

수업계획서

1. 강의개요							
학습과목명	수상스키	학점	3	교·강사명		교·강사 전화번호	
강의시간		강의실		수강대상		E- mail	
2. 교과목 학습목표							
<p>이 수업은 마린 스포츠의 하나로 수상스포츠 활동을 통하여 자연 친화적 스포츠를 체험하고, 다양한 자연 환경에 적응하고 도전하는 정신을 바탕으로 체력 향상 및 자기 극복과 진취적인 사고를 함양하는 데 목적을 둔다.</p> <p>본 강좌는 수상스키 스포츠에 도전하고, 수상스키 생활체육 지도사 자격 검정 실기평가를 위한 기본 수행 기술을 학습하게 된다. 더불어 수상스키 산업의 동향과 발전 가능성 등에 대한 시장의 특성을 조사하는 활동을 수행한다.</p>							
3. 교재 및 참고문헌							
해양레저스포츠 바다로 가자/ 진윤수 외/ 충남대학교출판문화원(2013)							
4. 주차별 강의(실습·실기·실형) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실형) 내용				과제 및 기타 참고사항	
1	1	오리엔테이션/ 수상스키의 역사					
	2	수상스키의 역사 및 특성					
	3	수상스키의 기원과 발달					
	4	수상스키의 기술훈련					
	5	수상 스키인의 안전 15 수칙					
2	1	수상스키 장비					
	2	수상스키 장비					
	3	수상스키 보트 운전					
	4	수상스키 안전					
	5	수상스키 안전					
3	1	안전과 구조를 위한 비품					
	2	익수와 기본 구조법					
	3	조난자에게 접근하기					
	4	조난자에게 접근하기					
	5	조난자에게 접근하기					
4	1	익수자 운반법					
	2	가라앉은 익수자 건지기					
	3	익수 관련 특성					
	4	익수자 소생 시키는 법					
	5	인공호흡법 실기					
5	1	수상 안전수칙					
	2	수상 안전 수신호					
	3	수상 안전 수신호					
	4	준비운동					
	5	준비단계					
6	1	수상스키의 체육 특성					
	2	수상스키의 체육 특성					
	3	수상스키의 체육 특성					
	4	수상스키의 체육 특성					
	5	수상스키 지도자의 효율성 교육					
7	1	중간고사					

	2	중간고사				
	3	중간고사				
	4	중간고사				
	5	중간고사				
8	1	수상스키 지도의 의미				
	2	운동이 가지는 이면성				
	3	연령, 성별, 능력별 지도				
	4	능력별 지도				
	5	교육계획				
9	1	초보자를 위한 양발스키 육지 교육법				
	2	초보자를 위한 양발스키 육지 교육법				
	3	초보자를 위한 양발스키 육지 교육법				
	4	초보자를 위한 양발스키 육지 교육법				
	5	초보자를 위한 양발스키 육지 교육법				
10	1	초보자를 위한 한쪽 스키(원스키) 기술				
	2	초보자를 위한 한쪽 스키(원스키) 기술				
	3	초보자를 위한 한쪽 스키(원스키) 기술				
	4	초보자를 위한 한쪽 스키(원스키) 기술				
	5	초보자를 위한 한쪽 스키(원스키) 기술				
11	1	슬라롬 경기				
	2	슬라롬 경기				
	3	슬라롬 경기				
	4	슬라롬 경기				
	5	슬라롬 경기				
12	1	슬라롬 수상스키의 기술적인 문제				
	2	슬라롬 수상스키의 기술적인 문제				
	3	슬라롬 수상스키의 기술적인 문제				
	4	슬라롬 수상스키의 기술적인 문제				
	5	슬라롬 수상스키의 기술적인 문제				
13	1	점프스키				
	2	점프스키				
	3	점프스키				
	4	점프스키				
	5	점프스키				
14	1	묘기 스키				
	2	묘기 스키				
	3	묘기 스키				
	4	묘기 스키				
	5	묘기 스키				
15	1	기말고사				
	2	기말고사				
	3	기말고사				
	4	기말고사				
	5	기말고사				
5. 성적평가 방법						
중간고사	기말고사	과제물	출결	기타	합계	비고
30%	30%	10%	20%	10%	100%	
6. 수업 진행 방법						

이론 및 실기 병행
7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항
8. 문제해결 방법(실험·실습 등 학습 과정의 경우에 작성)
9. 강의유형
이론 중심(), 토론·세미나 중심(), 실기 중심(), 이론 및 토론/세미나 병행(), 이론 및 실험·실습 병행(), 이론 및 실기 병행(○)