

제20차 운동사 자격검정시험 안내 및 응시자 행동요령

2009년도 제20차 운동사 자격검정시험 안내 및 응시자 행동요령을 다음과 같이 공고합니다. 수험생들은 수험생 명단, 시험 일자 및 장소를 반드시 확인하시고 시험을 치르는데 차질이 없도록 준비하시기 바랍니다.

2009. 2.

운동사자격시험관리위원회 위원장

-다 음-

1. 일반사항

- 가. 공지대상 : 제20차 운동사 자격검정시험 응시자
- 나. 공지내용 : 제20차 운동사 자격검정시험 필기고사/실기고사 안내

2. 자격검정시험 과목 세부내용

- 가. 자격제도 개선 내용

- ① 제20차 운동사 자격연수 및 검정시험에서 모든 과정의 실기고사는 필답형 실기고사로 실시됨.
※ 필답형 실기고사 : 문제지의 질문(상황)에 대한 답(처리내용)을 답안지에 직접 작성하는 시험을 말함
- ② 임상 운동사는 스포츠재활과 임상교육 전공을 분리하여 자격검정시험을 실시하되, 개인운동사와 각 전공의 필기/실기시험에 모두 합격해야하며 자격증에는 합격한 전공명칭이 기재됨.
- ③ 개인운동사(PT: Personal Trainer)는 헬스/피트니스 현장에서 개인지도 및 맞춤운동 전문가로 활동할 수 있는 능력을 평가
- ④ 임상 운동사(ESRS: Exercise & Sports Rehabilitation Specialist)는 보건의료기관의 임상교육 능력은 물론 스포츠현장에서 운동선수를 대상으로 운동손상 예방 및 스포츠재활 훈련 전문가로 활동할 수 있는 능력을 평가

나. 필기고사

구 분	교과영역	과 목	문항수	시험시간
개인 운동사	운동학원론	기능해부학, 운동역학, 운동생리학, 운동영양학 등	80	90분
	개인운동	건강/체력평가, 운동처방/트레이닝방법론, 개인운동지도법 등		
임상 운동사	임상교육	병태생리학, 심전도, 임상운동검사/처방 등	80	90분
	스포츠재활	운동손상학원론, 운동손상평가, 운동손상재활 등	80	90분

※ 홈페이지 교과과정 바로가기 => http://www.kacep.or.kr/confirm/study_3.php

다. 실기고사

구 분	교과영역	과 목	문항수	시험시간	전체시간
개인 운동사	실기고사	기능해부학	20-30	30	90분
		건강/체력평가	20-30	30	
		개인운동지도법	20-30	30	
임상 운동사	임상교육 실기고사	심전도 판독	20	30	60분
		임상운동검사·평가·처방	20-30	30	
	스포츠재활 실기고사	치료적운동	10-30	30	60분
		운동손상평가	30	30	

※ CPR/응급처치는 연수 외 별도의 수료증으로 대체함

※ 스포츠테이핑 과목은 연수교육 수료증으로 대체함

※ 상기내용은 운동사자격시험관리위원회의 결정에 따라 달라질 수 있음.

라. 실기고사 세부내용

1) 개인운동사 실기고사 세부내용 예시

예 1) 건강/체력 평가 내용 중 일부

문제 1-2. 환자에 대한 상황 생략. ()안에 들어갈 적절한 표현을 적으시오. (각 1점)

상기 환자에게 있어서 유산소운동 시 최적의 운동빈도는 주당 (①)회, 운동시간은 20-60분이며, 저항운동의 경우 낮은 강도(1RM의 40-60%)의 최소빈도는 세션 사이가 적어도 48시간인 (②)회가 적당하다.

2) 임상운동사 실기고사 세부내용 예시

예 2) 치료적운동 내용 중 일부

문제 1. 오른쪽 무릎 신전의 운동각을 증가시키는 관절가동기법을 시행하고자 한다. ()안에 들어갈 적절한 표현을 적으시오. (각 1점)

모의환자를 눕게 하고(Supine Position) 무릎을 펴게 한다.
 모의환자의 오른쪽 정강이뼈(tibia) 근위부 후방부위에 타올을 말아서 대어 준다.
 가. 운동사의 한 손은 모의환자의 오른쪽 정강이뼈(tibia)의 (①)를 잡고 동시에 다른 한손으로 오른쪽 넙다리뼈(femur)의 원위부를 (②) 방향으로 민다.
 나. 운동사는 모의환자의 슬개골(patellar)을 잡아 (③) 방향으로 민다.

예 3) 심전도 내용 중 일부

문제 1. 다음 심전도의 파형을 보고 판독하시오.



3. 시험문제 출제범위 ·

- 개인운동 : ESE, ARM, AGL, PT, 연수강의록 등
- 임상운동 : ARM, AGL, 연수강의록 등
- 스포츠재활 : PAT, TE, 연수강의록 등

- ※ (ESE) Essencial of Strength Training & Conditioning(번역서) 근력트레이닝과 컨디셔닝, 대한미디어
- ※ (ARM) ACSM's Resouce Mannual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription(번역서) 운동검사 및 처방, 한미의학
- ※ (AGL) ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription(번역서) 운동검사운동처방 지침, 한미의학
- ※ (PT) ACSM's Resouce for the Personal Trainer, SECOND EDITION(번역서) 운동사를 위한 개인지도 실무지침. 한미의학
- ※ (PAT) Principles of Athletic Training(번역서) 운동손상학 원론, 대한미디어
- ※ (TE) Therapeutic Exercise for Athletic Injuries(번역서) 치료적 운동의 원리와 실제, 대한미디어

4. 20차 운동사 자격검정시험 시간표

가. 필기고사 시간표

1) 일시 : 2009. 2. 28(토) 09:00 ~ 15:30

2) 장소 : 중앙연수원(경원대학교 아름관 내 8개 고사장)

(※응시자별 고사장 배치는 고사 당일에 건물 1층 앞 공지사항 참조)

교시	시간	소요시간	실시내용
	08:40 ~ 08:50	10	수험생 입실 완료
	08:50 ~ 08:55	5	감독관 입실
1	09:00 ~ 10:30	90	개인운동 필기고사
	10:30 ~ 10:50	20	휴식
2	10:50 ~ 12:20	90	임상(임상교육) 필기고사
	12:40 ~ 13:50	110	점심식사
3	14:00 ~ 15:30	90	임상(스포츠재활) 필기고사

※ 상기 모든 내용은 대한운동사회 자격관리위원회의 결정에 따라 달라질 수 있습니다

나. 실기고사 시간표

1) 일시 : 2009. 3. 1(일) 09:00 ~ 13:30

2) 장소 : 중앙연수원(경원대학교 아름관 내 8개 고사장)

(※응시자별 고사장 배치는 고사 당일에 건물 1층 앞 공지사항 참조)

교시	시간	소요시간	실시내용
	08:40 ~ 08:50	10	수험생 입실완료
	08:50 ~ 08:55	5	감독관 입실
1	09:00 ~ 09:30	30	개인운동(기능해부학) 실기고사
	09:30 ~ 09:35	5	시험지/답안지 회수 및 배포
	09:35 ~ 10:05	30	개인운동(건강체력평가) 실기고사
	10:05 ~ 10:10	5	시험지/답안지 회수 및 배포
	10:10 ~ 10:40	30	개인운동(개인운동지도) 실기고사
	10:40 ~ 11:00	20	휴식
2	11:00 ~ 11:30	30	임상교육(심전도) 실기고사
	11:30 ~ 11:35	5	시험지/답안지 회수 및 배포
	11:35 ~ 12:05	30	임상교육(임상운동검사·평가·처방) 실기고사
	12:05 ~ 12:25	20	휴식
3	12:25 ~ 12:55	30	스포츠재활(운동손상평가) 실기고사
	12:55 ~ 13:00	5	시험지/답안지 회수 및 배포
	13:00 ~ 13:30	30	스포츠재활(치료적운동) 실기고사

※ 상기 모든 내용은 대한운동사회 자격관리위원회의 결정에 따라 달라질 수 있습니다

5. 유의사항

- 응시자들은 응시과목 고사 시작 10분전까지 해당고사장으로 입실을 완료해 주시기 바랍니다. 각 시험시작 후에는 입실할 수 없으며, 각 시험 종료시까지 퇴실 할 수 없습니다.
- 필기/실기고사 당일 응시자는 경원대학교 아람관 앞에 각각 게시된 고사장 배치도를 반드시 확인하고 입실하여 주시기 바랍니다.
- 고사에 임할 때 신분증을 필히 지참하시기 바랍니다.
- 고사 중 휴대폰, 전자기기 등은 절대로 사용할 수 없습니다.
- 부정행위를 한 응시자 또는 부적절한 방법으로 응시한 경우, 자격시험관리위원회의 규정에 의거 수험을 정지시키거나 합격을 무효로 하며, 향후 2년간 자격시험에 응시할 수 없습니다.
- 교통안내 : 주차장이 협소하므로 가급적 대중교통을 이용하시기 바랍니다. (주차비 본인 부담)