

수업계획서

교육콘텐츠(교과명)		시니어 운동지도	학습단계	심화단계	
참여 교수자	책임 교수자	송지환	연락처		
	참여 교수자	김동화			
	보조 출연자	이수근			
과목개요	시니어 운동지도 및 건강운동 지도 관리의 전문성을 갖추기 위한 교육과정으로 스포츠 지도사의 역할과 지도를 위한 다양한 교수·학습 운영 방법 및 운동지도, 운동검사, 지도기법 등 신체활동 프로그램의 특징과 구성, 체육안전 등 현장에서의 실무역량 강화를 위한 내용으로 구성함				
학습목표	스포츠 지도의 전문성을 함양하고, 운동지도에 관련한 이론과 실제의 역량을 갖출 수 있다.				
이용 가능한 학습자료	※수업목적의 영상, 사진, 음악 등. 본인에게 저작권이 있거나, 공개적으로 활용할 수 있도록 명시적인 허가를 받았거나, 공적으로 이용이 가능한 자료들만 사용할 수 있으니 주의하시기 바랍니다(저작권 관련 하여 계약서 숙지).				
평가	1. 주차별 형성평가 2. 마지막 차시 총괄평가				
주차	차시	학습주제	학습내용	모형	교수자
1	2	시니어 운동 및 제도	1) 시니어 운동의 개념 및 종류 2) 스포츠 정책과 제도	강의형	송지환
2	2	스포츠 활동의 효과	1) 신체적, 심리적, 사회적 효과 2) 인지발달, 태도발달	강의형	송지환
3	2	스포츠 프로그램	1) 시니어 운동프로그램 요소 2) 시니어 운동 권고지침과 운동참여 방안	강의형	송지환
4	2	스포츠 지도를 위한 계획과 실천	1) 운동지도를 위한 준비 2) 운동지도 설계 및 지도방법	강의형	송지환
5	2	스포츠 지도 내용 전달 및 운동 연습 및 교정 이해	1) 지도내용 전달 방법 2) 운동 연습 및 교정	강의형	송지환
6	2	스포츠 지도기법과 내용개발 방법	1) 스포츠 지도의 교수기법 2) 스포츠 지도의 내용개발	강의형	송지환
7	2	스포츠 활동의 효율적인 지도 기법과 예방적인 수업운영	1) 효율적인 지도방법 2) 예방적인 수업운영	강의형	송지환
8	2	스포츠 지도 과정과 평가	1) 스포츠 지도 활동과정 2) 스포츠 지도 평가(진단, 형성, 총괄)	강의형	송지환
9	2	시니어 일상 생활체력 및 측정	1) 일반체력측정&시니어체력측정 2) 신체조성 측정 평가법	강의형	김동화

10	2	유연성의 개념과 측정방법의 이해	1) 유연성의 개념 및 이해	강의형	김동화
			2) 유연성의 측정 평가법	실습형	
11	2	근지구력의 개념과 측정방법의 이해	1) 근지구력의 개념 및 이해	강의형	김동화
			2) 근지구력의 측정 평가법	실습형	
12	2	민첩성의 개념과 측정방법의 이해	1) 민첩성의 개념 및 이해	강의형	김동화
			2) 민첩성의 측정 평가법	실습형	
13	2	근력, 협응력의 개념과 측정방법의 이해	1) 근력, 협응력의 개념 및 이해	강의형	김동화
			2) 근력, 협응력의 측정 평가법	실습형	
14	2	평형성, 순발력의 개념과 측정방법의 이해	1) 평형성, 순발력의 개념 및 이해	강의형	김동화
			2) 평형성, 순발력의 측정 평가법	실습형	
15	2	심폐지구력의 개념과 측정방법의 이해	1) 심폐지구력의 개념 및 측정 평가법	실습형	김동화
			종합 평가	평가	