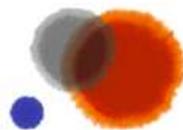

국민생활체육진흥 종합계획(안)

“스포츠를 마음껏 일상적으로 100세까지”

2013. 11. 14.



문화체육관광부

Ministry of Culture, Sports and Tourism

목 차

I. 추진배경	1
II. 현황 및 추진방향	2
III. 비전과 목표	4
IV. 추진과제	5
1. '언제나' 향유할 수 있는 참여 기회 제공	5
2. '어디서나' 이용 가능한 시설 제공	6
3. '누구나' 부담없이 누릴 수 있는 환경 조성	7
4. 세대와 문화를 넘어 '함께' 참여하는 생활체육	8
5. 걸림돌 없이 '즐기는' 생활체육 참여 환경 조성	9
V. 부처별 협조 요청사항	11

I. 추진배경

□ 지속적인 저출산 경향과 평균수명 증가로 100세 시대 도래

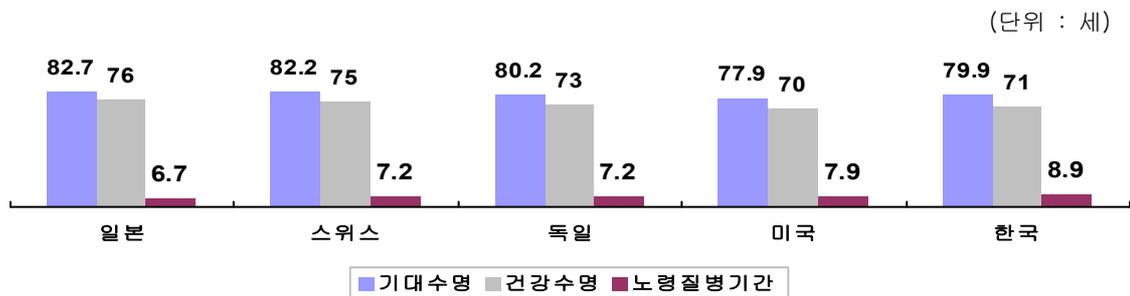
- 노인인구 비율 2010년 11.2%, 2018년 14.3%(고령사회 진입예상), 2026년 20.8%(초고령사회 진입예상)
- 신체적 노화 진행, 높은 유병률, 만성적 질병과 합병증적 현상 등으로 의료비 지출 증가

* 건강보험 진료비(2012년) 47조8천억 원 중 노인 진료비 16조4천억 원으로 전체 진료비에 34.3%,

* 건강보험 가입자 1인당 연평균 진료비 967천원이나 노인진료비는 3,076천원

- 기대 수명 대비 건강 수명은 주요 선진국 대비 2~5년 정도 짧아, 긴 노령질병기간으로 막대한 의료비 증가 예상

<그림> 주요 선진국과의 건강수명 비교



출처 : WHO, 『World Health Statistics 2010』

* 총 건강보험 진료비는 2002년 18.8조원에서 2012년 47.8조원으로 10년간 약 2.5배 증가하였는데, 이중 노인 진료비가 3.8조원에서 16.4조원으로 약 4.3배 증가

□ 100세 시대를 맞아 생활체육정책 수요 변화

- 노년층의 증가에 따라 노인인구가 생활체육을 포함한 다양한 서비스 분야에서 주요 수요자로 부상
- 사전 예방적 건강관리가 강조되면서, 전 연령층의 일상적인 스포츠 활동 참여 문화 확산
- 스포츠가 신체적 움직임 뿐 아니라 재미와 학습, 정서적 안정을 동반하는 여가로서 기능하는 사례가 많아질 것으로 예상
- 커뮤니티를 동반하는 스포츠 프로그램 수요 증가

II. 현황 및 추진방향

1 현황

□ 국민의 신체적 건강 저하

- 국민들의 건강 및 의료 관련 지출 부담 확대, 1990년 이후 20년간 총 국민 의료비는 약 11배 증가, 2020년 GDP대비 11.5% 전망
- 국민들의 체력 수준 저하 및 각종 질병에 대한 유병률이 증가
 - 40~50대 중반 여성의 경우를 제외하고는 전 연령대의 체력 수준 저하
 - 1998년 고중성지방혈증과 고콜레스테롤혈증의 유병률은 10% 정도 였으나, 2010년에는 각각 16.7%와 13.7%로 약 1.7배 및 1.4배 증가

□ 국민의 정신적, 사회적 건강 저하

- 2001년 대비 2011년 우울증의 평생유병률과 일년유병률이 약 1.7배 증가
- G20 국가 중 인도에 이어 두 번째로 스트레스 지수가 높은 국가
- 2000년 이후 국민들의 자살률이 증가 추세에 있으며, 특히 65세 이상 고령 인구 및 90세 이상 초고령 인구의 자살률이 크게 증가

□ 국민의 생활체육 참여 현황

- 생활체육 미참여율은 정기적 참여율을 상회하는 51.8%('12년) 수준으로 다른 국가에 비해 높은 수준
 - * 생활체육 미 참여율 : 호주(18%), 뉴질랜드(21%), 미국(32.5%) 등
- 저소득층, 노인, 여성, 장애인 등의 체육참여율은 전체평균에 비해 여전히 낮아 전 국민의 고른 참여가 이루어지지 않는 상황
 - * 주 1회 이상 체육활동 참여율('12): 전국민 평균(43.3%), 여성(40.0%), 노인(41.4%)

2 시사점

□ 생활체육 참여를 소비가 아닌 '투자' 의 개념으로 인식·접근 필요

- 생활체육 참여가 인생의 주변적 활동이 아닌, 건강하고 행복한 삶과 역동적 100세 시대 사회라는 결실을 위한 투자 관점에서 접근

- 규칙적 체육활동으로 인한 의료비 절감은 1인당 46만원, 국가적으로 11조원에 이룸(서울대 스포츠산업연구센터, 2008)
- 스포츠 활동은 행복지수에 긍정적 영향

□ **적극적·체계적 생활체육 수요변화 탐지 및 대응 필요**

- 생활체육 대상 및 요구의 다양화로 수요자 공감 및 맞춤형 생활체육 지원 확대 필요

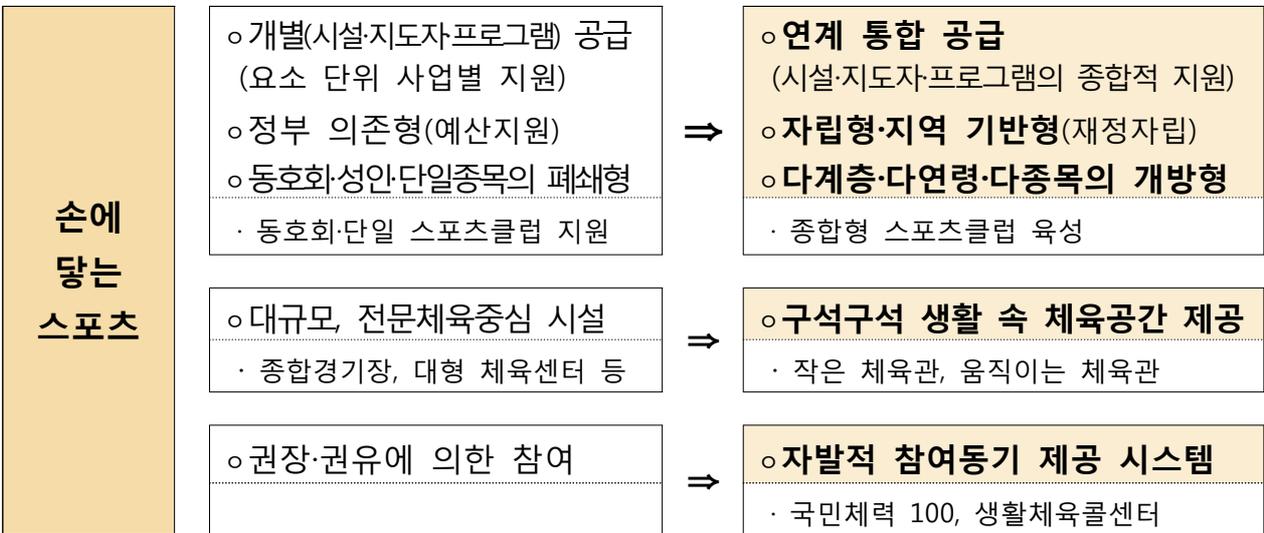
□ **생활체육 선진국인 독일, 일본 등은 국가적 차원에서 생활체육 진흥 장기 계획을 수립하고 대규모 재원을 투자**

- 스포츠 인프라의 접근성이 높고 다양한 종목의 시설을 갖추고 있음
- 누구나 쉽게 운동을 시작할 수 있도록 개방적인 스포츠 조직 구축
- 전문체육과 생활체육이 선순환구조를 형성

3 추진방향

100세 시대의 생활체육은 '여건에 상관없이 누구나, 원하는 종목을, 일상에서 평생 즐기는 활동'으로 추진

- 생애주기별 신체·사회 특성을 고려한 일상화 참여 방안 마련
- 체육시설, 프로그램, 지도자 등 생활체육의 기본적 자원의 접근성 개선
- 일상적 활동의 일부가 될 수 있도록 체계적·과학적 지원체계 구축
- 생활체육 중요성 및 범국민 운동 참여 캠페인 강화



III. 비전과 목표

비전

생활체육으로 건강하고 행복한 대한민국

정책
목표

스마일 100 “스포츠를 마음껏 일상적으로 100세까지”

- 주1회 이상 생활체육 참여율: '13년 43.3% ⇒ '17년 60% -

추진 전략

생애
주기

운동습관 형성으로 건강
100세 출발! **유소년기**

스마트기기 대신 운동으로
스마트한 **청소년기**

가정에서 직장에서
일상적 운동으로 활력있는
성인기

무병장수의 보약
생활체육으로 건강한
은퇴기 이후

언제나
어디서나
누구나
함께
즐기는

- 유아기관 체육 돌봄 프로그램 지원 및 스포츠활동 우수 학교 인증제 도입
- 유치원 등에 유소년지도자 파견 및 맞춤형 프로그램 보급
- 학교 스포츠강사 확대 및 우수 스포츠클럽 지원

- 학교스포츠클럽 정착 및 지역 스포츠클럽과 연계 시스템 구축
- 스포츠 활동 이력제 등 스포츠 지원시스템 구축
- 여학생 친화적 체육활동 참여 여건 조성

- 국민체력 100 정착 및 종합형 스포츠클럽 육성
- 여성 및 가족단위 운동 참여 여건 조성
- 1직장 1스포츠 운동
- 체육지도자 배치, 스포츠 교실, 생활체육광장 확대

- 찾아가는 체력관리 및 생활체육교실 확대
- 세대간 어울림 프로그램 보급 확대
- 경로시설의 체육활동 거점 시설 기능 강화 및 지도자 배치 확대

IV. 추진과제

1

'언제나' 향유할 수 있는 참여 기회 제공

① 국민체력 100 활성화를 통한 무병장수 100세 견인

- (체력인증, 스포츠활동 인증) 체력인증('13~), 스포츠활동 인증('15~), 스포츠 종목 인증('16~) 시행으로 과학적 체력 관리와 자발적 참여 동기 제공 * 연간 인증목표 : '13년 5만여 명 → '17년 100만여 명
- 과학적 인증기준과 측정시스템을 갖춘 '거점체력센터('13년 14개소 → '14년 21개소 → '17년 68개소)에서 생애주기별 필수 건강체력을 측정·인증하고, 맞춤형 운동처방 및 체력증진 프로그램 제공
- * '15년부터는 지방자치단체와 민간의 자발적인 참여 유도를 통해 확대

② 유소년기 신체활동 참여 유인을 위한 관리 프로그램 도입

- 신체활동 영역별(건강, 도전, 경쟁, 표현, 여가) 성취 기준을 활용 '체육활동 성취 인증제' 도입('15~), 메달(배지) 및 인증서 수여
- 유소년기 운동발달 측정시스템 개발을 통해 정상적 발육발달 판단 근거 제공

③ 청소년기의 스포츠 활동 참여 유인

- 청소년의 스포츠참여 이력관리와 나이스(NEIS, 교육행정정보시스템)를 연계 운영하고, 청소년 체육활동 우수학교에 인증 마크 부여
- 시설 지원, 스포츠강사 파견 등에 우대

④ 성인기 직장인을 위한 직장토탈헬스플랜

- 직장인의 체력 및 건강진단, 생활습관 및 운동상담, 운동실천 등을 종합적으로 지원해주는 '직장토탈헬스플랜' 시행
- 생활체육친화형 우수 직장 인증제 운영

⑤ 노인건강과 국민체력 100사업 연계 운영

- 국민체력거점센터의 노인서비스 확대 및 노인시설 또는 복지기관 대상으로 찾아가는 체력측정 및 운동처방 서비스 시행
- '국민체력 100'사업과 연계 운영('15~)

- ① 주민 밀착형 소규모 체육시설 '작은 체육관' 확충 ('15.~)
- 경로당, 농촌지역 폐교, 도시지역 폐 파출소 등 기존 시설을 활용하여 생활체육시설 및 소통공간으로 '작은 체육관' 조성
- ② '움직이는 체육관' 운영을 통한 평등한 참여 기회 제공 ('15. 시·도당1대)
- 스포츠 프로그램과 간이 스포츠시설을 갖춘 '스포츠버스(Sports Bus)*'를 제작해 저소득계층 및 다문화가족 거주지역 등을 직접 찾아가는 '움직이는 체육관', 소외지역, 낙도 등을 찾아가는 '작은 운동회' 운영('15~, 시·도당 1대) * 스포츠버스 제작은 민간의 투자를 유도
 - 간이 운동기구 대여와 운동 지도 서비스 제공을 통한 스포츠 참여 접근성 제고
- ③ 소통이 있는 융복합의 '세대통합형 체육시설' 조성 ('15.~)
- 어르신, 어린이, 가족들이 한 공간에 함께 모여 운동·소통 하는 세대간 어울림 체육시설 조성('15.~)
 - * 게이트볼장(노인)+리틀야구장(유소년)+티볼장(여성) 등을 한 공간에 구성
 - 100세 시대 노인에게 부족한 문화향유 및 건강증진, 세대간 소통을 위한 인프라 공간 조성
- ④ 공공체육시설 균형배치를 위한 공급의 패러다임 전환
- 종목별 특성을 감안, 체육시설 접근시간을 시설배치의 기준으로 하는 '공공체육시설 균형배치 가이드라인' 제시(12월~)
 - 공공체육시설 균형배치 및 접근성 제고를 위한 정기적인 '중장기 계획' 수립 의무 근거 마련

- ① 스포츠지도사 배치를 통해 국민 누구나 공평하게 스포츠를 지도받고 참여 효과를 누릴 수 있는 환경 조성
- 생활체육지도자 배치를 확대하고 및 체육지도자 자격개편을 통해 전문성 강화(‘17년 13,000여명)
 - * 일반 및 어르신(13년 2,230명→17년 2,730명), 장애인(13년 230명→17년 600명) 등
 - 유소년 전문 스포츠지도사를 양성, 어린이집, 유치원 등에 파견(‘15~)
 - 공공체육시설, 노인복지관, 주민자치센터 등에 지도자 배치를 통한 순회 지도 및 운동용품 보급 확대(‘13년 경로당 2,000여 개소→ ‘17년 5,000여 개소)
- ② 생활체육 재능 나눔 및 자원봉사 운영체계 구축
- 은퇴선수, 체육교사 등이 갖고 있는 전문성을 국민에게 기부할 수 있는 시스템 구축 및 재능 나눔 문화 조성
 - * 887명의 스포츠 스타 명예 체육교사로 위촉(대한체육회, 국민생활체육회 추천)
 - 지역별 자원봉사단 모집을 통해 스포츠 분야 자원봉사 인력풀 구성 등 자원봉사 운영체계 구축
 - ‘14년 8,000명 → ‘15년 10,000명 → ‘16년 15,000명 → ‘17년 20,000명
- ③ 행복나눔 교실, 스포츠이용권 등을 통한 저소득층 참여 기회 확대
- 불우 아동·청소년, 소외계층 등을 대상으로 행복나눔 스포츠교실 및 운동용품 보급 확대
 - ※ ‘13년 274개소 → ‘17년 680개소 (20개 종목, ‘18년까지 전국 아동복지시설 3,400여개소 모두 보급 목표)
 - 저소득층 유·청소년 대상 스포츠강좌 이용권(월 7만원 한도)지원 사업 확대(‘13년 36,000명→‘17년 43,500명)
- ④ 스포츠정보 지원체제 구축 및 지원 확대
- “생활체육콜센터”를 통한 원스톱 종합생활체육정보 정보 제공
 - 전국 공공·민간체육시설 정보 DB를 “체육시설 지도”로 구축(‘13년 4천여 개→ ‘17년 7만여 개), 민간에 개방, 공유

① 종합형 스포츠클럽 육성을 통한 세대통합과 일자리 창출

- 공공체육시설을 기반으로 자생력을 갖춘 “종합형 스포츠클럽”을 육성하여 다양한 종목의 지도자, 프로그램 원스톱 지원(‘13년 9개소 시범 운영 → ‘15년 32개소 → ‘17년 229개소*)
 - * 15년까지의 사업성과를 평가, 229개 시군구로 확대(지자체, 민간의 자발적 참여 유도)
 - ※ 학교단위로 운영되는 “학교스포츠클럽”과의 연계 강화로 클럽 외연 확대
- 학교스포츠클럽 운영 중심을 단위학교에서 지역사회로 개방하여 스포츠활동 자생력과 다양성 확충
 - 지역 공공스포츠클럽 활동도 학교스포츠클럽 활동 실적으로 인정하는 등 학교스포츠클럽 - 종합형 스포츠클럽 간 교류 및 연계 운영

② 함께 참여하는 어울림 생활체육 기회 확대로 공동체 의식 형성

- 지역별 대표축제와 연계, 세대가 함께하는 생활체육 한마당을 개최하여 세대통합의 장 마련
 - 지역별 3세대가 즐길 수 있는 전통스포츠 등 생활체육 프로그램 보급 및 마을단위 건강마을 생활체육대회 개최
- 다세대, 다계층, 다문화가 어우러진 어울림 스포츠클럽 확대(‘13년 434개소→‘17년 1,000개소)
 - * 자원봉사, 지역단위 생활체육지도자 등을 통해 운영 확대

③ 계층별 동호회 육성 및 리그 지원

- 직장인 동호인대회 및 스포츠클럽 리그 개최 지원(‘14~)
- 여성동호회 활동 지원 및 종목별(수영, 요가, 에어로빅 등) 여성동호회 리그 개최(‘14년 3개→‘17년 10개 종목)
- 노인거점 시설 중심 체육동호인조직 및 고령친화 복합체육 프로그램 운영 지원

① 모두가 즐길 수 있는 사회적 참여 여건 조성

- 생애주기별로 국민들이 주로 이용하는 시설(유소년시설, 학교, 직장, 노인 시설)을 대상 우수 체육시설 인증제 도입
- 생활체육의 필요성 인식 및 실천 방법 등이 포함된 365 생활체육 실천 캘린더 제작 및 보급

② 유소년 맞춤형 생활체육 프로그램 개발 및 보급

- '기지개' 등 유소년 맞춤형 프로그램 개발·보급 운동습관 형성
- 맞벌이, 저소득층, 한부모·다문화 가정 등의 유소년 대상 '체육 돌봄 서비스' 제공으로 스포츠 향유 기회 확대
 - 지역주민센터 등 공공기관을 활용 유아스포츠지도자 파견('15~)

③ 청소년 맞춤형 생활체육 프로그램 개발 및 보급

- 학교스포츠클럽 확대('13년 3,000팀→'17년 5,000팀) 및 클럽간 지역리그 지원 확대(13년 1,780개 리그 → 17년 5,340개 리그)
- 여성선호 체육 프로그램(요가, 뉴스포츠 등) 및 건강뷰티 프로그램 (예 : 다이어트연계) 등 개발·보급
 - 유희교실 등을 활용한 탈의실 확보, 간이실내체육시설 확보 등 확대를 통해 여학생 친화적 체육환경 조성('17년까지 탈의실 800개교, 실내체육시설 1,200개교 지원/교육부)
- "스펀지 프로젝트*": "스포츠를 편(fun)하고 지속적으로(지루하지 않게)하는 프로젝트" 시행 및 신나는 주말체육학교 운영(토요스포츠강사) 등을 통한 청소년이 선호 프로그램 보급
 - * 오리엔티어링 캠핑, 스포츠클라이밍, 국토순례, 힙합&째즈 교실 등

④ 성인기 맞춤형 생활체육 프로그램 개발 및 보급

- 사회복지센터 등 출산·육아여성을 '찾아가는 생활체육 지도 서비스' 운영

○ 직장의 틈새시간을 활용, 찾아가는 지도 서비스 등을 통해 직장
체육 활성화 유도

- 시범 작업장을 선정하여 지도자 파견(매칭서비스) 등 지원

* 시범개소('13년 50개소, 100인 미만 소규모) → '17년 700개소

* 자원봉사, 지역단위 생활체육지도자 등을 통해 운영 확대

⑤ 은퇴기 이후 맞춤형 생활체육 프로그램 개발 및 보급

○ 매일 아침·저녁 TV체조 강좌 및 건강체조, 댄스스포츠 등 노인
맞춤형 프로그램 보급으로 어르신 운동 지원

○ 승부 중심의 경기종목 위주에서 일상 활동에서 활용이 가능한 건강
체조, 댄스스포츠, 걷기 등의 다양한 신체활동 지원 강화

○ 치매 예방 및 지연형 뇌기능 향상 운동 프로그램 개발 및 보급

- 장수체육대학, 생활체육교실 강좌 개설 운영 등

V. 부처별 협조 요청사항

부처명	협조사항
교육부	<ul style="list-style-type: none"> ○ 유소년의 운동 습관 정착 지원 <ul style="list-style-type: none"> - 체육활동 성취인증제 도입·운영에 적극 참여 - 유아기관의 체육교육에 ‘유소년스포츠지도사’ 활용 - 운동발달측정시스템 개발, 운영 시 보급 협조 ○ 학교스포츠클럽과 지역 스포츠클럽 간 교류 및 연계 운영 <ul style="list-style-type: none"> - 나이스를 통한 스포츠참여 이력관리 및 공인된 지역스포츠 클럽 활동도 학교스포츠클럽 활동으로 인정 - 학교스포츠클럽 확대 및 클럽 간 리그 확대 ○ 청소년 맞춤형 생활체육프로그램 보급 협조 <ul style="list-style-type: none"> - 신나는 주말체육학교(토요스포츠강사) 운영 지원 - 유휴교실 등을 활용한 탈의실 확보, 간이 실내체육시설 확보 등 확대를 통해 여학생 친화적 체육환경 조성 ○ 체육활동 우수 학교 인증, 우수 체육시설 인증제 도입에 대한 참여 및 지원
보건복지부	<ul style="list-style-type: none"> ○ 국민체력 100 도입과 관련하여 지역 보건소, 공공의료기관 등과 연계할 수 있도록 거점체력센터 설치에 협조 <ul style="list-style-type: none"> - 건강검진과 체력진단(국민체력 100)이 연계 운영 검토 ○ 유소년시설, 노인복지시설 대상 우수 체육시설 인증제 도입, 운영에 관한 협조 ○ 출산·육아 여성 대상 찾아가는 생활체육 서비스 홍보 및 참여 유도 ○ 노인복지시설 등의 순회지도에 대한 역할 분담 <ul style="list-style-type: none"> - 사업대상 선정 및 프로그램 기획 시 부처 간 협업을 통해 공동서비스를 구축하여 중복을 방지 - (문체부 체육지도자) 활동이 가능한 노인(시설)을 대상으로 생활체육 상담 및 활동 지도 (복지부 건강백세운동교실) 노인(시설)을 대상으로 질병관리, 영양상담 및 운동* 지원 * 운동지도는 체육지도자 등을 활용

<p>산업통상자원부 (중소기업청)</p> <p>고용노동부</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 직장 내 체육동호인 활동 및 스포츠클럽 지원, 직장체육시설 설치 등 직장체육 활성화 지원 - 건강검진과 국민체력 100과 연계하여 생활체육친화형 우수 직장에 대한 인센티브 제공 방안 검토 - ‘1사 1스포츠클럽 만들기’ 및 ‘직장 운동의 날’ 운영 지원 - 직장인의 소비적 회식문화를 체육활동 문화로 전환 유도 * 직장인을 대상으로 스포츠 가치와 중요성에 대한 인식전환 캠페인 ○ 직장 대상 우수 체육시설 인증제 도입, 운영에 관한 협조
<p>안전행정부 (경찰청)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 유휴 공간 활용형 작은 체육관 조성에 폐 파출소 등이 활용될 수 있도록 폐 파출소에 대한 정보 제공
<p>여성가족부</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 출산육아 여성 대상 찾아가는 생활체육 서비스 홍보 및 참여 유도