



광주여자대학교 스포츠재활학과

스포츠재활학과 소개 및 미래 전망

운동 + 의학 + 재활의 융합, AI 시대의 건강 전문가 양성



목차

본 발표에서는 AI 시대의 스포츠재활 전문가 양성과 미래 진로에 대해 소개합니다.

01. _____

AI 시대와 인간의 역할

단순직업의 AI 대체
기본소득과 여가생활
사람만의 가치

02. _____

웰니스 시대의 도래

건강수명 증대
운동의 건강 효과
노인인구 증가

03. _____

운동 지도 전문가

AI 활용 운동지도
건강운동관리사
전문가 간 차이점

04. _____

스포츠재활과 자격증

국가자격증 소개
민간자격증 종류
전문성 확보

05. _____

학과 커리큘럼

학년별 교육과정
AI 융합 교육
실습 중심 학습

06. _____

졸업 후 진로

임상운동 전문가
공공기관 취업
창업 및 전문관리

발표자 소개



최우진 교수

스포츠재활학과
교수로 재직 중



대한건강운동관리사협회
Korea Exercise Specialist Association

협회 명예회장

대한건강운동관리사
협회 명예회장
(전 회장)



질병관리청
Korea Disease Control and
Prevention Agency

교육자문교수

중앙손상관리센터
교육자문교수로
활동 중

AI 가속화 시대와 인간의 역할

1



단순직업의 AI 및 로봇 대체

- 인공지능과 로봇이 단순 반복 직업 대체
- 자동화 가능한 업무의 급격한 감소
- 새로운 직업 패러다임 필요

2



사람만이 할 수 있는 일

- 여가 활동:
여행, 독서, 토론
- 스포츠 활동:
관람 및 직접 참여
- 운동과 건강관리

3



기본소득 제공 체계

- AI 대체로 인한 기업의 이익 증가
- 기업세금 증가를 통한 재원 마련
- 기본소득 제공으로 생활 보장

4



노동소득과 의무고용

- 기본소득과 노동소득 병행
- 기업의 의무고용 제도 시행
- 일자리 창출과 소득 보장

웰니스(Wellness) 시대의 도래

1

기대수명 증가와 노인인구 증가

- 평균 수명 연장으로 노인 인구 급증
- 인구 고령화 가속

2

건강수명에 대한 관심 증대

- 단순 생존을 넘어 건강한 삶 추구
- 운동이 핵심 요소

3

운동의 다양한 건강 효과

- 근감소 예방 및 근력 유지
- 골다공증 예방으로 뼈 건강 증진
- 대사성질환 예방 (당뇨, 고혈압 등)
- 암생존률 증가 효과

4

뇌건강 및 정신건강

- 치매 예방 효과
- 인지기능 향상
- 뇌 건강 유지

5

삶의 질 향상

- 수면의 질 향상
- 스트레스 해소
- 전반적 웰빙 증진

운동 지도 전문가의 역할

1



AI를 활용한 사람 중심 운동 지도

- AI는 보조 도구로 활용
- 사람이 직접 운동 지도 수행
- 인간적 소통과 동기부여 제공

2



AI 기반 체력측정 및 운동처방

- AI 활용 정밀 체력 측정
- 맞춤형 운동처방 프로그램 작성
- 데이터 관리 및 재평가 시스템

3



건강운동관리사의 관리 및 지도

- 운동처방사, 스포츠재활사 역할
- 일반인 및 환자 운동 지도
- 국가자격증 기반 전문성 보유

4



물리치료사, 작업치료사와의 차이

- 물리치료사: 의료적 재활 치료
- 작업치료사: 일상생활 기능 회복
- 건강운동관리사: 운동처방 및 지도

스포츠재활의 정의와 미래 가치



스포츠재활은 운동, 의학, 재활을 융합한 미래 지향 학문입니다.

AI 시대에 건강·웰니스 중요성 증대로 역할이 확대되고 있습니다.

기대수명과 건강수명 관심 증가로 전문 인력 양성이 시급합니다.

1

스포츠재활의 정의

운동 + 의학 + 재활의 융합 학문
스포츠 손상 예방 및 회복 지원
건강증진과 체력향상 통합 관리

2

미래 유망 직업

AI 시대 인간 중심 직업
건강수명 증가 핵심 역할
웰니스 산업 성장과 함께 발전

3

운동전문가 양성

건강운동관리사 등 자격 보유
일반인부터 환자까지 운동 지도
과학적 운동처방 및 관리 전문가

4

국가자격증 체계

문화체육관광부 발급 자격증
의사 의뢰 통한 전문적 업무 수행
국가 공인 운동처방 전문 자격

건강운동관리사 자격 및 역할

1



자격증 개요

- 문화체육관광부 발급 국가자격증
- 운동처방 분야 유일 국가 공인 자격
- 체육학 관련 학위 및 실무 경험 필요
- 필기시험과 실기/구술시험 통과 필수
- 자격 취득 후 연수 과정 이수

2



업무 수행 체계

- 의사 또는 한의사의 의뢰를 통한 업무
- 관리감독이 아닌 협력 체계
- 병원 및 의료기관 연계 가능
- 독립적 운동처방 및 지도 권한
- 전문적 운동프로그램 설계 및 실행

3



지도 대상

- 일반인 대상 건강 운동 지도
- 만성질환자 운동처방 및 관리
- 장애인 맞춤형 운동 프로그램
- 노인 건강증진 운동 지도
- 청소년 체력향상 프로그램 운영

4



전문성 및 역할

- 과학적 체력측정 및 평가 수행
- 개인별 맞춤 운동처방 작성
- AI 기반 운동 데이터 관리
- 운동 효과 모니터링 및 재평가
- 건강증진 상담 및 교육 제공

취득 가능한 자격증 (1) - 국가자격

건강운동관리사

문화체육관광부 발급, 운동처방 및 건강관리 전문 국가자격증

전문스포츠지도사

특정 종목의 전문 선수 및 경기력 향상 지도 자격증

생활스포츠지도사

일반인 대상 생활체육 종목별 지도 및 보급 전문 자격증

노인/유소년/장애인 스포츠지도사

특수 대상자별 맞춤형 스포츠 지도 및 건강증진 전문 자격증

스포츠경영관리사

스포츠 시설 및 조직 운영 관리 전문 국가자격증

취득 가능한 자격증 (2) - 민간자격

미국스포츠의학대학협의회

ACSM CPT, CET, CEP 등 국제 공인 운동전문가 자격증

미국스포츠의학회

NASM CPT, CES, PES 등 교정운동 및 수행능력 전문 자격증

미국체력컨디셔닝협회

NSCA CPT, CSCS, TSAC-F 등 체력 및 컨디셔닝 전문 자격증

국내 전문 협회 자격

대한스포츠의학회 SAT, 대한운동사회 운동사, 대한적십자사 CPR 자격

기타 전문 자격증

선수트레이너(AT), 필라테스지도자, 수중재활운동사, 스포츠안전관리사 등

학과 커리큘럼 및 교육과정

1



1학년 교육과정

- 체육학개론
- 스포츠건강학
- 해양스포츠체력관리
- 스포츠마케팅
- 스포츠사회학
- 스포츠마사지&테이핑

2



2학년 교육과정

- 스포츠재활총론
- 인체해부학
- 도수재활관리
- 운동생리학
- 기능해부역학
- AI융합 건강체력평가
- AI융합 퍼스널스트레닝

3



3학년 교육과정

- AI융합 운동처방
- 구급 및 응급처치
- 병태생리학
- 필라테스1, 2
- AI융합 운동손상평가/재활
- 심전도/운동부하검사
- 스포츠영양학
- AI융합 선수컨디셔닝 실습

4



4학년 교육과정

- 노화와 건강
- AI융합 연구방법론
- AI융합 전문체력평가
- 캡스톤 디자인
- AI융합 운동프로그램 종합설계 관리
- 재활운동 사례연구
- 동계스포츠 손상관리실습

졸업 후 진로 및 주요 취업처

1



임상운동전문가 분야

- 병원 산하 스포츠의학센터
- 재활전문병원
- 노인요양병원
- 한방재활병원
- 한의원 운동처방실
- 의료기관 연계 운동센터

2



공공/지역사회 연계 분야

- 시/도 체육회 및 장애인체육회
- 국민체력100 체력인증센터
- 스포츠과학센터
- 국민건강보험공단 건강증진센터
- 보건소 신체활동증진사업
- 노인복지관 및 치매안심센터

3



선수전문관리 분야

- 프로스포츠구단 체력코치
- 실업 및 공공기관 스포츠구단
- 학교 스포츠팀 재활트레이너
- 선수 컨디셔닝 전문가
- 스포츠 손상 예방 및 관리
- 경기력 향상 프로그램 운영

4



스포츠헬스케어 분야

- 대기업 운동처방센터
- 퍼스널트레이닝센터
- 요가/필라테스센터
- 전문선수관리센터
- 수중재활운동센터
- 창업(스튜디오 및 전문운동센터)

협력기관



스포츠재활 간단 실습

1



관절가동기법

- 손목굴곡과 신전이 안될때

2



근막이완기법

- 상부승모근의 근막통증증후군 관리

3



스포츠테이핑

- 테니스엘보
- 골프엘보