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
11	운동수행의 이해	1. 운동행동의 특성 2. 운동행동의 모형 3. 운동건강의 신념	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 59-69 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
12	운동의 심리적 효과와 메커니즘	1. 운동과 정서 2. 운동과 우울, 불안 3. 운동과 수면, 중독 4. 운동과 자기개념	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 70-75 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
13	운동실천의 개인과 환경 요인	1. 운동의 개인요인 2. 운동의 환경요인 3. 운동실천의 중재전략	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 76-84 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
14	운동학습의 개념과 이론	1. 운동학습의 개념 2. 운동학습의 이론적 설명	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 85-92 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
15	운동학습의 실제	1. 운동기술의 연습계획 2. 운동학습과 보강피드백	<input checked="" type="checkbox"/> 강의 <input checked="" type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 pp 93-101 유인물 _____ 기타 ppt 자료제공
16	기말고사	기말고사	<input type="checkbox"/> 강의 <input type="checkbox"/> 토론 <input type="checkbox"/> 실험실습 <input type="checkbox"/> 기타 _____		교재 _____ 유인물 _____ 기타 _____