



스포츠건강 재활학과

Department of
Sports Science & Rehabilitation

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

T. 042-630-9840

관련자격증

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

졸업 후 진로

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

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

학과 동 아 리

- Best Aid : 스포츠현장 지원을 통해 Athletic Trainer에게 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)
- A.T.M. : 건강과 스포츠재활에 필요한 모든 측정 기지재를 학습, 연구 하고체계적인 실습을 통해 취업능력 향상 (지도교수 : 어은실)
- 보디빌딩 : 웨이트레이닝을 현장에서 종사하는 선배 및 교수님의 지도를 통한현장 실무능력 배양 및 운동해부학, 운동생리학을 통하여 원리와 현상을 이해하여 보다 전문적인 지도자가 되기 위한 기회 제공 (지도교수 : 오은택)
- BIODEX : 임상에서 사용되는 등속성운동기구의 이론적 지식 습득과 전문가가 되기 위한 체계적인 실습을 통해 취업능력 향상 (지도교수 : 변재중)
- 1분30초 : 수영 강습법을 공유 및 학습하고, 자격증 취득 및 각종 대회 참가를 통해 수영지도의 전문가가 되기 위한 능력 향상 (지도교수 : 김명화)
- SFM : 매주 2회 축구 모임을 통하여 재학생들의 기초체력을 향상시키고 자격증 취득 및 대회 참가로 축구 지도사로서의 능력 향상 (지도교수 : 변재중)

미니 인터뷰



스포츠건강재활학과 14학번
김 * 훈

스포츠건강재활학과에서 선수트레이닝, 재활트레이닝, 테이핑, 경기력 향상을 위한 마사지 등을 교육받았습니다. 학교 교육과정 중 현장실습을 통해 대전중학교, 대전고등학교 농구팀, 성균관대학교 배구부, 국군체육부대 자전거 팀 그리고 국군체육부대

럭비팀에서 지원트레이너로 봉사했습니다. 10개월 동안 여러 종목의 트레이너로 활동하면서 종목특성에 맞는 보강운동, 선수케어방법 등을 경험했고 트레이너로 성장할 수 있는 발판이 되었습니다. 이러한 활동을 통해 의무트레이너 일을 계속하고 싶다는 확신이 생겼고 졸업 후 약 9개월 동안 4개의 대회와 1개의 해외 전지훈련 그리고 1개의 국내 전지훈련을 의무트레이너로 지원하면서 종목특성에 대한 이해도와 선수들이 필요로 하는 부분이 무엇인지 알게 되었고 저 또한 다른 종목에서 체험하기 어려운 상황을 직접 체험하고 응급처치를 한 경험이 전문성을 가진 트레이너로 성장하는 계기가 되었습니다.



스포츠건강재활학과 15학번
이 * 훈

어렸을때 부터 운동을 많이 하고 좋아했습니다. 또한 아이들을 좋아하고 다른 사람을 돕는것을 좋아했던 저는 선생님이라는 꿈을 꾸게 되었습니다. 그러던 고등학생 시절 심한 부상을 당하고 재활을 받으면서 나도 운동으로 인해 다친 사람들에게 운동

처방 및 재활을 통하여 원활한 일상 복귀를 하게 해주고 싶어 운동처방과 선수재활 둘다 배울 수 있는 스포츠건강재활학과에 입학 지원을 하게 되었습니다. 저는 수시전형으로 지원하여 최종합격이 되어 2015년도에 입학하게 되었습니다. 학과에서 인턴, 실습 등 현장 경험을 해보며 자신에게 도움이 되는 프로그램들도 많고 좋은 선배배관계를 통해서 많은 정보를 얻을 수도 있습니다. 올해부터는 건강운동관리사가 되기위해 더 많은 이론 공부와 실습을 통하여 저의 목표를 향해 더 다가갈 예정입니다. 특별한 학생만 우송대학교에 오는것이 아닙니다. 우송대학교에 오게되면서 제 자신이 특별해졌습니다. 스포츠건강재활학과에 자부심을 가지게 되었으며 많은 사람들에게 자랑스러울 할 수 있었습니다.

취업률 및 취업현황

67.7%, 62.5%

2019년 대학경보공시기준

- 김*태 (17년도 졸업) 상무 농구단
- 김*원 (17년도 졸업) 베스트병원
- 문*리 (17년도 졸업) MC스포츠재활운동센터
- 박*범 (17년도 졸업) LG세이커스농구단
- 유*준 (17년도 졸업) 포바즈한의원
- 정*영 (17년도 졸업) 대전스포츠과학센터
- 이 * (17년도 졸업) 머슬짐
- 이*재 (17년도 졸업) VIP통증필라테스 창업
- 박*범 (17년도 졸업) 신라호텔피트니스센터
- 홍*표 (17년도 졸업) 세종시장애인체육회
- 최*빈 (18년도 졸업) 전자랜드 농구팀
- 유*준 (18년도 졸업) GOTO스포츠센터
- 권*현 (18년도 졸업) 호재활의원
- 김*원 (19년도 졸업) 대전연도내과의원
- 김*홍 (19년도 졸업) 대한체육회력비대표팀
- 오*은 (20년도 졸업) 인본병원

▶ 입시 준비 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
전공 관련 활동	<ul style="list-style-type: none"> • 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
권 장 도 서 (도서명 - 저자)	<ul style="list-style-type: none"> • 학과 전공체험 or 미가대 참여 • 꾸준한 스포츠 종목 즐기 • 스포츠 관련 대회 서포터즈 활동자 • 다양한 스포츠 경기 직관 및 스포츠 현장 답사 • 스포츠클럽대회 참여 • 스포츠 동아리 활동 • 전공 관련 자격증 취득
	<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