

1. 강의개요							
학습과정명	육상	학점	3	교강사명		교강사전화번호	
강의시간	5	강의실		수강대상		E-mail	
2. 교과목 학습목표							
육상경기에서 실시되고 있는 각 종목의 훈련법과 과학적인 원리뿐만이 아닌 기술지도 방법을 학습하고, 나아가 육상경기를 이해하고 및 효율적인 육상경기 지도자로서의 역할을 할 수 있도록 하는데 그 목표가 있다.							
3. 교재 및 참고 문헌							
주교재 : 육상경기의 정밀분석 / 레인보우북스 / 김방출 외 / 2018							
부교재 : 육상경기 지도서 / 레인보우북스 / 이정훈 외 / 2014							
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실험)내용					
1	1	오리엔테이션					
1	2	단거리 경기의 자세의 이해					
1	3	단거리 경기의 자세의 이해					
1	4	단거리 경기의 자세의 이해					
1	5	단거리 경기의 자세의 이해					
2	1	단거리 경기의 이해					
2	2	단거리 경기의 이해					
2	3	단거리 경기의 이해					
2	4	단거리 경기의 이해					
2	5	단거리 경기의 이해					
3	1	단거리 경기 훈련법의 이해					
3	2	단거리 경기 훈련법의 이해					
3	3	단거리 경기 훈련법의 이해					
3	4	단거리 경기 훈련법의 이해					
3	5	단거리 경기 훈련법의 이해					
4	1	이어달리기의 이해					
4	2	이어달리기의 이해					
4	3	이어달리기의 이해					
4	4	이어달리기의 이해					
4	5	이어달리기의 이해					
5	1	뽀뛰기 경기 Ⅱ(뽀뛰기)					
5	2	뽀뛰기 경기 Ⅱ(뽀뛰기)					
5	3	뽀뛰기 경기 Ⅱ(뽀뛰기)					
5	4	뽀뛰기 경기 Ⅱ(뽀뛰기)					
5	5	뽀뛰기 경기 Ⅱ(뽀뛰기)					
6	1	뽀뛰기 경기 훈련법					
6	2	뽀뛰기 경기 훈련법					
6	3	뽀뛰기 경기 훈련법					
6	4	뽀뛰기 경기 훈련법					
6	5	뽀뛰기 경기 훈련법					
7	1	중간고사					
7	2	중간고사					
7	3	중간고사					
7	4	중간고사					
7	5	중간고사					
8	1	뽀뛰기 경기 훈련법					
8	2	뽀뛰기 경기 훈련법					
8	3	뽀뛰기 경기 훈련법					
8	4	뽀뛰기 경기 훈련법					
8	5	뽀뛰기 경기 훈련법					
9	1	뽀뛰기 경기 Ⅰ(뽀뛰기)					
9	2	뽀뛰기 경기 Ⅰ(뽀뛰기)					
9	3	뽀뛰기 경기 Ⅰ(뽀뛰기)					
9	4	뽀뛰기 경기 Ⅰ(뽀뛰기)					
9	5	뽀뛰기 경기 Ⅰ(뽀뛰기)					

10	1	중장거리 경기 방법 및 규칙			
10	2	중장거리 경기 방법 및 규칙			
10	3	중장거리 경기 방법 및 규칙			
10	4	중장거리 경기 방법 및 규칙			
10	5	중장거리 경기 방법 및 규칙			
11	1	던지기 경기 훈련법			
11	2	던지기 경기 훈련법			
11	3	던지기 경기 훈련법			
11	4	던지기 경기 훈련법			
11	5	던지기 경기 훈련법			
12	1	던지기 경기의 원리 및 경기방법			
12	2	던지기 경기의 원리 및 경기방법			
12	3	던지기 경기의 원리 및 경기방법			
12	4	던지기 경기의 원리 및 경기방법			
12	5	던지기 경기의 원리 및 경기방법			
13	1	체력 향상을 위한 프로그램			
13	2	체력 향상을 위한 프로그램			
13	3	체력 향상을 위한 프로그램			
13	4	체력 향상을 위한 프로그램			
13	5	체력 향상을 위한 프로그램			
14	1	장애물경기(허들종목)			
14	2	장애물경기(허들종목)			
14	3	장애물경기(허들종목)			
14	4	장애물경기(허들종목)			
14	5	장애물경기(허들종목)			
15	1	기말고사			
15	2	기말고사			
15	3	기말고사			
15	4	기말고사			
15	5	기말고사			
5. 성적평가 방법					
중간고사	기말고사	과제물	기타	합계	비고
30%	30%	10%	20%	10%	
6. 수업 진행 방법					
이론 및 실기 병행					
7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항					
8. 문제해결 방법(실험·실습 등 학습과정의 경우에 작성)					
9. 강의 유형					
이론 중심(), 토론·세미나 중심(), 실기 중심(), 이론 및 토론/세미나 병행(), 이론 및 실험·실습 병행(), 이론 및 실기 병행()					