

# 강 의 계 획 서(Syllabus)

## [1] 기본 정보(Basic Information)

### ■ 강의 정보(Course Information)

교과목명 (Course Title)	운동기술분석	강의유형 (Course Type)	이론
------------------------	--------	-----------------------	----

## [2] 학습 목표/성과(Learning Objectives/Outcomes)

### ■ 과목 설명(Course Description)

스포츠와 관련된 운동기술분석은 체육교사 및 운동지도자로 하여금 자신이 가르치고 있는 운동을 더 잘 이해할 수 있게 해주며 경험적으로 습득한 기술이나 전술의 적용 시 확신감을 증진시켜 준다. 뿐만 아니라, 운동기술을 학생 및 선수들에게 가르치는 것으로 그치는 것이 아니라 운동 방법이나 내용에 대한 과학적 근거를 제시해 줌으로써 특정 동작을 효과적으로 수행할 수 있도록 해준다.

### ■ 학습 목표(Learning Objectives)

- 운동기술분석과 관련된 용어와 기본 개념을 이해한다.
- 효과적인 운동수행을 위한 운동기술분석 원리를 이해한다.
- 신체운동을 관찰하고 분석할 수 있는 능력을 기른다.
- 실제 운동에 운동기술분석 원리를 적용하여 효율적인 운동수행력을 기른다.

### ■ 학습 성과(Learning Outcomes)

- 운동기술분석과 관련된 용어와 기본 개념을 설명할 수 있다.
- 효과적인 운동수행을 위한 운동기술분석 원리를 지도할 수 있다.
- 신체운동을 관찰하고 분석할 수 있는 능력이 길러진다.
- 실제 운동에 운동기술분석 원리를 적용하여 효율적인 운동수행력이 길러진다.

## [3] 강의 진행 정보(Course Methods)

### ■ 강의 진행 방식(Teaching and Learning Methods)

강의 진행 방식	추가 설명
강의(Lecture)	운동기술분석의 개념과 원리를 가르친다.
개인발표(Individual)	발표를 통해 운동기술분석의 개념과 원리를 이해한다.
현장실습(Field Practical Training)	운동기술분석 전문기관을 방문하여, 운동기술분석 방법을 학습한다.

### ■ 수업 자료(Textbooks, Reading, and other Materials)

수업 자료	제목	저자	출판일/게재일	출판사/학회지
주교재(Main Textbook)	운동역학	주명덕 외 옮김	2006	대한미디어

[4] 수업 일정(Course Schedule)

차시	강사명	수업주제 및 내용	제출 과제	추가 설명
1	임비오	도입 - 운동기술분석이란?	자기소개서	1. 운동기술분석의 정의 2. 운동기술분석의 목표
2	임비오	도약의 기초		1. 도약 목표 2. 도약의 이해 3. 도약 기술분석
3	임비오	도약종목 운동기술분석 (1) 높이뛰기		1. 높이뛰기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
4	임비오	도약종목 운동기술분석 (2) 멀리뛰기		1. 멀리뛰기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
5	임비오	도약종목 운동기술분석 (3) 장대높이뛰기		1. 장대높이뛰기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
6	임비오	달리기종목 운동기술분석 (1) 단거리달리기		1. 단거리달리기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
7	임비오	달리기종목 운동기술분석 (2) 중장거리달리기		1. 중장거리달리기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
8	임비오	달리기종목 운동기술분석 (3) 경보		1. 경보 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
9	임비오	달리기종목 운동기술분석 (4) 장애물경기		1. 장애물경기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
10	임비오	투척의 기초		1. 투척 목표 2. 투척의 이해 3. 투척 기술분석
11	임비오	투척종목 운동기술분석 (1) 창던지기		1. 창던지기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
12	임비오	투척종목 운동기술분석 (2) 원반던지기		1. 원반던지기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
13	임비오	투척종목 운동기술분석 (3) 포환던지기		1. 포환던지기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝
14	임비오	투척종목 운동기술분석 (4) 해머던지기	자신의 특기종목 운동기술분석 발표자료 및 보고서	1. 해머던지기 기술 2. 생체역학적 관점 3. 트레이닝

[5] 수강생 학습 안내 사항

결석하지 말고, 자신의 운동 특기 종목을 가르칠 때의 원리를 완벽하게 이해하고 발표하기 바랍니다.