

# 운동사 역할증대와 국가공인 자격제도

김 기 진

계명대학교, 전국 운동사관련학과 교수협의회

2011. 1. 13

# 운동사관련학과 교수협의회

## 운동사관련학과교수협의회의 필요성과 취지

- 보건복지부 자격 부재 및 체육지도자 불신
- 운동학/체육학 전공자의 사회적 위상이 걸린 문제
- 이해당사자 : 관련 학과 졸업생 취업과 직결된 문제
- (보건복지부) 운동사 자격의 필요성에 대한 인식 전환
  - 체육지도자의 직역 및 역할분담
  - 체육지도자 : 체육교사, 스포츠지도자, (보건)운동사 등
- 대학의 운동사관련 교육과정 정립
- 운동사 취업/진로 개척

## 발기인 모임

- 일 시 : 2010. 7. 28(수) 11:00
- 장 소 : KTX 천안아산역 별실(4회의실)
- 내 용 : 창립발기 및 창립준비위원회 구성

## 창립총회

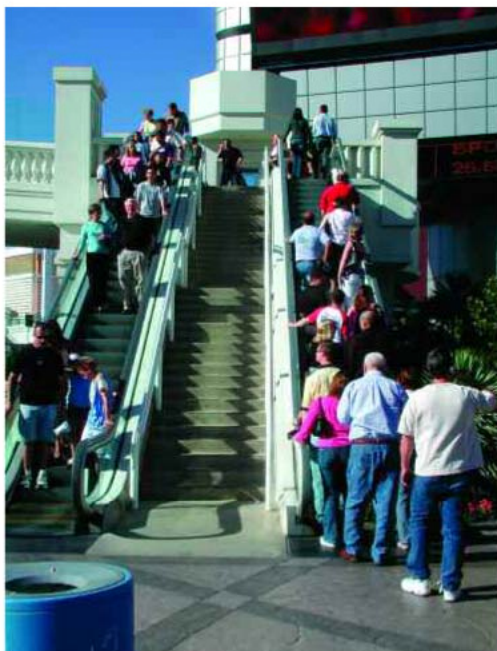
- 일시 : 2010.8.1 2(목) 11:00
- 장소 : 서울역 KTX별실
- 내용 : 전국 교수 60여명 참석, 임원구성 및 회칙 마련,  
현재 76개 대학, 82개학과 참여

## 주요 활동내용

- 전국 운동사 관련학과의 연대 및 구심점
- 운동사 역할 증대를 위한 학술적 정보 마련
- 운동사 전문화 및 특성화를 통한 국가공인자격제도 필요  
성의 학술적 검토
- 운동사 관련 직역중재를 위한 학술적 정보 마련
- 운동사 관련 법제안의 타당성 심의 및 보급(각 대학)

# 운동과 건강

- 규칙적인 운동 : 건강을 위한 필수적 습관  
핵심적 효과는 체력향상  
질병률 및 사망률 감소
- 근육기능, 심폐기능, 유연성 및 체지방량 등이  
건강상태와 불가분의 관련성을 가지고 있기 때문에  
이러한 체력 향상이 건강 유지에 핵심적인 요인에 해당



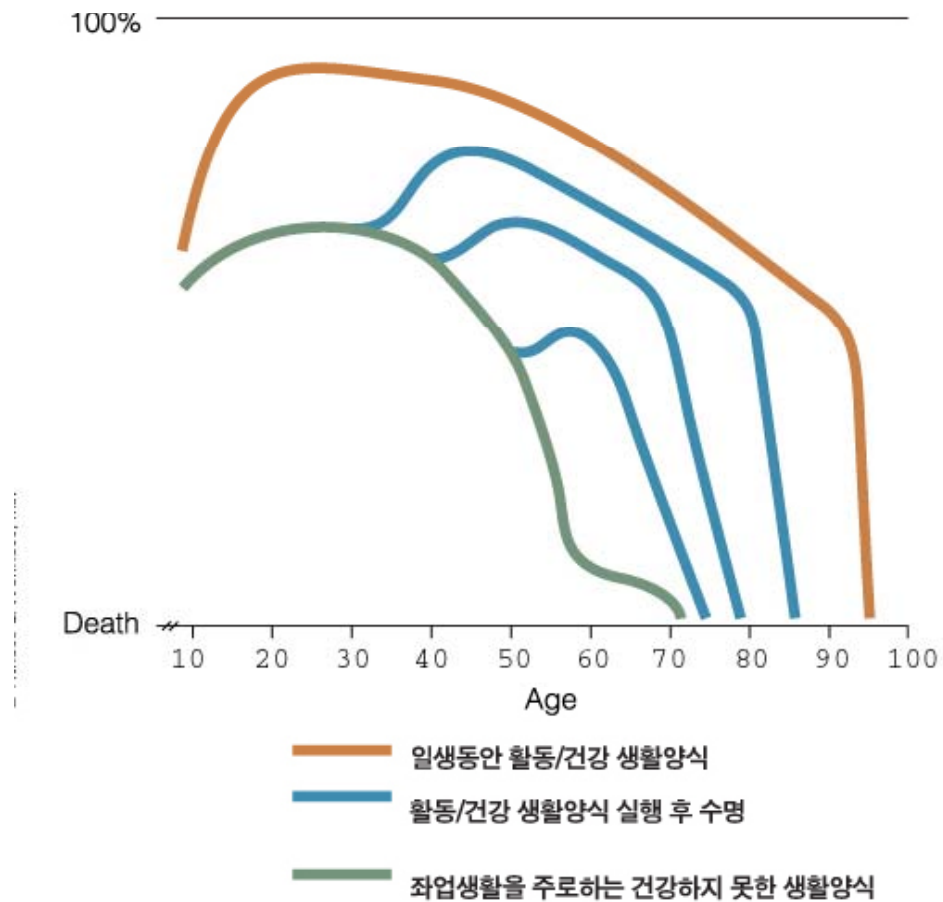
신체적 비활동의 전형적인 모습은 상점 입구에 가까운 10~20야드 내의 주차 지점을 찾기 위해 몇 분 동안 주차장 주위를 도는 것이다.

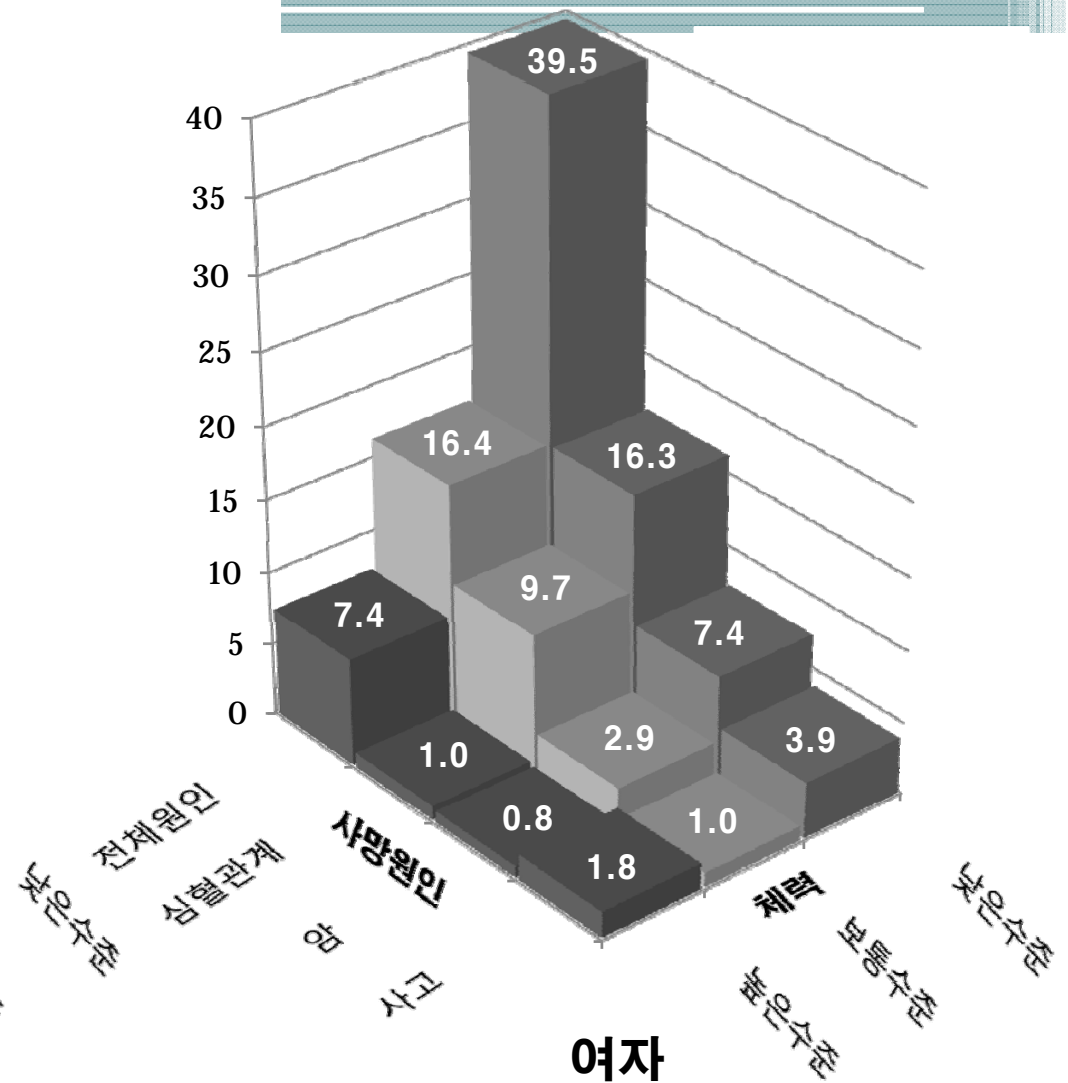
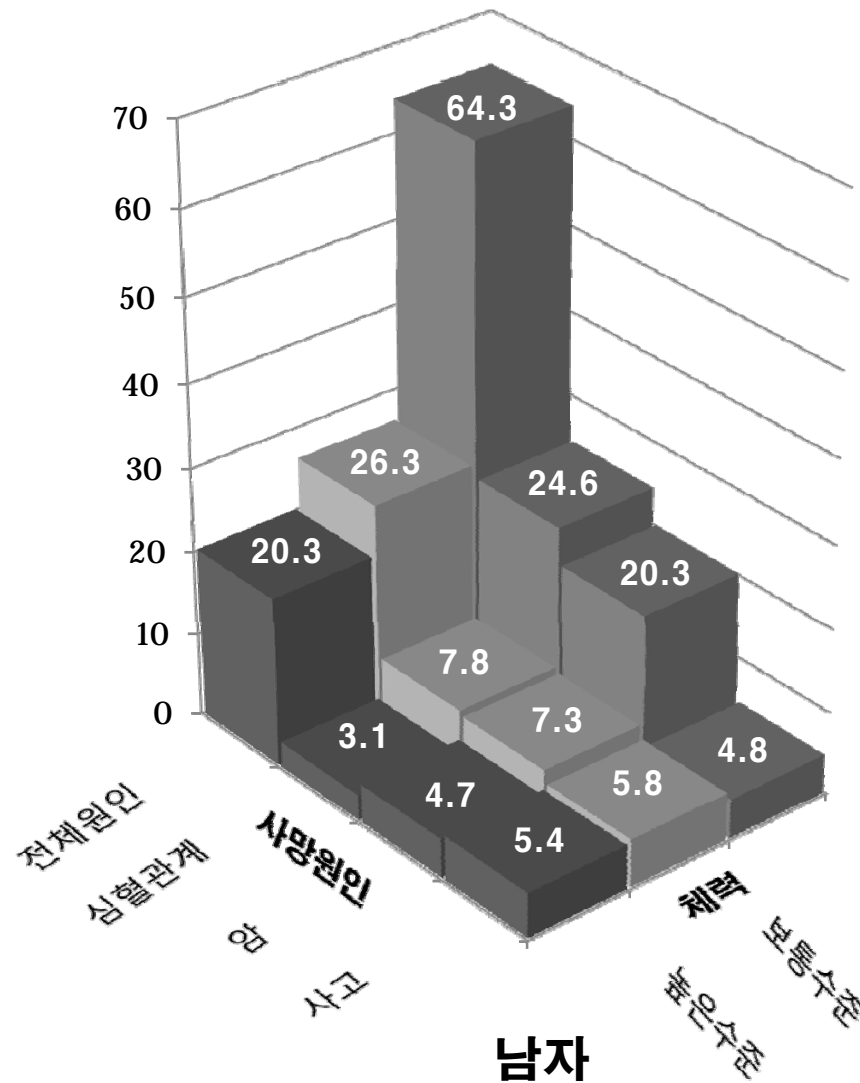
현대기술의 발달에 의한 부정적 결과 : **Hypokinetic disease**  
고혈압, 심장병, 만성적 요통, 비만 및 그 외 질환

우리 스스로 예방 가능한 사망의 위험요인  
: 흡연, 신체적 비 활동 (Sedentary Death Syndrome)  
**운동을 통한 체력향상**

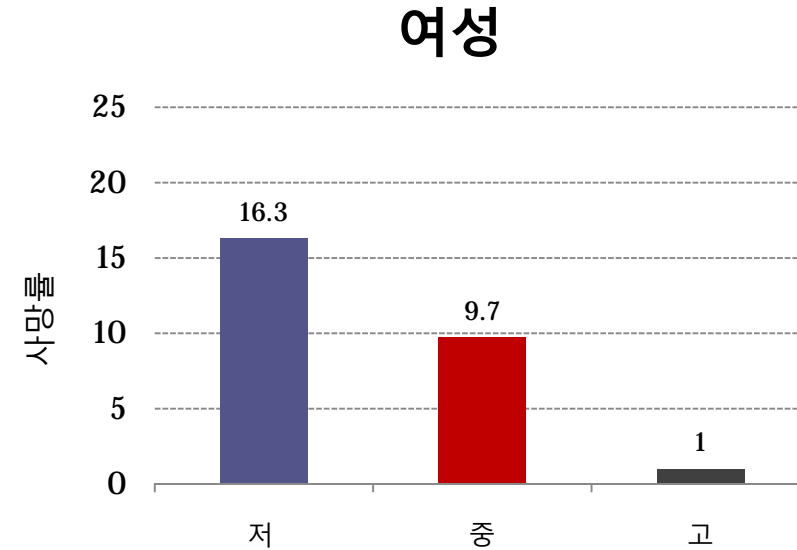
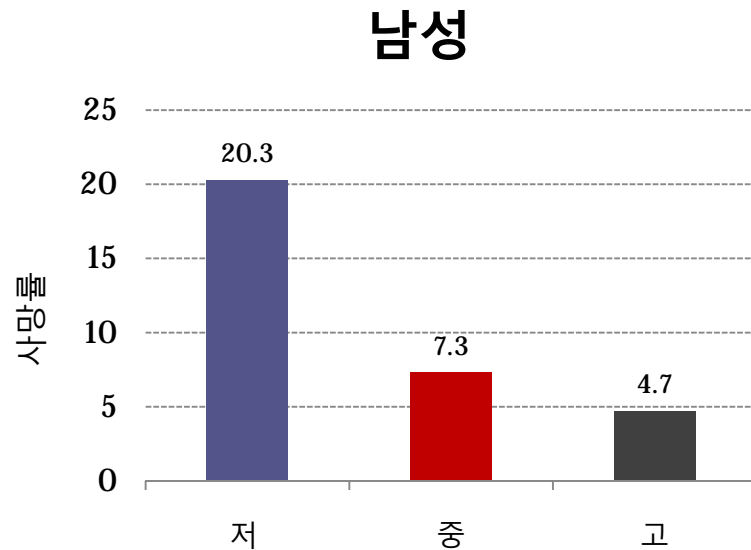
# 평상시 생활양식과 신체적 활동량에 따른 수명

(Blair, et al., 1995)





체력수준에 따른 사망률 (Blair et al., 1989)



**체력수준**

**체력수준**

연령을 보정한 10,000명 당의 추적조사

**면역기능**

**체력수준에 따른 암에 위한 사망률** (Blair et al., 1989)



- 건강을 위한 체력 향상 과정의 운동효과를 증대

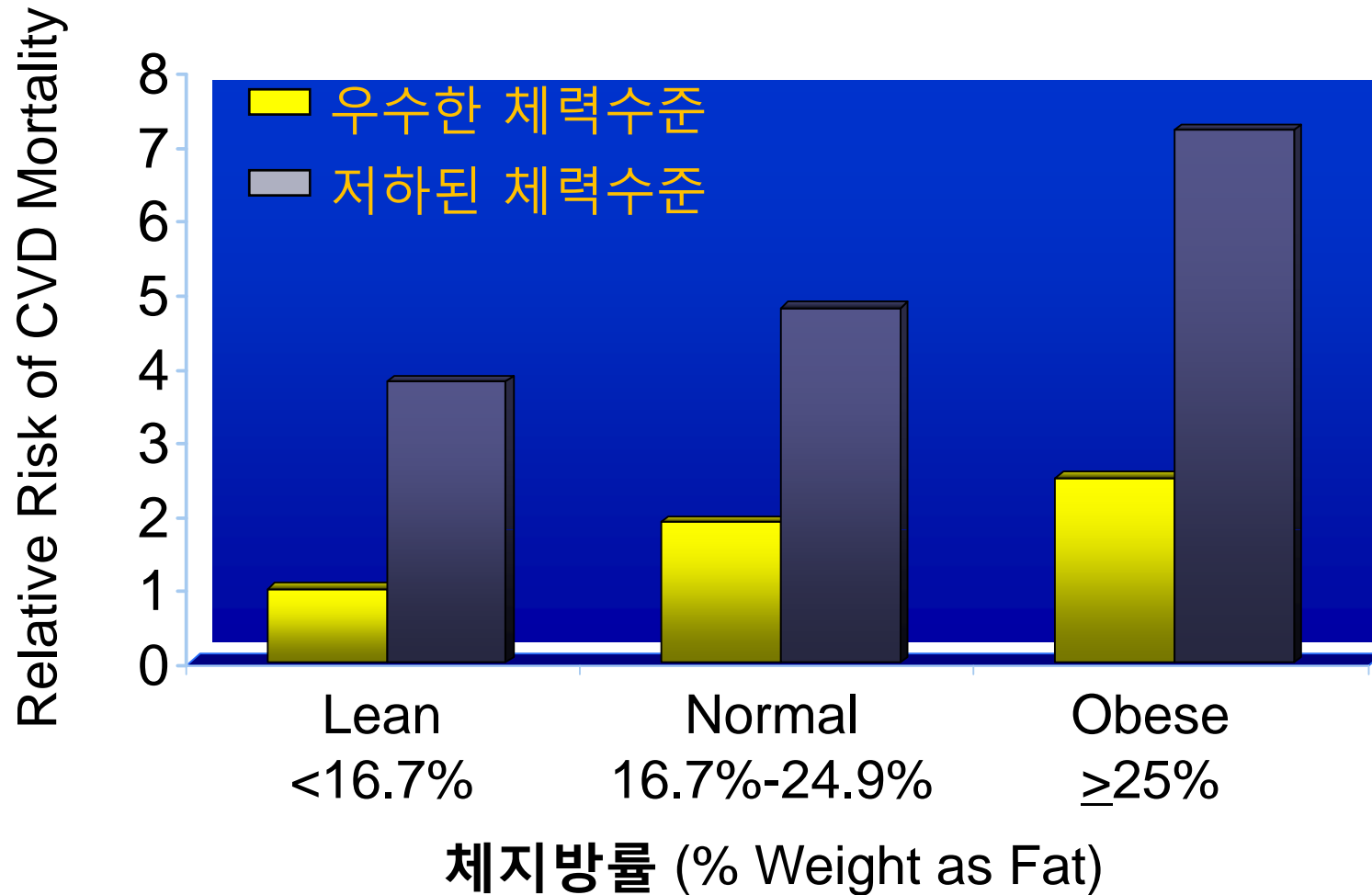


1. 운동의 체계적인 적용과 전문적인 관리
2. 지도가 절대적으로 강조

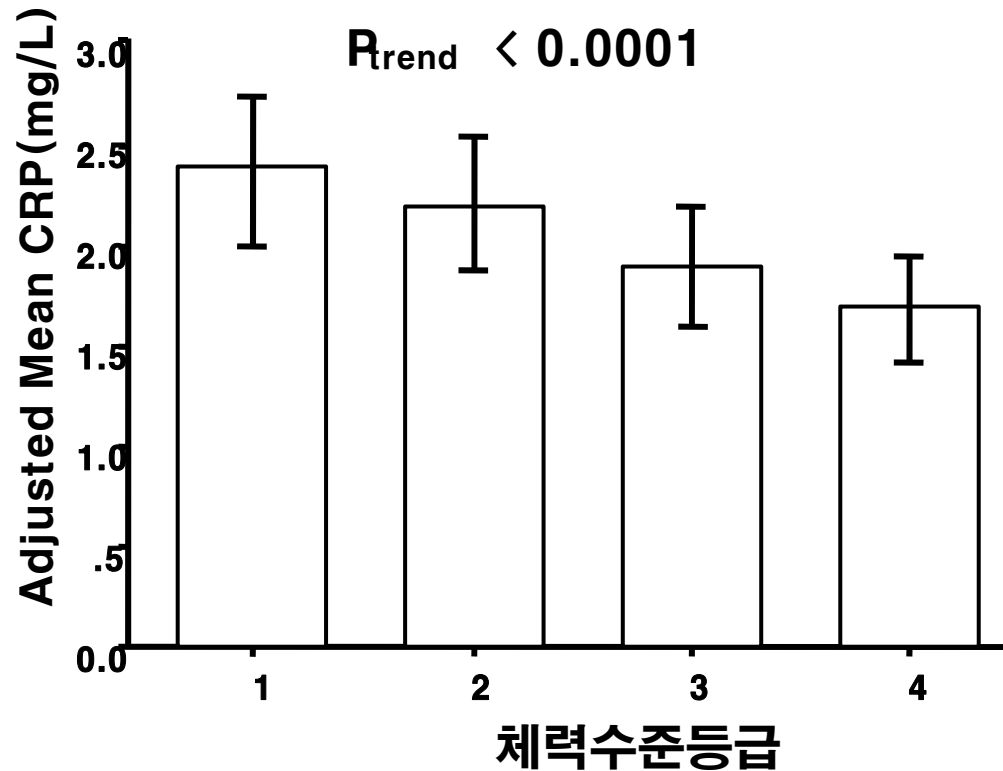
### 전문적인 운동사의 관리 요구

- 전문적인 운동사의 지도 아래 체력 향상을 이룰 수 있도록 하는 것은 **국민건강을 위해서** 핵심적인 사항임

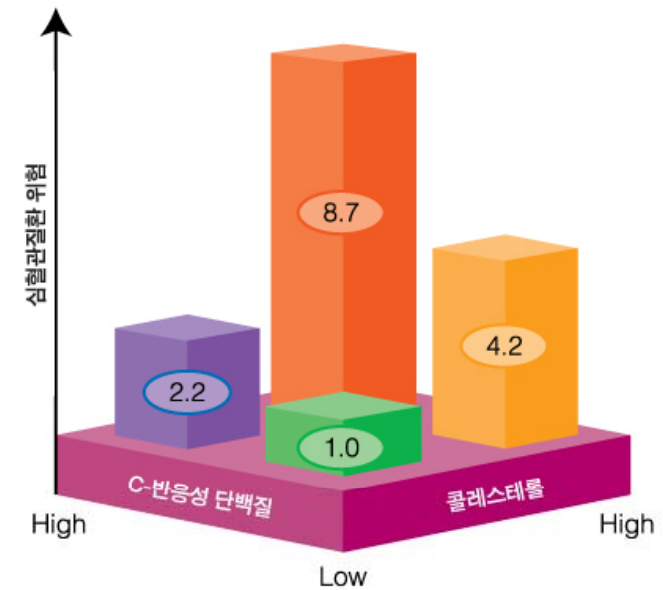
# 체력수준 및 체지방률과 순환계 질환에 의한 사망률



Lee et al. *Am J Clin Nutr* 1999;69:373.



## CRP-콜레스테롤-심장질환 관계



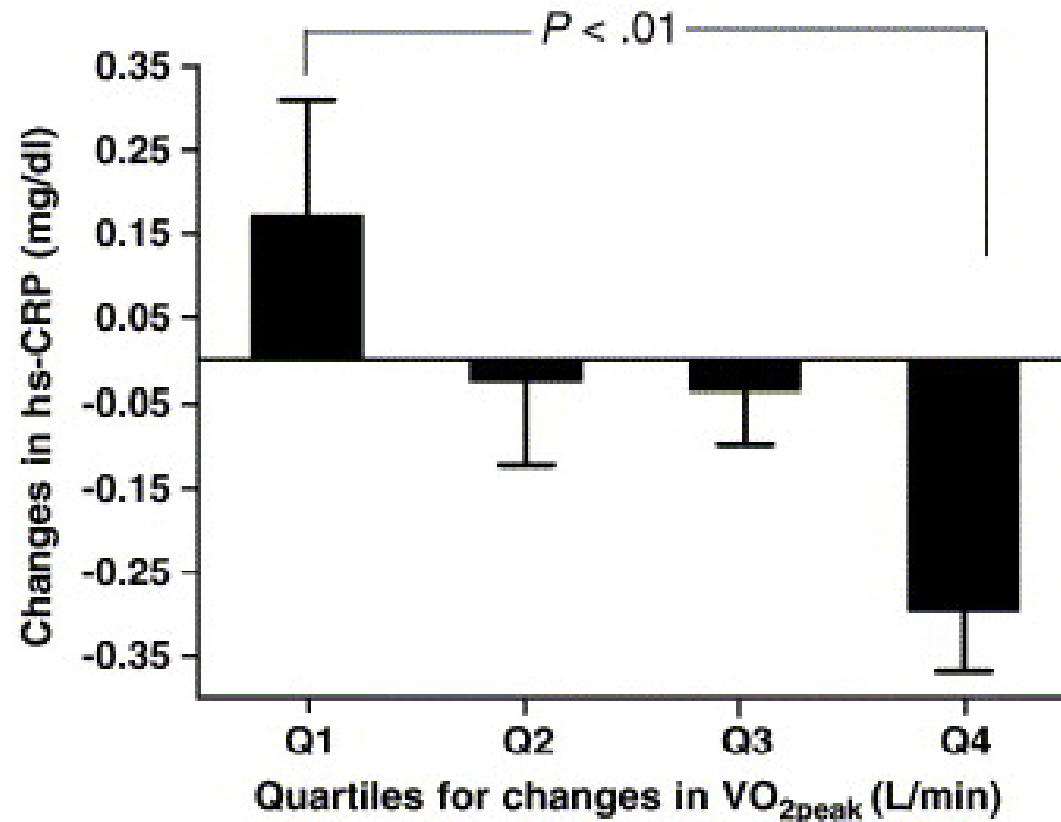
Source: Adapted from P. Libby, P. M. Ridker, and A. Maseri, "Inflammation and Atherosclerosis," *Circulation* 105 (2002): 1135-1143.

**체력수준의 4분위 등급에 따른 혈중 CRP농도의 비교**  
 : 혈관염증관련 대사성 질환의 주요 지표  
 (Aronson et al., 2004)

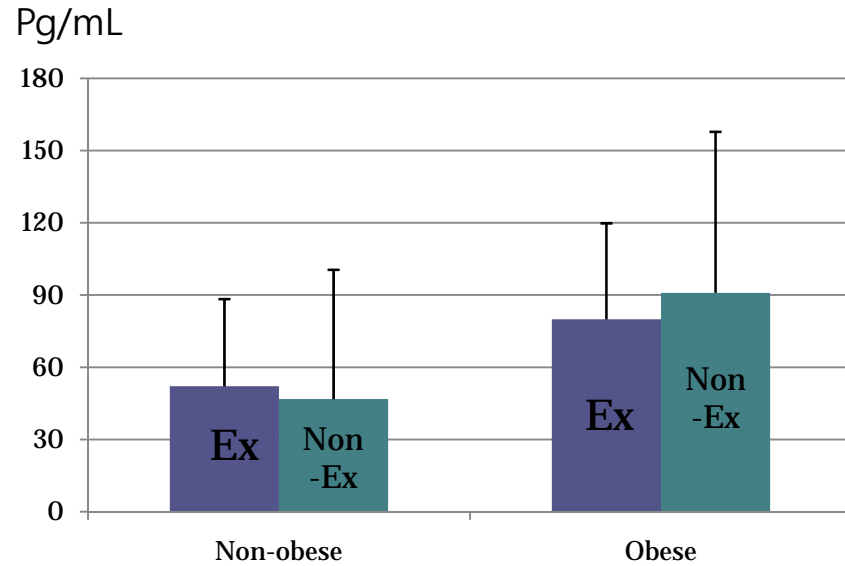
# 유산소성 트레이닝 후 심폐기능 향상과 CRP 농도의 변화

(Jae SY et al. Metabolism, 2006)

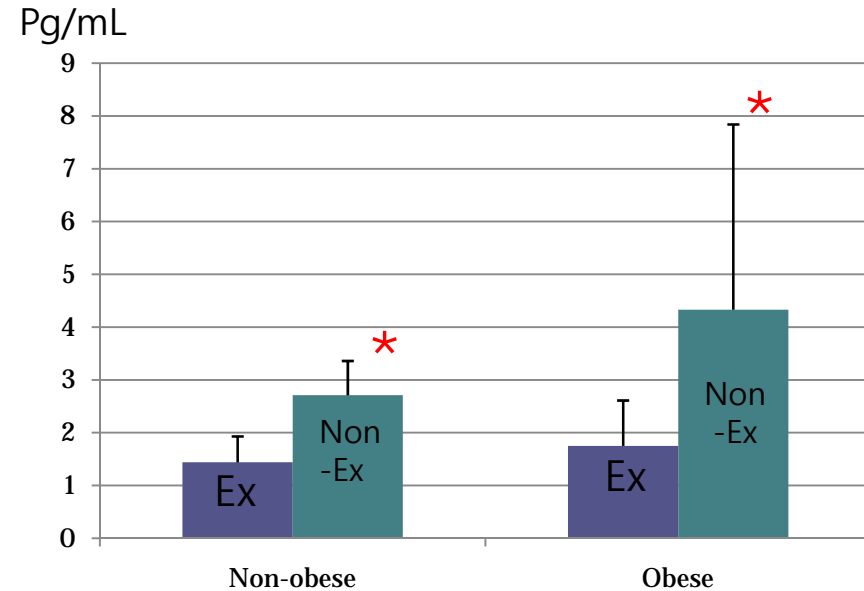
: 운동의 가치성



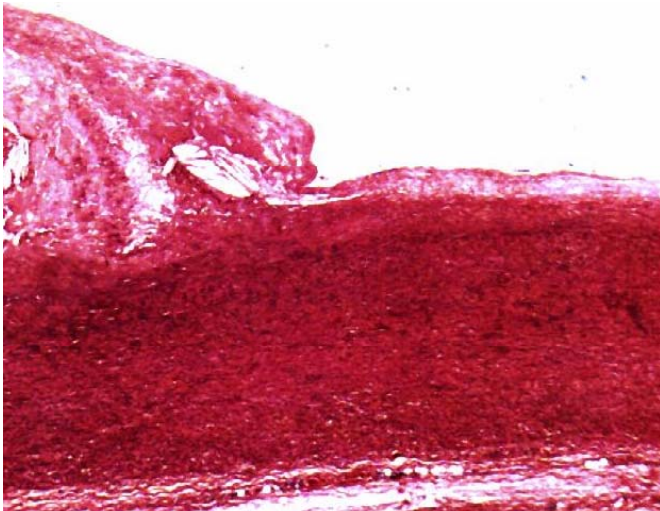
## TNF- $\alpha$



## IL-6



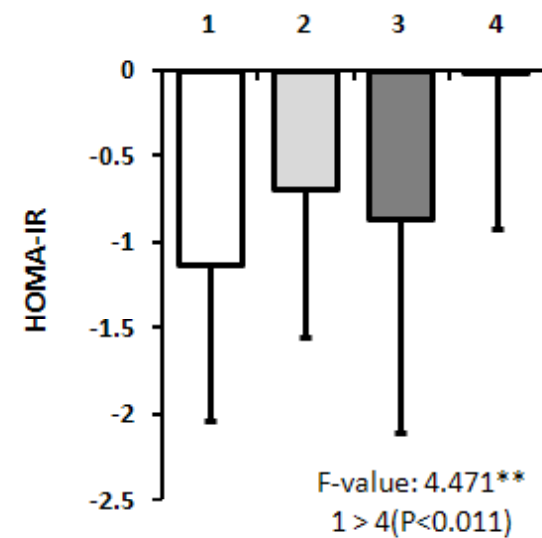
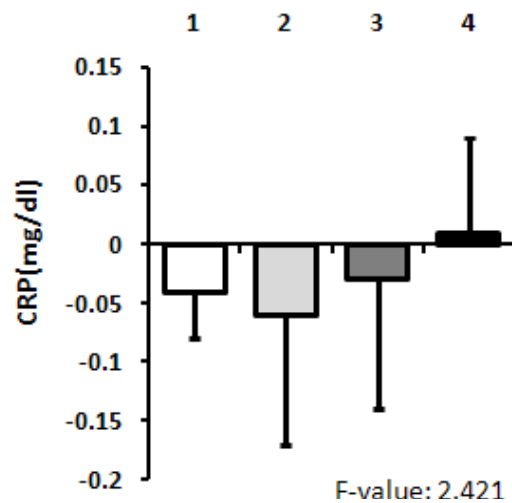
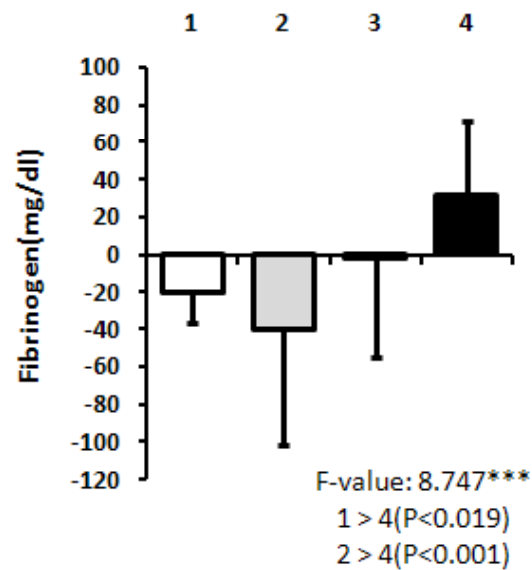
*Comparison of blood levels of IL-6 and TNF- $\alpha$  between exercise and non-exercise non-obese subjects. \**  $p < 0.05$



김기진(운동과학, 17권2호, 2008)



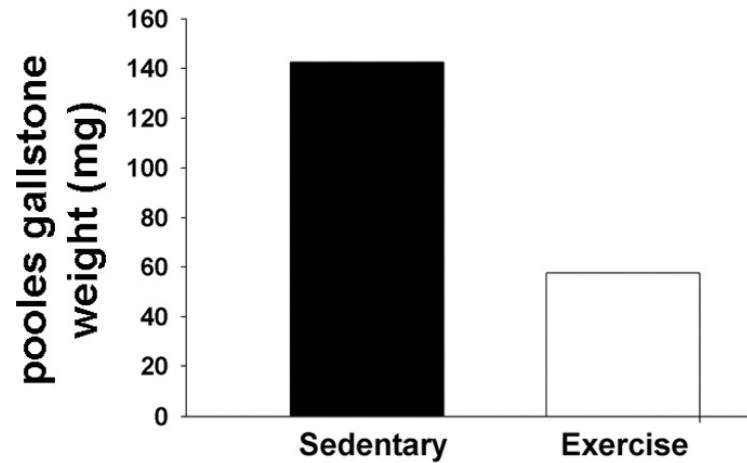
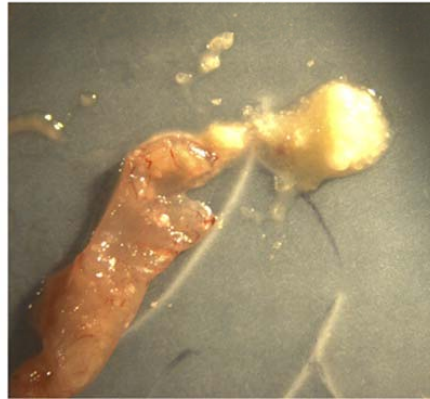
계명대학교  
KEIMYUNG UNIVERSITY



## 중년 여성의 유산소 및 저항성 운동 후 혈중 염증지표 및 인슐린 저항성 변화

김기진, 안나영 (운동과학, 18권 3호, 2009)



**A****B****C****D**

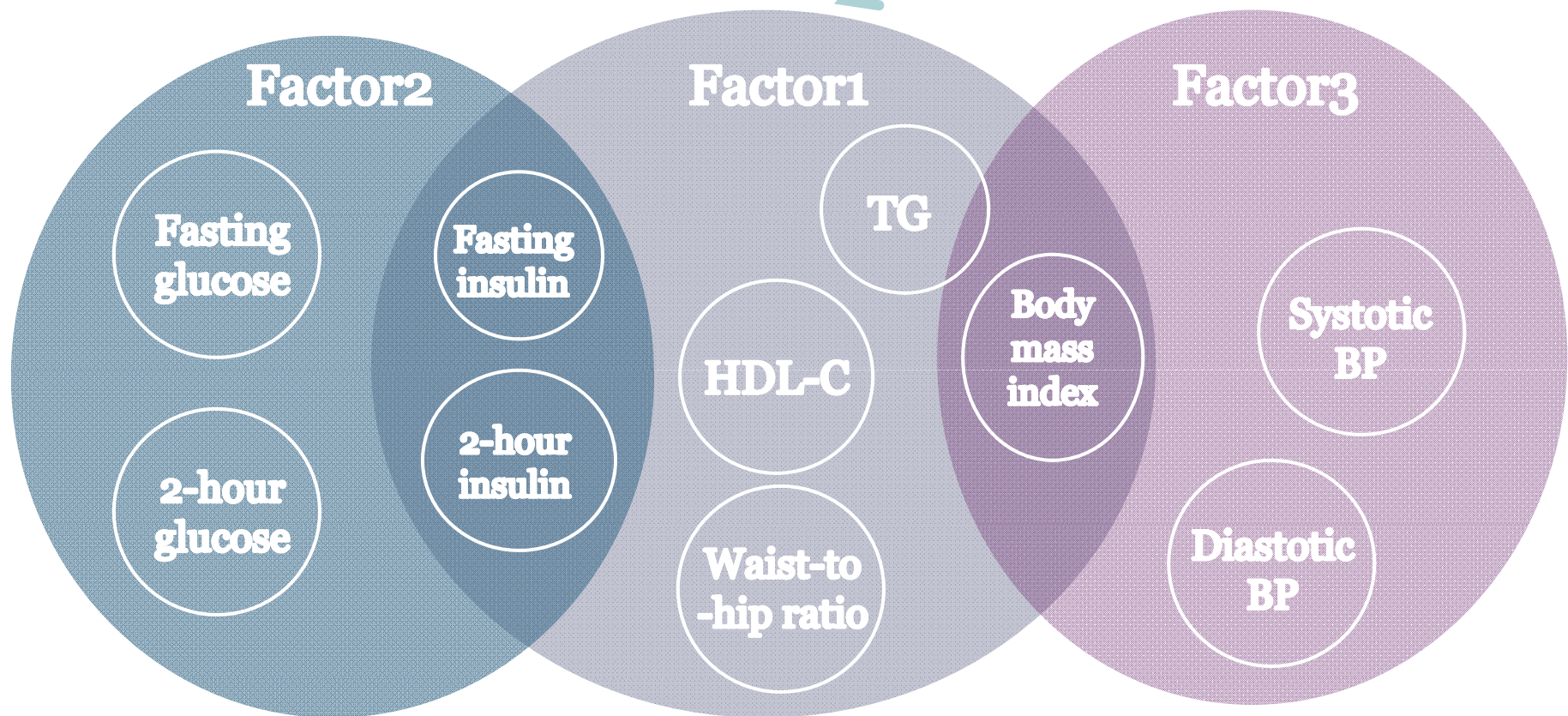
**Pooled gallstone weights (A) and representative gallbladders (B-D) from sedentary (SED) and exercise-trained (EX) mice**

Wilund, K. R. et al. J Appl Physiol 104: 761-765 2008;  
doi:10.1152/japplphysiol.01292.2007



# 운동처방의 목표설정

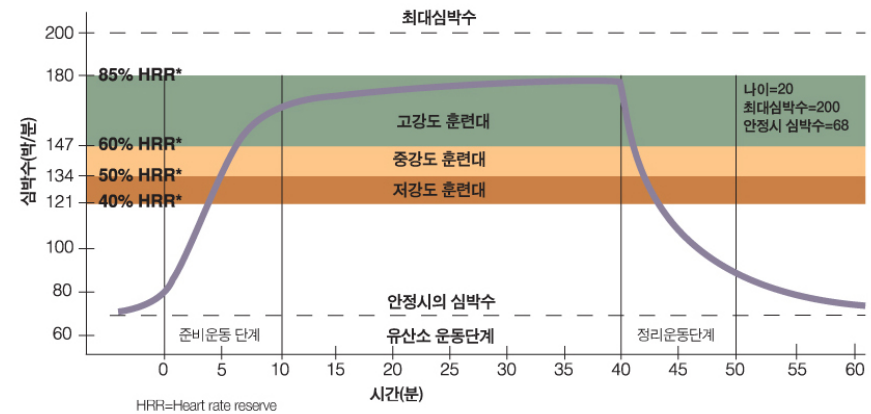
: 전문화, 세분화, 특성화







## 체계적인 운동프로그램 수행의 중요성 전문적인 운동사의 중요성 체력평가와 운동검사



© Fitness & Wellness, Inc.

12-리드 심전도 검사와 함께  
운동 내인성 검사는 운동참여  
전에 사람들에게 필요할 수도  
있다.

# 운동과 대사성 질환

- 보다 전문화, 특성화 및 과학화된 운동적용이 요구되며, 이를 전담할 수 있는 전문화된 인력의 필요성이 요구
- 운동을 통한 건강(주의)군 및 질환군의 건강관리 개선이 절실한 현실을 고려하면 이 분야의 전문화된 인력과 관련 프로그램의 개발은 국민건강을 위해서 매우 중요

# 체육지도자의 역할 증대

- 체육을 통한 국민건강 관련 중요성을 강조한 법적 명시  
는 국민체육진흥법을 대표적으로 들 수 있음
- 1972년 - 경기지도자 국가자격제도를 도입 운영
- 1986년 - 생활체육지도자 국가자격제도를 도입 운영  
(생활체육지도자 1급 지도자 - "의료인에 의한 의학적 검  
진 결과 의료인의 치료가 필요하지 아니하다고 인정되는  
사람을 대상"으로 운동수행 방법을 구체적으로 작성하  
여 제시하는 업무를 수행하도록 적용)

# 체육 및 운동을 통한 국민건강 관련 법적 명시

- 국민체육진흥법 : 경기지도자, 생활체육지도자
- 1급 생활체육지도자 : “의료인에 의한 의학적 검진 결과 의료인의 치료가 필요하지 아니하다고 인정되는 사람을 대상”
- 문화체육관광부가 추진한 체육진흥법 일부 개정 법률안
- 체육지도자 : 스포츠 지도사를 비롯한 다양한 분야로 세분화
- **환자 운동에 체육지도자가 개입할 수 없다**는 법적 제제 상존
- 건강관리서비스법안 추진과정 : 체육지도자에 대한 보건의료전문지식에 대한 신뢰성의 문제 제기
- 체육(운동) 분야의 지도자 양성체계  
: 전문성과 세분화를 위한 직역구분의 중요성이 절실함

# 보건복지부의 건강관리서비스 법안

## 생활습관병을 포함한 질환자의 운동관리 : 누가?

: 30세 이상 30%가 대사성 증후군, 나주시 40대 이상 45%

- 건강관리 위한 운동 분야의 적용 : 건강(주의)군 및 질환군의 확대적용
- 운동전문가제도를 위한 운동사의 용어 : 보건복지부에서 사용
- 문화체육관광부의 건강운동사의 업무를 확대하는 방안 검토
- **부처간 갈등의 해묵은 현안**
- 체육(운동) 전문인의 지도대상의 구분 명확화 요구  
: 운동사(혹은 운동지도사) 혹은 스포츠지도사
- 건강(주의)군 및 질환군 혹은 의사로부터 의뢰된 환자
- 질병으로 인해 운동을 권장 받고 있는 자
- 건강군, 질환군 및 건강주의군의 운동 관리  
: 체육(운동)학 전공자들이 할 수 있는 자격 인정



# 보건복지부로부터 운동사 자격을 인정 받지 못하게 된다면

- 보건의료 분야의 체육지도자에 대한 대우 취약
- 의료법과 건강관리서비스법에 의해 범법자로 취급 : 운동관리 업무 종사자들의 법적 지위 (제22조)
- 건강관리서비스사업자 : 의사, 한의사, 간호사, 영양사 등의 서비스요원의 운동관리 업무 담당
  - : 운동관리 서비스의 질적 저하
  - 전문자격사의 직역을 무시한 보건행정
- 건강관리서비스 법안의 발의 : 건강(주의)군 및 질환군에 대한 운동의 확대, 적용 : 고무적임
- 운동사와 같은 운동전문가의 건강관리를 위한 전문성이 절실하게 강조 -> 분명한 직역구분 요구

# 체육지도자 직역관련 운동사의 특성화 추진

- 건강관리를 위한 체육(운동) 분야의 전문화
- 체육(운동)을 통한 건강(주의)군 및 질환군의 건강관리 개선  
확대 : 전문성의 강조
- 체육지도자의 경쟁력 및 전문성을 고려한 발전적 변화 요구
- 체육지도자의 자격명칭 변경, 종류 및 등급 개편, 양성체계의 변화
- 이론평가 기준의 강화, 실기평가 주체의 변경
- 실무연수의 도입 및 보수교육 강화
- 자격취득절차의 개선 추진, 세부적인 이수과목 통일 및 변경

# 국가 공인 자격제도의 절실함

- 고령화 사회, 질병예방 및 국민의료비 절감, 청년실업 대책, 건강관리서비스 산업의 핵심적 내용 등의 관점에서 운동지도자의 전문화를 통한 활용가능성
- 현행 국민건강증진법 시행규칙 제19조에 의해 운동지도사업이 진행되고 있는 1만여 보건의료 분야(보건소 등)에 종사하는 체육지도자의 대부분이 일용직이거나 단기계약직 이어서 신분에 불안을 느끼고 있음
- 보건·의료 기관에 근무하는 체육지도자에 대한 무자격시비 및 저임금노동(임시직, 인턴) 사례 : 빈번하게 발생



- 체육지도자 관련 주무부처 : 의료인의 의학적 진단결과 운동이 필요하다고 인정되는 사람들에 대한 운동 관리를 할 수 있도록 하는데 아무런 조치를 취하지 않고 있음
- 보건복지부 : 체육지도자(국가공인)를 보건·의료 분야 운동 전문가로 인정하지 않음

- 체육지도자들은 운동교육자로서 건강군은 물론 건강주의 군, 질환군 등 모든 이를 대상으로 운동을 지도할 수 있는 지식과 기술을 갖추기 위해서 많은 노력을 기울여 왔으며 일정한 수준이상의 능력을 갖추고 있음에도 불구하고 그 역할이 간과되고 있음
- 수많은 환자들이 병원에서 의사로부터 운동을 하도록 권유받고 있지만 체육지도자들에게 이들을 지도할 자격이 부여되지 않아 합법적인 지도를 받을 수가 없음

- 보건복지부에서 인정하는 **운동 전문자격 제도 없음**
- 보건·의료분야에서 일하는 체육지도자들은 기간제, 저임금 대우 속에서 무자격·자질 시비에 고통을 당하거나 심지어 의료법위반 등의 대상으로 간주 됨
- 건강보험에 운동전문가관련 급여 항목이 명시되어 있지 않기 때문에 의료기관의 운동시설이 편법으로 운영 됨

## • Exercise is Medicine!

- 건강증진 위한 운동은 스포츠를 넘어 의약의 인식확산
- 체력증진, 질병예방, 질병과 질환의 증상 개선
- 국민건강수준의 개선, 국민 의료비의 절감

## • 2009년 기준 체육관련 학생수

- 전문대학 : 262개학과, 22,583명
- 4년제 대학 : 439개학과, 67,328명
- 석, 박사과정 : 4,889명
- 경기지도자 : 1급 636명, 2급 21,587명
- 생활체육지도자 : 1급 699명, 2급 7323명, 3급 126,953명
- 배치현황 : 민간업소 24,772명(53,851개소)  
공공 전일제 1,482명, 아르신전담 477명, 광장 520명

# 국가 공인 자격제도의 절실함

- Exercise is Medicine!

- 노인의 건강생활 보장
- 운동관련 산업 : 건강의료산업 핵심, 미래산업의 동력제공,  
청년실업 해소 가능한 중요한 아이템



이와 관련된 국가공인자격제도의 도입이  
절실하게 요구 됨

# 결론

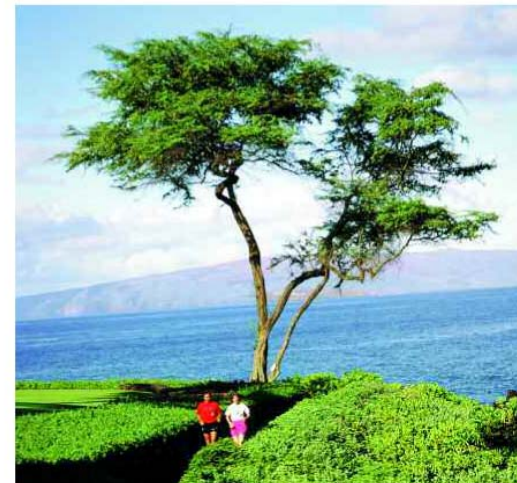
- 운동을 통한 체력향상 : 국민건강관리의 필수
- 대사증후군 방지 및 처치 : 운동의 활용 가능성 증대
- 운동프로그램의 전문화, 체계화, 과학화
- 운동사 역할의 증대
- 국민건강관리의 전문적 운동지도자 요구  
: 국가공인자격제도와 법제화 절실함



Copyright by Keimyung University. All rights reserved. www.kmu.ac.kr



Copyright by Keimyung University. All rights reserved.



# 경청해주셔서 감사합니다!

힘이 되는 평생 친구

