

[양식]

# 강 의 계 획 서

## 1. 교과목 정보

교과목명		학점	권장 학과	권장학년	이수구분
건강운동관리사론		2학점 ( ) 3학점 (v) <input checked="" type="checkbox"/> 표시	스포츠 재활학과	3	전공
작성 교수	대학 및 부서	학과(학부)		성명	
	동명대학교 보건복지교육대학	스포츠재활학과		황부근	
학습목표	본 교과목은 건강운동관리사 자격증 취득을 위해 필요한 교과목에 대한 이론적인 지식을 복습 정리하고, 실습 능력을 배양함으로써 향후 건강운동관리사로서의 자질과 기초적인 소양은 물론 자격증 취득을 통하여 취업 역량을 강화하는데 목표가 있다.				
강의교재	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ACSM's 운동검사, 운동처방 지침(11판), 김완수, 한미의학</li> <li>○ 운동손상학(15판), 대한운동교육평가원 역, 대한미디어</li> </ul>				
교육 목적 및 필요성	<p>건강운동관리사는 과거 1급 생활체육지도자의 업무에 상응하는 자격증으로서 보건의료 관련 유사 자격증과 견주어 볼 때 충분한 자격절차를 갖추고 있다. 자격증의 취득은 필기 및 실기검정을 통해 가능하며 특히 자격증 취득 이후 연수과정에서 직무소양과 현장실습 등 시대적 변화와 현대인의 요구에 맞춰 2015년 자격제도를 수정·보완하여 시행하고 있다. 이와 같은 제도적 보완을 통해 건강운동관리사는 의사 또는 한의사에 의해 건강증진 및 합병증 예방 등을 위하여 운동이 필요하다고 인정되는 사람에게 운동 수행 방법을 지도 관리 할 수 있게 되었다. 현재 건강운동관리사는 국민체육센터, 국민건강보험공단, 체력인증센터, 스포츠과학센터, 보건소, 피트니스센터, 재활센터, 대학병원 등 여러 기관에서 국민 건강에 이바지하고 있다.</p> <p>스포츠재활학과에서는 이러한 시대적 요구에 부응하기 위하여 학과의 교육목표 중 하나인 "건강운동관리 전문가 양성"이라는 교육목표에 따라 2학년 부터 건강운동관리사 자격증 시험에 출제되는 교과목을 개설하여 운영하고 있으며, 3학년 2학기에는 "건강운동관리사론"이라는 교과목을 통해 자격증 취득을 목표로 그동안 교육과정을 통해 학습한 이론/실기 교과목에 대하여 종합적인 지식을 복습 정리하고 실기능력을 배양하고자 하고 있다.</p>				

## 플립러닝 강의콘텐츠 주별 강의내용

주	주 제	세부 내용
3	운동처방론Review1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 운동처방의 기초 개념</li> <li>○ 체력향상 / 어린이 &amp; 노인의 운동처방 지침</li> </ul>
4	운동처방론Review2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 임산부의 운동처방 지침</li> <li>○ 심혈관 &amp; 폐질환자의 운동처방 지침</li> </ul>
5	운동처방론Review3	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 대사질환 &amp; 기타 만성질환자의 운동처방 지침</li> <li>○ 뇌 관련 질환자의 운동처방 지침</li> </ul>
6	건강체력평가Review1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 신체활동과 건강에 대한 개념</li> <li>○ 운동참여전 고려사항 및 평가 내용</li> </ul>
7	건강체력평가Review2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 체력검사의 기본원칙 / 심박수&amp;혈압측정 방법</li> <li>○ 신체구성/심폐체력/근체력/유연성/평형성검사법</li> </ul>
9	운동부하검사Review1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 심폐체력과 운동부하검사 개념</li> <li>○ 운동부하검사 수행 방법</li> </ul>
10	운동부하검사Review2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 운동부하검사 결과 해석 &amp; IHD 진단 가치</li> <li>○ 특수대상자 및 질환자 운동검사 방법</li> </ul>
11	운동상해Review1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 스포츠 손상 예방 및 위험관리</li> <li>○ 스포츠 손상 구조와 특성 &amp; 조직 반응</li> </ul>
12	운동상해Review2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 스포츠 손상 관리 기술</li> <li>○ 스포츠 손상 재활 운동방법 &amp; 특수 검사</li> </ul>
13	운동상해Review3	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 상지 &amp; 하지 손상에 대한 의학적 상태</li> <li>○ 척추 &amp; 부가적인 손상에 대한 의학적 상태</li> </ul>