

**【레저스포츠전공 진로 로드맵】**

진로명		체육학과 신체활동지도		
교과 이수	과정	교과목명	학년-학기	이수 구분
	기초과정	심리학의 이해 웨이트트레이닝1 운동생리학부학	1-1 1-1 2-1	교양선택 전공필수 전공필수
	심화과정	트레이닝방법론 운동처방론 스포츠여가사회학 대사성질환과 건강운동론	2-2 3-1 3-1 4-1	전공선택 전공필수 전공선택
	실무연계과정	워킹과 조깅 운동영양학과 비만 기능해부학 근골격운동재활관리	3-1 3-2 3-2 4-2	전공필수 전공선택 전공선택 전공선택
개요	<p>현대사회에서 부족하기 쉬운 신체활동을 장려하고 개인의 체력, 운동경험, 직업 및 생활환경에 맞는 그리고 개인의 취향까지 고려한 다양한 신체활동을 지도하고 기획, 평가하는 역할을 담당하기 위한 기초지식과 전문신체활동 능력을 갖추어야하며, 이를 위하여 단적이고 체계적인 교과목 학습이 이루어져야 함</p> <p>생활스포츠와 전문스포츠분야의 기능과 더불어 인체에 대한 기초의학을 학습하고 다양한 신체활동사업의 경험을 바탕으로 신체활동지도사는 신체활동사업의 기획과 활성화와 사업의 체계적인 관리를 담당하기 위한 체육분야, 보건 및 의료 분야 그리고 여가산업에 걸쳐 다양한 역량과 직무를 수행하기 위한 스포츠기술 실무를 익히고 필라테스, 요가, 생활스포츠지도사, 전무스포츠지도사, 노인, 유소년, 장애인스포츠지도사와 건강운동관리사 등의 자격증을 취득하여 스포츠센터창업과 다양한 기관에 취업도 가능함</p> <p>생활스포츠지도사 1,2급, 전문스포츠지도사1,2급, 노인스포츠지도사, 장애인스포츠지도사, 유소년스포츠지도사, 요가, 필라테스, 스포츠재활관련 자격증의 취득은 안정적이며 전문성을 인정받기 위한 보장을 받을 수 있음</p> <p>자격증 외에도 보건복지분야의 병원, 보건소, 복지관 등의 공공분야에서 수요가 많아 다양한 학문과의 융합을 통한 로드맵과 커리큘럼에 맞추어 전략적인 준비를 한다면 졸업과 동시에 더 많은 기회의 통로를 찾을 가능성이 높음</p>			
요구사항	<p>(1) 스포츠지도사(보디빌딩, 수영, 에어로빅, 스키 등) 종사 희망자</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기초 교과목인 웨이트 트레이닝, 수영, 스키 등에 대한 개념을 파악한 후 1학년 1학기부터 2학년 1학기 까지 3학기 동안 전공인 운동해부생리학 과목을 시작으로 본인의 적성을 파악한 후, 관련 과목을 체계적으로 수강하여 시험 준비를 저학년부터 차근차근 준비해야 함</li> </ul> <p>(2) 보건복지의료 분야 신체활동지도사로 종사 희망</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기초 및 심화과정 교과목 수강과 더불어 비교과 활동의 경험과 융합수업 이수를 필수로 한다. 대체적으로 웨이트트레이닝과 GX분야의 실무기능을 갖추고 있어야 함</li> <li>- 건강운동관리사 자격증이 권장되며 생활스포츠지도사 2급 보디빌딩이 기본 자격증으로 추천되며 보건소 등에서는 1종 보통 운전면허를 요구함</li> </ul> <p>(3) 융합 분야(헬스커뮤니케이션분야) 희망자</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 헬스커뮤니케이션분야 전문가로 활동하기 위해서는 미디어분야와 융합을 통해 건강관련 PR분야의 전문성과 실무를 갖추어야함</li> <li>- 체육학과 창의융합모듈인 헬스커뮤니케이션 모듈의 이수를 기반으로 함</li> </ul>			
관련 직업	스포츠지도사, 건강운동관리사, 신체활동지도사, 헬스커뮤니티, 퍼스널트레이너 등			
취업 가능한 곳	스포츠센터, 스포츠관련 공공기관, 병원 및 보건소, 사회복지관, 스포츠 및 건강관련 방송분야, 프로 및 아마추어 구단			
필수 자격	생활스포츠지도사 2급(종목별), 건강운동관리사, 노인스포츠지도사, 유소년스포츠지도사, 장애인스포츠지도사 등			

진로명		체육학전공 건강상담분야		
교과 이수	과정	교과목명	학년-학기	이수 구분
	기초과정	심리학의 이해 웨이트트레이닝1 운동생리학해부학	1-1 1-1 2-1	교양선택 전공필수 전공필수
	심화과정	스포츠심리학 트레이닝방법론 운동발달 운동학습 및 제어	2-1 2-2 2-2 3-2	전공필수 전공선택 전공선택 전공선택
	실무연계과정	운동처방론 운동영양학과 비만 대사성 질환과 건강운동론 스포츠카운슬링	3-1 3-2 4-1 4-2	전공선택 전공선택 전공선택 전공선택
개요	<p>건강 상담의 목표는 증상 완화, 건강 증진, 긍정적인 건강행동과 생활양식을 향상시키고, 건강과 관련된 처방을 지속적으로 준수하도록 돕는 것이다. 이에 건강상담가는 적당한 영양과 운동, 스트레스 관리, 금연, 금주 등에 관한 충분한 지식과 기술 필요</p> <p>건강상담가는 운동이 부족한 현대인들에게 보다 활동적인 생활방식을 갖도록 돕는 중요한 역할. 이를 위해 개인적, 행동적, 환경적 요인에 따른 운동프로그램을 개발하여 사람들의 활동 수준을 증가시키는데 도움을 준다. 사회적 지지를 위해 가족이나 친구를 관여시키거나 집단 운동프로그램을 제공하며, 개인적 목표에 대한 진행 정도를 주기적으로 재평가하고 상황에 따라 프로그램 수정 가능</p> <p>이외에도 건강상담가는 건강과 체중에 대한 합리적인 목표를 설정하고, 목표 성취를 위해 운동프로그램을 계획한다. 체중 감량 그 자체보다 심혈관 질환, 당뇨, 고혈압, 콜레스테롤의 위험을 줄이는 건강한 체중을 만드는 것을 목표로 한다.</p> <p>퍼스널트레이너, 유소년 스포츠지도자, 노인 스포츠지도자, 장애인 스포츠지도자, 운동처방사, 청소년 관련시설 종사자, 스포츠심리상담사 등 건강 및 운동 관련 대부분의 직종 종사자는 건강상담가의 이러한 역할을 수행. 이를 위하여 본 학과의 기초과정, 심화과정, 실무연계과정으로 설정해 놓은 위 교과들을 충실히 이수하고 스포츠지도사 자격증을 취득한다면 건강, 운동, 스포츠 관련 직종으로의 진출 수월</p>			
요구사항	<p>(1) 스포츠지도자(유소년, 노인, 장애인 스포츠지도자, 퍼스널트레이너) 종사 희망자</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기초과정, 심화과정, 실무연계과정의 전공 교과들을 충실히 이수</li> <li>- 생활스포츠지도사, 유소년스포츠지도사, 장애인스포츠지도사 중 해당 자격증 취득</li> <li>- 스포츠지도사 취득을 위한 실기 특기 종목 두 가지 이상 전문가 수준의 실력 획득</li> </ul> <p>(2) 운동처방사 종사 희망자</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기초과정, 심화과정, 실무연계과정의 전공 교과들을 충실히 이수</li> <li>- 건강운동관리사 자격증 취득</li> </ul> <p>(3) 청소년 관련시설 종사 희망자</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기초과정, 심화과정, 실무연계과정의 전공 교과들을 충실히 이수</li> <li>- 청소년지도사 자격증 취득</li> </ul>			
관련 직업	퍼스널트레이너, 유소년 스포츠지도자, 노인 스포츠지도자, 장애인 스포츠지도자, 운동처방사, 청소년 관련시설 종사자, 스포츠심리상담사 등			
취업 가능한 곳	스포츠 관련 시설, 병원, 청소년 관련 시설, 프로 구단 등			
필수 자격	스포츠지도사 - 생활스포츠지도사, 유소년스포츠지도사, 장애인스포츠지도사 자격증 운동처방사 - 건강관리사 자격증 / 청소년지도사 - 청소년지도사 자격증			