



# 맞춤형 헬스케어 스마트 코칭 전문가 양성과정

디지털 헬스케어 시대에 들어서면서 건강의 중요성에 대한 일상적인 인식 자체가 높아 스마트 기기를 활용한 개인 건강관리에 관심이 증가하고 있으며 그에 따른 다양한 기술적 요구와 체계적인 관리에 대한 요구가 높아지고 있음

본 과정은 보건, 의료 및 헬스케어 관련 분야 종사를 희망하는 대상자들에게 자세건강관리, 운동능력 향상, 심폐 건강관리와 개인 맞춤형 헬스케어 프로그램을 스마트 헬스케어 기기를 활용하여 교육 훈련함으로써 일반인들에게 맞춤형 건강관리 프로그램을 계획하고 수행할 수 있도록 코칭 능력을 갖춘 맞춤형 헬스케어 스마트 코칭 전문가 양성을 목적으로 함

## 훈련 대상자

학 력	대학 2년 이상의 졸업자 또는 이와 동등한 학력 인정자 우대
경 력	보건, 의료 및 헬스케어 관련자 우대
자 격	18세 이상으로서 건강분야에 관심이 있는 일반인과 보건의료 및 헬스케어 관련 분야 종사자

## 훈련내용

NCS 교과:  
100시간

교 과 목 명	학 습 내 용	훈련시간
의지보조기 제작 관리	의지(義肢: 인공 팔다리) 보조기 고객 평가	5시간
	맞춤형 교정용 신발 제작	15시간
	자세보조용구 제작	25시간
	척추보조기 제작	15시간
보건교육	보건교육 의사소통	5시간
	보건교육 수행	15시간
	건강생활실천 보건교육	10시간
	만성질환 예방교육	10시간

## 훈련내용

비 NCS 교과:  
140시간

교 과 목 명	학 습 내 용	훈련시간
인체의 구조와 기능	인체의 구조와 기능 이해하기	4시간
	근육의 운동수행능력 이해하기	4시간
	유산소 운동과 무산소 운동 이해하기	8시간
	안정성 운동과 가동성 운동 이해하기	8시간
스마트 기기 활용 근육능력수준 평가 및 향상관리	스마트 기기 활용 근육능력수준 평가하기	10시간
	스마트 기기 활용 근육능력수준 결과 분석하기	10시간
	스마트 기기 활용 근육능력 향상 프로그램 수립하기	10시간
	스마트 기기 활용 근육능력 향상 프로그램 수행하기	10시간
스마트 기기 활용 운동능력 평가 및 향상관리	스마트 기기 활용 관절가동범위 및 근수행력 평가하기	10시간
	스마트 기기 활용 균형 및 보행 능력 평가하기	10시간
	스마트 기기 활용 근수행력, 균형 및 보행능력 향상 프로그램 수립하기	15시간
	스마트 기기 활용 근수행력, 균형 및 보행능력 향상 프로그램 수행하기	15시간
스마트 기기 활용 심폐능력 평가 및 향상관리	스마트 기기 활용 심폐기능 평가하기	10시간
	스마트 기기 활용 심폐기능 향상 프로그램 수립하기	10시간
스마트 기기 활용 맞춤형 건강관리 및 모니터링	스마트 기기 활용 맞춤형 건강관리 프로그램 수립하기	4시간
	스마트 기기 데이터 활용 모니터링	2시간