



1. 강의개요							
학습과정명	성인병과운동처방	학점	3	교강사명		교강사전화번호	
강의시간		강의실		강의기간		E-Mail	
2. 평가방법							
중간(%)		기말(%)		과제(%)		출석(%)	
30		40		10		20	
평가방법 세부 내용							
1. 중간고사(30%) : 8주차에 진행							
① 문제유형 : 서술형(3문항 x 10점 = 총 30점), 난이도 상, 중, 하 각각 1문항씩 출제							
② 출제범위 : 1~7주차 수업내용							
③ 평가내용 : 건강의 기본개념과 웰니스 측면의 건강, 신체 조성, 체력 요소와 측정법, 운동처방의 개념, 운동 유형에 따른 지도법, 비만 관리, 영양 관리, 운동 효과에 대한 전반적인 이해 정도를 평가							
2. 기말고사(40%) : 15주차에 진행							
① 문제유형 : 객관식(20문항 x 2점 = 총 40점), 난이도 상 6문항, 중 8문항, 하 6문항 출제							
② 출제범위 : 9~14주차 수업내용							
③ 평가내용 : 각 질환별 운동치료 프로그램(심장혈관계, 내분비계), 대사증후군과 운동치료, 면역과 운동, 노화와 운동치료 프로그램, 운동치료와 리스크매니지먼트에 대한 이해 정도를 평가							
3. 과제물: 3주차에 부여, 8주차에 제출							
가. 주제 : 질환별 운동처방; 각종 질환 중 2가지를 선택하여 권장하는 운동요법과 운동 시 주의사항을 조사하세요.							
나. 평가 기준							
: 주제와의 적합성, 내용의 타당성, 기한 내 제출, 총 10점							
1) 과제 주제와의 적합성 (3점)							
- 3점 만점으로 적합성에 따라 차등 점수 부여							
2) 내용의 타당성 (4점)							
- 4점 만점으로 내용의 타당성에 따라 차등 점수 부여							
3) 기한 내 제출 (3점)							
4. 출석(20점)							
① 평가시기 : 매주, 매차시							
② 평가내용 : 매주, 매차시 출결사항(출석, 결석, 지각, 조퇴) 체크							
③ 평가방법 : 출석률로 평가							
- 출석률: { ((15주) x (수업시간 3) - 결석시수 (지각 3회 = 1시수 결석)) / ((15주) x (수업시간 3)) } x 100							
- 총 수업차시의 출석률에 따라 평가(100% = 20점, 99~97% = 19점, 96~94% = 18점, 93~92% = 17점, 91% = 16점, 90~88% = 15점, 87% = 14점, 86~84% = 13점, 83~81% = 12점, 80% = 11점)							
- 출석률이 80% 미만일 경우 성적을 부여하지 않음 (과락)							
3. 비교(수업목표, 과제 등)							
1. 수업목표 : 본 교과목은 운동처방의 개념과 목적, 원리와 기본조건을 설명하고 운동처방의 실질적인 절차와 현장 적용에 대해 학습한다. 이에 기반하여 심장혈관계통 질환, 내분비계통 질환, 대사증후군, 뼈, 관절질환, 노화 등에 따른 질환별 운동치료 프로그램을 포괄적으로 다루며 나아가 운동치료 프로그램의 수립, 실시, 지도가 가능할 수 있도록 대비한다. 또한, 운동처방의 기본개념을 이해하고 개인의 특성에 맞게 운동의 양과 질, 운동법, 주의사항 등을 고려하여 특정 개인에게 특정 효과를 줄 수 있도록 한다. 궁극적으로 운동을 통해 체력을 향상하고 만성질환 위험인자를 줄여 건강을 유지함과 동시에 운동실시 중에 발생할 수 있는 사고를 예방하는 데							



있다.

2. 과제 : 질환별 운동처방; 다양한 질환 중 2가지를 선택하여 권장하는 운동요법과 운동 시 주의사항을 조사

4. 교재 및 참고 문헌

주교재	운동처방과 질환별 운동치료 프로그램	저자	서영환, 이윤관 저	출판사	대경북스	출판년도	2014
부교재		저자		출판사		출판년도	