



스포츠건강 재활학과

Department of
Sports Science & Rehabilitation

<http://sports.wsu.ac.kr>

T. 042-630-9840

Educating athletic trainers specializing in sports performance improvement and injury rehabilitation in the athletic field of both elite sports and sports-for-all

- 엘리트, 생활체육 등 스포츠 현장에서 경기력 향상 및 재활훈련을 담당하는 스포츠재활 전문가 양성
- 복합 만성질환으로 인한 신체장애 상태를 건강 수준으로 향상시키는 건강운동 전문가 양성
- 건강 및 신체활동 상태와 체력수준 평가에 따른 운동으로 건강증진을 도모하는 운동 지도자 양성

학 과 개 요

운동선수들의 전반적인 운동 손상 관리 뿐 아니라 웰빙·웰니스 문화의 정착을 위한 건강증진과 스포츠·피트니스-레저 활동으로 발생하는 근골격계 손상 예방·평가, 재활을 담당하는 전문가 수요의 급증에 따라 국제경쟁력을 갖춘 건강운동관리사 및 선수트레이너(AT: Athletic Trainer) 양성을 목표로, 체계적이고 전문적인 이론 교육과 프로 및 아마추어 구단, 병원의 재활운동센터, 선수 운동재활트레이닝센터, 건강증진센터, 체력센터 등에서의 실습 등을 통하여 실무 능력을 겸비할 수 있도록 교육하고 있습니다.

교 육 목 표

- 엘리트, 생활체육 등 스포츠현장에서 경기력향상 및 재활훈련을 담당하는 스포츠재활 전문가 양성
- 복합만성질환으로 인한 신체장애 상태를 건강 수준으로 향상시키는 건강운동전문가 양성
- 건강 및 신체활동 상태와 체력수준 평가에 따른 운동으로 건강증진을 도모하는 운동지도자 양성

전공교육과정

학 년	전공 교과목
1학년	AT개론, 기초해부학, 운동과웰니스, 기초운동생리학, 병태생리학, 생활스포츠지도론, 스포츠영양학, 운동기능측정법
2학년	운동기능해부학(신체치료학), 스포츠건강관리실습1·2, 근골격계측진방법론, 응급의학, 임상운동생리학, 인체운동학실습, AT테크닉, 트레이닝이론과실제
3학년	건강및체력검사, 퍼포먼스&컨디셔닝, 운동부하및심전도, 스포츠심리학, 약리학, 운동처방론, 자세측정및평가도구, 하지스포츠재활훈련및실습, 하지스포츠손상기전및평가, 심화보조요법
4학년	상지스포츠손상기전및평가, 상지스포츠재활훈련및실습, 건강운동관리특론, 재활·질환별프로그램, 현장관리실무특론, 전문스포츠팀현장실습, 구기종목스포츠현장실습, 선수재활퍼포먼스센터현장실습, 건강증진기관현장실습

관련자격증

전문스포츠지도사, 건강운동관리사, 생활체육지도사, 장애인스포츠지도사, 유소년스포츠지도사, 노인스포츠, 테이핑자격증, 마사지사 자격증, AT 민간 자격증, CSCS자격증, 퍼스널트레이너자격

졸업 후 진로

- 국내외 프로구단, 선수촌, 대학 운동팀, 스포츠과학센터, 선수재활트레이닝센터, 병원재활운동센터, 보건소, 건강증진센터, 피트니스센터, 체육회
- 연구소 : 장비 이용한 체력 측정 및 평가
- 대학원 : 일반, 교육, 의학 전문대학원

학과 동 아 리

- Best Aid : 스포츠현장 지원을 통해 Athletic Trainer 에게 필요한 실무 경력 배양 (Warm up, Taping, Massage, Performance Training, Stretching) (지도교수 : 어은실)
- Majestic : 프로 및 학교스포츠 부상선수의 안전한 경기복귀 및 경기력 향상과 부상예방을 위한 재활훈련 제공 (지도교수 : 어은실)
- S.F.M : 매주 2회 축구 모임을 통하여 재학생들의 기초체력을 향상시키고 자격증 취득 및 대회 참가로 축구 지도사로서의 능력 향상 (지도교수 : 변재중)
- SEP (Sport Equipment) : 선수 및 일반인들의 재활훈련을 위한 기자재 측정과 기자재 조작법을 교육, 측정된 데이터를 수집하여 학회 연구 활동을 진행 (지도교수 : 어은실)

미 니 언 터 뷰



스포츠건강재활학과 17학번
박 * 민

우송대학교 스포츠건강재활학과를 졸업하고 현재 골프 아카데미에서 골프선수 트레이닝을 하고 있습니다. AT(Athletic Trainer) 트레이너가 되어야겠다는 꿈을 가지고 입학하였습니다. 처음에는 의학용어와 해부학, AT(Athletic Trainer) 트레이너의 역할을 아는 것으로 시작해서 손상기전과 평가, 재활까지 체계적인 순서의 이론수업을 따라갔습니다. 동시에 학교 내 재활센터, 동아리에서 활동하며 수많은 재활과 트레이닝 도구, 측정 장비 등을 다뤄보고 선수들에게 운동을 지도해볼 수 있었습니다. 3학년이 된 후 부터는 배재고등학교 럭비팀, wsu스포츠재활센터, 유도대회지원, 성균관대학교 농구팀 등 팀과 대회 및 훈련 지원에 나가 학교에서 배운 대로 필드에서 눈으로 보고 움직이며 자신감과 현장경험을 쌓았습니다. 운동 중 전방십자인대 부상을 입어 수술을 하고 학교 내 재활센터에서 8개월간 교수님, 동기들, 선배, 후배들에게 운동 지도를 받으면서 재활을 하며 실제로 느껴보면서 성공적으로 몸을 만들고 지금까지도 건강하게 일을 하고 있습니다. 이런 경험들과 입학부터 졸업까지 따라간 교육의 순서, 실습 등을 통해 지금의 저를 만들어 낸 것 같아서 너무 소중하고 항상 감사한 마음입니다. 우송대학교에서 만든 단단한 기본을 가지고 더 발전시키며 저는 AT(Athletic Trainer) 트레이너로 경력을 찍고 모든 선수들과 AT(Athletic Trainer) 트레이너를 꿈꾸는 사람들에게 교육을 하며 도움을 주는 위치까지 갈 계획입니다.



스포츠건강재활학과 19학번
유 * 경

'백문불여일견'이라는 말처럼 우리 스포츠건강재활학과는 AT개론, 해부학, 응급의학 등과 같은 이론강의로만 지식을 습득하는 것이 아닌 저학년때 배운 이론을 바탕으로 3, 4학년때 테이핑, 마사지, 상·하지 손상기전 및 평가 등의 실습과목을 통해 직접 눈으로 보고 실습할 수 있는 커리큘럼이 짜여 있습니다. 현재 4학년인 저는 대전중 농구팀으로 실습을 나가 테이핑과 부상케이스 노트를 비교적 쉽게 작성할 수 있었고, 돌발 상황 시에도 침착하게 대처할 수 있었습니다. 또한, 부족한 부분은 학교 내 동아리 활동인 Best Practice에 공강 때마다 참여해 선배들에게 조언을 구할 수 있었습니다. 그리고 재활센터 내에 있는 기구와 운동을 배우고, 부상으로 인해 센터를 방문하는 선수들에게 각 종목에 맞는 재활운동을 통해 복귀를 도우면서 재활에 대한 경험을 쌓았습니다. 앞으로도 더욱 노력해서 계속 성장하는 AT(Athletic Trainer) 트레이너가 되도록 하겠습니다.

취업을 및 취업 현황

70.2%

2021년 대학경보공시기준

- 김*홍 (19년도 졸업) 대한체육회 럭비대표팀 AT(Athletic Trainer) 트레이너
- 오*혜 (19년도 졸업) 아산시 시설관리공단
- 정*석 (19년도 졸업) 보건복지부 국립재활원 운동재활관
- 김*구 (20년도 졸업) 고려대학교 스포츠단 AT(Athletic Trainer) 트레이너
- 장*희 (20년도 졸업) 올바른 서울병원
- 오*성 (20년도 졸업) 대전 장애인 체육회
- 신*혁 (20년도 졸업) 서울 시니어스 강서터워
- 노*진 (21년도 졸업) 여자 필드하키 국가대표팀 AT(Athletic Trainer) 트레이너
- 김*희 (21년도 졸업) 우리은행 여자 농구단 AT(Athletic Trainer) 트레이너
- 우*욱 (21년도 졸업) 연세대학교 농구단 AT(Athletic Trainer) 트레이너
- 김*수 (21년도 졸업) 부천 인본병원
- 김*범 (21년도 졸업) 파주 인본병원
- 전**더 (21년도 졸업) 파주 인본병원

▶ 입시준비 TIP!

전공 관련 교과목	자연계, 이과 전공
학 과 적 합 인 · 적 성	<ul style="list-style-type: none"> • 타인을 위해 희생할 줄 알고 인내심이 있는 학생 • 지속적인 노력으로 발전하는 학생 • 배운 것을 적용할 줄 아는 학생 • AT에 대해 이해도가 있는 학생 • 스포츠 관련 학문에 관심이 있는 학생 • 스포츠를 좋아하며 즐길 줄 아는 학생 • 한 가지 이상의 스포츠 종목에 대해 높은 이해도 및 관심을 가지고 있는 학생 • 전공 관련 다양한 활동, 체험을 좋아하는 학생
전 공 관 련 활 동	<ul style="list-style-type: none"> • 학과 전공체험 or 미가대 참여 • 꾸준한 스포츠 종목 즐기기 • 스포츠 관련 대회 서포터즈 활동자 • 다양한 스포츠 경기 직관 및 스포츠 현장 답사 • 스포츠클럽대회 참여 • 스포츠 동아리 활동 • 전공 관련 자격증 취득
권 장 도 서 (도서명 - 저자)	<ul style="list-style-type: none"> • Principles of athletic training / Arnheim, 2015 • Rehabilitation tech for spoorts medicine and athletic training / Prentice, 2013 • Trail guide to the body / Biel(채운원 역) / 2015 • Essentials of strength training and conditioning / Baechle / 2011 • 스포츠 건강 과학론 / 김은경 / 2003 • 스포츠건강과 웰니스 / 평생체육연구소 / 2016 • 건강스포츠심리학개론 / 임호남 / 2004 • 건강스포츠생리학 / 김철원, 하경수 / 2015