

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	주당시수	3	
	교재명	저자명	출판사
	신개념 스포츠지도론	정일규, 문병희	대경북스
출판연도	학사		
	전문학사	레저스포츠 전공	
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 7~8주차 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 갖춰야할 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	비고
제1주	<p>오리엔테이션 및 교과목 소개(담당 교수 소개 및 과목에 대한 안내, 출결 & 평가 안내 및 과정소개)</p> <p>1부 생활체육지도의 이론적 기초</p> <p>·강의 주제 : 1장 생활체육지도의 배경</p> <p>강의 목표 : 생활체육의 지도이념과 교육목적, 지도원리 학습을 통하여 레저스포츠와의 연계성 및 현대사회에서의 생활체육 필요성을 설명할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 생활체육의 목적·목표의 변화에 대하여 학습. 2. 생활체육의 목적과 목표 및 관점의 변화에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 토론</p>	과제 제출일 : 14주차
제2주	<p>·강의 주제 : 2장 생활체육 지도자론</p> <p>·강의 목표 : 생활체육 지도자가 갖추어야할 기능과 역할의 학습을 통하여 지식과 인성, 교육 지도능력과 관련된 자질과 태도가 확립된다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 활동지원자로서의 지도자 기능과 역할 학습. 2. 지식, 체력, 지도능력과 관련된 지도자의 자질에 대하여 학습 <p>수업 방법: 강의, 토론</p>	
제3주	<p>·강의 주제 : 3장 생활체육 지도대상의 이해 1</p> <p>·강의 목표 : 연령, 성별, 지역별 다양한 특성의 참여자를 이해할 수 있으며, 상황별 목적과 방향, 지도의 내용과 방법을 선택 구성할 수 있게 된다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 아동기 지도방법과 유의사항에 대한 학습. <p>·수업 방법: 강의, 토론</p>	
제4주	<p>·강의 주제 : 4장 생활체육 지도대상의 이해 2</p> <p>·강의 목표 : 연령, 성별, 지역별 다양한 특성의 참여자를 이해할 수 있으며, 상황별 목적과 방향, 지도의 내용과 방법을 선택 구성 할 수 있게 된다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 중견사회인의 생활체육 활동영역과 신체의 특성에 대한 학습. <p>·수업 방법: 강의, 토론</p>	
제5주	<p>·강의 주제 : 5장 생활체육 지도방법의 요소</p> <p>·강의 목표 : 생활체육 종목의 특성, 참여자의 능력, 지도자의 특성과 지도 환경에 대한 학습을 통하여 현장 지도에 필요로 하는 단계적 절차와 모형을 제시할 수 있게 된다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 지도자의 지도방법 선택에 영향을 미치는 참여자의 특성에 대하여 학습. 2. 강의, 토론, 시범, 연습 등의 기술적 지도 요소에 대하여 학습 <p>·수업 방법: 강의, 토론</p>	

<p>제6주</p>	<p>·강의 주제 : 6장 생활체육 지도계획의 수립과 지도안 구성</p> <p>·강의 목표 : 생활체육 참여자에게 필요한 활동목표와 내용의 세분화, 기본 능력의 측정, 지도전략에 대한 의사 결정 및 시간 배분, 성취도 평가와 수정을 위한 피드백 프로그램 구성이 가능해진다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 지도계획의 수립과 필요성에 대하여 학습. 2. 지도계획의 수립을 위해 필요한 일반적인 원칙에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 토론</p>	
<p>제7주</p>	<p>중간고사</p>	<p>시험</p>
<p>제8주</p>	<p>2부 생활체육지도의 실제</p> <p>·강의 주제 : 7장 구기종목의 특성과 지도계획 1</p> <p>·강의 목표 : 각 종목이 지니는 생활체육 영역에서의 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 테니스의 특성과 지도계획에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성</p>	
<p>제9주</p>	<p>2부 생활체육지도의 실제</p> <p>·강의 주제 : 8장 구기종목의 특성과 지도계획 2</p> <p>·강의 목표 : 각 종목이 지니는 생활체육 영역에서의 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 농구의 특성과 지도계획에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성</p>	
<p>제10주</p>	<p>·강의 주제 : 9장 수상스포츠 종목의 특성과 지도계획 1</p> <p>·강의 목표 : 각 수상스포츠 종목이 지니는 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 수영의 특성과 지도계획에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성</p>	
<p>제11주</p>	<p>·강의 주제 : 10장 수상스포츠 종목의 특성과 지도계획 2</p> <p>·강의 목표 : 각 수상스포츠 종목이 지니는 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 스쿠버다이빙의 특성과 역사에 대하여 학습. <p>·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성</p>	
<p>제12주</p>	<p>·강의 주제 : 11장 항공스포츠 종목의 특성과 지도계획</p> <p>·강의 목표 : 각 항공스포츠 종목이 지니는 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다.</p> <p>·강의 세부내용 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 스카이다이빙의 특성과 지도계획에 대하여 학습. 	

	·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성	
제13주	·강의 주제 : 12장 모험스포츠 종목의 특성과 지도계획 ·강의 목표 : 각 모험스포츠 종목이 지니는 오락적 특성과 유의사항에 대한 학습을 통하여 교육대상 및 기간별 세부계획서를 구성할 수 있다. ·강의 세부내용 : 1. 번지점프의 특성과지도계획에 대하여 학습. 2. 암벽등반의 특성과 지도계획에 대하여 학습. ·수업 방법: 강의, 지도계획서 구성	
제14주	·강의 주제 : 13장 코칭 리더십과 체력 ·강의 목표 : 체력의 요소와 트레이닝 방법에 대한 학습과 설계 통하여 일상생활 또는 레저스포츠 활동을 수행하고 지도하기 위한 신체능력이 향상된다. ·강의 세부내용 : 1. 체력훈련 프로그램과 지도계획의 설계. ·수업 방법: 강의, 지도계획 설계	과제 제출일
제15주	기말고사	시험