

공동활용 교과목 강의계획서

과목코드	-	과목명	(국문) 마음면역코칭			
			(영문) Mind immunity coaching			
운영대학	원광보건 대학교	교과구분	교양선택	담당 교수	성명	최미숙(대표교수)
학점	2	개설년도/ 학기	2022년/ 2학기		소속	복지교육학부 유아교육과
					연락처	010-9009-2678
				이메일	czy12@wu.ac.kr	
교과목표 및 개요	■ 교과목 특징 1. 본 교과목은 모듈식으로 구성된 팀 티칭 수업형태의 교과목이다. 2. 마음, 몸(신체), 면역, 스트레스 등의 4가지 키워드를 중심으로 교육적, 물리치료학적, 보건면역학적, 정신간호학적 관점에서 다면화된 교수내용으로 구성되어 진행되는 수업이다. 3. 건강한 대학생활을 위하여 대학별 핵심역량 증진을 위한(인문역량, 글로벌역량, 창의 융합역량, 공동체역량) 이론 및 실천 그리고 체험 중심의 교수학습법으로 진행되는 교과목이다. 4. 21세기 인공지능시대에 요구되는 신기술인재육성에 필요한 기초교양 및 교양교육과 소양교육의 융·복합 교양교육목표 달성을 보다 효과적으로 달성하기 위한 교과목이다.					
	■ 수업목표 1. 마음, 몸(신체), 면역, 스트레스 등의 4가지 키워드를 중심으로 교육학적 측면에서 본 마음, 물리치료학적 측면에서 본 몸(신체), 보건면역학적 측면에서 본 면역, 정신간호학적 측면에서 본 스트레스에 대하여 학습한다. 2. 학생 개개인의 정서적·신체적·사회적·생활지도를 통해 이미 내재한 잠재력을 끌어내고 자신의 가능성을 발견하여 사회에 활용할 수 있는 융·복합 교양교육의 효과를 체험한다 3. 대학생활에서 보다 쉽고 유익하게 그리고 전문적인 관점에서 마음면역력증진을 위한 코칭법을 체득한다.					
수업운영 방식	- 모듈별 학습자 선택 수강 가능 - 이론과 자기보고식 체험 병행 수업 운영 - 강의 수강 이전과 이후에 대한 학습자 변화정도 자가 체크로 학습성과 도출 가능					
교재 및 참고문헌	주차별 강의 교안PDF자료제공					
성적 평가	출석	10%				
	중간고사	20%				
	기말고사	20%				
	과제	10%				
	토론	10%				
	기타	30%				
기타 안내사항	-					

주차	차시	수업내용	교재범위 및 과제물	비고
1	1	교과목 오리엔테이션	사전 자가지단 체크리스트	
	2	교과목 오리엔테이션		
2	1	마음면역력관리 / 마음과 마음사용	차시별 퀴즈	
	2	마음면역력관리 / 마음면역력 관리하기		
3	1	마음면역력회복 / 마음챙김과 자가치유	차시별 퀴즈	
	2	마음면역력회복 / 마음건강 회복하기		
4	1	마음면역력 코칭 / 몰입과 직관	차시별 퀴즈	
	2	마음면역력 코칭 / 마음면역력 코칭하기		
5	1	목과 어깨의 건강관리 / 목의 건강관리	차시별 퀴즈	
	2	목과 어깨의 건강관리 / 어깨의 건강관리		
6	1	척추와 허리의 건강관리 / 척추의 건강관리	차시별 퀴즈	
	2	척추와 허리의 건강관리 / 허리의 건강관리		
7	1	골반과 무릎의 건강관리 / 골반의 건강관리	차시별 퀴즈	
	2	골반과 무릎의 건강관리 / 무릎의 건강관리		
8		중간고사	LMS 중간평가	
9	1	신체면역(1) / 항원 및 항체	차시별 퀴즈	
	2	신체면역(1) / 선천면역 및 적응면역		
10	1	신체면역(2) / 과민반응 및 자가면역	차시별 퀴즈	
	2	신체면역(2) / 구조적적합성복합체 및 이식면역		
11	1	신체면역(3) / 종양면역 및 면역조절	차시별 퀴즈	
	2	신체면역(3) / 면역결핍 및 백신		
12	1	인간의 마음과 신체와의 관계 / 인간의 마음 및 몸과의 관계	차시별 퀴즈	
	2	인간의 마음과 신체와의 관계 / 스트레스 개념과 특성		
13	1	스트레스관리 및 대처전략 / 스트레스와 정신과의 관계	차시별 퀴즈	
	2	스트레스관리 및 대처전략 / 스트레스 대처 및 관리		
14	1	스트레스 관리기법 적용 / 대인관계 갈등해결을 위한 의사소통 방법	차시별 퀴즈/ 사후 자가지단 체크리스트	
	2	스트레스 관리기법 적용 / 갈등해결하기 위한 의사소통 활용		
15		기말고사	LMS 기말평가	