

# 강의계획서(Syllabus)

2020학년도 1학기

교과목 Course Name	생활체육 01	과목번호 Course No.	CS05014 01					
수강대상 Department	학과 : 교양학부 학년 : 1	학점/시수 Credit/Hours	학점 : 2	시수 : 2				
강의시간 Class Times	수5,6(종합/중강의실2)		강의실 Class Room					
수업방법	강의형태	이론중심						
	수업방식	강의 Lecture	토론/토의 Discussion	글쓰기 Writing	발표 Presentation	실습 Practice	프로젝트 Project	기타 Others
		80 %	20 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %
	설명	-스포츠상해의 특성과 부상부위를 정확히 알 수 있도록 사례를 중심으로 강의한다. -현장에서의 활용성이 중요한 관점으로 제시되므로, 실제적인 실습을 강조한다. -이론 즉 해부학적 관점에서 인간의 상해를 예측 판단 치료를 목적으로 학습한다.						
사용기자재	컴퓨터, 빔프로젝터							
장애학생 지원내용	본 과목을 수강하는 장애학생은 수업에 필요한 별도의 지원이 필요한 경우, 담당 교강사 및 보건실(041-731-3703)로 필요한 사항을 요청하시기 바랍니다.							
담당교수 Instructor's Information	성명 Name	김성호	e-mail	river9842@gmail.com				
	연구실 Office Location		Phone	(office) (mobile) 010-8596-9842				
	면담시간 Office Hours	월요일 ~	화요일 ~	수요일 09 ~ 15	목요일 ~	금요일 ~		

## 1. 교과목 개요 (Course Descripton)

### 1. 강의개요(Course OverView) [★200~450자]

스포츠 손상에 대한 개념의 이해, 스포츠 손상의 분류에 대한 이해, 스포츠 상해의 예방 원칙에 대한 이해, 스포츠 상해의 손상 기전과 치료 기전에 대한 이해, 스포츠 손상의 처치에 대하여 이해하고 있는지를 평가의 주요 내용으로 다룬다.

### 2. 강의목표(Course Objective) [★200~450자]

스포츠 손상에 대한 개념을 이해하고, 스포츠 손상의 분류에 대하여 체계적으로 학습한다. 스포츠 상해의 예방 원칙에 대하여 자세하게 이해하고 스포츠 상해의 손상 기전과 치료 기전에 대한 이해와 스포츠 손상의 처치에 대한 중요성을 인식시켜 적극적으로 학습에 임할 수 있도록 한다.

### 3. 핵심 역량

자기관리역량

### 4. 선수학습내용(Prerequisites)

본 수업의 선수학습은 필요 없음

### 5. 학습성과(Learning Outcomes)

본 교과에서 스포츠 경기력 향상을 위해 운동경기도중에 발생할 수 있는 여러 종류의 상해들을 예방할 수 있는 방법과 상해의 종류에 따른 진단과 조치 능력을 갖고자 한다. 또한 상태를 정확하게 진단 조치하는 능력을 갖추게 하는 것을 본 학습에 중점을 둔다.

## 2. 강의 교재 (Course Materials)

1. 주교재 (Required Textbooks)			
서명 Title	저자 Author	출판사 Publisher	출판년도 Year
스포츠상해와 응급처치	김태완	대경북스	2016.03.03

  

2. 부교재 (Supplementals)
몸으로 익히는 축구, 윤희기 송실대학교출판부, 2014년

## 3. 수업 평가 (Course Evaluation)

1. 평가요소 (Grading Criteria)				
출석 Attendance	과제 Assignments	중간고사 Mid-Term	기말고사 Final	기타(참여도) Others
20 %	20 %	30 %	30 %	0 %

  

2. 평가방법 (Grading Policies)
- 시험문항 난이도는 적절하게 상(30%) 중(40%) 하(30%)로 구분 하여 출제할 것임 - 주차별 중요도에 근거하여 평가문제 유형의 (서술형, 단답형, 객관식, 괄호넣기 등) 다양화 및 배점 차별화로 난이도 조절 할 계획임

## 주차별 강의계획(Course Schedule)

1주 Week 1	학습목표 Topics	본 강의 내용과 계획을 설명하고 평가 방법을 소개
	학습내용 Objectives [★100~200자]	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 오리엔테이션(강사, 교재, 학습방향 소개)</li> <li>- 생활체육의 이해</li> <li>- 생활체육의 역사, 개념, 기능</li> <li>- 과제 공지</li> </ul>
	교수방법 Class Work	온라인강의
	참고자료 Required Readings	
	과제 Assignments	
2주 Week 2	학습목표 Topics	축구의 기본자세와 기술의 개념을 이해하고 학습한다.
	학습내용 Objectives [★100~200자]	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 인사이드 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 인프론트 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 인스텝 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 아웃사이드 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> </ul>
	교수방법 Class Work	온라인강의
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
3주 Week 3	학습목표 Topics	축구의 기본자세와 기술 중 아웃프론트 킥에 대해서 이해하고 학습한다.
	학습내용 Objectives [★100~200자]	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 힐 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 토 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 인사이드 발리 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 인스텝 발리 킥에 대해서 이해하고 학습한다.</li> </ul>
	교수방법 Class Work	온라인강의
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
4주 Week 4	학습목표 Topics	축구 경기기술과 기술훈련 중 볼 컨트롤에 대해서 이해하고 학습한다.
	학습내용 Objectives [★100~200자]	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 드리블에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 페인트에 대해서 이해하고 학습한다.</li> <li>- 축구의 기본자세와 기술 중 트래핑에 대해서 이해하고 학습한다.</li> </ul>
	교수방법 Class Work	온라인강의
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	

5주 Week 5	학습목표 Topics	팀플레이의 방법의 개념 및 정의를 이해하고 학습한다.
	학습내용 Objectives [★100~200자]	- 팀플레이의 방법 중 패스방법을 이해하고 정확한 동작을 학습한다. - 팀플레이의 방법 중 효율적인 슈팅 법을 이해하고 정확한 동작을 학습한다. - 팀플레이의 방법 중 세트 플레이를 이해하고 정확한 방법을 학습한다. - 팀플레이의 방법 중 오피스를 이해하고 정확한 방법을 학습한다.
	교수방법 Class Work	온라인강의
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
6주 Week 6	학습목표 Topics	스포츠 상해 예방 및 처치의 개념
	학습내용 Objectives [★100~200자]	스포츠 상해 예방 및 처치의 개념에 대하여 이해하고 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
7주 Week 7	학습목표 Topics	스포츠 손상 분류 체계
	학습내용 Objectives [★100~200자]	스포츠 손상 분류 체계에 의한 손상 분류에 대해 학습한다. 급성, 만성 스포츠 손상에 대해 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
8주 Week 8	학습목표 Topics	중간시험
	학습내용 Objectives [★100~200자]	
	교수방법 Class Work	
	참고자료 Required Readings	
	과제 Assignments	

9주 Week 9	학습목표 Topics	스포츠 손상의 발생 기전
	학습내용 Objectives [★100~200자]	일반적인 스포츠 손상의 요인별 발생 기전에 대해 학습한다. 연부, 경부 조직의 스포츠 손상의 발생 기전에 대하여 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
10주 Week 10	학습목표 Topics	스포츠 손상의 진단과 치료 과정
	학습내용 Objectives [★100~200자]	스포츠 상해 진단 과정을 살펴보고 치료 과정에 대하여 학습한다. 스포츠 손상 시 진찰, 검사, 진단의 용어 정의와 차이를 이해하도록 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
11주 Week 11	학습목표 Topics	연부 조직의 해부학적 구조
	학습내용 Objectives [★100~200자]	운동과 관련된 연부 조직들을 숙지하고 학습한다. 근육, 힘줄, 인대의 특이성에 대하여 조사하여 이해를 돕도록 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
12주 Week 12	학습목표 Topics	어깨의 해부·생리적인 개념
	학습내용 Objectives [★100~200자]	어깨의 구조적 정의에 대하여 학습한다. 손상의 구조적인 취약점을 이해하고 학습해 본다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	

13주 Week 13	학습목표 Topics	팔과 손의 해부 · 생리적인 개념
	학습내용 Objectives [★100~200자]	팔과 손의 해부학적 구조의 정의를 이해하도록 학습한다. 팔과 손의 기능학적 구조와 기능을 이해 하도록 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
14주 Week 14	학습목표 Topics	발의 해부 · 생리적인 개념
	학습내용 Objectives [★100~200자]	발의 해부학적 정의와 구조, 기능에 대하여 학습한다. 십자인대 손상의 발생 기전에 대하여 학습한다.
	교수방법 Class Work	이론 수업
	참고자료 Required Readings	주교재 및 부교재
	과제 Assignments	
15주 Week 15	보강 Makeup Class	
16주 Week 16	기말고사 Final Exam	기말시험