

강의계획서

교과목명	운동생리학	개설학과	뷰티헬스사이언스학부(뷰티헬스전공)	
담당교수	서한교	개설학기	2015년 1학년 2학기	
학점/시간	3/3	담당교수 연락처		
교과목 개요	<ul style="list-style-type: none"> • 스포츠생리학의 역사와 현재연구동향 및 미래 활용방안에 대하여 이해한다. • 인체의 구조와 기능을 이해한다. • 운동이 어떻게 인체의 구조와 기능을 변화시키는지 공부한다. • 유·무산소에너지시스템과 인체대사에 대하여 공부하고 사용되어지는 스포츠종목을 이해한다. • 운동강도와 운동시간에 따른 인체의 변화를 공부하고 성인병질환에 어떻게 적용할 것 인지를 공부한다. 			
학습대상	<ul style="list-style-type: none"> • 운동생리학자, 뷰티헬스, 체육교육, 운동선수 및 지역사회 체력관리, 코칭, 의학, 간호, 물리치료, 작업치료, 영양, 웰니스, 생체운동 연구 등에 종사하거나 관련있는 자. 			
교재	<ul style="list-style-type: none"> • 파워 운동생리학 8판, POWER & HOWERS/라이프사이언스출판사, 2012 			
참고문헌	<ul style="list-style-type: none"> • 운동생리학의 기초(Robert A. Atal), 운동생리학(운동생리학회), 캐치운동 생리학 제4판 (Victor at.al) 등 			
주 차	강의개요			비고
1주차	○ 운동생리학의 이해(총론)			
2주차	○ 운동생리학의 역사와 미래			
3주차	○ 인체 내부의 환경조절			
4주차	○ 생체에너지학			
5주차	○ 운동대사			
6주차	○ 운동과 호르몬 반응			
7주차	○ 일, 파워, 에너지소비량의 측정			
8주차	○ 중간고사			
9주차	○ 신경계			
10주차	○ 골격근			
11주차	○ 운동 중 순환반응			
12주차	○ 운동 중 호흡조절			
13주차	○ 운동중 산-염기 평형			
14주차	○ 훈련(트레이닝)생리학			

15주차

○ 기말고사