

# || 스포츠과학과 ||

Department of Sports Science

## | 교육목적 |

스포츠과학은 신체활동 및 스포츠활동과 관련된 본질과 효과를 연구하는 학문이다. 현대사회는 신체활동 기회의 감소, 과다한 영양섭취, 불건강한 생활습관, 여러 가지 유형의 스트레스 증가로 인한 만성적인 질병과 건강상의 문제점들이 대두되고 있으며, 이에 관한 예방사업으로 신체활동과 스포츠의 생활화에 대한 중요성이 증가하고 있다. 이에 우리 삼육대학교 대학원 스포츠과학과는 건강운동과학과 테니스코칭학을 전공과정으로 운영하고 있으며, 체육학의 이론적 지식을 학습하고 스포츠실기능력을 함양하여 국민건강증진과 스포츠산업에 기여할 수 있는 실무형 인재를 배출하고자 한다.

## | 교육목표 |

1. 체계적인 전문지식과 창의성을 겸비한 생활체육 및 건강운동전문가 육성
2. 정의롭고 건강한 사회성을 지닌 현장 실무형 체육인재 육성
3. 스포츠 실기능력과 학문탐구력을 통해 국민건강과 삶의 질에 기여하는 스포츠전문가 육성

## | 내 규 |

제1조 (전공) 본 학과의 전공은 테니스코칭, 건강운동과학 전공을 둔다.

제2조 (입학) 대학원 학칙과 시행세칙을 준한다.

제3조 (교육과정)

- ① 전공필수 과목은 교육과정 표를 참고하여 이수한다.
- ② 대학원 타학과의 교과목을 전공과목으로 연계하여 이수할 수 있다.
- ③ 출신 전공과 관계없이 지도교수와 학과장의 지도에 따라 학부에 설강된 선수과목을 이수할 수 있다. 단, 학부 과정에서 취득한 과목은 선수과목 학점으로 인정하며 유사과목의 경우 지도교수와 학과장이 결정한다.

제4조 (이수학점 및 졸업요건) 대학원 공통 3학점, 전공필수 9학점 및 전공선택 18학점 이상을 이수하고 논문제출 자격시험(외국어시험, 종합시험), 논문심사에 합격하여야 한다.

| 구 분    | 석사과정 |
|--------|------|
| 대학원 공통 | 3    |
| 전공필수   | 9    |
| 전공선택   | 18   |
| 논 문    | P    |
| 합 계    | 30학점 |

제5조 (외국어 시험) 대학원 학칙과 시행세칙을 따른다.

제6조 (종합시험)

- ① 종합시험은 대학원 학칙과 시행세칙을 따른다.
- ② 시험과목은 지도교수가 지정한 3개 과목으로 한다.

#### 제7조 (학위논문)

① 지도교수와 학위논문은 대학원 학칙 및 시행세칙을 따른다.

② <삭제>

#### 제8조 (대학원 스포츠과학과위원회)

① 목적: 대학원 운영에 관한 중요사항과 각 학과의 중요사항을 종합심의하기 위하여 대학원 스포츠과학과위원회를 둔다.

② 구성: 대학원 스포츠과학과위원회는 학과장과 학과 교수들로 구성하고 학과장을 위원장으로 한다.

③ 임기: 위원장의 임기는 보직 재임기간으로 한다.

④ 기능: 대학원 스포츠과학과위원회는 다음 사항을 연구 및 심의, 의결한다.

1. 교육목표의 설정 및 개정에 관한 사항
2. 본 학과 교육과정의 편성 및 수정
3. 대학원생의 학술활동 기획 및 시행
4. 입학사정 및 졸업사정
5. 논문지도 제반사항
6. 논문지도교수 및 논문심사위원 선정
7. 외국어시험 및 종합시험에 관한 사항
8. 장학생 선발
9. 학과운영예산

⑤ 회의: 위원회는 위원장이 필요하다고 인정할 때 위원장이 소집하며, 위원회의 회의는 재적 위원 과반수의 출석으로 개최하고 출석위원 과반수의 찬성으로 의결한다. 위원장은 의결권에 있어 위원과 동등한 권한을 갖는다.

제9조 (원우회) 학생들의 연구 및 협력을 도모하는 자치기구인 스포츠과학과 원우회를 둘 수 있다.

제10조 (준용규정) 본 내규에 없는 사항은 대학원 학칙 및 시행세칙을 따른다.

#### | 부 칙 |

1. 본 내규는 학문의 발전과 교과과정의 개편을 반영하기 위하여 대학원 스포츠과학과위원회 회의에서 수정될 수 있다. 본 내규에 규정되지 않은 사항은 위원회 회의에서 정하는 바에 따른다.

2. 본 내규는 2020학년도 입학생부터 적용한다.

3. 본 내규는 2023학년도 입학생부터 적용한다.

4. 본 내규는 2025학년도 입학생부터 적용한다.

교육과정  
「전공필수」

테니스코칭학

| 교과목코드   | 과목명                                        | 학점 |
|---------|--------------------------------------------|----|
| 2001059 | 운동해부생리학연구 (Studies in Exercise Physiology) | 3  |
| 2001182 | 임상스포츠의학 (Clinical Sports Medicine)         | 3  |
| 2003574 | 테니스생리학연구 (Studies for Tennis physiology)   | 3  |

건강운동과학

| 교과목코드   | 과목명                                     | 학점 |
|---------|-----------------------------------------|----|
| 2001949 | 운동생리학특론 (Advanced Exercise Physiology)  | 3  |
| 2001053 | 운동처방특론 (Advanced Exercise Prescription) | 3  |
| 2003579 | 운동과학세미나 (Seminar for Exercise Science)  | 3  |

「전공선택」

테니스 코칭학 전공

| 교과목코드   | 과목명                                                 | 학점 |
|---------|-----------------------------------------------------|----|
| 2003127 | 테니스 트레이닝 연구 (Studies of Tennis Training)            | 3  |
| 2003581 | 테니스 심리학 연구 (Studies of Tennis Psychology)           | 3  |
| 2003582 | 테니스 운동역학 연구 (Studies of Tennis Biomechanics)        | 3  |
| 2003583 | 테니스 코칭 세미나 (Seminar for Tennis Coaching)            | 3  |
| 2003584 | 테니스 기초 코칭 연구 (Coaching Studies for Tennis Beginner) | 3  |
| 2003585 | 테니스 코칭 연구 I (Tennis Coaching Study I)               | 3  |
| 2003586 | 테니스 코칭 연구 II (Tennis Coaching Study II)             | 3  |
| 2003587 | 테니스 코칭 연구 III (Tennis Coaching Study III)           | 3  |
| 2003662 | 연구지도법 (Research guidance methodology)               | 3  |
| 2003663 | 연구방법론 (Research methodology)                        | 3  |

건강운동과학전공

| 교과목코드   | 과목명                                                     | 학점 |
|---------|---------------------------------------------------------|----|
| 2001480 | 해부생리학특론 (Advanced Human Anatomy & Physiology)           | 3  |
| 2000554 | 보건학특론 (Advanced Health Science)                         | 3  |
| 2000514 | 병리학특론 (Advanced pathology)                              | 3  |
| 2003575 | 운동손상 및 재활론 (Sports Injury & Rehabilitation)             | 3  |
| 200356  | 건강체력육성법 (Training Methodology for Fitness)              | 3  |
| 2001285 | 조사방법론VI (Health Research Methodology)                   | 3  |
| 2003577 | 운동영양학특론 (Advanced Exercise Nutrition)                   | 3  |
| 2003578 | 건강운동교육실습 (Health Education Practice)                    | 3  |
| 2000539 | 보건의료법규 (Medical Laws)                                   | 3  |
| 2003580 | 건강프로그램개발 및 평가 (Health Program Development & Evaluation) | 3  |
| 2003573 | 건강교육학 (Health Education)                                | 3  |

## | 교과목 안내 |

### <전공필수>

#### 2001059 운동해부생리학연구 (Studies in Exercise Physiology)

인체 내 생리적 기능들에 대한 내용과 생리적 기능이 운동 중에 어떻게 반응하는가를 연구한다.

#### 2001182 임상스포츠의학 (Clinical Sports Medicine)

스포츠의학은 생리학적 ·해부학적 ·정신과학적 ·생화학적인 운동의 효과를 평가 분석하여 이를 토대로 훈련방법의 개선점을 추구하고 스포츠 외상의 예방과 치료지침을 마련하여 선수들의 영양관리는 물론 환경변화에 대처하는 방안을 마련하는 인체와 스포츠 전반에 관해 연구한다.

#### 2003574 테니스생리학연구 (Studies for Tennis physiology)

테니스는 예측 불가능성에 기반한 스포츠이다. 포인트 길이, 샷 선택, 전략, 경기 시간, 날씨 및 상대의 예측 불가능성은 모두 테니스 플레이의 복잡한 생리학적 측면에 영향을 미친다. 따라서 최적의 경기력에 중요한 여러 생리학적 변수들과 그들의 메카니즘을 확실히 이해하고, 테니스 특이적 트레이닝법을 설계하고 지도할 수 있는 이론적 역량을 배양한다.

#### 2001059 운동생리학특론 (Advanced Exercise Physiology)

인체의 계통별 구조와 기능 및 운동에 의한 인체의 생리적 반응과 적응현상을 학습하여 임상 운동의학과 운동처방에 대한 기초지식을 학습한다.

#### 2001053 운동처방특론 (Advanced Exercise Prescription)

운동은 건강관리에 있어 질병의 예방과 치료에 중요한 중재수단으로 인정되고 있다. 건강한 사람은 건강을 지키고, 질병이 있는 사람은 건강을 찾을 수 있는 운동방법을 습득하는데 목적이 있으며, 임상증상에 따른 운동유형, 강도, 시간, 빈도 등 구체적인 프로그램 작성과 관리를 할 수 있는 능력을 학습한다.

#### 2003573 건강교육학 (Health Education)

개인과 지역사회 건강을 증진하고, 질병 예방 및 건강 행동 변화를 유도하는 교육적 방법과 이론을 다루는 과목으로 건강교육의 기본개념, 이론, 원칙을 이해하고, 다양한 건강 문제에 대한 교육적 접근 방법을 학습하며, 실제 현장에서 건강교육을 효과적으로 시행할 수 있는 기술을 습득하는 데 중점을 둔다. 또한, 건강교육 프로그램의 기획, 실행, 평가 과정에 대한 이해를 바탕으로, 교육 대상자와의 효과적인 소통 방법을 익히고, 건강증진을 위한 교육 전략을 개발하는 데 필요한 실용적인 지식을 제공하고자 한다.

### <전공선택>

#### 2003127 테니스 트레이닝 연구 (Studies of Tennis Training)

테니스 트레이닝 이론은 모든 선수의 경기력 향상에 도움을 주며, 우수한 선수양성을 위한 전문적인 트레이닝의 이론과 과학적인 운동경기 형태의 근력과 컨디셔닝 프로그램을 다각적인 체력발달을 위해 계획할 수 있는 방안을 제시함으로써 높은 경기수행력을 획득할 수 있는 제반적 지식을 연구한다.

#### 2003581 테니스 심리학 연구 (Studies of Tennis Psychology)

테니스 활동 중에서 심리학적 배경과 깊이 관련되는 내용을 다루며, 특히 테니스의 경기에서 효과적인 실력 발휘를 위하여 실전상황을 중심으로 연구한다.

#### 2003582 테니스 운동역학 연구 (Studies of Tennis Biomechanics)

테니스 테크닉 수행에서 다양한 형태의 역학적 원리를 분석연구하고, 동역학의 이론적 원리 등을 실전에 적용한다.

#### 2003583 테니스 코칭 세미나 (Seminar for Tennis Coaching)

최근 발표되고 있는 국내외의 테니스 관련 우수논문들을 탐독하고 컨퍼런스를 통하여 국제적인 연구동향을 파악하고, 학문에 대한 연구력을 고취하여 우수한 연구자가 지녀야 할 연구기획 능력을 배양한다.

#### 2003584 테니스 기초 코칭 연구 (Coaching Study for Tennis Beginner)

테니스 기초 코칭의 다양한 방법을 이해하고 테니스 입문자에 대해 이해하는 것을 목적으로 한다. 입문자를 흥미를 끌고 유지하는 데 필요한 기본 코칭 기술, 개념과 방법을 폭넓게 연구한다.

#### 2003585 테니스 코칭 연구 I (Tennis Coaching Study I)

테니스의 지도하는 다양한 방법을 이해하고 테니스 초보자 코칭의 세부적인 방법을 연구하는 것을 목적으로 한다. 초보자의 실력을 발전할 수 있도록 구체적인 방법으로 초보자에 맞는 수준별 테크닉, 수준별 전략과 전술 등을 폭넓게 연구한다.

#### 2003586 테니스 코칭 연구 II (Tennis Coaching Study II)

테니스의 지도하는 다양한 방법을 이해하고 테니스 중급자 코칭의 포괄적이고 세부적인 방법을 연구하는 것을 목적으로 한다. 중급자의 실력을 발전할 수 있도록 구체적인 방법으로 중급자에 맞는 수준별 테크닉, 수준별 전략과 전술, 수준별 플래닝 등을 폭넓게 연구한다.

#### 2003587 테니스 코칭 연구 III (Tennis Coaching Study III)

테니스의 지도하는 다양한 방법을 이해하고 테니스 상급자 코칭의 포괄적이고 세부적인 방법을 연구하는 것을 목적으로 한다. 상급자의 실력을 발전할 수 있도록 구체적인 방법으로 상급자에 맞는 수준별 테크닉, 수준별 전략과 전술, 수준별 플래닝, 수준별 컨디셔닝 등을 폭넓게 연구한다.

#### 2002986 논문지도 (Thesis Research)

학위논문을 쓰기 위한 기술적 훈련과 아울러 연구주제에 대한 이해 정도를 점검하는 지도과정으로서, 개별적인 지도와 함께 발표 등의 집단적 지도를 병행토록 한다. 때에 따라서는 소규모의 세미나 등을 통해 외부 지도인력의 유입을 시도할 수도 있다.

#### 2003662 연구지도법(Research guidance methodology)

논문 연구지도는 대학원에서 학위논문 작성을 지도하는 과정이다. 석사학위과정의 경우, 수업 연한 내에 논문지도를 받아야 합니다. 논문 연구지도는 학위논문을 쓰기 위한 기술적 훈련과 아울러 연구주제에 대한 이해 정도를 점검하는 지도과정이다.

#### 2003663 연구방법론(Research methodology)

논문 연구 방법론은 연구를 수행하는 방법에 대한 이론이다. 연구 초기 단계에서 올바른 연구 방법론을 선택하면 연구와 연구 보고서, 논문의 성공과 전반적인 품질을 결정할 수 있다. 논문 연구 방법론은 개별적인 지도와 함께 발표 등의 집단적 지도를 병행토록 한다.

#### 2001480 해부생리학특론 (Advanced Human Anatomy & Physiology)

인체의 해부학적 구조와 생리학적 기능을 심도 있게 연구하는 고급 과목으로, 대학원 수준에서 운동과학, 생리학, 재활학, 의학 등 다양한 분야에 걸쳐 인체의 기능적 특성을 전문적으로 이해하는 데 중점을 둔다. 이 과목은 인체의 각 시스템(근골격계, 신경계, 순환계, 호흡계 등)의 구조와 기능을 세밀하게 분석하며, 운동, 스트레스, 질병, 재활 등 다양한 생리학적 변수를

고려한 신체 반응과 적응 과정을 학습한다. 또한, 최신 연구 동향과 실험적 방법을 통해 해부학적, 생리학적 지식의 이론적 토대를 확립하고, 이를 실제 연구와 임상 현장에 응용할 수 있는 능력을 배양한다.

#### 2000554 보건학특론 (Advanced Health Science)

보건학의 이론과 실재를 심화적으로 다루는 교과목으로, 현대 보건 문제를 해결하기 위한 다양한 이론적 접근과 실천적 방법을 학습한다. 보건학의 기초적인 개념을 넘어, 건강 정책, 보건행정, 역학, 환경 보건, 글로벌 보건 문제 등 다양한 분야를 포함하여 보다 전문적이고 심화된 지식을 제공하고자 한다. 또한, 각국의 보건 시스템과 정책을 비교 분석하고, 보건 문제 해결을 위한 전략적 접근 방법을 제시한다.

#### 2000514 병리학특론 (Advanced pathology)

인체의 비정상적인 구조와 생리기능에 의해 초래되는 질병에 관해 연구하는 학문이다. 질병을 인체의 각 기관계에 따라 분류하며 이들 각 질병에 대한 정의, 원인, 발병기전, 경과, 증상 및 징후, 진단, 예후, 합병증 등을 이해하도록 한다.

#### 2003575 운동손상 및 재활론 (Sports Injury & Rehabilitation)

운동 및 일상생활에서 발생할 수 있는 손상의 종류와 기전을 학습하여 손상을 예방함과 동시에 재활방법을 학습함으로써 효과적인 회복을 도모할 수 있는 능력을 배양한다.

#### 2003576 건강체력육성법 (Training Methodology for Fitness)

해부생리학과 운동생리학을 토대로 과학적인 방법을 활용하여 효율적이고 안전하게 건강관련체력을 단련하고 인체기능을 유지 또는 향상시킴으로 만성질환을 예방하고 건강증진에 이바지할 수 있도록 한다.

#### 2001285 조사방법론 (Health Research Methodology)

건강체력을 평가하는 운동생리학실험방법과 건강운동과학분야의 연구를 수행하기 위하여 연구주제를 선정하는 방법, 가설의 설정방법, 연구설계법, 연구계획서 작성방법, 설문지작성방법, 표본조사방법, 표본 자료의 선정법, 변수와 척도에 따른 통계기법 등에 관하여 학습한다.

#### 2003577 운동영양학특론 (Advanced Exercise Nutrition)

영양가 및 각 영양소의 화학적 구조, 에너지대사 및 측정법, 생리적, 생화학적 기능과 각 질병에 따른 식이요법, 건강관리의 영양학적 지식과 정보, 운동관련 수분 및 영양공급에 관한 전반적인 사항을 학습한다.

#### 2003578 건강운동교육실습 (Health Education Practice)

운동과 건강을 통합적으로 이해하고, 이를 실천할 수 있는 능력을 배양하기 위한 실습교과목으로 건강과 운동에 관한 이론적 지식과 함께 다양한 운동프로그램을 설계하고 실행하는 능력을 육성한다. 건강증진을 위한 운동 교육 방법과 전략을 배우며, 개인의 건강 상태에 맞춘 맞춤형 운동 프로그램을 개발하고 지도할 수 있는 능력을 함양한다. 스포츠건강의학센터, 운동의학센터, 보건소 등에서 실습을 통해 운동의 효과를 체험하고, 신체활동에 의한 건강증진 방법을 계획하고 실천하고 경험하는 기회를 제공하고자 한다.

#### 2003579 운동과학세미나 (Seminar for Exercise Science)

운동과학 분야에서 최신 연구 동향과 학문적 접근 방식을 다루는 세미나형 교과목으로 운동과학의 이론적, 실험적, 실용적 측면을 심층적으로 탐구하며, 학생들이 운동과학 관련 연구 결과를 비판적으로 분석하고, 이를 토대로 학술적 발표, 토론 및 논문 작성 등을 학습한다.

#### 2000539 보건의료법규 (Medical Laws)

건강증진 및 보건의료분야에 적용되고 있는 법률 가운데 국민건강에 직접 적용되고 있는 국민건강증진법, 보건의료기본법, 지역보건법, 생명윤리법, 의료법, 전염병예방법, 국민체육진흥법 등 기본적인 법률들을 이해하고 이에 따른 시행령 및 시행규칙을 숙지하여 건강증진분야의 행정을 전개하는데 필요한 법적 지식을 숙지한다.

2003580 건강프로그램 개발 및 평가 (Health Program Development & Evaluation)

효과적인 건강증진프로그램의 계획, 개발, 실시, 평가에 대한 과정과 방법을 학습한다.

지역사회의 요구사정, 우선순위 결정 및 계획서 작성방법, 건강교육의 내용, 프로그램 및 교수방법 등에 대한 이론을 이해하고 학습한다.