

강 의 계 획 서

과목명	레저스포츠지도론		
학점	3학점	정원	40
담당 교강사			
수업	수업기간(주)		총수업시간
	1학기 : 3월 초순 ~ 6월 중순 (15주) 2학기 : 9월 초순 ~ 12월 중순 (15주)		45
교재	교재명	저자명	출판사
	스포츠지도론	남윤호	대경북스
관련 과정명	학사		
	전문학사	레저스포츠	
성적	평가방법	상대평가	
	성적배점	중간 30점, 기말 30점, 과제 10점, 수시시험 10점, 출결 20점	
	성적비율	A: 30%이내, B: 누계 70%이내	
	이수요건	성적 60점 이상 + 출석률 80% 이상	
평가일정	중간고사 : 개강 후 7주차 기말고사 : 개강 후 15주차		
수업목표	본 교과목은 레저스포츠에 관한 이론 및 실기를 통한 과학적이고 합리적인 사고방식 및 지도방법을 습득하여 레저스포츠의 제반 영역에서 실무를 이끌어 나갈 책임과 창의력을 겸비한 전문지도자를 양성한다. 이를 위해 레저스포츠 전문지도자 양성을 위해 레저스포츠 제반이론의 개괄적 이해와 함께 현장에서 실질적으로 각 대상에 맞는 교수방법을 통해 지도하며 운동심리학, 인체의 기능과 발달, 기술지도, 연습계획, 영양 등 지도자가 갖춰야 할 이론과 실기 능력을 배양한다. 다양한 학문적 관점에 기초해 레저스포츠 지도 원리에 따른 지도방안을 구안하여 실제 지도를 수행해 봄으로써 지도 분석 능력을 기를 수 있다.		

■ 주차별 강의 내용

주별	수업 주제 및 내용	과제물
제1주	※ 오리엔테이션 및 교과목 소개 (과목에 대한 안내, 출결 & 평가안내) - 한 학기 수업 진행 과정과 내용을 전반적인 설명을 통해 이해를 도모하고 교수에 대한 이력과 소개를 함으로써 유대감을 형성할 수 있다. 1. 강의주제: 제1장 스포츠의 개념, 스포츠지도의 의의와 목표 제1절 스포츠의 개념 2. 강의목표: 스포츠에 관해 어원적으로 정의할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 스포츠의 어원 - 스포츠의 정의적 특성	과제 제출일 : 14주차까지 수시시험 : 6주차에 실시
제2주	1. 강의주제: 제1절 스포츠의 개념 2. 강의목표: 스포츠에 참여함으로써 스포츠를 즐기는 방법을 제시할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 라이프 스타일별 이상적인 스포츠 참여 - 스포츠와 좀 더 부담 없이 함께하자 - 어댑티드 스포츠에 대한 생각	
제3주	1. 강의주제: 제2절 스포츠 지도의 의의 및 목표 2. 강의목표: 스포츠를 통해 신체 발육, 기능향상, 가치관을 학습하여 지도할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 성장기 아이들의 건전한 발육, 발달 도모 - 기능향상을 위한 노력 - 스포츠를 즐기는 가치관 보급	
제4주	1. 강의주제: 제2장 트레이닝 계획과 유형 2. 강의목표: 트레이닝 유형 중 대사계 트레이닝 학습하여 현장에 적용할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 대사계 트레이닝	
제5주	1. 강의주제: 제1절 스포츠의 지도단계와 단계설정 2. 강의목표: 일반적 지도단계의 설정 내용 중 스포츠 종목의 기술구조에 따른 분류, 연습 방법, 목적으로 하는 체력의 분류를 학습하여 현장에 적용할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 스포츠종목의 기술구조에 따른 분류 - 연습방법 - 목적으로 하는 체력의 분류	
제6주	1. 강의주제: 제1절 스포츠의 지도단계와 단계설정 2. 강의목표: 스포츠종목별 특성에 따른 지도단계(예) 내용 중 그립 잡는 법, 라켓으로 볼다루기에 익숙해지기를 학습하여 현장에 적용할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 그립 잡는 법 - 라켓으로 볼다루기에 익숙해지기	수시 평가
제7주	중간고사	
제8주	1. 강의주제: 제2절 스포츠의 지도형태 2. 강의목표: 스포츠 지도형태 중 일제지도와 반별지도를 학습하여 현장에서 지도할 때 활용할 수 있다. 3. 강의세부내용: - 일제지도 - 반별지도	

<p>제9주</p>	<p>1. 강의주제: 제4장 생활스포츠의 이해 제1절 구기스포츠</p> <p>2. 강의목표: 구기스포츠 중 농구에 대해 학습하여 현장에 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 역사, 특성, 즐기는 방법 - 개요, 기본기술, 경기규칙</p>	
<p>제10주</p>	<p>1. 강의주제: 제1절 구기스포츠</p> <p>2. 강의목표: 구기스포츠 중 볼링에 대해 학습하여 현장에 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 역사, 경기개요 - 경기방법, 경기기술</p>	
<p>제11주</p>	<p>1. 강의주제: 제1절 구기스포츠</p> <p>2. 강의목표: 구기스포츠 중 티볼에 대해 학습하여 현장에 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 개요, 역사, 준비, 도구 - 장소, 기술, 경기규칙 - 간이게임, 연습</p>	
<p>제12주</p>	<p>1. 강의주제: 제2절 레저스포츠</p> <p>2. 강의목표: 레저스포츠 중 마운틴바이크에 대해 학습하여 현장에 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 개요, 도구 - 경기방법, 즐기는 법</p>	
<p>제13주</p>	<p>1. 강의주제: 제2절 레저스포츠</p> <p>2. 강의목표: 레저스포츠 중 아이스 클라이밍에 대해 학습하여 현장에 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 개요, 도구 - 즐기는 법</p>	
<p>제14주</p>	<p>1. 강의주제: 제2절 레저스포츠</p> <p>2. 강의목표: 레저스포츠 중 패러글라이딩에 대해 학습하여 활용할 수 있다.</p> <p>3. 강의세부내용: - 도구, 경기방법 - 즐기는 법</p>	<p>과제물 제출</p>
<p>제15주</p>	<p>기말고사</p>	