



【동계 방학 1.2월 운영 안내】
국대 Hi 5(국가대표 하이파이브)
배구아카데미



국대 Hi 5입니다

배구코칭교육 프로그램

대표 강사: 전 국가대표 박희상

세부 운영 내용

- ☑ 대상 학년: 초등(4~6년 대상), 중등(1~3년 대상)
- ☑ 수업 운영: 주중 (목요일 Classes I) / 주말 (토요일 Classes II, III) - 아래 시간 참조.
- ☑ Classes 정원: 1 Classes 14명

	배구 코칭교육 운영 시간	
Classes I	목요일	오후 13:00~14:20
Classes II	토요일	오후 14:00~15:20
Classes III	토요일	오후 15:40~17:00

(주말 반 운영은 참여 인원에 따라 수업시간 변동 가능, 전주시 중학생에게도 확대 운영될 예정임)

- ☑ 장소: 인봉초등학교 체육관(전주시 덕진구 무삼지로 7 - 체육관 2층)

- ☑ 운영 일시: 12월26/28일(목,토요일) 원데이 클래스 운영

* 목요일: 16:30~17:50분, 토요일: 14:00~15:20분

- ☑ 클래스 비: 월 7만원 (월 4회 운영/회당 1시간 20분 진행)

- ☑ 상담 문의: 010-9690-2348(실무 팀장)/ 입금계좌: 3333-18-2512227

(대표강사 예금주: 박희상/ 카카오뱅크)

- ☑ 선수 및 개인레슨 별도 운영 예정

✓ 미성년자는 보호자의 동의 없이는 가입이 되지 않습니다.

✓ 개인의 부주의한 행동으로 인한 사고는 본 아카데미에서 책임지지 않은 점 반드시 유의 바랍니다.

✓ 개인정보수집 및 이용의 동의 ☐ 동의 ☐ 미동의

-----국대 Hi5(국가대표 하이파이브) 배구아카데미 신청서-----

신청인	성명		생년월일		성 별	<input type="checkbox"/> 남 <input type="checkbox"/> 여
	연락처			Classes이용 시간		<input type="checkbox"/> 목요일 I
	보호자연락처					<input type="checkbox"/> 토요일 II
	학교명		학년		반	

2024년 월 일

신청인

(서명)

보호자

(서명)

□ 배구 아카데미 대표강사 프로필

- 우석대 남자 배구팀 감독
- 인하대, 인천대, 중앙대 배구 지도법 출강
- 인하대학교 스포츠 코칭 교육학 박사과정
- TV조선, KBSN스포츠, MBC스포츠 플러스 해설위원 역임
- 2013.4 현대캐피탈 스카이워커스 수석코치
- 2012.8 러시앤캐시 드림식스 감독
- 2011.10~2012.8 서울 드림식스 감독
- 2008~2011 우리캐피탈 드림식스 코치, 감독
- 2003~2004 인하대학교 배구단 코치
- 1996, 2000 올림픽 남자 배구 국가대표
- 1993~2000 배구 국가대표
- 1996~2003 대한항공 배구단 선수
- 1999 슈퍼리그 베스트식스상
- 1994 월드리그 최우수수비상
- 1993 아시아선수권대회 최우수수비상



국대 Hi5(국가대표 하이파이브) 배구아카데미 운영 제안서

제안 일자	제안인	전문 강사
2024.11.21	전) 배구 국가대표 박희상	박희상(heesang7755@daum.net) 010-3169-7755

운영목표

- 본 클럽은 전직 국가대표 선수들이 만든 스포츠클럽입니다.
 - 그 동안 국가대표를 하면서 국민들에게 받아온 관심과 사랑을 이제는 국가대표 선수들이 사회에 원하고 이바지하고자 스포츠클럽을 만들게 되었습니다. 이에 국가대표 출신들은 국대 Hi 5 스포츠클럽을 통해 회원 여러분의 건강증진을 위해 찾아갑니다.
- 현장에서 배운 노하우와 배구 코칭교육의 기본지식을 체계적이고 유익하게 전달해 드릴 것입니다.
- Hi 5 스포츠클럽은 배구 종목에서 배구대표 선수 출신이 직접 강가로 참여해 참가자들을 지도하며, 개인별 운동법과 맞춤형 프로그램으로 체력증진에 기여합니다.
- 또한, 국가대표 출신 선수들의 재능기부를 통하여 참가자들에게 다양한 건강 프로그램을 만들어 드립니다.

직위	이름	전화번호	담당업무
대표 강사	박희상	010-3169-7755	배구코칭 및 프로그램개발
실무 팀장	임은주	010-9690-2348	상담 및 인사관리 회계 지출관리
보조 강사	김효민	010-7740-0043	배구 코칭교육 및 트레이닝 교수법

- 추후 강사는 국가대표 출신 강사 영입할 예정입니다.

프로필

- 인하대, 인천대, 중앙대 배구 지도법 출강
- 인하대학교 스포츠 코칭 교육학 박사과정
- TV조선, KBSN스포츠, MBC스포츠 플러스 해설위원 역임
- 2013.4 현대캐피탈 스카이워커스 수석코치
- 2012.8 러시앤캐시 드림식스 감독
- 2011.10~2012.8 서울 드림식스 감독
- 2008~2011 우리캐피탈 드림식스 코치, 감독
- 2003~2004 인하대학교 배구단 코치
- 1996, 2000 올림픽 남자 배구 국가대표
- 1993~2000 배구 국가대표
- 1996~2003 대한항공 배구단 선수
- 1999 슈퍼리그 베스트식스상
- 1994 월드리그 최우수수비상
- 1993 아시아선수권대회 최우수수비상



운영 계획안 (대상 및 계획)

- 대상 학년: 초등(4~6학년), 중등(1~3학년) 대상 수업 운영
- 수업 운영: 주중 (목요일 Classes I) / 주말 (토요일 Classes II, III 운영)
- Classes 정원: 1 Classes 14명

	배구 코칭교육 운영 시간	
Classes I	목요일	오후 13:00~14:20
Classes II	토요일	오후 14:00~15:20
Classes III	토요일	오후 15:40~17:00

※ 주말 반 운영은 참여 인원에 따라 수업시간 변동 가능하며, 전주시 중학생에게도 확대 운영될 예정입니다.

- 장소: 인봉초등학교 체육관/ 전주시 덕진구 무삼지로7 2층 체육관
- 배구교실 운영시작: 12월 넷째주 (12월26일 목요일)부터
- 12월 넷째주는 원데이 클래스로 1시간 운영합니다. (각 요일 반 모두 해당 됩니다)
-> 12월26/28일(목,토요일) 원데이 클래스 운영(목요일: 16:30~17:50분, 토요일: 14:00~15:20분)
- 클래스 비: 주중 월 7만원(월 4회) - 80분 수업 진행 (목요일반 Classes I)
 주말 월 7만원(월 4회) - 80분 수업 진행 (토요일반 Classes II, III)

※ 방학 기간에는 인원에 따른 Classes 별 운영이 변동될 수 있습니다.

- 상담 문의: 010-9690-2348(실무 팀장)/ 입금계좌:3333-18-2512227 카카오뱅크(예금주:박희상)
- 선수 및 개인레슨 별도 운영 예정
- 미성년자는 보호자의 동의 없이는 가입이 되지 않습니다.
- 개인의 부주의한 행동으로 인한 사고는 본 아카데미에서 책임지지 않은 점 유의 바랍니다.

▶ 바로가기: QR 인식! (신청서 폼)

- 네이버 블로그 신청 (국대 Hi 5 배구 아카데미)
- 공식 네이버 블로그로 들어오셔서 신청서 클릭 후 작성하시면 됩니다.



국대 Hi 5 입니다

기대효과

- 성장기 신체 발달 촉진

- 배구는 전신 운동으로 체력을 기르는 데 효과적이며, 점프, 달리기, 방향 전환 등 다양한 동작을 통해 근력, 지구력, 민첩성, 협응력을 발달시킨다.

- 인지적 성장 강화

- 놀이를 통한 스포츠 활동은 신체 발달에 많은 도움을 준다

- 협동심과 책임감 강화

- 배구는 협동심이 중요한 스포츠로 팀원들과 함께 소통하고 협력하며 목표를 달성하는 경험을 제공.
- 책임감 형성

- 심리적, 정서적 성장

- 성취감을 통한 자신감 향상 및 승리와 패배를 간접적으로 경험하여 스포츠맨십 배양. (정서적 성숙에 긍정적인 영향)

- 규칙성과 자기 관리 능력 함양

- 배구 수업에 규칙적으로 참여하면서 시간 관리와 일정 준수의 중요성을 배운다.
- 규칙을 통한 사회적 규범과 규칙 준수의 중요성을 자연스럽게 습득하게 됨.

- 사회성 발달

- 배구 교실을 통해 같은 또래 친구들과 어울리고 소통하는 기회를 제공함으로써 사회성이 발달하고 긍정적인 관계를 형성하는 데 도움.

- 스트레스 해소

- 배구는 신체적 활동을 통해 스트레스를 해소하고 정신적인 안정감을 줄 수 있다. 활발한 신체 활동을 통해 청소년들이 학업이나 다른 스트레스로부터 해소할 수 있는 정신적 휴식이 될 수 있다