



# 국가대표 훈련지원

[5261-312] 우수선수 양성 - 국가대표 훈련지원



## 1 사업개요

사업담당자	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 대한체육회 훈련기획부 박민호 과장, 김영준 대리</li> <li>○ 문화체육관광부 체육정책과 최준규 사무관, 이민재 주무관</li> </ul>
사업목적	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 파리하계올림픽 출전권 획득 및 항저우하계아시아경기대회 대비 국가대표 훈련지원</li> <li>○ 국가대표 훈련의 효율성 증대로 경기력 향상 도모</li> </ul>
지원필요성	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 올림픽, 아시아경기대회 등 국제스포츠 무대의 활약을 통한 국가위상 제고, 국민화합 및 국위선양 기여</li> </ul>
사업기간	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 2023. 1. ~ 2024. 2.</li> </ul>
사업대상	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 국가대표 선수, 지도자</li> </ul>
사업규모	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1,525명(지도자 293명, 선수 1,232명)</li> </ul>
사업내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 국가대표 훈련지원(수당, 훈련비 등)</li> </ul>
소요예산	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 51,524,000천원 ('22년 48,185,000천원, 3,339,000증)</li> </ul>

## 2 추진실적 및 성과

### □ 5년간 추진실적

연도	국가대표 강화훈련					국외 전지훈련	국외 정보수집	외국인 코치 초청	예산 (백만원)
	종목	인원							
		코치	트레이너	선수	계				
2018	46종목	229	43	1,264	1,536	34종목 1,493명	28종목 41명	10종목 16명	4,249
2019	45종목	223	49	1,216	1,488	32종목 1,880명	19종목 33명	6종목 9명	4,207
2020	45종목	234	51	1,200	1,485	17종목 499명	1종목 2명	5종목 5명	4,942
2021	45종목	234	51	1,200	1,485	21종목 715명	10종목 14명	5종목 6명	4,567
2022	47종목	231	58	1,179	1,468	31종목 1,788명	7종목 13명	6종목 8명	6,352

○ '23년은 52종목 1,525명으로 강화훈련 실시

### □ 2022년도 주요 성과

- ① 기존 3단계로 모호하게 구분되어 있던 훈련지원 체계를 개편, 종목 구분을 세분화하여 보다 효율적인 예산 지원 가능
- ② 국외전지훈련 사업의 예산집행점검을 통해 유도, 체조 등 총 18개 종목을 국외전지훈련 및 기준 훈련일수를 추가지원함
- ③ 국가대표 지도자 성과평가 지표를 고도화하고 실제 평가를 시행함으로써 국가대표 지도자들의 지도 역량 및 국제 경쟁력 강화
- ④ 국가대표 선수의 수당을 인상하여 선수들이 더욱 훈련에 매진할 수 있는 환경을 조성함
- ⑤ 의료서비스 및 의료복지 제공으로 국가대표 경기력 최적화 지원
- ⑥ 코로나19 감염 확산에 따른 즉각적인 예방 체계 구축·운영
  - 국가대표선수촌 「코로나19 확진자·접촉자 관리 기준」, 「코로나19 재유행 관련 방역관리 강화 지침」 시행으로 안전한 훈련 환경 조성
- ⑦ 국가대표 학생선수를 위한 학습지원센터 운영으로 e-러닝 수강, 과제 및 수행평가 보조 등의 학습 지원

### 3 주요 추진내용

□ 훈련인원: 52종목 1,525명 < 2022년 훈련인원: 47종목 1,468명 >

구분	종목 수	인원				비고
		코치	트레이너	선수	계	
하계종목	45	190	51	1,025	1,266	* 지원기준: 올림픽, 아시아경기대회 종목 중 정회원 종목단체
동계종목	7	45	7	207	259	
계	52	235	58	1,232	1,525	

※ 전담팀(하계 19명, 동계 46명)

□ 훈련 지원 체계 구분에 따른 선택과 집중

- ① 2022년 도입한 Top10, G1, G2, G3 구분 유지(현실화 및 업데이트)
- ② TOP 10 추가 종목: 2022년도 출전한 세계선수권대회 1위 → 수영(경영), 태권도(겨루기), 사격(권총), 펜싱(여자에빠)

□ 경기력 향상 도모를 위한 국가대표 운영에 대한 종목단체 자율성 강화

- ① 국외사업(국외정보수집, 외국인코치, 초청훈련) 예산 총액을 분기별로 일괄 교부 계속 시행(2022년 도입)
- ② 국외사업 외에도 지속적인 의견 수렴 절차를 통하여 경기력 향상을 위해 종목단체의 자율성과 책임감을 강화할 수 있는 방안\* 적극 모색(연간 훈련 인원, 일수 탄력 운영 등)

\* 국외사업 배정액 대비 집행률이 저조한 종목은 차년도 예산배정 시 반영(감액)

\* 국외사업 분기별 사업계획 승인 후 변경 요청 시 변경 횟수에 비례해 예산 축소

\* 기타 예산집행 문제 발생(정산 불인정, 예산항목 오남용 등) 시 국외사업 예산을 포함하여 훈련인원, 훈련일수 등 축소 검토

- ③ 국가대표 선수, 강화훈련 참가선수 구분 운영: 2022년 시범운영(유도, 레슬링, 태권도) 종목 반응이 매우 긍정적, 확대 시행 예정

□ 2022항저우하계아시아경기대회 정식종목 일부 추가 지원

- ① 대상: 정회원 2종목(카라데, 주짓수), 준회원 3종목(크라쉬, 브리지, e스포츠)

※ 준회원 단체 중 대한카바디협회는 보조금 관련 행정소송 등으로 추후 검토 예정

- 가. 2022년 12월 새롭게 정회원 종목단체가 된 카라테, 주짓수의 경우 훈련 인원 일수 부여(신규 편입 종목임을 감안하여 점진적으로 훈련 확대)
- 나. 준회원 종목단체는 대회 전까지 훈련비, 수당에 한하여 한시 지원

구분	대상	훈련일수	지원내용
정회원	가라테, 주짓수	120일	지도자, 선수 정원 부여 후 지원
준회원	크라쉬, 브리지, e스포츠	100일	종목별 지도자 1명, 선수(아시안게임 엔트리 기준) 훈련비만 한시 지원

□ 국가대표 선수 훈련 운영 개선

- ① 선수수당 증액: 항저우하계아시안게임 등 주요 국제종합경기대회를 앞두고 국가대표 사기진작 및 우수성적 거양을 위한 국가대표 선수 수당 증액(7만원 → 8만원)
- ② 촌외훈련 숙박비 단가 현실화: 기존 1박 4만원에서 현 숙박업소의 기본 (1인 1박/4만원 → 6만원)

□ 국가대표 트레이너, 전담팀 상근 지원으로 안정적인 지도환경 구축

- ① 트레이너, 전담팀의 수당을 기존 11개월만 지원하던 것에서 12개월로 지원 확대하고 복리후생비(4대보험), 퇴직적립금까지 지원

□ 훈련방법

구분	훈련장소	비고
국내 훈련	진천, 태릉, 태백선수촌, 촌외훈련장, 소속팀 훈련장 등	월별 훈련계획에 의거 실시
국외전지훈련	미주, 유럽 등 종목별 국외 훈련장소	
외국인코치 초청	진천, 태릉, 태백선수촌, 촌외훈련장	
국외정보수집	미주, 유럽 등 종목별 수요국가	

□ 사업계획

① 국내 훈련

가. 입촌 및 촌외훈련

대상종목	훈련인원	훈련기간	훈련장소
올림픽대회 및 아시아경기대회 52종목 (하계 45종목, 동계 7종목)	1,525	최대 연중 210일 내외	진천, 태릉, 태백선수촌, 촌외훈련장

나. 훈련 종목

구분	종목 수	종목
하 계 종 목	올림픽 종목	31 양궁, 육상, 배드민턴, 농구, 복싱, 카누, 자전거, 승마, 펜싱, 축구, 골프, 체조, 핸드볼, 하키, 유도, 근대5종, 조정, 럭비, 요트, 사격, 스케이트보드, 스포츠클라이밍, 수영, 탁구, 태권도, 테니스, 철인 3종, 배구, 역도, 레슬링, 브레이킹
	아시아경기 대회 종목	14 양궁(컴파운드), 태권도(품새), 세팍타크로, 정구, 스 쿼시, 우슈, 야구(소프트볼), 인라인롤러, 바둑, 카라 데, 크라쉬, 주짓수, 브리지, e스포츠
동 계 종 목	7	빙상, 스키, 아이스하키, 바이애슬론, 컬링, 봅슬레이·스켈레톤, 루지
계	52	

다. 전담팀 운영

대상	대상사업	기간	지원내용
- 중점종목 및 경기력향상에 전담팀이 필요하다고 판단되는 종목 우선 선정 - 19종목 총 19명	- 비디오 동작 및 기술 분석 - 상대선수 및 팀 전력 분석 - 멘탈강화를 위한 심리상담 요원 - 훈련기구 정비 전담 - 기술 전문 코치 등	12개월	수당 등 훈련비 (국내외훈련, 급량비 등)

① 국외(국외전지훈련, 국외정보수집, 외국인지도자 초청 등)

가. 지원방법: 종목단체에 국외사업 운영에 대한 자율성 및 책임성 부여를 위해 국외사업 총액 분기별 일괄 교부

나. 지원기준: 종목별 국외사업 수요, 지원등급, 아시안게임 경기력 등을 종합적으로 고려

다. 국외전지훈련

대상	지원내용
2023년 강화훈련 종목	항공료, 숙박비, 식비, 코로나19 검사비 등 * 국외여비 편성 기준표에 따름

라. 국외정보수집

대상	사업내용	지원내용
- 국가대표 지도자 - 종목별 전문연구원 등 - 대한체육회 훈련지원 필수요원	- 세계 정상급 국제대회 - 각종 세미나 및 강습회 - 스포츠 의·과학 및 훈련지원 체계 우수 국가 정보수집	- 체제비 지원 * 국외여비 편성 기준에 따름

마. 외국인코치 초청

대상종목	초청 대상자	기간	지원내용
- 회원종목단체 사업계획에 의거 (종목단체 경기력향상위원회 의결)	- 세계 정상급 선수경력자, 정 상급 선수 지도 경험자 및 체력 (안무 등) 분야별 전문가 등	최소 3개월 이상	항공료, 수당 지원 * 체제비는 훈련비에서 지원

바. 국외 우수선수 초청

대상종목	초청 대상자	지원내용
2023년 강화훈련 종목	- 주요 국제대회 경쟁 상대 대비 국가대표 훈련 파트너 로 적절한 우수선수	항공료, 체제비, 임차료, 통역수당 지원

사. INSEP 업무협약 이행을 위한 훈련 교류 캠프 운영

대상종목	사업내용	지원내용
2023년 시범종목 (태권도, 양궁, 유도, 펜싱)	- 각국 강세 종목을 대상으로 훈련 교류 캠프 운영 (연중 초청 및 파견 각 1회)	항공료(파견), 체제비(초청 및 파견)

\* 업무협약 개요

- 대상: INSEP(프랑스 국가대표 선수촌)
- 목적: 차기 올림픽 개최국과의 스포츠 협력 강화 및 훈련교류를 통한 경기력 향상
- 협약기간: 2022. 11. 22.(화)부터 2024. 12. 31.(화)까지 (자동 연장)
- 주요내용: 상호 시설 개방을 통한 훈련 교류, 인적 교류를 통한 국제스포츠 정보 교환 등

③ 스포츠의과학 현장 지원

가. 양질의 의료서비스 제공으로 국가대표 선수들의 경기력 최적화 지원

1) 진천선수촌 부속의원(메디컬센터) 운영개요

진료과목	규모	의료 인력
재활의학과 가정의학과 정형외과	2,053m <sup>2</sup> (약 620평)	24명 (의사 3, 간호사 4, 물리치료사 15, 방사선사 2)

※ 치과진료 주 1회(매주 수요일) / 한방진료 주 1회(매주 목요일)

2) 추진내용

- 종합의료 서비스 지속 제공: 재활의학과, 정형외과, 가정의학과 진료 및 물리치료 토요일(09~13시), 공휴일(09~18시) 및 평일야간(19~21시)
- 각종 예방접종: 국가대표 선수 및 지도자 등 대상 선택적 백신접종
- 최신 의료장비 도입: 최신 의료장비 및 노후 장비 교체로 인한 양질의 의료서비스 제공
- 의료인력 역량강화 교육: 선수촌 부속의원 의료인력 대상 부상 예방, 스포츠손상 및 재활, 최신의료 동향 등
- 협력병원 지속운영: 총 13개의 외부 병원 협력을 통해 의료서비스 향상
- 건강검진 지원: 촌외 훈련 등 훈련장소가 상이함에 따라 전국망을 갖춘 검진업체를 통해 실시
- 도핑방지활동: 반도핑 교육홍보 및 입촌선수 도핑검사 협조를 통해 도핑 관련 문제 발생 사전 예방

나. 종목별 인공지능 카메라를 활용한 영상분석시스템 시범 운영

대상종목	주요내용	비고
- 입촌 종목 중 일부 종목 * 수영 핸드볼 쇼트트랙 등	- 종목별 특성에 맞는 경기장 규격, 선수, 시간 등을 고려하여 자동 촬영 및 데이터 산출이 가능한 장비 도입 예정 - 훈련 종료 후 즉각적 자료 제공 - 종목별 영상 실시간 저장 및 상대팀 영상, 데이터 축적 - 시범 운영을 통해 향후 많은 종목에 도입 예정	경기 영상 촬영 인공지능 카메라(AI) 시범운영 및 구축

다. 훈련 영상분석을 위한 최신 IT기기 및 분석 소프트웨어 업그레이드

- 1) 구기종목 전술전략 및 분석에 적합한 Sportscode 활용
- 2) 개인종목(양궁, 복싱, 켈링 등) 분석에 적합한 Dartfish 활용
- 3) 경기 중 신체활동능력 분석을 위한 Catapult 활용
- 4) 심박측정 및 심리분석을 위한 Polar 활용

라. 종목별 훈련 활용을 위한 영상 분석 장비 추가 도입

- 1) 훈련 영상 촬영 후 분석 자료 제공 시간을 단축하기 위해 자동화 카메라 시범운영 및 도입 예정
- 2) 기존 장비(분석용 노트북, 태블릿 등)를 최신 분석 환경에 맞게 업그레이드 및 최신 장비 추가 구입

3) 최신 장비 도입과 영상분석시스템의 연계로 경기력 향상 도모  
다. 종목별 스포츠과학을 위한 정보공유 강화

- 1) 일시 및 장소: 분기별 1회 / 진천 국가대표선수촌 경기력분석실
- 2) 내용: 각 종목별 필요한 영상분석 소프트웨어, 기술 교육 및 전담팀 분석 방법에 대한 정보공유 간담회 개최

④ 국가대표 능력개발교육 및 학생선수 학습권 보장

가. 소양교육 개최

- 1) 국가대표선수의 은퇴 후 삶에 대비한 소양교육 추진
- 2) 국가관, 사명감, 자신감 고취 등 인성 강화 및 기본교양을 함양
  - 매월 정기적 교양강좌(유명인사 초청) 등 프로그램의 다양화
  - 초빙강사, 공연, 영화 상영 등을 통한 여가 선용 및 긴장감 해소

나. 대학생선수 대상 이동수업 실시

- 1) 대상: 입촌 및 촌외훈련 국가대표 대학생선수
- 2) 기간: 2023. 3. ~ 12.
- 3) 위탁교육기관: 한국체육대학교 <KUSF와 교육부 협의에 의해 결장>
- 4) 운영방법: 매월 수~토요일 전공수업 3학점 또는 교양수업 2학점 취득
  - ※ 2022년도 실적: 13과목 36명 수강

다. 중·고 학생선수 정규교과 위탁교육

- 1) 대상: 입촌(진천) 국가대표 중·고 학생선수
- 2) 기간: 2023. 3. ~ 12.
- 3) 교육기관: 광혜원중학교, 충북체육고등학교, 진천고등학교,  
광혜원고등학교, 진천상업고등학교

※ 교육청과 협의에 따라 교육기관이 추가 및 변경 될 수 있음

4) 교육방법

- 해당 위탁학교의 학급 편입으로 수업 진행, 오전수업(09:00~11:30)
- 교육과정 탄력적 운영 및 학사관리 철저
- 교육평가(중간 및 기말고사)는 소속 학교에서 실시

※ 입촌(충북소재) 국가대표 중·고 학생선수는 소속 학교에서 오전수업 실시

라. 학습지원센터 운영

- 1) 목적: 선수촌에 입촌한 국가대표 학생선수의 생활지도 전반, 과제 및 수행평가 보조 등의 학습 지원을 통한 학습권 보장

- 2) 장소: 화랑관 1층 학습지원센터 \* 운영시간: 09시~22시
- 3) 운영자: 정교사2급 자격증 소지자 2명

마. 국가대표 능력개발교육 운영

- 1) 교육대상: 입촌 국가대표 선수 및 지도자

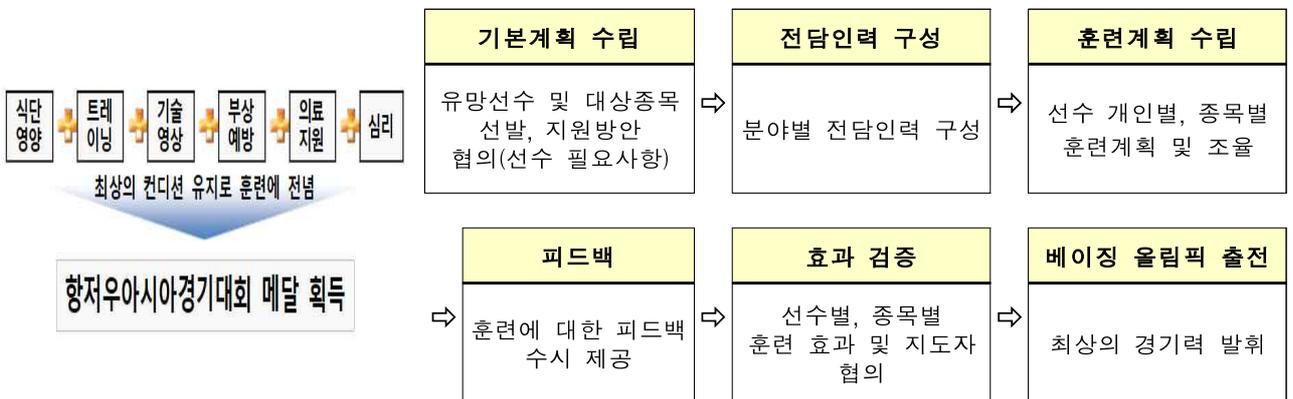
구분	교육 내용
어학	영어, 일본어, 중국어 등 온라인·화상(집합)·전화 교육 운영
일반	기초소양, 학업지원, 은퇴대비 프로그램 등 온라인·화상(집합) 교육 운영

- 2) 교육기간 및 시간: 2023. 3. ~ 12
- 3) 교육장소: 국가대표선수촌 챔피언하우스 등
- 4) 교육방법
  - 온라인 교육, 비대면 화상교육, 집합 교육 등
  - 설문조사, 선호도조사 등을 통해 교육 만족도 제고 노력

⑤ 국가대표 분야별 전문팀(올케어, 스페셜케어) 운영

가. 운영개요

- 1) 목적: 경기력향상을 위한 전문분야(부상관리, 영양, 심리 등) 집중 지원
- 2) 기간: 2023. 1. ~ 12.
- 3) 대상
  - 「올케어」 올림픽종목 출전이 가능한 선수 및 지도자 전원
  - 「스페셜케어」 올림픽종목 메달가능성이 있는 선수
 ※ 개인종목 우수선수 대상 15~20명 내외 선정
- 4) 지원방법: 각 분야별 지원 형식에 따라 위탁용역, 개인지원, 대회 현장 동행 등



나. 주요업무

구분	주요업무	지원인력
식단·영양	○ 선수별 영양상태 식단 분석 ○ 종목 및 선수 특성을 고려한 식단 제공	체육회 + 영양전문가
과학적 트레이닝	○ 기초 및 전문체력 측정 ○ 선수별 특이 체력요인 탐색 및 트레이닝법 개발	체육회
기술영상	○ 종목 및 선수 특성을 고려한 기술영상 지원 ○ 훈련·경기 영상분석을 통한 선수별 백업 지원	체육회+외부전문가
컨디셔닝	○ 진천국가대표선수촌내 컨디셔닝실 운영 ○ 도수치료 등을 통한 부상 방지, 컨디셔닝 향상	위탁용역
심리	○ 선수별 일반·스포츠심리 상담 지원 ○ 선수별 심리검사·심리훈련 등 지원	외부전문가

**4** 사업추진 체계도



**5** 사업 추진 일정

세부사업	구분	추진일정												비고	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
○ 국가대표선수 강화훈련															
- 연간 사업계획 수립 및 승인		■													
- 월별 훈련계획 수립 및 승인		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
- 강화훈련 준외훈련 상시 점검				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
- 분기별 사업수행 점검			■			■			■			■			

세부사업	구 분	추진일정												비고		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
- 사업 완료 보고																
○ 스포츠의과학 지원																
- 스포츠의과학 사업계획 수립																
- 스포츠의과학 사업 수행																
○ 국가대표선수 능력개발 교육																
- 국가대표 대상 교양강좌																
- 능력개발 교육 프로그램 운영																
- 학습지원센터 운영																
- 사업 완료 보고																
○ 분야별 전문팀(AC/SC) 운영																
- 연간 사업계획수립 및 승인																
- 월별 지원계획 수립 및 승인																
- 올케어, 스페셜케어팀 운영																
- 사업 완료 보고																

## 6 기대효과

### □ 기대효과

- 국가대표 선수들의 경기력향상을 통한 국제종합대회 상위 입상
  - 항저우하계아시아경기대회 우수성적 달성 및 2024파리하계올림픽 출전권 획득을 위한 강화훈련
- 올림픽, 아시아경기대회 등 국제스포츠 무대의 활약을 통한 국가 위상 제고, 국민화합 및 국위선양 기여