

“ 한국속의 한국, 생동하는 전라북도 ”



전라북도체육회

수신자 수신자참조

(경유)

제목 2016 미드림스포츠 운영학교 선정 안내

1. 귀 교의 무궁한 발전을 기원합니다.
2. 학교체육부-1647(2016.8.15)호와 관련 자유학기제를 통해 여중생들의 운동 수준과 흥미를 고려한 다양한 스포츠 관련 체험 및 잠재된 꿈과 끼를 찾는 진로탐색 기회를 제공하고자 추진되는 “미드림(美 -Dream) 스포츠” 공모사업에 다음과 같이 선정되어 안내 드리오니 업무에 참고하시기 바랍니다.

가. 사 업 명 : 미드림(美 -Dream) 스포츠

나. 기 간 : 2016. 9~12월

다. 장 소 : 6개교(효문여중, 서전주중, 완산중, 전라중, 학산중, 금성여중)

라. 참가대상 : 중학교 여학생

마. 주요내용 : 미드림 스포츠 운영(미드림check · activity · mission)

붙 임 : 1. 미드림스포츠 사업계획 1부. 끝.

전라북도체육회장

수신 효문여자중학교장, 서전주중학교장, 완산중학교장, 전라중학교장, 학산중학교장, 금성여자중학교장, 전주시체육회장, 정읍시체육회장, 김제시체육회장

★팀장 유준석 과장 김춘상 부장 김대귀 사무처장 08/22 류창욱

협조자

시행 클럽육성팀-124 (2016.08.22.) 접수 ()

우 54894 전주시 덕진구 들사평로 62 / <http://www.jbsports.or.kr>

전화 063)250-8317 /전송 063)250-8348 / yjseok00@hanmail.net / 공개

도민과 함께하는 전라북도체육회

클럽육성과	과	장	김춘상	250-8315
	팀	장	유준석	250-8317

미드림(美-Dream) 스포츠



전라북도체육회
JEONBUK SPORTS COUNCIL

[클럽육성과]

미드림(美-Dream) 스포츠

I 목 적

- 자유학기제를 통해 여중생들의 운동수준과 흥미를 고려한 다양한 스포츠 관련 체험 및 잠재된 꿈과 끼를 찾는 진로탐색 기회 제공

II 사 업 개 요

- 사 업 명 : 미드림(美-Dream) 스포츠
- 기 간 : 2016. 8~12월
- 장 소 : 6개교
 - 전주시(4) : 효문여중, 서전주중, 완산중, 전라중
 - 정읍시(1) : 학산중
 - 김제시(1) : 금성여중
- 참가대상 : 중학교의 여학생
- 주요내용 : 자유학기제를 통한 미드림스포츠 운영(1개교당 14회)
 - 미드림 체크, 미드림 액티비티, 미드림 미션

III 추 진 배 경

- 공교육 내실화를 위한 핵심 국정과제인 중학교 자유학기제의 전면 시행으로 범부처 차원의 노력 당부
- 여학생들의 신체 활동 참여율 저조에 따른 여학생들이 손쉽게 배우고 참여할 수 있는 맞춤형 프로그램 개발·보급 필요
- ※ 학교스포츠클럽 여학생 참여율 : 45%
 - 전체 학생 참여율 68.8% 대비 23.8%p 낮음

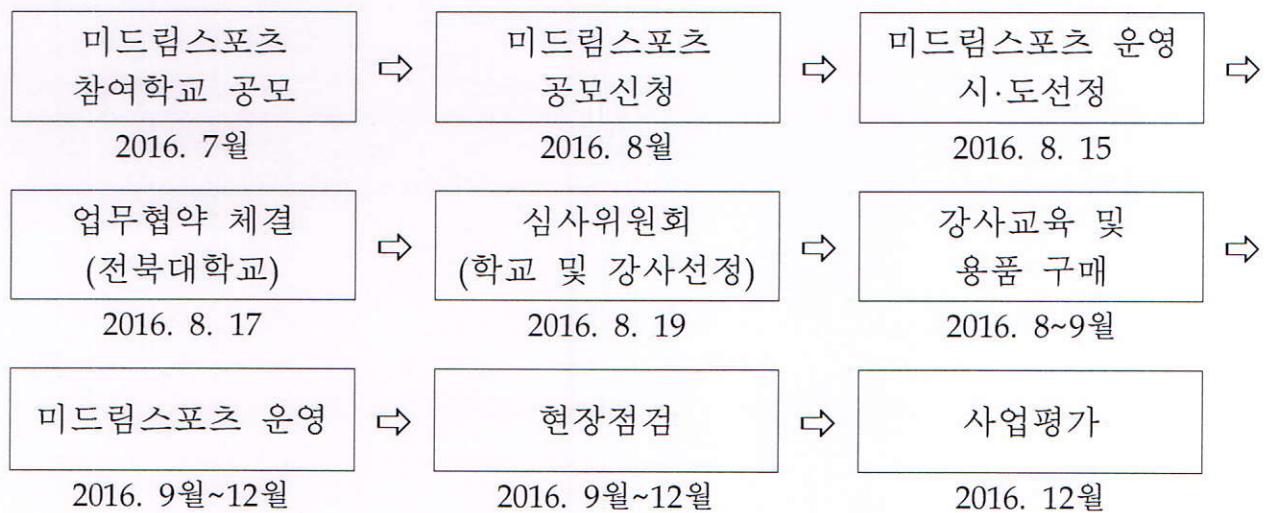
IV

추진방침

- 자유학기 활동으로 체육교과 시간을 2~3시간씩 묶는 블록타임으로 운영
- 여중생 대상 맞춤형 프로그램 구성 및 다양한 체험활동 지원
- 학생들의 안전한 체육활동 보장과 지도의 전문성을 위해 시군체육회에 배치된 생활체육지도자 파견·지도

V

추진현황 및 향후 일정



VI

주요 추진계획

☐ 운영학교

구 분	학교명	담당교사	운영시간	참여인원	비고
전주시	효문여중	오세진	목 14:25~16:10	20명	1학년
	서전주중	박정현	월 14:25~16:05	20	1학년
	완산중	권정진	월 2시간	30	1학년
	전라중	신연식	화 13:15~15:50	64	1학년
정읍시	학산중	강서구	월 13:20~15:20	30	1학년
김제시	금성여중	김미현	금 13:25~15:05	116	1학년

□ 강사 현황

구 분	지 역	성 명	주요경력	추 천	비 고
주강사	전주시	설현수	-전주대학교 체육학과 졸업 -전주시체육회 근무(2001~현재)	전주시체육회	
		유은주	-전주시체육회 근무(2007~현재) -자격증:생활스포츠지도사 2급	전주시체육회	
		이세운	-전주대학교 체육학과 졸업 -전주시체육회 근무(2010~현재)	전주시체육회	
		신경래	-전북대학교 스포츠과학과 졸업 -전주시체육회 근무(2014~현재)	전주시체육회	
	정읍시	이혜림	-정읍시체육회 근무(2014~현재) -자격증:생활스포츠지도사 1급, 전문스포츠지도사 2급, 중등학교 정교사 2급	정읍시체육회	
	김제시	엄은아	-우석대학교 체육학과 졸업 -김제시체육회 근무(2011~현재)	김제시체육회	
보조 강사	전주시	이준우	-전북대학교 스포츠과학과 재학 -스포츠7330서포터즈 회장 -자격증 : 생활체육지도자 축구(2급)	전북대학교	
		임웅휘	-전북대학교 스포츠과학과 재학 -방과후 교실 지도 (전일중, 김제중, 전주공고) -자격증 : 생활체육지도자 축구· 농구(2급), 인명구조	전북대학교	
		전동주	-전북대학교 스포츠과학과 재학 -스포츠 7330서포터즈 -자격증 : 생활체육지도자 축구· 배드민턴(2급)	전북대학교	
		정범수	-전북대학교 스포츠과학과 재학 -스포츠 7330서포터즈 -KBS전국육상경기대회, 한국 주 니어육상경기선수권대회, 전국종별 육상경기선수권대회 입상	전북대학교	
	정읍시	이선민	-정읍시생활체육광장지도 -자격증:생활체육지도자3급	정읍시체육회	
	김제시	이원효	-군산대학교 체육학과 졸업 -김제중앙초등학교 스포츠강사	김제시체육회	

□ 강사교육

- 일 시 : 2016. 8. 31(수)
- 장 소 : 전라남도
- 참가대상 : 미드림 스포츠 주강사 및 보조강사 12명
- 주요내용 : 응급처치 및 안전대책, 여학생 체육활동 지도, 성폭력예방, 미드림 스포츠 소개 및 이해, 미드림 ACTIVITY 등
- 교육프로그램

교 시	시간(분)	내 용	비 고
1교시 (10:00~10:50)	50	오리엔테이션 강사 소개 및 미드림 프로그램 소개 여학생 환경적인 수업 문제 해결 방안 여학생 체육 수업 안전수칙	한연오연구소장
(10:50~11:00)	10	휴식	
2교시 (11:10~12:00)	50	자가진단 교육 미드림 CHECK 및 미드림 교육모듈	한연오연구소장(SQ)
(12:00~13:00)	10	점심	
3교시 (13:00~13:50)	50	미드림댄스 및 미드림스타트 (댄스 및 휘트니스 리드업 활동)	박다혜
(13:50~14:00)	10	휴식	
4교시 (14:00~14:50)	50	미드림편 및 미드림플레이 (워밍업 게임 및 미드림스포츠 리드업게임)	이승주 (건강한신체활동연구소장)
(14:50~15:00)	10	휴식(간식)	
4교시 (15:00~15:50)	50	미드림스포츠 스포츠활동(핸드볼형, 배구형 게임)	이승주 (건강한신체활동연구소장)
(15:50~16:00)	10	정리 및 설문조사	

□ 프로그램 운영

○ 기 간 : 2016. 9~12월(2학기)





○ 대 상 : 미드림스포츠 참여 희망 여중생

(최종 선정된 학교에서 교실별 3~40명 모집)

○ 운영 프로그램(*학교 수요에 따라 변경가능)

차 시	구 분	주요내용		비 고
1주차	사전평가	국민체력 100과 연계		
2주차	미드림리듬	댄스프로그램으로 구성 자체음원개발 및 댄스제작		
3주차				
4주차	미드림피트니스	유산소 서킷 근력과 지구력 서킷		
5주차				
6주차	미드림미션	스포츠 관련 강연		
7주차	미드림 스포츠/플레이	미드림스포츠 (축구, 농구, 배구의 기술훈련 및 게임)	미드림플레이 편스포츠 (킨볼, 킥볼 등)	학교 자율선택
8주차				
9주차				
10주차				
11주차				
12주차				
13주차	미드림미션	스포츠경기 관람 및 직업체험		
14주차	사후평가	국민체력 100 및 설문지		

○ 용품지원

순	품목명	이미지		비 고
1	점프밴드			피트니스
2	뉴스포츠용품			플레이
3	폼배구공 등			스포츠
4	스포타임콘, 마커			스포츠, 플레이, 피트니스 등

① 미드림 체크

- 기 간 : 2016. 9. 1 ~ 30
- 장 소 : 전주체력인증센터, 남원체력인증센터
- 대 상 : 최종 선정된 6개 학교
- 주요내용 : 여학생만을 위한 스포츠평가 지표를 통한 맞춤형 체육활동 정보 제공
 - 신체능력 평가 : 근력, 근지구력, 유연성, 근육량, 체지방, 체형, 자세 등
 - 감성평가 : 신체적 자기개념, 개인적 성향, 여가태도 등
 - 스포츠 관심도 및 인지 평가 : 관심도, 스포츠 지식, 참여 동기 등
 - 활동체크 : 운동수준, 운동자각도, 목표달성 등

② 미드림액티비티

- 기 간 : 2016. 9 ~ 12월 / 12회 운영
- 장 소 : 최종 선정된 6개 학교
- 대 상 : 미드림스포츠 참여 희망 여중생(학교별 3~40명)
- 강 사 : 2명(주강사 1명, 보조강사 1명)
- 주요내용 : 여학생의 스포츠관련 신체적, 정신적, 사회적, 정서적, 지적 능력을 발달시키기 위한 프로그램 제공
 - 미드림 리듬
 - ▷여학생의 관심도가 높은 리듬활동 실시
 - ▷미드림 전용 음악을 통해 댄스프로그램 구성
 - ▷댄스 콘테스트 운영을 통해 창작 댄스 제작 등 확장 활동 실시
 - 미드림 피트니스
 - ▷여학생 체력요소(근지구력, 유연성, 밸런스) 발달 도모
 - 요가, 필라테스 등
 - ▷다양한 도구를 활용한 놀이 형태로 구성
 - 훌라우프, 짐볼, 밴드 등
 - 미드림 스포츠
 - ▷스포츠종목 참여 확대를 위한 스포츠 기능 향상 활동 실시
 - 종목별 기술훈련 및 게임(축구, 배구, 농구 등)

· 미드림 플레이

▷ 편스포츠 활동을 통한 스포츠 참여에 대한 재미부여

→ 킥볼, 킥런볼 등 뉴스포츠 운영

※ 미드림 스포츠와 미드림 플레이 학교별 자율선택 가능

③ 미드림미션

- 기 간 : 2016. 11 ~ 12월

- 대 상 : 미드림스포츠 참여 희망 여중생(학교별 3~40명)

- 주요내용 : 여학생의 자아개념·진로 성숙도 향상 및 스포츠에 대한
관심도, 행동변화를 위한 연계활동

· 스포츠 스타 또는 스포츠 관련 직업에 대한 강연

▷ 도내 스포츠스타(올림픽 메달리스트 등)와 함께하는 시간 마련

· 여자 프로 스포츠 경기 관람