

# 강 의 계 획 서

교육과정	학점은행제	회 차	체육학 (주말A)		
개설과목	스포츠의 이해	학 점	3	수강료	300,000원
교 수	김동학	휴대폰		이메일	

교 재	교 재 명		저 자	출 판 사
주 교 재	스포츠와 체육의 인문학적 이해	2012	송형석	계명대학교 출판부
부 교 재				

수업목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 스포츠를 바르게 이해하는데 그 목표가 있다.</li> <li>- 스포츠를 통해 건강한 삶을 유지하는데 그 목표가 있다.</li> <li>- 스포츠의 이해를 통해 실천하는 자세를 갖는데 그 목표가 있다.</li> </ul>							
오리엔테이션 내용	오리엔테이션 - 교수소개, 수업소개, 자기소개							
교수방법	강의식, 토론식, 미디어활용							
성적평가방법	중간고사	40%	기말고사	40%	과제	10%	기타	10%

주 차	강 의 내 용	비 고
1	1) 강의제목 : 강의 방침 설명 및 스포츠 관련 용어의 정의 2) 강의주제 : 스포츠 관련 용어의 정의 3) 강의세부내용 : 운동, 체육, 피트니스, 헬스, 스포츠 등 스포츠와 관련된 용어를 분류하고 정의한다.	
2	1) 강의제목 : 스포츠의 목적 및 가치 2) 강의주제 : 스포츠의 가치 및 기능과 역할 3) 강의세부내용 : 스포츠가 가지고 있는 가치와 기능을 각 분야별로 소개한다.	
3	1) 강의제목 : 스포츠 영역 및 분류/학문적 체계 2) 강의주제 : 인문사회, 자연과학의 스포츠 분류 3) 강의세부내용 : 복합학문으로서의 스포츠를 인문사회분야와 자연과학분야로 분류하고 이해한다.	
4	1) 강의제목 : 인간의 신체활동과 에너지 대사과정의 이해 2) 강의주제 : 운동과 신체활동 3) 강의세부내용 : 인간의 신체활동과 에너지 대사과정 등 운동과 관련한 기본적인 신체활동의 기전을 이해한다.	
5	1) 강의제목 : 근육계와 순환계의 이해 2) 강의주제 : 스포츠 활동 시 인체 생리 변화 3) 강의세부내용 : 인간의 근육계와 순환계를 이해하고 운동 시 생리변화에 대해 알아본다.	
6	1) 강의제목 : 레저의 개념, 레저스포츠의 개념 및 분류 2) 강의주제 : 레저 개념, 레저스포츠의 기능 및 과제 3) 강의세부내용 : 레저스포츠에 대한 이해 및 분류	
7	1) 강의제목 : 체력과 건강 및 트레이닝 방법 2) 강의주제 : 건강관리 및 트레이닝 방법론 3) 강의세부내용 : 체력과 건강관리에 대해 이해하고, 맞춤형 트레이닝 방법을 습득한다.	
8	<중간고사>	
9	1) 강의제목 : 여가 및 레크리에이션 활동 2) 강의주제 : 레크리에이션 프로그램 진행 3) 강의세부내용 : 신체활동과 서로의 신체적 접촉을 통해 깊은 유대관계를 갖을 수 있는 시간을 마련한다	
10	1) 강의제목 : 스포츠 상해 및 응급처치 2) 강의주제 : 스포츠상해 및 응급처치법 3) 강의세부내용 : 응급처치법을 소개하고 이를 스포츠 상황에 적용하여 상황에 적합한 응급	

	처치를 인지한다.	
11	1) 강의제목 : 운동하는 뇌 2) 강의주제 : 운동과 뇌의 관계 3) 강의세부내용 : 운동이 뇌에 긍정적인 영향을 미치는 요인을 알아보고 그 효과를 사례를 통해 인지한다.	
12	1) 강의제목 : 그룹별 발표 및 팀별 프로젝트 2) 강의주제 : 그룹별 스포츠 관련 테마 포트폴리오 발표 3) 강의세부내용 : 스포츠 종목에 관한 주제를 가지고 그룹 발표 및 토론을 진행한다.	
13	1) 강의제목 : 그룹별 발표 및 팀별 프로젝트 2) 강의주제 : 그룹별 스포츠 관련 테마 포트폴리오 발표 3) 강의세부내용 : 스포츠 종목에 관한 주제를 가지고 그룹 발표 및 토론을 진행한다.	
14	1) 강의제목 : 그룹별 발표 및 팀별 프로젝트 2) 강의주제 : 그룹별 스포츠 관련 테마 포트폴리오 발표 3) 강의세부내용 : 스포츠 종목에 관한 주제를 가지고 그룹 발표 및 토론을 진행한다.	
15	<기말고사>	