

“건강한 가정 · 사회 · 국가는 생활체육 실천으로”

국민건강 위한 생활체육 보급하는 국민생활체육협의회



인간에게 있어 무엇보다 중요한 것은 보다 나은 삶의 질을 보장받는 것일 것이다. 그리고 이 양질의 삶의 기초가 건강임은 두말할 나위도 없다. 따라서 건강을 위한 체육활동은 삶의 질을 향상시키는데 있어 아주 중요한 역할을 한다고 할 수 있다.

인간의 보다 나은 삶의 질을 위해 생활에서 실천할 수 있는 다양한 생활체육을 보급하는 곳이 있다. '91년 본격적으로 활동을 시작한 국민생활체육협의회는 현재 전국적 규모의 조직을 갖고 국민의 건강을 위해, 그리고 사회와 국가의 건강에 기여하기 위해 많은 활동을 전개하고 있다.



국민생활체육협의회는 생활체육 프로그램 보급, 생활체육 지도자 현장 배치, 동호인 조직 활성화 등 다양한 활동을 통해 생활체육 저변확대에 노력하고 있다.

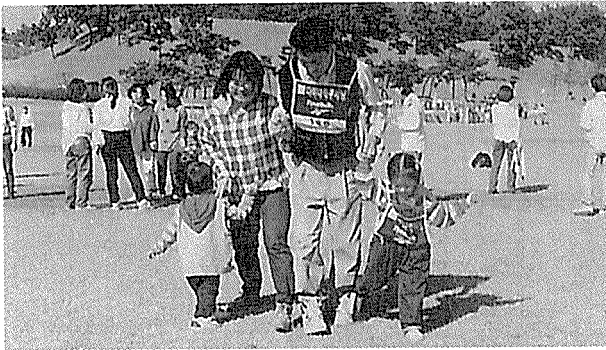
● 생활체육 보급과 활성화 위한 중심 역할

“생활체육”이란, 체육 즉 운동을 일상생활 속의 일과로 실천함으로써 체육을 생활화하고 건강증진에 기여하는 것을 의미한다. 우리에게 “생활체육”이라는 개념이 사용되기 시작한 것은 1985년 경부터라 할 수 있다. 당시 “국민체육”이라는 용어로 시작되어서 “사회체육”으로 사용되다가 '89년부터 “생활체육”으로 일반화되기 시작했다.

생활체육이라는 개념이 도입된 이유는 현대인의 건강생활과 밀접한 관련이 있다. 즉 풍요로운 생활을 영위하게 된 반면 스트레스·운동부족·환경공해·인간소의 등 현대인의 주변에 널려 있는 제반 건강문제를 해결하고 여가를 효율적으로 활용할 수 있도록 하는 것이 바로 생활체육이며, 바로 여기에서 생활체육의 필요성이 출발한다고 할 수 있다. 그리고 이 생활체육을 모든 국민에게 보급하고 대중화하는 중심체의 역할을 하는 곳이 국민생활체육협회이다.

● 생활체육 프로그램 보급 등으로 건강생활 유도

국민생활체육협의회가 창립된 것은 '91년. 그 이전부터 국민생활체육진흥을 위한 여러가지 계획을 수립하고 추진해 오다가 보다 확실한 구심체의 필요성을 절감하면서 결실을 보게 된 것이다.



'89년부터 격년으로 개최되고 있는 세계 한민족 축전은 생활체육 활성화와 더불어 민족적 자부심을 갖는데도 크게 기여하고 있다.

협의회는 현재 15개 시·도 생활체육협의회와 230개 시·군·구 협의회, 15개 종목별 연합회 등 전국적인 조직을 갖고 활발히 활동하고 있다.

협회의의 주요 활동은 생활체육 프로그램 보급, 생활체육 현장 지도자 육성 및 배치, 생활체육 동호인 조직 활성화 등이며 이 외에도 세계 한민족 축전과 청소년 축전 개최와 이에 따른 각종 문화행사를 기획·추진하고 있다.

● 건강한 가정·사회·국가는 생활체육 참여로

건강한 가정·사회·국가는 전 국민의 생활체육 참여로 이룩해 낸다는 목적을 가지고 다양한 생활체육 보급에 최선을 다하고 있는 협의회는 활동 중 특히 관심이 가는 것은 직장체육·학생체육 프로그램, 민속생활체조 등 국민생활 속에서 실천 가능한 체육 프로그램을 개발·보급하는 일이다.

지금까지 우리 나라 국민들의 체육은 직접 활동에 참여하는 것 보다는 보고 즐기는 쪽에 더 중점이 두어져 왔다. 보고 즐기는 것도 정신적인 건강에는 도움이 되기는 하지만 보다 진정한 의미의 건강을 위해서는 생활 속에서의 운동 실천을 통한 체력증진도 함께 이루어져야 하는 것이다.

이러한 측면에서 협의회는 생활체육 프로그램 보급은 국민 건강 증진에 매우 유익한 일이라 할 수 있을 것이다.



진정한 의미의
건강을 위해서는
국민들이 생활 속에서
적절한 건강운동을
실천해야 하며
이것이 곧
보다 나은 삶을 위한
기초가 될 것이다.

● 세계 한민족 축전, 재외동포에 민족적 자부심

또, '89년부터 격년제로 개최하고 있는 세계 한민족 축전은, 생활체육의 대중화에서 한걸음 더 나아가 해외동포의 단결, 모국 방문의 기회 부여 등과 함께 한민족으로서의 자부심을 갖도록 하는데도 크게 기여하고 있다.

지난 해까지 4회에 걸쳐 개최된 축전에는 매년 1천여명의 동포들이 참가해 민속 및 체육행사를 실시했으며, 특히 지난 해에는 광복 50주년 기념 사업과 연계하여 체육, 민속, 학술, 문화 등 다양한 행사를 치루기도 했다.

현대인들이 생활 속에서 몸소 실천하는 체육활동을 하기 어려운 데에는 여러 가지 이유가 있다. 여가시간, 공공체육시설, 체육 프로그램 등의 부족... 앞으로 우리의 생활체육은 바로 이러한 문제의 해결에 중점이 두어질 것이며, 그러한 의미에서 국민생활 체육협회의 생활체육 저변 확대는 더욱 활발히 이루어져야 할 것이다.

한편 생활체육과 관련된 프로그램에 관심이 있으신 분은 국민생활체육협의회로 문의하면 된다.(서울 송파구 방이동 올림픽 공원 내. 전화 424-0894, 421-8211~6) ☎