

## Swimming

Course Name	Course type (credit/hours)	Elective course(1/2)	Course code	X002
	Target students Division/major/grade	/	Opening semester	2019 1ST SEMESTER
	Class time and classroom	Tue 7() Tue 8()	English Grade	
Reference to this course	Prerequisite courses	교양수업이기에 없음		
	Related basic courses	교양수업이기에 없음		
	Recommended concurrent courses			
	Related advanced courses			

Instructor	Name (title/division)		KIM MYNGHUN(Lecturer, Sports Leisure)		
	Office Room Number	캠퍼스프라자 704호(총동문화 사무실)	Office phone Number		e-mail
	Office hours	언제든 환영(문자/특/통화 010-4240-6754 )	Homepage address		
Teaching Assistant	Name (title/division)				
	Office Room Number		Office phone Number		e-mail

### 1. Introduction

### 2. Course Objectives

<p>1. 이론수업을 통하여 수영의 의의와 역사, 필요성 및 효과, 수상과 수중에서의 안전도모, 수영 영법 등에 대해 알아보고, 체력과 건강의 유지 및 증진, 심장 기능을 포함한 신진대사를 촉진시킬 수 있음과 안전수칙을 숙지하여 수영에 대한 흥미를 제고하고 올바르게 안전하게 즐길 수 있도록 한다.</p> <p>2. 실기수업을 통하여 친수활동(스쿠바 체험 등)과 각종 수영기술들을 몸에 익히며 (호흡법, 물에 뜨기, 스쿼링, 기본동작부터 자유형, 배영, 평영, 접영, 입영, 잠영, 턴 등)</p> <p>인명구조법을 배우고 인공호흡법을 습득하여 자신의 생명 뿐만 아니라 타인의 생명도 구조할 수 있는 수영능력과 구조능력을 함양한다.</p>
---

### 3. Class types and activities

### 4. Teaching Method

<input checked="" type="checkbox"/> lecture	<input checked="" type="checkbox"/> discussion and debate
<input type="checkbox"/> team project(presentation and case studies)	<input type="checkbox"/> experiments(role-playing, etc)
<input type="checkbox"/> designing and production	<input type="checkbox"/> on-site learning(on-site training)
<input checked="" type="checkbox"/> others ( 수강생 중심의 수업운영(협의/합의)	

### 5. Support Systems in Use

<input checked="" type="checkbox"/> AjouBb	<input type="checkbox"/> automatic recording system	<input type="checkbox"/> web-based assignment
<input type="checkbox"/> cyber lecture	<input type="checkbox"/> online content	
<input type="checkbox"/> class behavior analyzing system	<input type="checkbox"/> others	

### 6. Teaching Tools

<input type="checkbox"/> PBL(Problem Based Learning)	<input type="checkbox"/> CBL(Case Based Learning)	<input type="checkbox"/> TBL(Team Based Learning)
<input type="checkbox"/> UR(Undergraduate Research)	<input type="checkbox"/> FL(Flipped Learning)	<input type="checkbox"/> DSAL(Data Science Active Learning)
<input type="checkbox"/> others		

### 7. Knowledge and ability required for taking this course

수영을 잘 하면 좋겠지만 이제 시작해 보려는 초심자, 그리고 물에 트라우마를 갖고 있는 분들도 대환영입니다.

대부분이 이제 시작하려는 초심자이고, 한 학기동안 수영을 마스터하기에는 무리이며

친수활동을 소개하고 장려하여 수영에 대한 흥미를 갖고 평생동안 건강유지를 위한 운동으로 안전하게 즐기 수 있도록 동기를 부여하고자 하는 것이 수업의 목표이기 때문입니다.

트라우마가 있는 수강자는 수업 중에 기 활용하였던 별도 프로그램을 진행하여 극복하는데 목표를 둘 것이기 때문입니다.

## 8. Method of Evaluation

Evaluation Item	The Number of Times	Evaluation Proportion	Remarks
Attendance		30	
midterm exam		30	
final exam		30	
quiz			
presentation			
discussion			
homework			
etc		10	
study hours			

## 9. Textbook and supplementary material

Main/Sub	Title (Web-site)	Writer	Publisher	Publication year
Ref.	심폐소생술, 인명구조, 수영영법의 동영상			
Main	육현철 수영지도론, 김상규, 김창국 수영의 지도와 관리			

## 10. Class system and Class shedule

<p>절대평가와 합의를 전제로 수상안전 관련 자격증 취득 추진</p> <p>이론수업          - 수영 소개/동영상          - 안전관련 소개/동영상</p> <p>실기수업          - 수영 실습          - 안전실습          - 친수활동 실습(스쿠바 체험 등)</p>
--

### < Class Schedule >

\* language : K-korean, E-English

Weeks	Topics	language	Instructor	Teaching Method	Evaluation Method	Matter to be prepared
1	OT/수업진행 합의/이론수업1	K	KIM MYNGHUN			
2	수영영법 동영상 교육	K	KIM MYNGHUN			

< Class Schedule >

\* language : K-korean, E-English

Weeks	Topics	language	Instructor	Teaching Method	Evaluation Method	Matter to be prepared
3	EFR(심폐소생술) 이론(강의실)	K	KIM MYNGHUN			
4	EFR(심폐소생술) 실습(강의실), 수영실습 전 유의사항	K	KIM MYNGHUN			무릎 꿇고 실습하기에 바지 등 편한 복장
5	수영장(친수활동/자유형, 레벨 test)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
6	수영장(인명구조 실습)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
7	수영장(스쿠바 체험)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
8	강의실(중간고사)	K	KIM MYNGHUN			
9	수영장(초급-자유형, 중급-물밖/속스타트법)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
10	수영장(턴, 평영-팔/다리동작, 호흡)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
11	수영장(턴, 평영-숙달)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
12	수영장(평영-사이드턴)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
13	수영장(스타트, 턴, 평영)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
14	수영장(스타트, 턴, 평영)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
15	수영장(기말평가)	K	KIM MYNGHUN			수영복, 수경, 수모, 수건, 샤워용품
16	강의실	K	KIM MYNGHUN			

## 11. Other items of notification

합의에 의해 EFR(심폐소생술) 자격증을 취득하고 절대평가 진행하면 중간, 기말 평가가 불필요하게 됩니다.  
물에 대해 트라우마를 겪었거나 지금도 가지고 계신분들은 수업 중 별도의 프로그램으로  
서로 격려하며 극복할 수 있도록 배려하고 세심히 지도하니 개강 초에 상담해 주시기 바랍니다.