

노인체육서비스(Senior Sports Service Micro Degree)

[1] 전공소개

구 분	내 용	
인 재 상	노인체육 분야를 선도하는 전문가	
전공능력	노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력·노인체육 서비스 실무 능력	
교육목표	노인체육서비스 마이크로전공은 노인체육에 관한 전문 지식을 함양하고, 노인체육 현장에서 효율적이고 효과적으로 서비스를 실천할 수 있는 역량 함양을 목표로 둔다.	
교육과정	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인체육관련 이론적 지식과 실기 능력 함양을 위한 교육과정 운영 ■ 노인체육관련 프로그램 현장 실천을 위한 능력 함양을 위한 교육과정 운영 	
진로분야 및 자격증	진로분야	관련 자격증
	노인체육지도자	노인스포츠지도사 자격증(국민체육진흥공단)

[2] 전공능력

전공능력	전공능력 정의 / 학습 성과 준거	
노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력	정의	노인체육 프로그램 설계와 관련한 전문지식을 함양하고, 체계적인 프로그램을 설계하고, 현장에서 효과적으로 실천하는 직무 수행 능력
	준거	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인의 신체적 특징을 이해하고 신체적 수준을 정확히 측정하여 적절한 목표를 세울 수 있다. ■ 목표에 적합한 신체활동 프로그램을 계획하고 실천할 수 있다.
노인체육 서비스 실무 능력	정의	노인체육 실천 현장에서 올바른 태도로 노인들과 효과적으로 소통하며 서비스를 성공적으로 제공할 수 있는 능력
	준거	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인들의 사회 정서적 특징을 이해하고, 효과적으로 소통할 수 있다. ■ 노인들의 요구에 적절한 신체활동 서비스를 안전하게 제공할 수 있다.

[3] STAR 전공능력 범주모델 연계

전공능력	노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력	노인체육 서비스 실무 능력
STAR 전공능력 범주모델		
지식이해 및 학습능력	●	○
문제파악 및 해결능력	●	●
현장적응 및 실무능력	●	●
창의융합 및 혁신능력	○	○

[4] 진로분야 연계

전공능력	노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력	노인체육 서비스 실무 능력
진로분야		
노인체육지도자	●	●

[5] 교육과정 구성요소

구성요소 직무수준	지식(Knowledge)	기술(Skill)	태도(Attitude)
실무	노인체육지도를 위한 프로그램 설계 및 운영 실무	노인체육지도 및 휴먼 서비스를 위한 운영 기술	노인의 특성에 적합한 의사소통 실천을 위한 적극적인 태도
심화	노인들의 발달 특성에 관한 지식의 심화	신체/심리적 발달 특성에 적합한 스포츠에 참여를 이끌기 위한 실무기술	심리적 발달 특징에 적합한 자세로 소통하는 태도
기초	노인스포츠지도에 필요한 스포츠 교육의 기초, 스포츠 심리학의 지식을 이해하여	노인들의 스포츠 참여를 돕기 위한 교수 기술을 이해	노인들의 심리적 특성을 이해하고 효과적인 의사소통을 위한 태도와 기술 학습

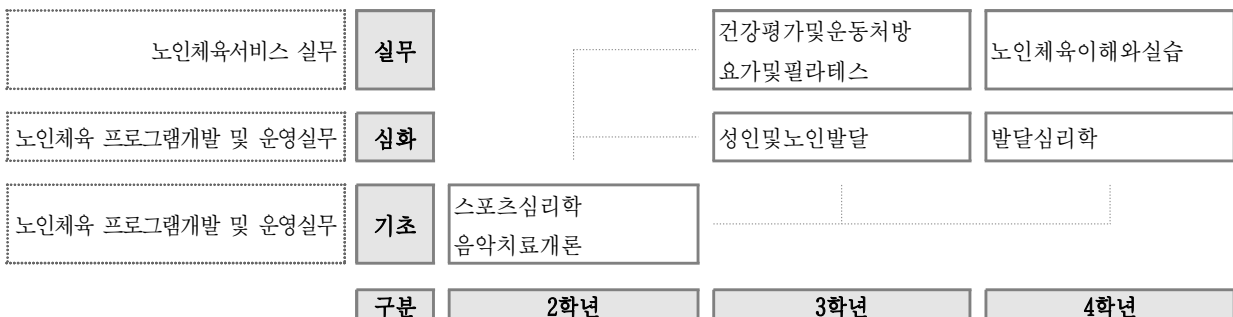
[6] 직무수준 별 교육과정

직무수준	과목명	전공능력		구성요소		
		노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력	노인체육 서비스 실무 능력	지식 (K)	기술 (S)	태도 (A)
실무	건강평가및운동처방	●	⦿	3	5	2
	요가및필라테스	⦿	●	3	5	2
	노인체육이해와실습	●	●	2	6	2
심화	발달심리학	⦿	●	5	3	2
	성인및노인발달	●	⦿	5	3	2
기초	스포츠심리학	⦿	●	4	2	4
	음악치료개론	●	⦿	4	3	3

[7] 진로분야 교과목

진로분야	직무수준	노인체육 프로그램 개발 및 운영 실무 능력	노인체육 서비스 실무 능력
노인체육지도자	실무	건강평가및운동처방 노인체육이해와실습	요가및필라테스
	심화	성인및노인발달	발달심리학
	기초	음악치료개론	스포츠심리학

[8] 교육과정 이수체계



[9] 교육과정 이수기준

구분	이수기준		이수구분	
	총 이수학점	주전공 중복인정 학점	필수	선택
마이크로전공	12학점 이상	3학점 이내	12학점	

[10] 교육과정 편성표

학년	학기	이수구분	학수번호	과목명	영문명	학점	시간	직무수준	K	S	A	소속
2	1	선택	05037	스포츠심리학	Sport Psychology	3	3	기초	4	2	4	생활체육학과
		선택	12134	음악치료개론	Introduction to Music Therapy	3	3	기초	4	3	3	예술심리치료학과
3	1	선택	17051	건강평가및운동처방	Health evaluation and exercise prescription	2	2	실무	3	5	2	생활체육학과
		선택	17056	요가및필라테스	Yoga and Pilates	2	2	실무	3	5	2	생활체육학과
		선택	15279	성인및노인발달	Developmental Psychology of Adulthood and Elderlyhood	3	3	심화	5	3	2	상담심리학과
4	1	선택	13209	발달심리학	Developmental Psychology	3	3	심화	5	3	2	예술심리치료학과
	2	선택	17052	노인체육이해와실습	Understanding and practicing physical education for the elderly	2	2	실무	2	6	2	생활체육학과

[11] 교과목 해설

소속	직무수준 (KSA)	과목명 / 과목해설	Subjects / Descriptions
생활체육 학과	기초 (424)	스포츠심리학 스포츠 장면에서의 인간 행동을 분석, 이해하고 예언하며, 통제하는 과학으로서 스포츠의 목적을 달성하는데 효과적인 방법의 원리와 기술을 제공하려는 학문이다. 연구영역은 성격, 동기, 불안 등 개인이 지닌 심리적 요인과 집단응집, 리더십, 사회적 촉진 등 개인을 둘러싼 사회적 요인에 대한 기존의 연구를 살펴보고, 이러한 요인들이 스포츠행동에 어떤 영향을 미치는가를 탐구하려 경기력의 극대화를 위한 방법을 탐색하고 개발하는 심리학자로서의 기초적 소양을 제공한다.	Sport Psychology The science of analyzing, understanding, prophesying and controlling human behavior in sports scenes is the study of providing the principles and techniques of effective ways to achieve the purpose of sports. Research areas examine the psychological factors of individuals, such as personality, motivation and anxiety, and existing studies of social factors surrounding individuals, such as collective cohesion, leadership and social promotion, and provide basic skills as psychologists who explore and develop ways to maximize performance to explore how these factors affect sports behavior.
		요가및필라테스 요가와 필라테스 역사, 호흡의 차이점을 이해하고 실습을 통해 코어 강화, 자세 개선,으로 균형과 전반적인 힘을 기른다. 신체의 유연성, 심신의 불안과 스트레스 해소와같이 운동의 효과와 종목이 무엇을 중점으로 두는지의 초점을 파악하고 지도할 수 있는 것을 목표로 한다.	Yoga and Pilates Yoga and Pilates core through practice and understand the difference in the history, breathing, improved posture, balance and overall strength.The body's flexibility, mental and physical exercise with anxiety and stress relief and putting it into focus what sport focus for the effects of and coach aims that can be.
		건강평가및운동처방 체육전공자로서 건강에 대한 중요성을 배우	Health evaluation and exercise prescription As a physical education major, the ability to le

소속	직무수준 (KSA)	과목명 / 과목해설	Subjects / Descriptions
		고 신체에 대한 평가를 통한 올바른 처방 방법의 지식을 갖추고 판단할 수 있는 능력이 중요하다. 수업을 통하여 신체의 건강과 더불어 운동처방 원리에는 어떤 것이 있는지를 배울 수 있다.	arn the importance of health and to know and judge the correct prescription method through evaluation of the body is important. Through the class, you can learn what are the methods of prescription along with your physical health.
	실무 (262)	<p>노인체육이해와실습</p> <p>고령화되는 대한민국 사회에 노인체육에 대한 중요성을 깨닫고 노인체육을 지도할 수 있는 역량을 기를 수 있도록 한다. 노인체육학의 기본 개념을 이해하고 노인을 대상으로 한 스포츠 프로그램 설계 및 운영 방법을 학습하는 것에 목적을 둔다. 노인 운동 프로그램 설계 요소, 질환별 운동 프로그램 설계, 효과적 지도법을 학습한다.</p>	<p>Understanding and practicing physical education for the elderly</p> <p>It will be able to realize the importance of elderly sports in the aging Korean society and develop the ability to guide elderly sports. The purpose is to understand the basic concepts of physical education for the elderly and to learn how to design and operate sports programs for the elderly. It learns the design elements of exercise programs for the elderly, design exercise programs for each disease, and effective guidance.</p>
상담심리학과	심화 (532)	<p>성인및노인발달</p> <p>평균 수명의 증가로 인해 성인기 및 노년기 발달과정의 중요성은 날로 커지고 있다. 이에 본 수업에서는 성인기 및 노년기발달에 대한 이론을 살펴보고, 성인기와 노년기 동안 이루어지는 신체적, 심리적, 성격적 특성과 변화에 대해 학습한다. 이를 통해 전생애 발달적 관점에서 성인 및 노인기에 대한 심리학적 지식을 학습하는 것뿐만 아니라 전생애발달에 대한 이해의 폭을 넓힘으로써 고령화 사회에 대비하는 통찰력을 가지는 것을 목표로 한다.</p>	<p>Developmental Psychology of Adulthood and Elderlyhood</p> <p>Due to the increase in life expectancy, the importance of adulthood and old age development is increasing. Overview of human development, covering the adulthood and elderlyhood of the individual. Includes the basic concepts and principles of physical, cognitive, and social development at each major stage of life: young adulthood, middle adulthood, and old age. We aim to have insight to prepare for aging society by widening understanding about life-span development.</p>
예술치료학과	기초 (433)	<p>음악치료개론</p> <p>음악치료의 기초이론, 원리, 임상적용 등을 다루며, 음악을 주매체로 사용하는 치료기법의 이해를 도모하고자 한다.</p>	<p>Introduction to Music Therapy</p> <p>This course introduces students the theories, principles and applications of music therapy with reference points in many areas of psychology, and psychology of music and therapy.</p>
	심화 (532)	<p>발달심리학</p> <p>인간의 생애를 통해 심신의 성장 발달과정을 심리학적 이론을 바탕으로 다루는 것으로 특히 유아, 아동 및 청소년의 발달단계를 집중적으로 다루며, 정상발달과 이상발달을 함께 다룬다.</p>	<p>Developmental Psychology</p> <p>This course introduces developmental psychology. Developmental psychology, also known as human development, is the scientific study of systematic psychological changes that occur in human beings over the course of their life span. Originally concerned with infants and children, the field has expanded to include adolescence, adult development, aging, and the entire life span. In this course, students will learn both typical development and abnormal development</p>