1. 과목 소개

본 강좌는 운동 중에 사용되는 우리 인체의 뼈, 관절, 근육 등의 기능과 역할을 이해하여 운동의 원리를 이해하고, 스포츠손상을 예방할 수 있게 된다.

2. 교재 및 참고도서

1) 운동기능해부학, 이재구 외 5인 공역, 군자출판사
2) 치료적 운동의 원리와 실제, 대한운동사회 번역, 도서출판 대한미디어
3) 운동손상학 원론, 대한운동사회 번역, 도서출판 대한미디어
4) 움직임 해부학, BLANDINE CALAIS-GERMAIN 지음, 조상현 외 옮김, 영문출판사

3 강의 진행방식

1. 시청각 수업과 질의·응답을 통하여 교수와 학생간의 교류를 활성화한다.
2. 실험·실습수업을 통하여 운동기능학연구의 원리를 실제운동에 적용한다.

4. 수강 시 유의사항

1) 지각 및 결석하지 않도록 한다.
2) 수업 중에는 핸드폰 전원을 꺼 놓는다.
3) 수업 중에 이해하지 못한 부분은 인터넷에 올려 다 함께 토론하도록 한다.
4) 연습 문제를 푸는 중에 잘 이해되지 않는 부분은 인터넷에 올려 다 함께 문제를 해결하도록 한다.

5. 학습평가방법

1) 출석(10%) 2) 수업참여도(10%) 3) 과제물(20%) 4) 중간고사(30%) 5) 기말고사(30%)

6. 강의진행 계획서

1주차

(1) 강의 주제: 오리엔테이션
(2) 강의 내용: 강의계획서 설명

2주차

운동기능학 기초용어

3주차

뼈의 기초

4주차
관절의 기초

5주차
근육의 기초

6주차
머리와 목 근육

7주차
가슴, 척주, 골반 근육

8주차: 중간고사

9주차
팔의 뼈

10주차
다리의 뼈

11주차
머리와 목 근육

12주차:
가슴과 배 근육

13주차
등과 골반 근육

14주차
팔 근육

15주차
다리 근육

16주차 기말고사