

□ 과정 운영 : 5회차 42시간(온라인 별도)

구분	교육 내용	장소	시간	비고	
직무교육	온라인 직무교육		12H	개별 수강	
	<u>다시 출근합니다, 제2의 인생 - 행복한 내일(전업편)</u>	서울시평생학습포털	12H		
	오프라인 직무교육		32H	주말 (토)	
	[1회차 : 심혈관계]		연세대학교 스포츠과학관 (신촌역)		8H
	- 심혈관계 질환의 이해(종류 및 증상과 원인) - 심혈관계 질환에 도움이 되는 근거중심 운동 작성방법 - 심혈관계 관련 근거중심의 운동법(고혈압, 고지혈증)				
	[2회차 : 대사성]				
	- 대사성 질환의 이해(종류 및 증상과 원인) - 대사성 질환에 도움이 되는 근거중심 운동 작성방법 - 대사성 질환 관련 근거중심의 운동법(당뇨, 비만)				
	[3회차 : 근골격계]		8H		
- 근골격계 상해 발생 기전 및 평가 - 근골격계 기능 회복에 도움이 되는 근거중심 운동 작성방법 - 근거중심의 부위별(발목, 무릎, 어깨) 기능 회복 운동법					
[4회차 : 뇌질환]		8H			
- 뇌질환의 이해(종류 및 증상과 원인) - 뇌질환에 도움이 되는 근거중심 운동 작성방법 - 뇌질환 관련 근거중심의 운동법(파킨슨, 뇌졸중)					
현장실습	[5회차 : 건강운동관리사 실습] - 농촌 왕진버스 ¹⁾ 건강운동관리 프로그램 참여 - 시니어 운동처방 및 건강 증진, 합병증 예방 업무 체험	농촌 왕진버스 활동 현장	10H	필수	
현장근로	[① 노인종합복지관 직무교육]	서울·수도권 노인복지관	2H	선택	
	- 복지관 생활지원사, 요양보호사 직무교육 프로그램 참여				
	[② 파킨슨 환자 운동 지도]	연세대학교 스포츠과학관	2H		
	- 파킨슨 환자 대상 운동 프로그램 ²⁾ 참여				
[③ 근골격계 환자 운동 지도]	서울·수도권 인근 자택 (1:1 지도)	2H			
- 근골격계 환자(선수, 일반인) 대상 기능 회복 운동 프로그램 참여					

1) 농림축산식품부 주관, 농협·지자체 협력으로 보건·의료 취약계층인 농촌주민 대상 직접 찾아가는 의료 서비스를 제공하는 사업으로 2025년 연간 300회 정도 건강 프로그램 운영 예정
2) (사)대한파킨슨병협회에서 사회공헌 활동 일환으로 추진 중인 노인 운동 프로그램, 연세대학교 주관 운영 중