

·  
·  
·  
·  
·  
·  
·  
·  
·  
·

# 생활체육 프로그램 기획



# 생활체육 프로그램 기획



생활체육 프로그램 구성요소(참가자, 지도자, 시설 등)를  
적절히 배열하는 과정

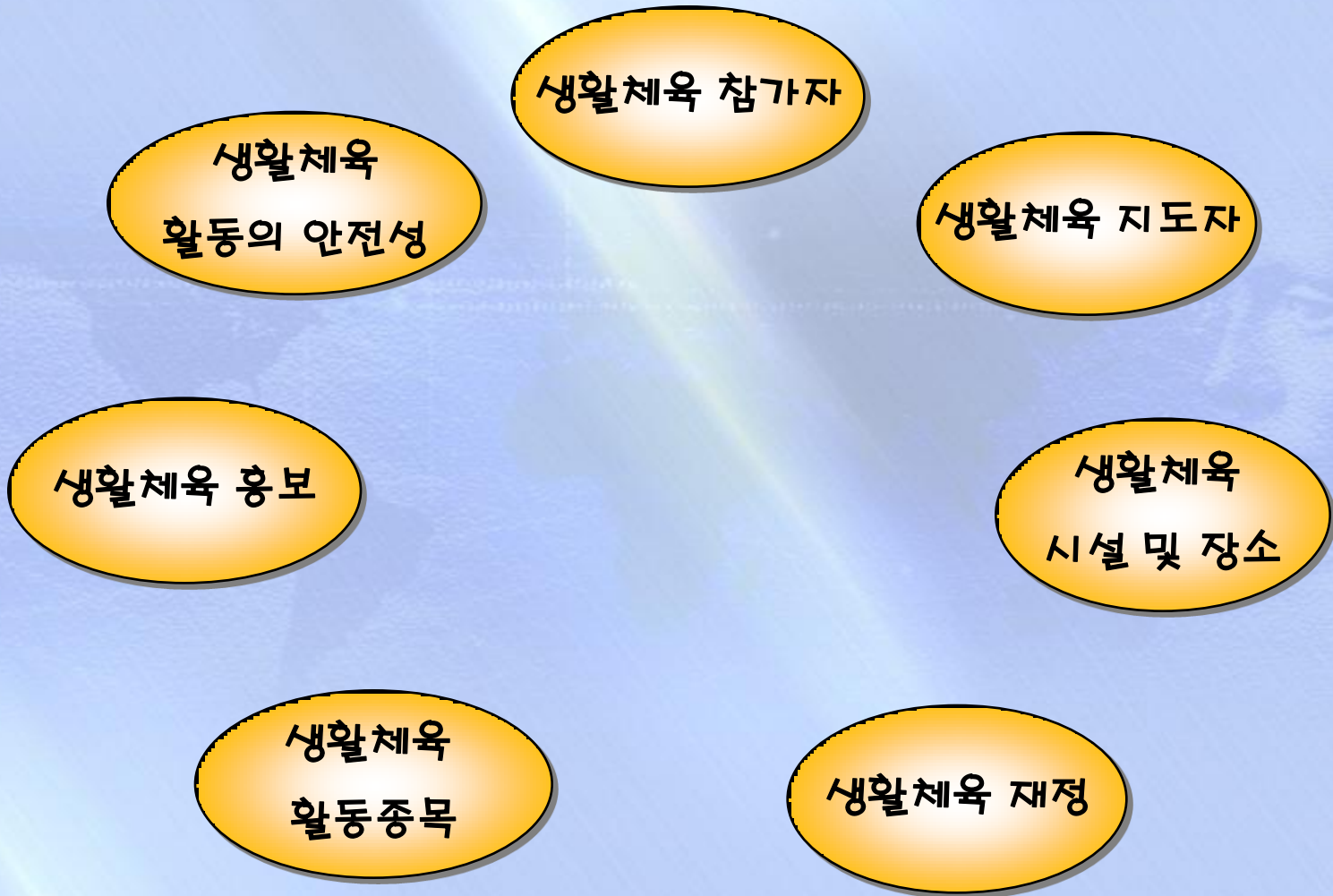
참가자의 이용만족 극대화

지속적인 생활체육 참가 유도

# 생활체육 프로그램 기획원리

- 다양한 활동으로 구성
- 동일한 프로그램 → 참가 대상의 특성, 시기, 장소 등에 따라 다양한 형태로 변형되어 시행
- 효율적 프로그램 구성을 위한 일관된 원리

# 생활체육 프로그램 기획의 구성 요인(Weiskopf, 1982)



# 생활체육 프로그램 기획의 구성 요인

## 생활체육 참가자

참가자의 개인적 특성(성, 연령, 교육수준, 사회경제적 지위, 성장배경, 체력 및 운동능력, 성격특성, 흥미 등) 파악이 중요

## 생활체육 지도자

참가자는 지도자의 전문성이나 지도력에 따라 만족감이나 자기발전을 경험  
→ 효율적, 합리적인 생활체육 활동이 되기 위해 **지도자 배치** 필수

## 생활체육 장소 및 시설

생활체육 장소와 시설을 갖춘 곳에서의 참여는 참가자의 이용만족도를 증가  
→ 참가의식 고취 및 지속적 활동 참가

## 생활체육 재정

참가자의 폭넓은 생활체육 활동 기회 제공을 위해서는 충분한 재원이 요구됨  
생활체육 활동이 실행되기 위한 재정적 요소는 지도자수당, 장비재원물자, 기타 소요경비등이 총당되어야 함

# 생활체육 프로그램 기획의 구성 요인

## 생활체육 활동종목

참가자의 욕구충족을 위해서는 참가자의  
흥미와 매력을 제공하는 활동종목으로  
구성해야 함

## 생활체육 홍보

잠재적 참가자의 생활체육에 대한 긍정적  
인식을 강화하고, 참가 욕구를 자극함으로써  
생활체육 프로그램에 대한 관심 유도하기  
위해 필수적으로 요구됨

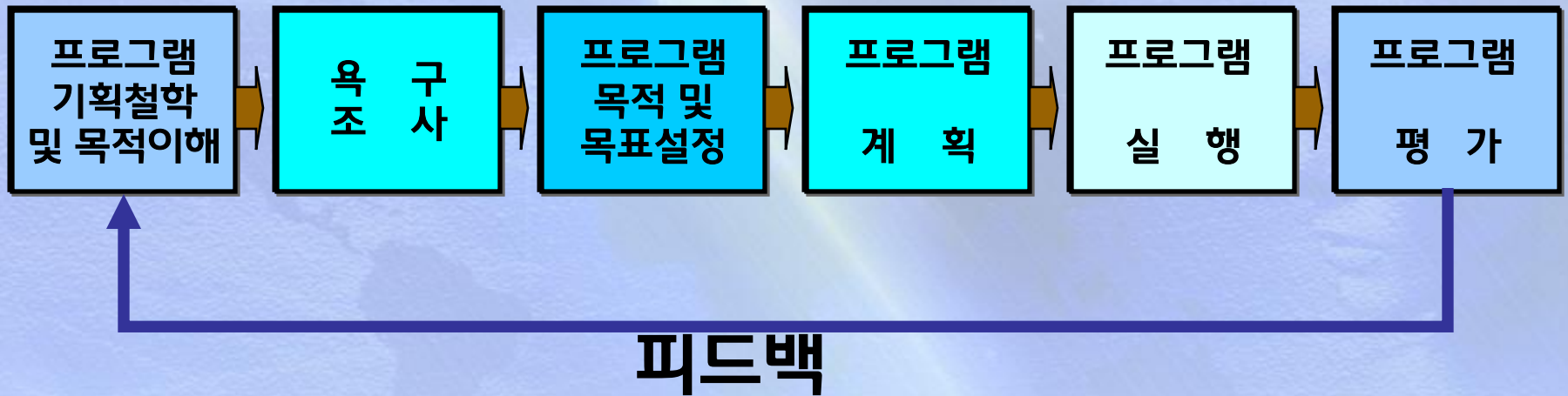
팸플릿, 전단지, 현수막, 대중매체(TV,  
라디오, 신문, 잡지) 소셜네트워크 등을  
활용한 홍보

## 생활체육 안전성

생활체육활동은 신체적 움직임이 많으므로  
무엇보다 안전이 중요함

→ 안전을 보장하기 위해 참가자들에게  
규칙숙지 및 준수에 대한 숙지를 확실하게 한  
후 프로그램을 진행해야 함

# 생활체육 프로그램 기획방법



# 생활체육 프로그램 구성원리

## 1. 생활체육 프로그램의 철학 및 목적 이해

- **철학**은 생활체육 프로그램 전개에 대한 관련기관의 지침을 제공하고 전개할 프로그램을 구체화한다.
- 기관의 철학은 개인 및 지역사회 조직체의 요구를 통해서 확립된다.
- 생활체육 기관의 철학은 실현 가능해야 한다.
- **목적**은 행동방침에 대한 철학적 진술로 정의
- **목표**는 목적에 대한 구체적인 진술로 정의



## 프로그램 기획 철학 및 목적 이해

철학 확립

개인, 지역사회 조직체의 요구 반영

실현가능성

생활체육 철학은 실현 가능해야 함

목적 설정

철학을 보다 구체적으로 표현한 목적 설정

구체, 현실적 기술

목적을 어떻게 달성하고 측정할 수 있는가

# 생활체육 프로그램 구성원리

## 2. 참여대상자의 욕구 조사

- 욕구조사는 참가자의 개인적, 집단적 행동을 이해하는데 중점
- 생활체육 프로그램에 대한 사람들의 관심, 의견, 태도, 습관, 희망, 지식 등을 알게 됨
- 기획자는 수집된 정보를 철저히 분석

# 욕구조사 과정

## 1. 참가자의 습관, 태도, 성격, 흥미와 관련된 자료 수집

- ① 참가자의 인구통계학적 특성
- ② 가용시간
- ③ 생활체육 활동 행위
- ④ 의견과 태도

## 2. 수집된 자료의 분석

## 3. 분석결과를 토대로 한 실행

# 생활체육 프로그램 구성원리

## 3. 생활체육 프로그램의 목적 및 목표 설정

프로그램 기획의 전 과정에서 추진해야 할 방향 제시

기획 결과의 달성여부를 알려주는 지침의 준거

- 목적과 일관성을 유지하고 단일 목표보다는 복합적인 목표를 동시에 수립
- 목표간 우선순위와 실현 가능성을 고려하여 수립

# 생활체육 프로그램 구성원리

## 4. 생활체육 프로그램의 계획

### 프로그램 설계

- 프로그램 구성 요소를 확인하고 단계별 활동 시나리오를 계획하는 것으로서 프로그램 운영에 필요한 활동 시나리오를 개념화하고 우선 순위를 결정하는데 목적
  - **욕구조사와 프로그램 실행의 중간에 위치**하는 단계
- ==> 다양한 설계기법을 이용하여 프로그램 실행 전 참가자의 입장에서 프로그램을 경험하여 참가자가 만족할 수 있는 방식으로 설계

# 프로그램 계획서

## 프로그램 계획서 = 건물의 청사진

==> 프로그램 계획서는 프로그램의 현재 상태에 관한 정보, 프로그램 운영에 투여되는 자원, 향후 프로그램 운영시 이용할 참고 자료 등을 제공

### 【프로그램 계획서】

- |                |   |
|----------------|---|
| 1. 프로그램 제목     | ※ 세부운영 사항에 포함되어야 하는 사항  |
| 2. 프로그램 철학     | ㉠ 광고 계획: 프로그램에 대한 잠재적인 참가 대상과 프로그램의 광고 방안에 대한 계획                                  |
| 3. 프로그램의 필요성   | ㉡ 예산과 참가비 정보: 수입 및 지출을 포함하는 프로그램 소요 예산과 참가비의 결정방법이 포함                             |
| 4. 프로그램의 목표    | ㉢ 등록 계획: 등록이 필요하다면, 시행방법이 자세하게 언급. 등록 요령, 장소, 방법이 구체적으로 제시                        |
| 5. 운영 세부 사항    | ㉣ 직원교육계획: 프로그램 운영에 필요한 인원, 직원의 자격 요건, 직원의 고용 및 교육방법이 구체적으로 기술                     |
| 1) 광고 계획       | ㉤ 지급 품목과 자료 목록: 프로그램 운영에 필요한 지급 품목과 자료 목록이 제시                                     |
| 2) 예산과 참가비 정보  | ㉥ 시설계획: 프로그램 운영에 필요한 시설 목록이 작성. 시설의 위치를 알려주는 지도와 시설 목록표, 그리고 프로그램에 필요한 시설의 특성이 제시 |
| 3) 등록 계획       | ㉦ 경영 계획: 프로그램 경영에 대한 구체적인 방안이 제시.   |
| 4) 관련 직원 운영 계획 | ㉧ 취소 계획: 프로그램이 취소될 경우에 대비한 대체 방법에 대한 세부 계획이 마련                                    |
| 5) 물품 및 자료 목록  |   |
| 6) 시설계획        |   |
| 7) 경영계획        |   |
| 8) 취소계획        |   |
| 6. 프로그램 평가계획   |   |
| 7. 개선계획        |   |

## 생활체육 프로그램 계획

프로그램 설계



프로그램 계획서 작성

- 프로그램 구성 요소 확인
- 단계별 활동 시나리오 작성

- 프로그램 제목
- 프로그램 철학
- 프로그램의 필요성
- 프로그램 목표
- 세부운영사항 - 광고계획, 예산, 참가비 정보, 등록 계획, 직원교육계획, 시설 및 경영, 취소계획 등
- 프로그램 평가 계획
- 프로그램 개선 계획

# 생활체육 프로그램 계획에 포함되어야 할 사항

- ✓ 참여자의 기본 욕구의 흥미
- ✓ 가용 자원(지도자, 시설, 용기구)
- ✓ 활동의 상대적 중요성
- ✓ 활동 집단의 성별 구성
- ✓ 활동 소요시간
- ✓ 활동 집단의 유형
- ✓ 활동 분위기 조성
- ✓ 실내 혹은 실외
- ✓ 출석률
- ✓ 참여자의 적응력
- ✓ 생활체육 주관자의 지침
- ✓ 목적과 목표
- ✓ 관리감독의 정도
- ✓ 활동 집단의 규모
- ✓ 단계별 시간 할당
- ✓ 활동 시간계획표
- ✓ 기온 및 기후
- ✓ 활동 지원
- ✓ 운동기능 수준
- ✓ 지시와 통제
- ✓ 지도자 육성



# 생활체육 프로그램의 시간계획

1 활동종목의 특성 : 활동/비활동성, 교육성, 정규성, 특이성, 경제성, 협동성

2 가용시설 : 실내/실외, 정규/임시/임대시설, 계절성, 조명 등

3 지도자의 특성 : 자원/유급/전담/수습지도자

4 가용경비 : 무료/수익자 부담/예산확보의 적정성 여부

5 소요 시간 : 기간/활동빈도/활동시기(오전, 오후, 야간)

6 참여자의 특성 : 성/연령/운동기능 수준/일반인/장애인/ 건강식약인/노인

# 생활체육 프로그램 구성원리

## 5. 생활체육 프로그램의 실행

➤ 이전까지의 단계를 통하여 수립된 목표에 일치하는 내용을 중심으로 참여자가 지도자와 함께 실제 행동으로 표출하는 과정

➤ 일관된 원리와 기본방향에 의해 실행

→ 프로그램의 내용과 지침에 충실한 것이 아니라 지도자와 참여자의 합의에 의한 효율적인 활동 경험이 중요

# 생활체육 프로그램 전개 단계



# 생활체육 프로그램 전개의 원칙

1. 기존 지역이나 시설, 그리고 지도자에 의하여 수행되어 왔거나 또는 이미 수행되었던 프로그램 중 성공적 활동부터 전개

2. 관찰된 활동 주체의 흥미와 욕구에 중점을 두고 전개  
ex) 아동-놀이활동, 청소년-스포츠나 무용, 가족-레크리에이션, 야외활동

3. 지속성을 위하여 모든 활동 참여자간의 인간적 상호신뢰를 바탕으로 프로그램이 전개

4. 참여자가 특별한 흥미와 욕구를 표출 혹은 공통적으로 새로운 프로그램 개발의 필요성을 요구한다면 새로운 프로그램의 내용과 지도방법 모색

# 생활체육 프로그램 전개의 원칙

5. 전개 속도는 프로그램 활동 종목에 대한 참여자의 호기심과 이해 능력 그리고 운동기능 수준에 따라 점진적으로 완급을 조절

6. 프로그램 전개의 주체는 참여자이며 참여의욕을 고취시키기 위해 외적 보상이 아닌 내적보상을 강조

7. 동일 프로그램이라도 개인차를 고려하여 각성 수준을 조절하고 개인의 학습 성취도 중심의 개별화 학습을 실시

8. 다양한 교육 매체와 시청각 도구를 활용하여 학습동기를 촉진시키고 학습효과를 극대화

# 생활체육 프로그램 구성원리

## 6. 생활체육 프로그램의 평가

협의

이미 제시된 활동 목표에 대한  
경험효과 측정

광의

참가자와 지도자간의 생활체육에  
관한 변화된 가치태도, 운동기능 수준  
판정



생활체육 주관단체 및 지도자의 목표 달성에 대한 영향력을 판단

활동 내용에 대한 참여자와 지도자의 만족도 검증

후속 프로그램의 실행에 대한 정보 획득

생활체육 프로그램, 관리자와 지도자, 참여자의 활동 효과등을 예시

# 생활체육 프로그램의 평가의 기능

1. 프로그램 지도의 기초 자료 제공

2. 활동 지침에 관한 구체적 근거 제시

3. 활동 동기유발의 촉발 요인 도출

4. 지도방법에 대한 판단기준 확보

5. 지도방법, 교재, 시설, 용기구 등의 효율성 검증

# 생활체육프로그램 평가항목과 구성요인

평가항목	구성요인
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 프로그램의 명칭</li> <li>➤ 참여자와 지도자의 수</li> <li>➤ 활동장소의 효율성</li> <li>➤ 소요경비</li> <li>➤ 지원 물자와 용기구의 적합성</li> <li>➤ 안전성</li> <li>➤ 참여자의 반응</li> <li>➤ 제언</li> <li>➤ 총평</li> <li>➤ 지도자의 서명</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 참여자의 활동관찰</li> <li>➤ 참여자의 흥미와 관심도</li> <li>➤ 활동의 즐거움</li> <li>➤ 참여자의 의견 청취</li> <li>➤ 긴급 상황에 대한 대처 능력</li> <li>➤ 프로그램 운영에 대한 창의성</li> <li>➤ 참여자의 흥미에 대한 기여도</li> <li>➤ 프로그램의 다양성과 형평성</li> <li>➤ 타 지도자와의 협조 체제</li> <li>➤ 참여자의 잠재능력 개발</li> <li>➤ 프로그램에 대한 홍보</li> <li>➤ 주관자, 관리 책임자의 의무 이행</li> <li>➤ 일반인의 흥미와 욕구에 대한 고려</li> <li>➤ 프로그램 개선을 위한 지도자의 태도</li> <li>➤ 프로그램 계획에 대한 참여자의 개입</li> <li>➤ 가용 자원에 대한 활용 의지</li> </ul>



# 생활체육 프로그램 평가시 유의사항

- ① 결과에 대한 과장 해석
- ② 타당성 없는 측정 도구 선정
- ③ 무성의한 자료 수집
- ④ 평가절차와 도구에 대한 지식 및 실행능력 부족
- ⑤ 편견과 선입견
- ⑥ 평가자의 일방적 이용