



# 발표 순서

- \* 코칭개념
- \* 미래 코칭의 전망
- \* 나의 코칭 경험소개
- \* 올바른 코칭에 대한 제언
- \* 코칭을 위한 지도자 역량



# 코칭의 유래



kocs



**COACH**

EST. 1941

**NEW YORK**

# Couch 개념의 확장

- \* 1830년 영국 옥스포드대학 학생들의 시험을 돕는 가정교사
- \* 1861년 스포츠분야 적용됨.
- \* 1950-1960년 미국 스포츠 감독을 코치 명명 시작
- \* 1971년 Timothy Gallway Inner Game 테니스 지도 방식 이후 기업 적용하기 시작함.
- \* 1992년 Thomas J. Leonard 코치대학 설립, 다양한 분야로 개념 확장 적용됨  
(교육, 스포츠, 기업, 기타 조직 등)

# 티칭과 코칭의 차이

## 일반적 관점

	코칭 (Coaching)	티칭 (Teaching)
	~을 지도하는 활동 <b>코칭 &lt; 티칭</b>	
1. 대상과 장소	운동상황, 운동종목, 운동기술, 운동선수 (초점과 대상이 명확) (적용범위 좁음)	가르치는 일 전반 (가르치는 모든 대상과 상황) (적용범위 넓음)
	기술과 전술의 반복훈련, 자동화	교육내용을 전달하고 학습하게 만드는 활동
2. 규범성	단일한 차원에 초점을 맞추는 일차원적 행동	전인적 특성을 균형있게 발달시키는 다차원적 행동
	훈련지향적 코칭을 하는 코치는 훈련가	교육지향적 티칭을 하는 티처는 교사

# 최근 스포츠심리학의 코칭 접근관점

'선수중심 코칭, 총체적 코칭, 긍정적 코칭'

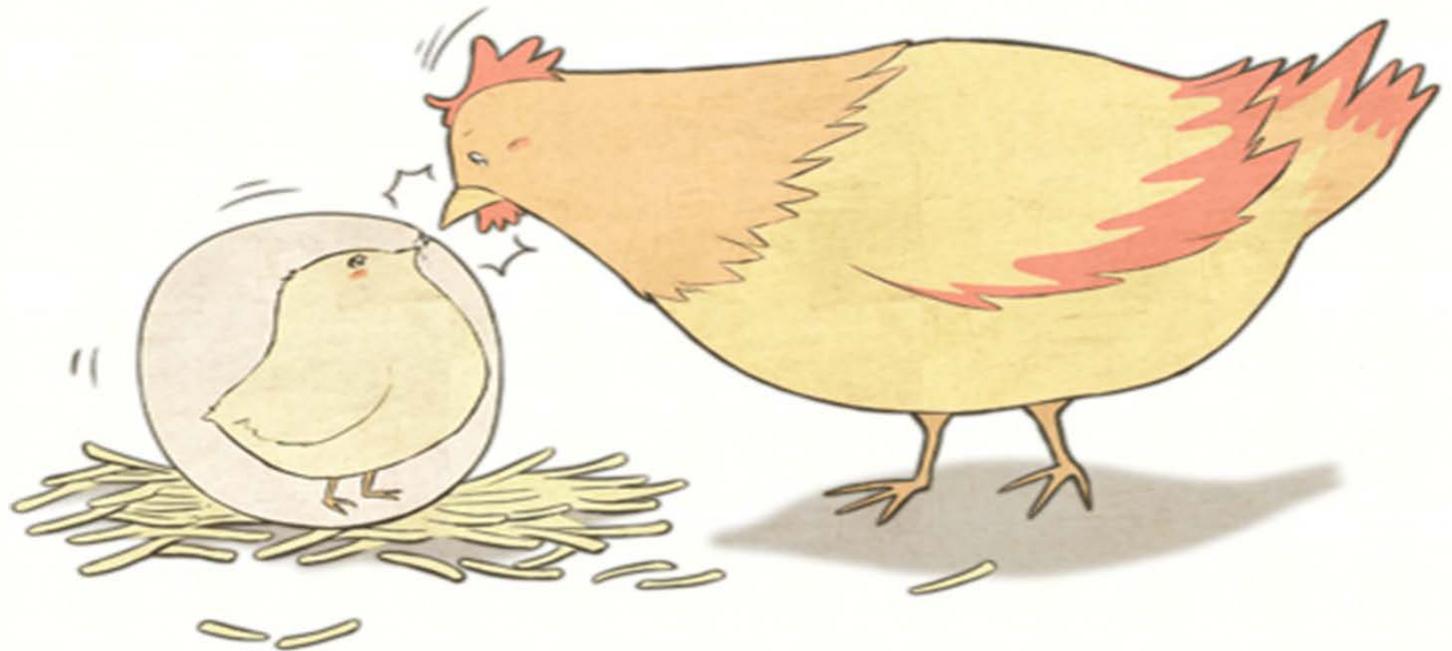
코칭이 운동수행능력을 향상시키는 훈련적 성격의 활동에 그치지 않음

코칭은 기술훈련을 넘어서 선수의 전인적 발달은 도모하는 총체적 지도행위

선수의 기량적 발달만이 아니라 인성적 발전도 도모하는 수준 높은 노력

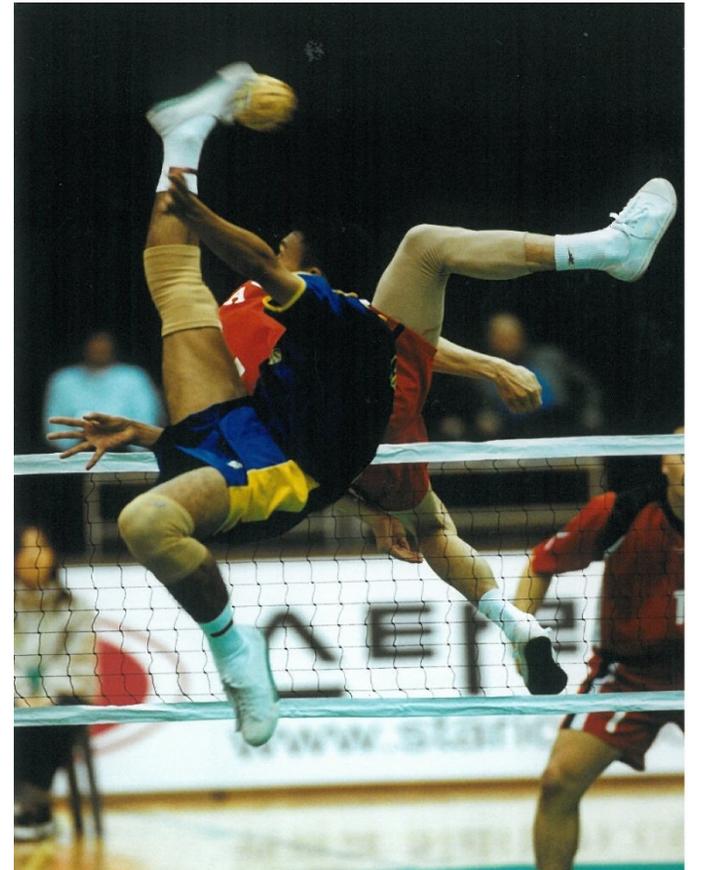
# 코칭이란?

줄탁동시



# 나의 운동부 지도(코칭) 경험

- \* 1995~2007 체육교사 (오창중, 청원교육청파견, 부강공고, 청주여고, 청주고)
- \* 지도종목: 육상, 농구, **세팍타크로**, 스키
- \* 세팍타크로: 부강공고(1998년 창단)
- \* 입상실적: 2000~2001년 전국대회(7회) 우승





안녕하세요 아름다운 사람들

# 성과

- \* 제자들- 국가대표 활약, 대학, 실업팀 진출
- \* 세팍타크로 최우수지도자상 3회 수상
- \* 세팍타크로 국가대표 선발 위원장 역임(대표 선발척도 개발)
- \* 세팍타크로 국제심판(2002 부산아시안게임, 태국국왕컵대회, 2014 인천아시안게임)

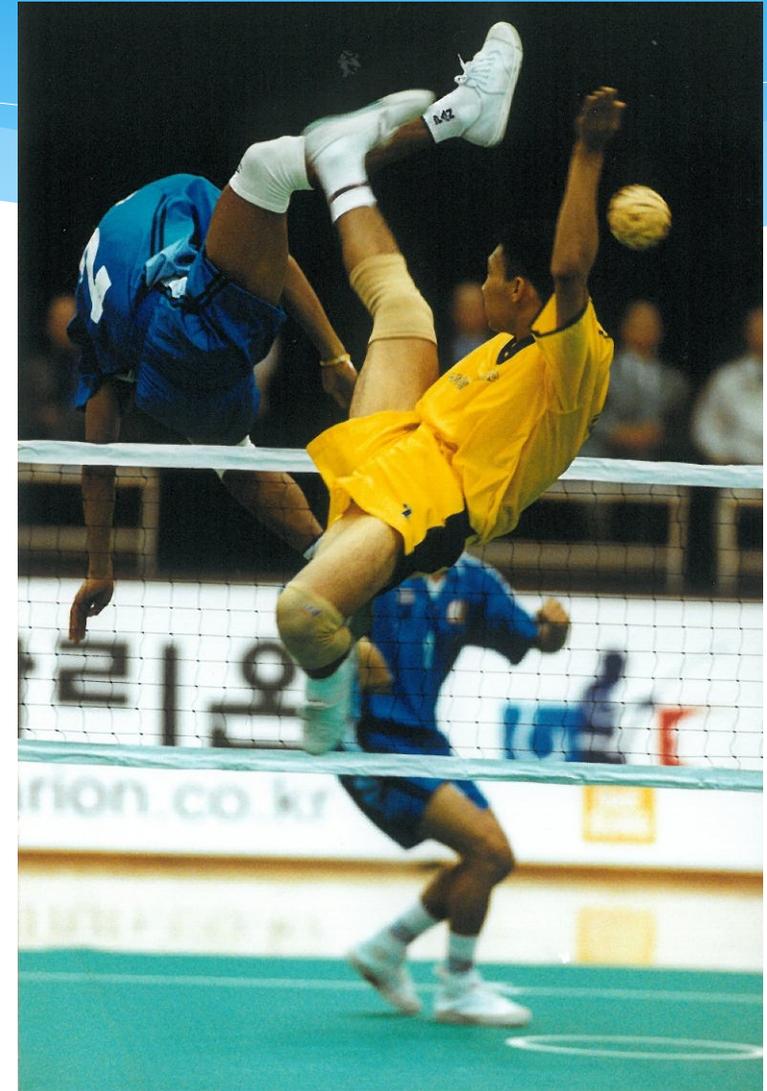


세팍타크로 지도 경험-교직 생활의 가장 영광스런 추억

# 회고와 성찰

## <내 삶의 E 배분>

- \* 세팍타크로(50%)
- \* 박사과정(20%)
- \* 수업(15%)
- \* 개인사(15%)



# 회고와 성찰-**훈련중심**의 코칭

- \* 지도 목적: 대회우승과 국가대표 선발, 대학진학, 인성
- \* 지도 방식:
  - 명확한 목표 제시
  - 훈련내용에 대한 이해와 설득
  - 체계적 훈련 프로그램 제시
  - 반복훈련, 기능숙달, 학업성취 강조, 한자 교육
  - 기본생활지도

## 훈련 (Training)

반복연습을 통해 기술수준을 높게 하는 행위  
분석을 통해 우수한 전술을 구사하는 행위  
최종적으로 상대를 능가하여 결국 승리하는 것

지속적 반복과 연마  
기능의 숙달  
성과주의

육체적 정신적 단련  
의도적, 형식적

## 교육 (Education)

훈련과 시합의 과정을 통해 자기 자신과  
운동자체에 대한 깨달음을 얻도록 하는 행위

내면적 깨달음을 통해 자신을 스스로 변모  
운동과정이나 삶에서 활용  
과정주의

내면의 성찰 및 성숙  
묵시적, 비형식적

# 올바른 코칭은?

- \* 전인적 성장(인격적 발달, 스포츠역량 개발) 지향
- \* 수평적 관계
- \* 지원적 지도방식
- \* 자발적 참여와 변화 유도



# 코칭을 위한 지도자 역량

- \* 학생선수의 발달 특성에 대한 이해(욕구, 흥미, 동기, 신체적 특성)
- \* 지도 방법에 대한 전문성
- \* 수평적 리더십과 인간애
- \* 다양한 분야에 대한 지식과 이해(교육, 심리, 문화....)
- \* 질문과 경청 능력
- \* 기타.....



감사합니다.