

연구자료

2007-9

노인생활체육지도자 직무분석

 한국직업능력개발원

일 러 두 기

이 직무분석 자료의 역할과 개발 과정, 내용 그리고 활용에 관한 사항은 다음과 같다.

1. 직무분석(Job Analysis)은, ‘그 직무를 수행하는 자에게 요구되는 지식·기능·능력·책임과 그 직무가 타 직무와 구별되는 요인을 각각 분명하게 밝히는 것’이며, 각 개인으로 하여금 현재의 직무와 미래의 직무를 원활하게 수행할 수 있도록 학습내용과 방법을 확실하게 제시해 주는 역할을 한다.
2. 이 자료는 교육과정 개발에 사용되고 있는 데이컴법(DACUM)을 응용하였으며, 본 원의 직무분석 방법 및 절차에 의해 구안된 것으로 현장 직무 및 교육훈련 분야의 전문가로 구성(7~10명)된 협의회의 5차례 이상의 회의를 거쳐 분석·개발되었다.
3. 이 자료를 구성하고 있는 주요 내용은 다음과 같다.
 - ① 직무수행에 필요한 책무와 작업의 관계를 파악할 수 있는 직무모형(Job Model)
 - ② 직무수행에 필요한 조건, 인력의 양성 실태 및 취업경로, 작업환경의 조건 등 직무정보
 - ③ 핵심 작업별 교육훈련의 필요도 및 그 적용방법
 - ④ 핵심 작업별 요소와 도구, 작업 수행에 필요한 지식과 기능 및 성취수준
 - ⑤ 교육훈련 코스별 교과목 내용 및 출제기준
 - ⑥ 프로그램을 구성하고 있는 코스와 교육훈련 우선 순위 및 연계성을 구조화한 교육훈련 체계도(Road Map)
4. 이 자료는 다음과 같은 용도로 활용할 수 있다.
 - ① 교육과정 개발 및 직업능력개발훈련기준 제·개정 시 기초자료
 - ② 자격종목 개발 시 출제기준의 기초자료
 - ③ 직업사전 개발 시 내용자료
 - ④ 교육훈련 내용, 진로지도, 취업안내를 위한 참고자료 등

목 차

제1장 직무분석

- 제1절 직업명 : 노인생활체육지도자 · 1
- 제2절 직무의 정의 · 1
- 제3절 직무의 모형 · 2
- 제4절 직업 명세서 · 3
- 제5절 직무 명세서 · 10
- 제6절 작업 명세서 · 15

제2장 작업/지식 · 스킬 및 코스 · 교과목 행렬표

- 제1절 작업/지식 · 스킬 행렬표 · 53
- 제2절 작업/교과목 행렬표 · 60

제3장 교육훈련과정

- 제1절 교육훈련과정 구성 체계 · 61
- 제2절 코스별 교육훈련과정 및 교과목별 교육훈련과정 · 66
- 제3절 교육훈련 이수 경로 · 77

제4장 자격의 구조 및 출제기준

- 제1절 자격의 구조와 내용 · 79
- 제2절 출제기준 · 80

<부록 1> 직업별 직무분석 자료 목록(1998~2007) · 83

제 1 장
직무분석

제1절 직업명 : 노인생활체육지도자

제2절 직무의 정의

노인들의 신체활동을 지도하는 자로서 체조 및 기타 체육활동을 통하여 건강유지, 질병예방 및 삶의 활력을 높이도록 운동프로그램을 개발하고 보급한다.

제3절 직무의 모형

책무	작업				
A 노인특성 이해	A-1 노인분포 파악	A-2 신체적·심 리적 이해	A-3 사회적· 환경적 이해		
B 노인체육 프로그램 개발	B-1 홍보	B-2 장소 섭외	B-3 대상자 분석	B-4 프로그램 기획	B-5 프로그램 확정
C 노인체육 프로그램 실행	C-1 수업도구 준비	C-2 수업 여건 파악	C-3 유대 형성	C-4 수업 실행	C-5 행사 실행
D 평가	D-1 수업 자가평가	D-2 대상자 만족도 평가	D-3 기관의 만족도 평가		
E 문서화 및 보고	E-1 수업일지 작성	E-2 월간·연간 계획서 작성	E-3 수업 및 사업결과 보고		

제4절 직업 명세서

가. 직업 분류					
직업명	한글	노인생활 체육지도자	K.S.C.O.(No)	체육훈련가(28220)	
	영문 1)	Leader of sports for all to the old	K.E.C.O.(No)	레크레이션진행자 및 스포츠강사	
현장 직업명	노인전담생활체육지도자, 어르신전담생활체육지도자				
직능수준	제3직능 수준 이상				
교육훈련 과정명	생활체육, 노인생활체육	자격종목명 및 등급	국가공인 생활체육지도자 3급이상		
나. 직무 수행에 필요한 조건					
최소 교육정도	전문대학 졸업	적정교육훈련기관	체육과학연 구원 위탁 연수기관 (대학교)	최소교육훈련기간	1년
적정 연령	23세이상				
견습 기간 (OJT)	3개월	신체 제약 조건	정신 장애자		
		정신 제약 조건	업무와 관련한 순간 판단력과 공간지각능력이 없는 자		
직업 적성	<ul style="list-style-type: none"> - 대상자들의 특성을 고려하여 수업에 참여토록 이끄는 리더쉽 - 기존 체육프로그램 및 새로운 프로그램을 기획하고 적용하는 응용력 - 새로운 프로그램 개발을 위한 창의력 - 노인의 건강유지, 질병예방 및 삶의 질 향상을 지도하는 사명감 - 노인의 특성 및 장애를 이해하고 수용하는 포용력 - 다양한 체육활동을 적절하게 실행할 수 있는 운동 수행 능력 				

1) 생활체육지도자 : Instructor of sports for all

4 노인생활체육지도자 직무분석

다. 인력 양성 실태		
양성 기관	교육	정규과정은 전문대학, 대학교의 체육 관련 학과(사회체육학과, 생활체육학과, 체육과, 건강관리학과, 스포츠지도학과 등) ※ 한국체육대학교 노인체육복지전공
	훈련	다양한 사단법인기관에서 시니어에어로빅, 시니어탁구, 시니어당구, 아쿠아로빅, 요가, 댄스스포츠, 게이트볼 등의 훈련과정 운영
취업 및 진학	취업	- 국민생활체육협의회 - 보건소 - 노인복지관 - 국민건강보험공단 - 노인보호 단체(양로원, 요양기관, 실버타운 등) - 프리랜서
	진학	- 한국체육대학교 등 4년제 대학교 편입 - 대학원 진학 (학과-사회복지, 운동처방, 생활체육 등)
채용방법 및 동향		- 서류전형→ 1차 실기→ 2차면접 - 수시채용 - 공개채용
직업 활동 영역		- 국민생활체육협의회 - 노인보호 기관 - 노인복지관 - 노인요양기관 - 경로당, 노인교실 - 지자체 운영기관(구청, 동사무소 등) - 노인대학
임금 수준		초임 기준 : 2000만원
		3년 경력기준 : 2000만원(※ 경력에 따른 임금차이가 많지 않음)
라. 작업 환경		
작업 조건		행정, 사무 업무는 실내 사무실에서 주로 수행하며, 체육프로그램 등 수업활동은 해당 기관 및 장소에 따라 작업환경이 다양함. 종목별 실내의 수업을 병행함.
안전 및 위생		운동시 상해 위험이 없는 장소
통상적인 근무시간		- 오전 9시 ~ 오후 6시까지 (8시간/1일) - 주5일 근무하며, 주말 행사시 지원함 (※ 현재 노인 대상 수업지도활동 주 21시간 실시)
최근의 업무강도		노인 대상 생활체육 수요가 증가함에 따라 업무 강도가 늘어남

<p>바. 관련 직업과의 관계</p>	
<p>직업</p>	
<p>행렬</p>	<p>* 관련 직업명 구청 공무원</p> <p>* 관련 직업명 사회복지사</p> <p>* 관련 직업명 간호사</p> <p>* 현재의 직업명 노인생활체육지도자</p> <p>전일제생활체육지도자</p> <p>* 관련 직업명 기관장 및 관리자 (체육관 관장)</p> <p>* 관련 직업명 운동용품 업체</p> <p>* 관련 직업명 운동처방사 (보건소)</p>
<p>설명</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 전일제생활체육지도자와는 지도대상외에 동일한 업무를 수행하며, 사업실행, 대회 개최시 모든 업무를 협력하여 수행함. - 구청 공무원이 구청의 행사에 지원을 요청하거나 노인생활체육지도자가 구청에 행사 관련 행·재정 지원을 요청하기도 함 - 사회복지사가 프로그램(교육과정)을 관리하므로 강사(노인생활체육지도자) 섭외, 장소 및 참여 노인 정비 등을 담당하며, 노인생활체육지도자는 수업(체육프로그램)을 운영함. - 간호사와는 대상자의 건강상태 등 정보 파악 및 점검을 위해 수시로 협의함. - 운동처방사의 노인에 대한 진단(처방)에 따라 필요한 체육활동(프로그램)을 운영함. - 체육프로그램 실행에 필요한 도구(용품)의 구입 등을 위한 업체 담당자와 협의함. - 체육프로그램 실행 기관 및 장소의 기관장 및 관리자와 원만한 관계와 협의함.
<p>사. 직업 전망</p>	
<p>일자리 규모</p>	<p>노인인구 증가에 따라 건강 유지 및 질병 예방 차원에서 노인생활체육지도자의 일자리 규모가 증가할 것으로 예상됨.</p> <p>5점 척도 중 ① 전망이 매우 좋을 것임에 해당</p>

사. 직업 전망	
금전적 수입	<p>현재 임금 수준이 높지 않은 상태에서 공무원에 준하여 해마다 약간씩 높아지고 있음. 그러나 승진체계가 없으며, 경력에 따른 임금 차이는 없으나 다소 증가할 것으로 전망됨.</p> <p>5점 척도 중 ② 전망이 좋은 편임에 해당</p>
제도적 환경의 변화	<p>노인생활체육지도자는 매년 계약제로 채용되어 2007년 현재 전국에 300명 정도가 활동하고 있음. 향후 정규직으로의 채용이 기대됨.</p> <p>5점 척도 중 ② 전망이 좋은 편임에 해당</p>
기술 환경의 변화	<p>기술 환경의 변화에 크게 영향을 받지 않으나 기관(장소) 및 대상자(노인)의 요구에 맞는 새로운 프로그램을 개발하고 적용하는데 노인생활체육지도자의 자기개발과 노력이 요구됨.</p> <p>5점 척도 중 ② 기술 환경 변화가 어느 정도 예상되며, 이에 대한 자기개발 노력이 요망됨에 해당</p>
수행하는 업무의 변화	<p>수행업무에는 많은 변화가 있지 않으나 대상자, 기관 및 장소 등의 특성에 따라 업무가 다양하며, 노인생활체육지도자의 특성(전공)에 따라 수행 업무가 달라질 수 있음.</p> <p>5점 척도 중 ② 어느 정도 수행업무의 변화가 예상됨에 해당</p>

아. 직업기초능력		
영역	세부항목	내용 및 수준
의사소통능력	① 읽기능력	상해 위험을 줄이고 최대 운동효과를 위하여 정확한 자세와 지시사항을 대상자에서 전달하여야 한다. 대상자의 요구, 개별성 및 특이성에 맞게 운동에 대한 동기유발 및 흥미를 갖도록 설명할 수 있어야 한다.
	② 쓰기능력	
	③ 듣기능력	
	④ 말하기능력	
	⑤ 비언어적 표현능력	
	⑥ 외국어 읽기능력	
수리능력	① 사칙연산 이해능력	사무업무 및 체육활동 지도 시 기본적인 수리능력이 요구된다.
	② 통계와 확률에 대한 계산능력	
	③ 도표능력(해석 및 표현 능력)	
문제해결능력	① 사고력(창조적, 논리적, 비판적 사고력)	대면한 수업환경 및 대상을 올바르게 인지하고 효과적으로 수업이 진행될 수 있도록 한다. 문제가 예상되는 요소를 제거하고, 대안 제시, 적용할 수 있는 능력을 갖추어야 한다.
	② 문제인식능력	
	③ 대안선택능력	
	④ 대안적용능력	
	⑤ 대안평가능력	
자기관리 및 개발능력	① 자기관리능력	노인의 특성 및 환경에 따른 새로운 프로그램을 끊임 없이 개발하고 대상에 대한 사명감을 잃지 말아야 한다.
	② 진로개발능력	
	③ 직업에 대한 건전한 가치관과 태도	
자원활용능력	① 자원확인능력	다양한 운동에 관한 기능과 지식을 습득하여 프로그램을 만들고 적용시킬 수 있어야 한다.
	② 자원조직능력	
	③ 자원계획능력	
	④ 자원할당능력	

아. 직업기초능력		
영역	세부항목	내용 및 수준
대인관계능력	① 협동능력	리더쉽을 발휘하여 노인과 의 유대감을 형성하여 체육 활동으로 하나가 될 수 있 게 한다. 노인 사이의 갈등 상황을 이해(경청)하고 조 정할 수 있어야 한다.
	② 리더십능력	
	③ 갈등관리능력	
	④ 협상능력	
	⑤ 고객서비스능력	
정보능력	① 정보수집능력	매체나 서적, 인터넷 등을 활용하여 지도 대상에 맞는 운동정보 수집 및 분석 능 력이 필요하며, 그에 따른 건강 상식이나 운동을 대상 에게 전달하고 실제 프로그 램 운영에 적용할 수 있어 야 한다.
	② 정보분석능력	
	③ 정보조직능력	
	④ 정보관리능력	
	⑤ 정보활용능력	
	⑥ 컴퓨터 사용능력	
기술능력	① 기술이해능력	대상에 맞는 프로그램을 선 택하고, 대상자의 수준을 고려하여 운동지도기법을 다양하게 적용할 수 있어야 한다.
	② 기술선택능력	
	③ 기술적용능력	
조직이해능력	① 국제 감각	지도자의 자질과 전공을 바 탕으로 수업, 행사 및 사업 등을 다른 지도자들과 더불 어 할 수 있는 업무수행능 력이 있어야 한다.
	② 체제이해능력	
	③ 경영이해능력	
	④ 업무이해능력	

제5절 직무 명세서

가. 직무 개요					
노인(어르신)들의 생활체육 활성화와 삶의 질을 증진시키기 위하여 대상자의 신체적·정신적 수준과 환경 여건을 인지하고, 이에 적절한 프로그램을 개발하여 효과적인 운동수업을 진행하는 일					
나. 작업 일람표					
책무	No	작업명	작업의 난이도	작업의 중요도	작업 빈도
A 노인 특성 이해	1	노인분포 파악	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ● ④ ⑤
	2	신체적·심리적 이해	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	3	사회적·환경적 이해	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
B 노인 체육 프로 그램 개발	1	홍보	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	2	장소 섭외	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ● ④ ⑤
	3	대상자 분석	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	4	프로그램 기획	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	5	프로그램 확정	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
C 노인 체육 프로 그램 실행	1	수업도구 준비	① ● ③ ④ ⑤	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ● ⑤
	2	수업여건 파악	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ● ⑤
	3	유대 형성	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ④ ●
	4	수업실행	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ④ ●
	5	행사실행	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ● ⑤	① ② ● ④ ⑤

나. 작업 일람표					
책무	No	작업명	작업의 난이도	작업의 중요도	작업 빈도
D 평가	1	수업 자가평가	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ● ⑤
	2	대상자 만족도 평가	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	3	기관의 만족도 평가	① ② ● ④ ⑤	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ● ⑤
E 문서 화 및 보고	1	수업일지 작성	① ● ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ③ ● ⑤
	2	월간·연간 계획서 작성	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ● ④ ⑤
	3	수업 및 사업결과 보고	① ② ③ ● ⑤	① ② ③ ④ ●	① ② ● ④ ⑤

다. 핵심 작업(KEY TASK)								
책무	No	작업명	교육훈련 필요도			교육훈련 적용 방법		
			1순위	2순위	3순위	집체훈련	현장훈련	재훈련
A	1	노인분포 파악		●		●	●	
	2	신체적·심리적 이해	●			●	●	●
	3	사회적·환경적 이해	●			●	●	●
B	1	홍보	●				●	
	2	장소 섭외	●				●	
	3	대상자 분석	●				●	
	4	프로그램 기획	●			●	●	●
	5	프로그램 확정	●				●	
C	1	수업도구 준비			●		●	
	2	수업여건 파악	●				●	
	3	유대 형성	●				●	
	4	수업실행	●			●	●	●
	5	행사실행	●				●	

다. 핵심 작업(KEY TASK)								
책무	No	작업명	교육훈련 필요도			교육훈련 적용 방법		
			1순위	2순위	3순위	집체훈련	현장훈련	재훈련
D	1	수업 자가평가	●			●	●	
	2	대상자 만족도 평가	●			●	●	
	3	기관의 만족도 평가	●				●	
E	1	수업일지 작성		●		●	●	
	2	월간·연간 계획서 작성	●			●	●	
	3	수업 및 사업결과 보고	●			●	●	

라. 소요장비 및 도구 일람표		
품 명	소요장비 및 도구	
	주장비 및 도구	보조 장비 및 도구
PC	●	
오디오 및 CD(음악)	●	
요가매트	●	
운동화 및 운동복	●	
복사기		●
헤드셋(마이크)		●
게이트볼 용구		●
탁구채 및 테이블		●
배드민턴 라켓 및 셔틀콕		●
볼링		●
밴드(타라밴드, 튜빙밴드 등)		●
헬스기구(덤벨, 바벨, 런닝머신, 바, 봉 등)		●
볼(짐볼, 탕탕볼, 배구공, 농구공, 탁구공, 연식 정구공 등)		●

제6절 작업 명세서

가. 작업명		A-1. 노인분포 파악	
나. 성취수준		지역 내 노인 단체수를 조사하고, 각 집단 내 운동을 필요로 하는 60세 이상의 인원수를 파악할 수 있다.	
다. 작업요소			난이도
(1)	지역 내 구청 사회복지과에 단체 현황을 의뢰한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	각 집단에 사전 섭외한다.	① ② ● ④ ⑤	
(3)	현재 수업의 현황을 파악한다.	① ② ● ④ ⑤	
(4)	운동수업 환경 및 여건을 파악한다.	① ② ③ ● ⑤	
(5)	현장을 방문한다.	① ② ● ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 전화, 팩스, 필기도구	
	보조 장비 및 도구	복사기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인생리학 ▪ 지역별 생활수준 및 운동수준 	<p>2, 3, 4 1, 2, 3, 4, 5</p>
스킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 정보 수집, 분석 및 활용 능력 ▪ 원활한 의사소통능력 ▪ 수리력 	<p>1, 2, 3, 4 1, 2, 5 1, 3, 4</p>
태도 (Attitude)	<p>노인분포를 파악하는데 있어 다양한 경로나 자료를 토대로 정보를 수집, 분석하는 적극적인 태도가 필요하다.</p>	

가. 작업명		A-2. 신체적·심리적 이해	
나. 성취수준		노인 관련 도서 및 매체 등을 활용하여 노인의 신체적·심리적 상황을 이해하고 숙지할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	노인 관련 도서 및 매체 등을 조사한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	노인의 생리학적 특성을 연구한다.	① ② ③ ④ ●	
(3)	노인의 심리적 특성을 파악한다.	① ② ③ ④ ●	
(4)	다른 지도자의 현장경험을 분석한다.	① ② ③ ④ ●	
(5)	수업에 적용할 종합적인 자료를 정리한다.	① ② ③ ④ ●	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ③ ④ ●	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 도서	
	보조 장비 및 도구	프린트, 복사기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인 생리학 ▪ 노인 심리학 	1, 2, 4, 5 1, 3, 4, 5
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 정보 수집, 분석 및 활용 능력 ▪ 인터넷 활용 능력 	1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5
태 도 (Attitude)	노인의 신체적·심리적 특성을 이해하기 위해서는 지속적으로 정보를 수집, 연구하고, 노인의 특성을 이해하는 개방적인 사고가 요구된다.	

가. 작업명		A-3. 사회적·환경적 이해	
나. 성취수준		노인 관련 도서 및 매체 등을 활용하여 노인의 사회적·환경적 상황을 이해하고 숙지할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	노인 관련 도서 및 매체 등을 조사한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	노인의 사회학적 특성을 연구한다.	① ② ③ ④ ●	
(3)	노인의 환경적 특성을 연구한다.	① ② ③ ④ ●	
(4)	다른 지도자의 현장 경험을 분석한다.	① ② ③ ④ ●	
(5)	수업에 적용할 종합적인 자료를 정리한다.	① ② ③ ④ ●	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ③ ④ ●	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 도서	
	보조 장비 및 도구	프린트, 복사기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 경제·사회적 지위, 노인집단특성 등 노인사회학 ▪ 주거환경, 활동시설 등 노인환경학 	<p>1, 2, 4, 5</p> <p>1, 3, 4, 5</p>
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 정보 수집, 분석 및 활용 능력 ▪ 인터넷 활용 능력 	<p>1, 2, 3, 4, 5</p> <p>1, 2, 3, 4, 5</p>
태 도 (Attitude)	<p>노인의 사회적·환경적 특성을 이해하기 위해서는 지속적으로 정보를 수집, 연구하고, 노인의 특성을 이해하는 개방적인 사고가 요구된다.</p>	

가. 작업명		B-1. 홍보
나. 성취수준		노인 및 노인 관련 기관에 노인전담생활체육지도자 및 노인체육 프로그램의 우수성을 소개하고, 운동참여를 유도할 수 있다.
다. 작업요소		난이도
(1)	노인체육프로그램 홍보방안을 작성한다.	① ② ③ ● ⑤
(2)	노인체육프로그램의 우수성을 소개한다.	① ② ● ④ ⑤
(3)	노인전담생활체육지도자를 소개한다.	① ② ● ④ ⑤
(4)	운동효과를 홍보한다.	① ② ③ ● ⑤
(5)	노인체육프로그램 참여를 유도한다.	① ② ③ ● ⑤
(6)		① ② ③ ④ ⑤
(7)		① ② ③ ④ ⑤
(8)		① ② ③ ④ ⑤
(9)		① ② ③ ④ ⑤
(10)		① ② ③ ④ ⑤
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 팩스, 전화
	보조 장비 및 도구	프린트, 복사기

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 운동프로그램 성공사례 ▪ 스포츠마케팅 ▪ 운동처방 ▪ 운동효과 	1, 2, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 2, 4, 5 2, 4, 5
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 정보 수집, 분석 및 활용 능력 ▪ 마케팅 능력 ▪ 응용력 ▪ 문서작성 능력 	1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 1
태 도 (Attitude)	노인체육프로그램의 참여를 유도하기 위하여 노인체육프로그램의 우수성과 노인생활체육지도자를 알리는 열정적 자세와 전략적인 준비가 필요하다.	

가. 작 업 명		B-2. 장소 섭외	
나. 성취수준		노인체육수업을 진행할 기관이나 장소를 수집·탐색을 거쳐 선정할 수 있다.	
다. 작업요소			난 이 도
(1)	대상 기관 및 장소를 방문하거나 연락한다	① ② ● ④ ⑤	
(2)	노인 관련 기관 등으로부터 수업활동 요청을 접수한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(3)	요청한 기관의 수업여건(장소·인원·시간 등)을 조사한다.	① ② ● ④ ⑤	
(4)	조사결과를 바탕으로 수업 장소를 확정한다.	① ② ● ④ ⑤	
(5)		① ② ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 전화기	
	보조 장비 및 도구	팩스, 복사기, 프린트	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 지역 내 노인 관련 단체의 실태 및 특성 ▪ 노인 관련 운영기관의 특성 	1, 2, 3, 4 1, 2, 3, 4
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 지역내 노인관련기관에 대한 자료분석 능력 ▪ 적극적인 PR능력 ▪ 프로그램담당자와 원활한 의사소통능력 	1, 3 1, 4 1, 2, 3, 4
태 도 (Attitude)	관련 기관과 적극적인 협조를 이끌어낼 수 있는 사회성 및 조사된 자료를 정확하게 파악해 내는 신중한 태도가 필요하다.	

가. 작업명		B-3. 대상자 분석
나. 성취수준		프로그램 기획의 방향 및 내용을 결정하는 근거로서 프로그램을 진행할 장소의 대상에 관해 자세히 분석할 수 있다.
다. 작업요소		난이도
(1)	선정된 장소의 프로그램 관련 담당자와 사전회의를 갖는다.	① ② ● ④ ⑤
(2)	회의 또는 직접방문을 통해 대상자에 대한 신체적·환경적 정보를 획득한다.	① ② ● ④ ⑤
(3)	획득한 정보를 토대로 대상자를 분석한다.	① ② ③ ● ⑤
(4)	분석작업을 거쳐 대상자를 정의한다.	① ② ③ ● ⑤
(5)		① ② ③ ④ ⑤
(6)		① ② ③ ④ ⑤
(7)		① ② ③ ④ ⑤
(8)		① ② ③ ④ ⑤
(9)		① ② ③ ④ ⑤
(10)		① ② ③ ④ ⑤
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 전화
	보조 장비 및 도구	팩스기, 복사기

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인에 대한 생리학적·환경적 특성 ▪ 노인체육활동 프로그램 작성법 	1, 2, 3, 4 2, 3, 4
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 대상자에 대한 정보 분석력 ▪ 대상자의 신체적 활동수준 판단능력 	1, 2, 3, 4 3, 4
태 도 (Attitude)	획득한 정보에 의해 대상자의 운동수준을 정의할 수 있는 객관적이고 분석적인 태도가 요구된다.	

가. 작업명		B-4. 프로그램 기획
나. 성취수준		대상자에게 맞는 프로그램을 개발하고 시범·적용하여 실행 가능한 프로그램을 기획할 수 있다.
다. 작업요소		난이도
(1)	프로그램 계획을 위한 정보를 수집한다.	① ② ● ④ ⑤
(2)	대상자에게 맞는 프로그램을 개발한다.	① ② ③ ④ ●
(3)	개발한 프로그램에 대한 계획서를 작성한다.	① ② ③ ● ⑤
(4)	시범운영을 위한 수업준비를 한다.	① ② ③ ● ⑤
(5)	개발한 프로그램을 시범운영한다.	① ② ③ ● ⑤
(6)	시범수업에 대한 반응을 조사한다.	① ② ● ④ ⑤
(7)	조사결과를 반영하여 프로그램을 수정·보완한다.	① ② ③ ● ⑤
(8)		① ② ③ ④ ⑤
(9)		① ② ③ ④ ⑤
(10)		① ② ③ ④ ⑤
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, CD, 오디오, 운동도구
	보조 장비 및 도구	복사기, 팩스기, 마이크

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인에 대한 생리학적·환경적 특성 ▪ 노인체육활동 프로그램 작성법 	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 2, 3, 7
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 프로그램 계획서 작성 능력 ▪ 동작을 만들 수 있는 능력 ▪ 다양한 체육프로그램 수행능력 	3, 7 2, 4, 5, 7 4, 5
태 도 (Attitude)	대상자의 수준에 맞는 프로그램을 개발할 수 있는 창의적 사고와 열정적이고 수용적인 태도가 요구된다.	

가. 작업명		B-5. 프로그램 확정	
나. 성취수준		시범운영 후 평가과정을 통해 대상자에 맞는 프로그램을 확정할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	시범운영 후 대상자의 반응을 평가한다.	① ② ③ ● ⑤	
(2)	프로그램에 대한 자가평가를 실행한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	평가를 바탕으로 프로그램을 확정한다.	① ② ③ ● ⑤	
(4)	확정된 프로그램을 대상기관 및 상부에 보고한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(5)		① ② ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터	
	보조 장비 및 도구	복사기, 팩스, 전화기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인체육프로그램 구성론 ▪ 노인체육학습 분석 방법 	1, 2 1, 2, 3
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인체육학습평가방법 활용능력 ▪ 평가서 작성 능력 	1, 2, 3 1, 2, 3
태 도 (Attitude)	<p>올바른 평가방법을 활용하여 운영결과를 평가할 수 있는 분석적 사고와 신중한 태도가 필요하다.</p>	

가. 작업명		C-1. 수업도구 준비	
나. 성취수준		수업에 대한 집중력과 흥미유발을 위하여 수업에 적합한 음악, 운동기구, 소품 등을 준비할 수 있다.	
다. 작업요소			난이도
(1)	지도할 운동종목의 도구를 선택한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(2)	도구 확보를 위해 사전 시장조사를 실시한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(3)	수업에 적합한 도구를 확정한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(4)		① ② ③ ④ ⑤	
(5)		① ② ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ● ③ ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	전화, 컴퓨터	
	보조 장비 및 도구	CD, 오디오, 공, 매트	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 도구 사용법 ▪ 도구 사용시 주의점 ▪ 도구를 이용한 운동의 효과 	1, 3 1, 3 1, 3
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 합리적인 구매 능력 	1, 2, 3
태 도 (Attitude)	노인운동프로그램에 맞는 도구들을 선택·준비하기 위하여 적극적이고 합리적인 태도가 요구된다.	

가. 작업명		C-2. 수업여건 파악	
나. 성취수준		당일 수업할 장소현황과 주위의 환경을 파악하여 프로그램에 적용할 수 있다.	
다. 작업요소			난이도
(1)	수업 참가자들의 상태를 파악한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	수업의 물리적 환경을 점검한다.	① ② ● ④ ⑤	
(3)	안전한 수업환경을 조성한다.	① ② ③ ● ⑤	
(4)		① ② ③ ④ ⑤	
(5)		① ② ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	없음	
	보조 장비 및 도구	없음	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 스포츠 안전학 개론 ▪ 스포츠 시설 관리론 	2, 3 2, 3
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 시설 담당자와의 의사소통능력 ▪ 문제해결능력 	1 1, 2, 3
태 도 (Attitude)	그날의 행사, 분위기, 환경에 따라 프로그램 여건을 능동적으로 조절할 수 있는 융통성이 요구된다.	

가. 작업명		C-3. 유대 형성	
나. 성취수준		수업의 호응도와 출석률을 높이기 위하여 지도자와 대상자 사이에 친밀감을 형성할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	눈을 마주보며 인사한다.	● ② ③ ④ ⑤	
(2)	얘기를 귀담아 경청한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	자연스러운 대화를 유도한다.	① ② ③ ● ⑤	
(4)	약수, 포옹 등 스킨십을 유도한다.	① ② ③ ● ⑤	
(5)	분쟁이 있을시 조정한다.	① ② ③ ④ ●	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	마이크	
	보조 장비 및 도구	다과	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인심리학 ▪ 레크리에이션 ▪ 인간관계론 	1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 유머감각 ▪ 레크리에이션 활용 능력 ▪ 갈등상황 조정 능력 ▪ 리더쉽 	1, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 5 1, 2, 3, 4, 5
태 도 (Attitude)	유대형성을 위해서는 어르신들을 진심으로 사랑하는 마음으로 다가서는 태도와 재미있고 자연스러운 분위기 형성을 위한 리더쉽이 요구된다.	

가. 작업명		C-4. 수업 실행
나. 성취수준		준비해놓은 수업도구와 프로그램으로 수업을 실행해 어르신들의 신체적, 정신적 건강을 유지·향상할 수 있다.
다. 작업요소		난이도
(1)	출석 및 건강상태를 확인·기록한다.	① ● ③ ④ ⑤
(2)	준비운동을 실시한다.	① ② ● ④ ⑤
(3)	본 프로그램을 실시한다.	① ② ③ ● ⑤
(4)	정리운동을 실시한다.	① ② ● ④ ⑤
(5)	차시예고를 한다.	① ● ③ ④ ⑤
(6)	수업 뒷정리를 깨끗하게 한다.	● ② ③ ④ ⑤
(7)		① ② ③ ④ ⑤
(8)		① ② ③ ④ ⑤
(9)		① ② ③ ④ ⑤
(10)		① ② ③ ④ ⑤
난이도 평균		① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	매트, 수업도구(CD, 덤벨, 밴드, 공 등)
	보조 장비 및 도구	마이크, 음악, 출석부

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 운동지도이론 ▪ 운동지도실기 ▪ 노인 체육 안전학 ▪ 노인 생리학 	2, 3, 4, 5 2, 3, 4, 5 2, 3, 4, 6 1, 2, 3, 4, 5
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 정확한 운동수행 능력 ▪ 정확한 운동지도 능력 ▪ 수업에 집중시키는 카리스마(리더쉽) 	2, 3, 4 2, 3, 4 1, 2, 3, 4, 5
태 도 (Attitude)	대상자들의 안전과 흥미있는 수업 참여를 위하여 수업의 분위기를 유지하고 이끄는 지도자적 리더쉽과 열정이 요구된다.	

가. 작 업 명		C-5. 행사 실행	
나. 성취수준		지역 주민의 건강과 삶의 질을 높이기 위해 생활체육 행사를 주최하여 각 생활체육동호인의 저변확대에 기여하고 여가생활에 일조할 수 있다.	
다. 작업요소			난 이 도
(1)	전년 행사 실적 및 사례를 조사한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(2)	각 행사별 예산을 편성하고 취지와 행사일정을 조사한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	각 행사별 사업계획서와 시나리오를 계획한다.	① ② ③ ● ⑤	
(4)	행사계획을 반영하여 행사를 원활히 운영한다.	① ② ③ ④ ●	
(5)	정산서 및 보고서를 작성하고, 각 처(구청, 시)에 보고한다.	① ② ③ ● ⑤	
(6)	행사실행 실적과 득실을 평가한다.	① ② ③ ● ⑤	
(7)	다음 행사를 위해 자료를 작성하고 보관한다.	① ② ● ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ② ③ ● ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	행사운영(대진 표, 진행 순서, 사회자카드 등)서류, 상장이나 패, 홍보물품(현수막, 기념품 등), 국기 및 협의회기	
	보조 장비 및 도구	확성기, 카메라, 캠코더, 녹음기, 마이크, 단상	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 각 행사의 취지와 목적 ▪ 행사 주관 단체에 관한 이해 ▪ 이벤트기획에 관한 지식 ▪ 생활체육에 관한 지식 	<p>2, 3, 6</p> <p>2, 3, 5, 6</p> <p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7</p> <p>1, 2, 3, 6</p>
스킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 이벤트기획능력 ▪ 장소섭외 능력. ▪ 후원이나 협찬물품 등의 적절한 적용 능력. ▪ 신속한 의진진행능력. ▪ 행사 운영능력. ▪ 선수와 관람자들을 통솔할 수 있는 리더쉽 	<p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7</p> <p>1, 2, 3</p> <p>2, 3</p> <p>3, 4</p> <p>2, 3, 4</p> <p>4</p>
태도 (Attitude)	<p>행사실행을 하기 위해서는 진행의 모든 과정을 이해하고 인지하고 있어야 하며, 능동적이고 신속하게 대응할 수 있는 적극적인 자세가 요구된다.</p>	

가. 작업명		D-1. 수업 자가평가	
나. 성취수준		실행한 수업이 어르신들께 활력과 삶의 질 향상에 도움이 되었는지 수업의 호응도와 내용을 평가하고 다음 수업의 보완자료로 활용할 수 있다.	
다. 작업요소			난이도
(1)	대상자들의 건강상태 체크여부를 판단한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	대상의 여건에 맞는 수업 분위기를 조성했는지 판단한다.	① ② ● ④ ⑤	
(3)	대상자들의 운동수준에 맞게 수업이 조정, 진행되었는지 판단한다.	① ② ● ④ ⑤	
(4)	수업후 유대관계 형성이 되었는지 판단한다.	① ② ● ④ ⑤	
(5)	차기 수업 예고를 하였는지 판단한다.	① ② ● ④ ⑤	
(6)	종합적으로 평가하고 기록한다.	① ② ③ ● ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균			① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터	
	보조 장비 및 도구	필기도구, 복사기, 프린트	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인의 심리적·신체적 특성 ▪ 수업 장소(기관)의 특성 ▪ 체육수업 평가방법에 관한 지식 	1, 2, 3, 4 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 냉정한 판단력 ▪ 객관적인 상황이해 능력 ▪ 대상에 대한 관찰 능력 	1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5
태 도 (Attitude)	<p>수업 자가평가를 위해서는 평가를 객관적으로 실시하고, 평가 결과가 긍정적이든 부정적이든 결과를 겸허하게 수용하는 자세가 요구된다.</p>	

가. 작업명		D-2. 대상자 만족도 평가	
나. 성취수준		프로그램에 참여한 대상자들의 신체적, 심리적 상태가 향상되었는지 측정하여 만족도를 평가할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	기관의 담당자나 대표로부터 프로그램 참여자들의 상태를 조사한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(2)	수업 진행 중에 수시로 대상자들의 반응을 평가한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	대상자들과의 개별 면접을 통해 만족도를 평가한다.	① ② ③ ● ⑤	
(4)	수업 만족도에 관한 설문조사를 실시한다.	① ② ③ ● ⑤	
(5)	다양한 평가 결과를 종합한다.	① ② ③ ④ ●	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ③ ● ⑤	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터	
	보조 장비 및 도구	설문지, 프린트, 복사기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 노인의 심리적·신체적 특성 ▪ 체육수업 평가방법에 관한 지식 ▪ 개별 면담에 관한 지식 	2, 3, 4, 5 1, 2, 3, 4, 5 3
스킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 구두 확인 시 상대의 대답을 이끌어 내는 언어적 기술 ▪ 설문지 작성 능력 ▪ 평가결과에 대한 종합적 객관적 판단능력 	1, 3, 5 4 1, 2, 3, 4, 5
태도 (Attitude)	대상자 만족도 평가를 위해서는 평가를 객관적으로 실시하고, 평가결과가 긍정적이든 부정적이든 결과를 겸허하게 수용하는 자세가 요구된다.	

가. 작업명		D-3. 기관의 만족도 평가	
나. 성취수준		간담회를 통해 체육프로그램이 유관 기관의 목적에 적합하고 유용한지 객관적으로 평가할 수 있다.	
다. 작업요소		난이도	
(1)	수시로 기관장이나 담당자와 프로그램의 운영에 대해 대화한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	정기적인 간담회를 통해 프로그램에 대한 기관의 만족도를 평가한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	기관에서 실시하는 대상자 대상 상담결과를 받는다.	① ● ③ ④ ⑤	
(4)	다양한 평가결과를 종합적으로 정리한다.	① ② ③ ● ⑤	
(5)		① ② ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ● ④ ⑤	
라. 장비 및 도구		주 장비 및 도구	컴퓨터
		보조 장비 및 도구	프린트, 복사기

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 수업이 진행되는 기관의 운영체제에 대한 이해 ▪ 노인의 심리적·신체적 특성 ▪ 체육수업 평가방법에 관한 지식 	<p>1, 2</p> <p>1, 2, 4</p> <p>1, 2, 3, 4</p>
스킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 기관의 장이나 담당자와의 협의 혹은 협상의 기술. ▪ 자신의 수업에 대한 정확한 지식 전달 능력. ▪ 평가결과에 대한 종합적 객관적 판단능력 	<p>1, 2</p> <p>1, 2</p> <p>1, 2, 3, 4</p>
태도 (Attitude)	<p>기관의 만족도 평가를 위해서는 기관장이나 담당자에게 프로그램에 관한 정보를 정확하게 전달하고 이해시키며, 평가의견에 대해 상호 조율하고 반영하는 합리적인 자세가 요구된다.</p>	

가. 작업명		E-1. 수업일지 작성
나. 성취수준		프로그램의 진행상황을 기록·보고하기 위하여 장소, 시간, 수업내용 및 인원을 수업일지에 기록하고 다음 수업에 반영할 수 있다.
다. 작업요소		난이도
(1)	진행한 프로그램을 당초 계획서와 비교, 분석, 평가한다.	① ② ● ④ ⑤
(2)	프로그램 참여자의 수업내용 이해수준을 기록한다.	① ② ③ ● ⑤
(3)	프로그램 참여자의 수업 참여도를 파악하여 기록한다.	① ② ● ④ ⑤
(4)	대상자들의 운동 수준을 파악하여 기록한다.	① ② ③ ● ⑤
(5)	수업종목, 장소, 대상, 시간, 인원 및 수업 내용을 기록한다.	① ● ③ ④ ⑤
(6)		① ② ③ ④ ⑤
(7)		① ② ③ ④ ⑤
(8)		① ② ③ ④ ⑤
(9)		① ② ③ ④ ⑤
(10)		① ② ③ ④ ⑤
난이도 평균		① ② ● ④ ⑤
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 수업일지양식
	보조 장비 및 도구	프린터, 복사기

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 대상자들의 특성(치매, 장애 등) 이해 ▪ 대상 특성에 따른 운동지도방법 	2, 4, 5 1, 2, 3, 4
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 문서작성 능력 ▪ 수업 진행 상황을 묘사하는 서술 능력 	2, 3, 4, 5 2, 3, 4, 5
태 도 (Attitude)	수업일지 작성을 위해서는 객관적이고 정확한 정보를 기록하는 성실한 자세가 요구된다.	

가. 작 업 명		E-2. 월간·연간 계획서 작성	
나. 성취수준		효율성 있는 프로그램을 순차적으로 진행하기 위하여 수업에 관한 월, 연간 계획서를 작성할 수 있다.	
다. 작업요소		난 이 도	
(1)	지도자간에 프로그램 운영에 관한 의견을 교환한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(2)	수업 자가평가 결과를 계획서에 반영한다.	① ② ● ④ ⑤	
(3)	대상자 만족도 평가 결과를 계획서에 반영한다.	① ② ● ④ ⑤	
(4)	기관의 만족도 평가 결과를 계획서에 반영한다.	① ② ● ④ ⑤	
(5)	새로운 대상자의 특성을 고려하여 수업을 계획한다.	① ② ③ ● ⑤	
(6)	모든 프로그램을 종합적으로 분석하여 계획서를 작성한다.	① ② ③ ● ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ● ④ ⑤	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터	
	보조 장비 및 도구	관련 서적 및 평가결과	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 지도자의 업무지침에 관한 이해 ▪ 다양한 프로그램에 관한 이해 ▪ 평가결과에 대한 이해 ▪ 대상자의 신체적, 사회적 특성 이해 	<p>2, 3, 4, 5, 6</p> <p>1, 5, 6</p> <p>2, 3, 4</p> <p>5, 6</p>
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 새로운 프로그램 개발을 위한 창의력 ▪ 프로그램 기획력 ▪ 대상자에 맞는 프로그램 활용 능력 	<p>5, 6</p> <p>5, 6</p> <p>3, 5, 6</p>
태 도 (Attitude)	<p>월간, 연간 계획서를 작성하기 위해서는 새로운 프로그램을 개발하는 진취적인 자세가 요구되며, 다양한 요소를 고려한 계획서를 작성을 위해 세밀함이 요구된다.</p>	

가. 작 업 명		E-3. 수업 및 사업결과 보고	
나. 성취수준		상급자나 상부기관에 월·연간 프로그램 운영 결과를 객관적으로 보고할 수 있다.	
다. 작업요소		난 이 도	
(1)	월·연간 프로그램 진행내용을 문서화한다.	① ② ● ④ ⑤	
(2)	집행예산 등의 정산결과를 문서화 한다.	① ② ③ ● ⑤	
(3)	문서 서류를 상부기관에 제출한다.	① ② ● ④ ⑤	
(4)	제출 서류의 적정 여부를 평가받는다.	① ② ③ ● ⑤	
(5)	프로그램 기록 및 보관한다.	① ● ③ ④ ⑤	
(6)		① ② ③ ④ ⑤	
(7)		① ② ③ ④ ⑤	
(8)		① ② ③ ④ ⑤	
(9)		① ② ③ ④ ⑤	
(10)		① ② ③ ④ ⑤	
난이도 평균		① ② ● ④ ⑤	
라. 장비 및 도구	주 장비 및 도구	컴퓨터, 전화, 팩스	
	보조 장비 및 도구	프린터, 복사기	

마. 관련 지식, 스킬 및 태도(Related Knowledge, Skill & Attitude)		
구 분	내 용	관련 작업 요소
지 식 (Knowledge)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 사업 지침에 대한 이해 ▪ 보고 양식에 대한 이해 ▪ 회계 상식에 대한 이해 	<p>1, 2, 3, 4</p> <p>1, 2, 3, 4</p> <p>2</p>
스 킬 (Skill)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 문서작성 능력 ▪ 수리능력 ▪ 보고 서류의 내용을 전달하는 언어력 	<p>1, 2, 3, 4, 5</p> <p>2</p> <p>1, 2, 3, 4</p>
태 도 (Attitude)	<p>사업 및 수업보고를 위해서는 사업 및 수업의 목적달성 정도를 객관적으로 문서화하여 보고하는 신중한 자세가 요구된다.</p>	

제 2 장
작업/지식·스킬 및 코스·교과목 행렬표

제1절 작업/지식·스킬 행렬표

2. 작업/코스 행렬표

코스 핵심 작업	1	2	3	4
	노인에 대한 이해	노인 생활 체육 지도	프로그램 기획 및 운영	노인체육 현장과 실습
A-1. 노인분포 파악	●			●
A-2. 신체적·심리적 이해	●			
A-3. 사회적·환경적 이해	●			
B-1. 홍보			●	
B-2. 장소 섭외			●	●
B-3. 대상자 분석	●			
B-4. 프로그램 기획			●	
B-5. 프로그램 확정			●	
C-1. 수업도구 준비		●		●
C-2. 수업여건 파악		●		●
C-3. 유대형성	●	●		
C-4. 수업실행		●		
C-5. 행사실행			●	
D-1. 수업자가평가			●	
D-2. 대상자만족도 평가			●	
D-3. 기관의 만족도 평가			●	
E-1. 수업일지 작성			●	●
E-2. 월간·연간계획서작성			●	
E-3. 수업및사업결과 보고			●	

제2절 작업/교과목 행렬표

교과목 핵심 작업	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	노인생리학	노인심리·상담론	노인체육안전학	노인운동처방론	운동지도이론및실기	레크리에이션이론및실기	프로그램개발과평가	지역사회자원활용	스포츠키케팅	노인관련기관에대한이해	기관현장실습
A-1. 노인분포 파악								●		●	
A-2. 신체적·심리적 이해	●	●									
A-3. 사회적·환경적 이해		●						●		●	
B-1. 홍보								●	●	●	
B-2. 장소 섭외								●	●	●	
B-3. 대상자 분석	●	●									
B-4. 프로그램 기획				●	●		●				
B-5. 프로그램 확정				●			●				
C-1. 수업도구 준비			●	●				●			
C-2. 수업여건 파악			●				●	●		●	●
C-3. 유대형성		●				●					
C-4. 수업실행					●						
C-5. 행사실행									●		
D-1. 수업자가평가							●				
D-2. 대상자만족도 평가		●									
D-3. 기관의 만족도 평가										●	
E-1. 수업일지 작성							●				
E-2. 월간·연간계획서작성							●				
E-3. 수업및사업결과 보고							●				

제 3 장 교육훈련과정

제1절 교육훈련과정 구성 체계

1. 교육훈련 과정명 : 노인생활체육지도자
2. 교육훈련 목표 : 노인의 특성에 맞는 생활체육을 지도하기 위하여 노인
에 대한 이해, 운동처방을 통한 운동지도이론 및 실기,
프로그램 개발과 운영, 기관현장 실습을 통하여 생활체
육을 지도할 수 있다.
3. 코스 및 교과목 편성

코스	노인에 대한 이해	노인생활체육지도	프로그램기획 및 운영	노인체육현장과 실습
교과목	노인생리학 노인심리·상담론	노인체육안전학 노인운동처방론 운동지도 이론 및 실기 레크리에이션 이론 및 실기	프로그램 개발과 평가 지역사회자원 활용 스포츠 마케팅	노인관련기관에 대한 이해 기관현장실습

4. 교육훈련코스 일람표

직업명 : 노인생활체육지도자				
코스명 : 노인에 대한 이해				
코스 목표	노인에 대한 신체와 심리를 이해할 수 있다.			
교육훈련내용	교육훈련기간 (단위 시간)	교육훈련수준		
		상	중	하
1. 노인생리학	[총: 60] 36	●		
2. 노인심리·상담론	24	●		
교육훈련장소	강의실			
장비 및 도구	교육자료, 시청각자료,			
교육훈련방법	이론교육			
코스 이수 요건	운동생리학, 운동심리학에 대한 기초 코스			

직업명 : 노인생활체육지도자				
코스명 : 노인생활체육지도				
코스 목표	노인체육의 안전, 운동처방, 운동지도 이론 및 실기, 레크리에이션 이론 및 실기를 이해할 수 있다.			
교육훈련내용	교육훈련기간 (단위 시간)	교육훈련수준		
		상	중	하
	[총: 120]			
1. 노인체육안전학	12	●		
2. 노인운동처방론	36	●		
3. 운동지도 이론 및 실기	48	●		
5. 레크리에이션 이론 및 실기	24		●	
교육훈련장소	강의실, 실습실, 지도현장(노인시설, 복지관, 경로당 등)			
장비 및 도구	교육자료, 운동복, 운동화, 운동도구(매트, 덤벨 등)			
교육훈련방법	이론교육 및 실습교육, 현장체험			
코스 이수 요건	노인생리학, 심리·상담론에 대한 기초 코스			

직업명 : 노인생활체육지도자				
코스명 : 프로그램 기획 및 운영				
코스 목표	지역 및 지도대상의 특성에 맞는 프로그램을 기획하고 운영할 수 있다.			
교육훈련내용	교육훈련기간 (단위 시간)	교육훈련수준		
		상	중	하
	[총: 56]			
1. 프로그램 개발과 평가	36	●		
2. 지역사회자원 활용	8		●	
3. 스포츠 마케팅	12	●		
교육훈련장소	강의실, 연수원			
장비 및 도구	관련서적, 시청각자료,			
교육훈련방법	이론교육, 프로그램 실습 평가			
코스 이수 요건	생활체육이론 및 실기 능력에 관한 기초 코스			

직업명 : 노인생활체육지도자				
코스명 : 노인체육현장과 실습				
코스 목표	현장실습을 통해 노인관련 기관의 운영 상황을 이해하고 현장적응력을 높일 수 있다.			
교육훈련내용	교육훈련기간 (단위 시간)	교육훈련수준		
		상	중	하
1. 노인관련기관에 대한 이해	[총: 40] 10		●	
2. 기관현장실습	30	●		
교육훈련장소	강의실, 실습현장			
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터, 프린트, 운동화, 운동복, 운동도구			
교육훈련방법	이론교육, 현장체험			
코스 이수 요건	운동지도 이론 및 실기, 노인심리, 상담론에 대한 기초코스			

제2절 코스별 교육훈련과정 및 교과목별 교육훈련과정

코스명 : 노인에 대한 이해		
교과목	노인생리학	
교육훈련목표	노인의 생리학적 특성을 이해하고, 효과적인 노인생활체육 지도를 할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 36]
대단원	중단원	
1. 운동과 에너지 대사	가. 생체 에너지론 나. 운동과 대사반응 다. 운동과 회복	8
2. 작업량과 에너지의 측정	가. 작업량과 파워의 측정 나. 에너지 소비량의 측정 다. 운동과 에너지 소비량	6
3. 호흡순환계/근육계와 운동	가. 호흡순환계와 운동 나. 운동과 산-염기 평형 다. 골격근 특성 라. 근피로와 회복	8
4. 내분비계와 운동	가. 내분비계의 기능과 특성 나. 내분비선과 호르몬의 종류 다. 운동중 열량소 이용의 조절	6
5. 환경과 노인운동	가. 체온조절 기전 나. 고온 및 저온운동 다. 수중 운동과 대기오염 라. 노화와 운동	8
교육훈련 장소	강의실, 운동처방실	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터	
교육훈련방법	이론 교육 및 실습 교육	
선수코스 (과목)	운동 생리학	

코스명 : 노인에 대한 이해		
교과목	노인심리·상담론	
교육훈련목표	노인의 심리를 이해하고 효과적인 상담기법을 활용하여 노인에게 맞는 스포츠 카운셀링을 할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 24]
대단원	중단원	
1. 운동 학습 및 발달	가. 운동 기능의 학습 나. 운동 기능의 발달 다. 노화와 운동	3
2. 운동의 심리적 효과	가. 정신건강과 운동 나. 운동효과의 이론 다. 운동의 효과	4
3. 운동 동기유발	가. 동기의 개념 및 이론 나. 운동 동기유발의 실제	4
4. 행동 변화	가. 행동 변화의 방법 나. 행동 변화의 실제	4
5. 노인 운동 상담	가. 운동상담과 커뮤니케이션 나. 카운셀링의 진행방법 다. 적극적인 어프로치 마. 상담윤리와 카운셀러의 자질	9
교육훈련 장소	강의실	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터, 상담지	
교육훈련방법	이론 교육 및 상담실습 교육	
선수코스 (과목)	운동 심리학, 스포츠 카운셀링	

코스명 : 노인생활체육지도		
교과목	노인체육안전학	
교육훈련목표	운동기구 및 시설을 안전하게 다루고 관리하며, 부상을 예방하고 응급상황시 대처할 수 있는 능력을 기를 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 12]
대단원	중단원	
1. 안전교육	가. 안전의 개념 나. 안전교육의 원리 다. 사고 예방 및 안전	2
2. 생활체육 안전 관리	가. 생활체육안전 관리의 개념 나. 생활체육 안전수칙 다. 생활체육 안전관리	2
3. 스포츠 사고와 법적문제	가. 스포츠와 법 나. 스포츠 사고의 법적책임과 보상제도	2
4. 운동 부상	가. 운동부상의 종류와 특성 나. 운동부상의 발생원인 다. 운동부상의 예방조치 라. 운동부상의 처치법 마. 부상예방과 테이핑	2
5. 응급처치	가. 응급처치의 개요 나. 구조호흡 다. 심폐소생술 라. 출혈과 각종 상처의 처치 마. 골절 처치 바. 환자 운반법	4
교육훈련 장소	강의실, 실습실	
장비 및 도구	교육자료, 시청각자료, 심폐소생술 연습장비, 테이핑 테이프, 들것, 붕대	
교육훈련방법	이론 교육 및 실습 교육	
선수코스 (과목)	운동생리학	

코스명 : 노인생활체육지도		
교과목	노인운동처방론	
교육훈련목표	노인의 체력과 건강상태에 맞춘 운동의 종류와 형식을 선택하여 운동을 처방할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 36]
대단원	중단원	
1. 노인운동처방의 개요	가. 운동처방의 개념 나. 운동처방의 필요성 다. 운동처방의 목적 라. 운동처방의 원리	3
2. 노인운동검사와 처방	가. 건강 검사 나. 체성분 검사 다. 체력 검사 라. 운동부하 검사 마. 운동처방 프로그램의 구성과 내용	12
3. 운동처방의 요건	가. 운동형태 나. 운동시간 다. 운동빈도 라. 운동기간	6
4. 노인운동처방의 실제	가. 노인 운동처방시 고려사항 나. 심폐기능향상 운동처방 다. 근기능강화 운동처방 라. 유연성개선의 운동처방 마. 대사성질환의 운동처방 바. 심혈관계 질환의 운동처방 사. 호흡계질환의 운동처방	15
교육훈련 장소	강의실, 실습실	
장비 및 도구	교육자료, 시청각자료, 운동부하검사장비, 체성분분석기, 체력검사장비	
교육훈련방법	이론 및 실습교육	
선수코스 (과목)	운동생리학, 운동해부학	

코스명 : 노인생활체육지도		
교과목	운동지도 이론 및 실기	
교육훈련목표	노인의 운동지도 이론 및 실기를 통해 노인의 건강상태를 고려하여 다양한 신체활동을 지도 할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 48]
대단원	중단원	
1. 노인운동지도이론	가. 지도자의 역할 나. 지도이론 다. 지도기술	3
2. 지도계획과 작성	가. 대상별 지도계획 나. 지도계획 작성법	3
3. 운동실기 기초	가. 준비운동 나. 정리운동	3
4. 운동실 응용: 저항운동	가. 실버웨이트 트레이닝 나. 탄력밴드운동 다. 덤벨체조	11
5. 운동실 응용 : 유산소운동	가. 실버에어로빅스 나. 댄스스포츠 다. 걷기 라. 실버아쿠아로빅	12
6. 운동실 응용 : 흥미유발을 위한 도구운동	가. 게이트볼 나. 탁구 다. 당구 라. 프리테니스	16
교육훈련 장소	강의실, 체육관 등	
장비 및 도구	교육자료, 운동복, 운동화, 운동기구(매트, 덤벨 등)	
교육훈련방법	이론교육 및 실기교육	
선수코스 (과목)	운동지도 이론 및 실기	

코스명 : 노인생활체육지도		
교과목	레크리에이션 이론 및 실기	
교육훈련목표	다양한 레크리에이션 프로그램을 활용하여 보다 효율적인 프로그램을 진행 시킬 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 24]
대단원	중단원	
1. 레크리에이션 이론	가. 레크리에이션의 개념 나. 노인 레크리에이션 다. 치료 레크리에이션 라. 장애인 레크리에이션 마. 레크리에이션 지도자의 역할과 자질 바. 레크리에이션 프로그램	6
2. 레크리에이션 실기	가. 레크리에이션 게임. 나. 레크리에이션 놀이 다. 레크체조 라. 전통 전래놀이	18
교육훈련 장소	강의실, 실습실	
장비 및 도구	교육자료, 운동복, 운동화	
교육훈련방법	이론교육 및 실기교육	
선수코스 (과목)	운동지도 이론 및 실기	

코스명 : 프로그램 기획 및 운영		
교과목	프로그램 개발과 평가	
교육훈련목표	상황 및 대상의 특성에 따른 다양한 프로그램을 개발·계획하여 평가·적용 할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 36]
대단원	중단원	
1. 노인운동프로그램의 구성	가. 노인운동프로그램의 개요 나. 노인운동프로그램의 구성 다. 노인운동프로그램 기획	15
2. 노인운동프로그램 계획서 작성	가. 프로그램 연간계획 나. 프로그램 월간계획 다. 프로그램 주간/일일계획	12
3. 프로그램 평가	가. 평가기법 - 자체평가, 대상자만족도평가, 기관만족도평가 등 나. 평가 검증 및 분석	9
교육훈련 장소	강의실	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터, 프린터,	
교육훈련방법	이론교육 및 실습교육	
선수코스 (과목)	운동지도 및 실기론	

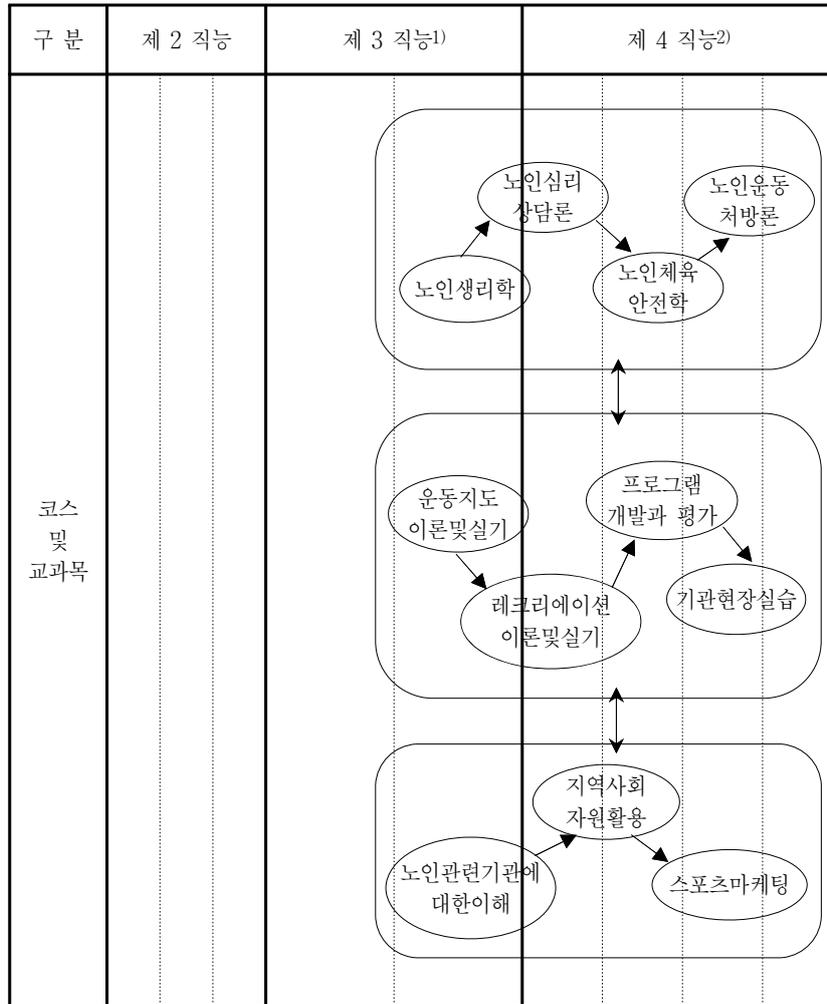
코스명 : 프로그램 기획 및 운영		
교과목	지역사회자원 활용	
교육훈련목표	지역사회내에 있는 노인관련 자원을 파악하여 활용하여 효과적으로 노인체육활동을 지도할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 8]
대단원	중단원	
1. 지역사회와 노인복지	가. 민관협력 네트워크 나. 지역사회와 네트워크 다. 지역사회내 자원봉사센터	4
2. 스포츠단체의 사회적 역할	가. 스포츠단체의 특성 나. 스포츠단체의 역할 다. 지역사회 참여 유도과 효과	4
교육훈련 장소	강의실	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터, 시청각도구	
교육훈련방법	이론교육	
선수코스 (과목)	노인 사회학, 지역사회학	

코스명 : 프로그램 기획 및 운영		
교과목	스포츠 마케팅	
교육훈련목표	스포츠마케팅을 통하여 생활체육 프로그램 및 스포츠행사를 효과적으로 기획하고 운영할 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 12]
대단원	중단원	
1. 스포츠 마케팅 프로그램	가. 정보수집 나. 프로그램 운영 다. 프로그램 분석	3
2. 스포츠마케팅 전략	가. 시장세분화 나. 제품 포지셔닝	3
3. 스포츠마케팅 방법	가. 광고 나. 대인판매 다. 홍보 라. 판매촉진	3
4. 스폰서쉽	가. 스포츠상업화 나. 대중매체와 미디어광고 다. 스폰서쉽과 영향력	3
교육훈련 장소	강의실,	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터	
교육훈련방법	이론교육 및 실습교육	
선수코스 (과목)	스포츠마케팅	

코스명 : 노인체육현장과 실습		
교과목	노인관련기관에 대한 이해	
교육훈련목표	노인 관련 기관에 대한 이해를 바탕으로 프로그램을 효과적으로 지도할 수 있다	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 10]
대단원	중단원	
1. 노인 복지 정책	가. 국내 노인복지정책 나. 외국의 성공적인 복지정책 다. 노인복지의 개선과제	6
2. 지역내 노인관련기관의 운영 실태	가. 지역별 노인관련기관 현황 나. 노인관련기관의 특성 다. 노인관련기관 협력방안	4
교육훈련 장소	강의실, 현장실습	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터	
교육훈련방법	이론교육 및 현장실습	
선수코스 (과목)	노인복지론	

코스명 : 노인체육현장과 실습		
교과목	기관현장 실습	
교육훈련목표	현장실습을 통하여 노인생활체육 지도를 위한 현장 적응력과 응용력을 높일 수 있다.	
교육훈련내용		교육훈련시간 [총: 20]
대단원	중단원	
1. 노인체육 안전실습	가. 상해예방지도 나. 응급처치 다. 시설과 도구의 안전 확인	3
2. 현장실습 기초	가. 실습참가전 유의사항 체크 나. 지속적인 실습 참가	3
3. 현장실습 응용	가. 참관수업 나. 수업보조 다. 수업주관 라. 피드백	14
교육훈련 장소	강의실, 현장실습장	
장비 및 도구	교육자료, 컴퓨터, 운동복, 운동화, 운동도구(매트, 덤벨 등)	
교육훈련방법	이론 교육 및 실기교육	
선수코스 (과목)	노인체육 지도이론과 실기, 노인체육안전학, 운동처방	

제3절 교육훈련 이수 경로



- 1) 제3직능: 전문대학·기능대학과 같이 기술전문교육과정 수준 정도의 정규 교육 및 훈련을 요구하는 직능수준
- 2) 제4직능: 학사, 석사 또는 이와 동등한 학위가 수여되는 대학 및 대학원 교육과정 수준 정도의 정규 교육 및 훈련을 필요로 함.

제 4 장 자격의 구조 및 출제기준

제1절 자격의 구조와 내용

자격 종목명	노인생활체육지도자	자격등급	2급
검정기준	노인체육활동 지도에 관한 노인특성 이해, 운동처방을 통한 운동지도이론 및 실기, 프로그램 개발, 운영 및 평가 등의 이론 지식을 가지고 생활체육을 지도할 수 있는 능력		
응시자격	<ul style="list-style-type: none"> - 4년제 대학 체육 관련 학과 졸업 예정자 및 졸업자 - 2년제 대학 체육 관련 학과 졸업자로서 2년 이상 실무에 종사한 자 - 생활체육지도자3급 자격증 소지자 		
검정 방법 및 합격결정기준	검정방법	<ul style="list-style-type: none"> ① 실기 및 구술시험 ② 필기시험 	
	합격결정기준	<ul style="list-style-type: none"> ① 실기 및 구술시험 : 70점이상 ② 필기시험 : 전과목 60점이상(과락 40점이하) 	

제2절 출제기준

□ 자격종목 및 등급 : 노인생활체육지도자(2급)

가. 1차 시험(실기 및 구술시험)

검정목표	노인생활체육 종목의 실기이론과 지도응용능력, 지도자의 자질 및 태도를 평가한다.		
시험과목	주요 항목 (배점 비율)	세부 항목	중요도
			① ② ③ ● ⑤
노인생활체육 종목	1. 전공종목의 실기응용기술	가. 정확한 동작시연	① ② ③ ④ ●
	2. 실기지도 능력	가. 지도시범	① ② ③ ● ⑤
	3. 자질 및 태도	가. 대상에 대한 이해정도	① ② ③ ● ⑤
	4. 노인체육기초 이론	가. 노인생리학적 이해정도 나. 노인운동처방 다. 노인운동프로그램 개발 및 응용	① ② ③ ● ⑤
문제유형	실기 및 구술		
출제위원 전공	체육관련 학과 주임급 교수		
문항수/배점	10개문항 / 100점		
검정시간	1시간		

나. 2차 시험(필기시험)

검정목표	노인의 특성에 맞는 생활체육을 지도하기 위하여 노인체육에 대한 기초이론과 지식을 평가한다.		
시험과목	주요 항목 (배점 비율)	세부 항목	중요도
			① ② ③ ④ ●
2급	기초	인체해부학	① ② ③ ● ⑤
		노인건강교육	① ② ③ ● ⑤
		운동생리학	① ② ③ ④ ●
		스포츠사회학	① ② ③ ● ⑤
		스포츠심리학	① ② ③ ④ ●
		노인생활체육론	① ② ③ ● ⑤
	응용	운동역학	① ② ③ ● ⑤
		트레이닝방법론	① ② ③ ④ ●
		체력검사	① ② ③ ④ ●
		운동상해	① ② ③ ● ⑤
		레크리에이션론	① ② ③ ④ ●
		구급 및 안전관리	① ② ③ ④ ●
검정 장비 및 도구	시험지, OMR, 컴퓨터용펜, 신분증, 수험표		
문제유형	5지 선다형 객관식		
출제위원 전공	체육관련 학과 전임교수,		
문항수/배점	주요항목별 25개 문항 총 100개 문항 / 100점		
검정시간	2시간		

<부록 1> 직업별 직무분석 자료 목록(1998~2007)

분 야	직 종 명	분석년도	분류 번호
산업예술 및 통신	컴퓨터그래픽디자이너	1998	98- 6-01
	광고디자이너	1998	98- 6-02
	애니메이터	1998	98- 6-03
	웹디자이너	1998	98- 6-04
	실내장식가	1998	98- 6-05
	귀금속세공원	1998	98- 6-06
	일러스트레이터	1999	99- 9-01
	텍스타일디자이너	2000	00-15-01
	방송연출가	2002	02-21-01
	방송촬영감독	2002	02-21-02
	조명감독	2002	02-21-03
	게임프로그래머	2002	02-21-04
	레코딩엔지니어	2002	02-21-05
	애니메이션기획자	2002	02-21-06
	북디자이너	2002	02-21-07
	캐릭터상품기획자	2002	02-21-08
	캐릭터 디자이너	2002	02-21-09
	만화가	2002	02-21-10
	휴대폰디자이너	2005	05-04-04
개인서비스	여행안내원	1998	98- 6-07
	피부미용사	1999	99- 9-02
	장의사	1999	99- 9-03
	메이크업아티스트	2000	00-18-02
	노인생활지도원	2000	00-16-03
	레크리에이션지도자	2000	00-17-04
	요양보호사	2004	04-09-05
	자원봉사관리조정자	2004	04- 0-06
	장애인직업능력평가사	2004	04-08-07
	케어매니저(가칭)	2007	07-00-01
	노인전담생활체육지도자	2007	07-00-02

분 야	직 종 명	분석년도	분류 번호
공학 및 과학관련	수질관리인	2000	00-19-05
	자원재활용관리사	2003	03-12-01
	환경에너지관리사	2003	03-13-02
	환경설비사	2003	03-14-03
	토양오염관리사	2003	03-15-04
	환경GIS기술자	2003	03-16-05
	대기환경관리사	2003	03-17-06
	소음·진동관리사	2003	03-18-07
	폐기물처리사	2003	03-19-08
	건설환경관리사	2003	03-20-09
	산업위생관리사	2003	03-21-10
	컴퓨터 및 정보통신	데이터베이스관리자	1998
정보검색원		1998	98- 6-09
전자문서관리운영자		1998	98- 6-10
응용프로그래머		1999	99- 9-04
멀티미디어컨텐츠개발자		1999	99- 9-05
웹마스터		1999	99- 9-06
네트워크운영자		1999	99- 9-07
정보보호관리자		1999	99- 9-08
시스템엔지니어		2000	00-21-06
반도체공정장비기술자		2000	00-20-07
정보시스템감리사		2000	00-22-08
정보시스템분석가		2001	01- 7-01
웹프로그래머		2001	01- 7-02
CRM전문가		2001	01- 7-03
고객지원전문가(CE)		2001	01- 7-04
펌웨어엔지니어		2001	01- 7-05
이동통신망운영자		2001	01- 7-06
웹PD		2001	01- 7-07
시스템관리자		2001	01- 7-08
사이버교육관리사		2001	01- 7-09
의료정보시스템관리사	2001	01- 7-10	

분 야	직 종 명	분석년도	분류 번호
컴퓨터 및 정보통신 (계속)	반도체공정기술개발엔지니어	2005	05-04-01
	반도체 설계 엔지니어	2005	05-04-02
	모바일소프트웨어시스템엔지니어	2005	05-04-03
보안 및 법률서비스	경호경비원	2000	00-23-09
기계 기술자 설치자 수리서비스	전자방송통신장비설비원	1998	98- 6-11
	전자자료처리장치설비원	1998	98- 6-12
	전기제어장치설비원	1998	98- 6-13
	전자산업장비설비원	1998	98- 6-14
	공기조화·위생설비원	1999	99- 9-09
정밀 생산	밀링원	1998	98- 6-15
	금형원	1998	98- 6-16
보건 및 의료	의료기기기술관리사	2000	00-24-10
	의무기록사	2000	00-25-11
	작업치료사	2000	00-26-12
	산후조리전문관리사	2004	04-09-13
	보건교육사	2004	04-10-14
	병원코디네이터	2004	04-11-15
	음악치료사	2006	06-00-00
	레크리에이션치료사	2007	07-00-03
경영, 재무관리 및 마케팅	보석감정사	1998	98- 6-17
	직업상담원	1998	98- 6-18
	선물거래인	1998	98- 6-19
	관세사무원	1998	98- 6-20
	물류관리사	1999	99- 9-10
	비주얼머천다이지	2000	00-27-13
	의료기기상품기획자	2005	05-04-05
교육, 훈련	보육교사	1999	99- 9-11
	평생교육사	1999	99- 9-12
	특수교육보조원	2004	04-12-13

■ 집필책임자

- 정윤경
- 한국직업능력개발원 전문연구원

■ 집필자

- 고은희
- 성동구생활체육협의회
 - 나효진
- 종로구생활체육협의회
 - 박지혜
- 강서구생활체육협의회
 - 이경희
- 광진구생활체육협의회
 - 지미경
- 강남구생활체육협의회
- (가나다 順)

노인생활체육지도자 직무분석

- 발행연월일 | 2007년 10월 30일 인쇄
2007년 10월 31일 발행
- 발행인 | 이원덕
- 발행처 | 한국직업능력개발원
135-949, 서울특별시 강남구 청담2동 15-1
홈페이지: <http://www.krivet.re.kr>
전화: (02)3485-5000, 5100
팩스: (02)3485-5200
- 인쇄처 | (주)서보미디어 (02)2253-7800
- 등록일자 | 1998년 6월 11일
- 등록번호 | 제16-1681호

©한국직업능력개발원

<비매품>