



부산체육

July 2020 VOL. 05

사람과 사람

**안마 종목에서
전국 휩쓴 187cm의
체조선수!**

부산광역시체육회
기계체조팀 고광진 선수



스포츠 뉴스 ①

**“폭력 징계자는
신상 공개한다”**

부산광역시체육회
장인화 회장의 결단



스포츠센터 info

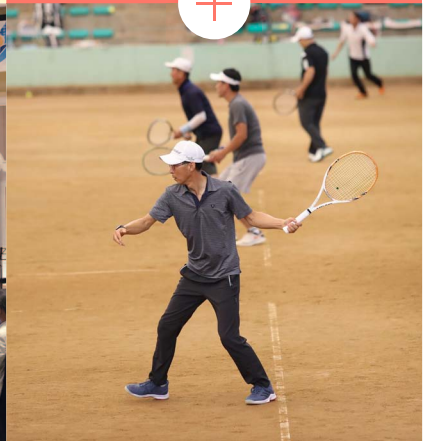
**부산 테니스 발전,
시민건강 증진 산실!**

부산종합실내테니스장

스포츠 뉴스 ②

**가덕신공항
유치 염원을 위한**

부산광역시체육회장 초청
부산상공인 간담회 개최



교육 록 - 뉴스포츠의 이해 2

01 Kinball
킨볼에 대해 알아보자!



02 Flyingdisc
플라잉디스크에
대해 알아보자!



03 Sport stacking
스포츠스태킹에
대해 알아보자!



스포츠 록 - 카누

**평온함을 만끽하는
수상스포츠,
카누의 세계**



사람과 사람



안마 종목에서 전국 휩쓴 187cm의 체조선수!

부산광역시체육회 기계체조팀
고광진 선수

원주초등학교 2학년 운동회 때 체조선수들의 시범 장면을 낚 놓고 바라봤다. 원가에 빠진 듯 하루 종일 체조선수들의 유연하고 현란한 경기 모습만 떠올랐다. ‘아 나도 해보고 싶다’는 생각에 아홉 살 꼬마가 찾아간 체조부, 기계체조와의 인연은 그렇게 시작됐다. 남자 종목은 각 철봉, 평행봉, 안마, 도마, 링, 마루 종목과 이 6개 종목의 연기 점수를 합해 평가하는 종합 경기 종목으로 나뉜다. 안마 종목에 강자인 기계체조 고광진 선수는 187cm의 장신으로 부산대학교 체육학과를 졸업한 뒤 올해부터 부산광역시체육회 소속이 됐다.

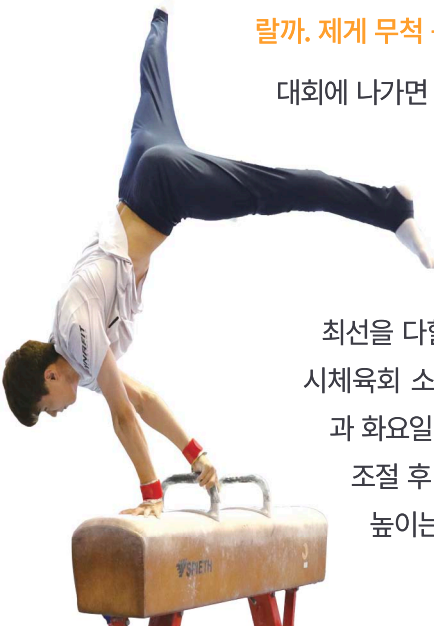
안마 종목의 유망주, 전국 대회 휩쓸어

“초2 때 기계체조에 훌쩍 반해 선수생활을 시작했는데 중2가 될 때까지 부상도 잦았고 슬럼프가 오더라고요. 1년만 더 열심히 해보자 싶었죠. 그런데 중3 때 성적이 정말 좋은 거예요. 보통 1년에 3~5번 정도 대회가 있는데 중3 때 안마 종목에서 금메달을 휩쓸 정도였으니까요.”

위기는 기회가 됐다. 강원체육고등학교에 진학한 후에도 누구보다 성실히 운동했고 몸도 좋아졌고 결과도 기대 이상이었다. 매년마다 펼쳐지는 전국체육대회에서 고등학교 1학년 때 안마 종목에서 은메달을 땀을 뺀 2, 3학년 때는 금메달을 휩쓴다. 부산대학교 체육학과에 진학한 후에도 고 선수 특유의 성실함으로 임했다. 수업을 다 듣고 체육관으로 넘어 가면 저녁 8시가 훌쩍 넘었다. 운동에만 전념할 수 없는 환경이었지만 1년에 못 해도 2개 이상의 금메달을 땀던 그다.

“제97회 전국체육대회가 제일 기억에 남아요. 대학교 1학년이었는데 실업팀 형들이 운동하는 걸 처음 봤어요. 아무리 제가 중·고등학교 시절 안마 종목에서 날고 기었다고 해도 우물 안 개구리였다는 생각이 들더군요. 대학교 1학년부터 나이가 십년 이상 위인 실업팀 선수들까지 모두 시합을 치르니까요. 많이 긴장되긴 했는데 이 대회 안마 종목에서 금메달을 땀어요. 늘 다칠까봐 걱정이 많으셨던 부모님이 정말 기뻐하셨고 기계체조 선수로서 전환점을 만난 기분이랄까. 제게 무척 동기부여가 된 대회였어요.”

대회에 나가면 경기 순서를 랜덤으로 정하는데 앞 번호를 선호한다는 고 선수, 다른 선수들의 경기 내용에 집중하기 보다는 본인 경기에 만전과 최선을 다할 뿐이다. 올해부터 부산광역시체육회 소속이 된 고광진 선수, 월요일과 화요일 훈련 강도를 높였다가 컨디션 조절 후 목요일과 금요일 다시 기량을 높이는 훈련을 지속한다.



자기 관리 철저하게 긍정성과 성실함은 그의 힘

현재 안마 종목에서 라이벌 선수는 누군지 물었다. 그는 한국체육대학교 4학년 허웅 선수를 꼽았다.

“허웅 선수는 저처럼 기계체조 선수치곤 장신인데 물구나무와 시저스 동작을 잘해요. 안마 경기 시 기술이 발달하면서 마지막에 내리기 동작을 할 때 물구나무를 한 채로 마무리를 할 수 있는데 전 아직 그게 완벽하게 잘 되진 않거든요. 열심히 연습 중이죠.”

어렸을 때부터 워낙 안마 종목에서 만큼은 전국 탑으로 손꼽혀온 고광진 선수를 지켜본 윤호찬 감독은 자기 관리에 철저한 선수라며 단연 엄지손가락을 치켜들었다. 수년간 반복되는 훈련이 이어지다 보면 자칫 느슨해지기 쉬운데 대학 재학 시절부터 고광진 선수를 눈여겨본 윤 감독은 그의 강점으로 긍정성과 성실함을 꼽았다. 안마 종목에서 자기 세계를 구축한 올해 24세 고광진 선수, 그가 펼쳐 보일 앞으로의 활약을 기대한다.

주요 경기 메달 기록

- 2016년도 제97회 전국체육대회 안마 종목 금메달
- 2017년도 제98회 전국체육대회 안마 종목 금메달
- 2019년도 제100회 전국체육대회 안마 종목 금메달



스포츠 뉴스 ①



“폭력 징계자는
신상 공개한다”

부산광역시체육회
장인화 회장의 결단

“지도자는 선수를 자식처럼 생각해야 한다? 선배는 후배를 친동생처럼 여겨야 한다? 저는 그런 의식이 스포츠계 폭력이 근절되지 않는 숨겨진 이유라고 봅니다. 지도자와 선수, 선배와 후배는 가족이 아니라 ‘남’입니다.” 부산광역시체육회 장인화 회장의 일침이 이어졌다.

? 스포츠폭력 근절을 위한 인권교육 개최

대한민국 체육계는 그동안 지도자에게 선수의 아버지가 되길 요구했고 선수에게 지도자를 부모처럼 모시길 강요했다. 선배 선수에게 후배 선수를 친동생처럼 대하길 바랐고 후배 선수는 선배 선수를 친형처럼 따르도록 했다. 하지만 ‘선수를 친자식처럼 대하라’는 조언만큼이나 스포츠 폭력을 조장하는 부채질도 없다. 선수를 폭행한 지도자들은 “자식처럼 생각해서 잘 되라는 마음으로 때렸다”는 변명을 늘어놓기 일쑤다. 후배를 폭행한 선수들도 “동생처럼 생각해서”란 궤변을 입에 달고 다닌다.

‘내 자식은 내 마음대로 해도 된다’는 뻘뻘어진 가부장적 사고가 스포츠계에 여과 없이 스며들 때 어떤 부정적 결과가 발생하는지 우리는故(고) 최숙현 선수 사건을 통해 똑똑히 지켜봤다. 장인화 회장이 대한민국 체육계에 던진 ‘탈(脫) 가족주의’가 많은 이에게 신선한 충격으로 다가오는 것도 그 때문이다. 장 회장은 지난 7월 16일(목) 부산광역시체육회 소속 실업팀 선수, 지도자를 상대로 이렇게 말했다.

“지도자와 선수, 선배와 후배는 가족이 아니라는 사실을 깨달으세요. 지도자는 선수의 부모가 아니고 선배는 후배의 형과 오빠, 언니와 누나가 아닙니다. 여러분은 동등한 인격과 서로 다른 개성을 가진 동료입니다. ‘내가 부모 같은 지도자니까, 내가 형 같은 선배니까’ 하는 생각으로 선수와 후배들을 함부로 대하지 마세요.”

Interview

Q 지난 7월 16일(목) 부산시 체육회관에서 ‘스포츠 폭력 근절을 위한 인권교육’이 열렸습니다. 부산시 실업팀 선수, 지도자들이 참석해 교육을 받았는데요. 우리나라 스포츠계에서 폭력 문제가 근절되지 않는 가장 큰 이유가 뭐라고 보십니까.

스포츠 폭력은 아마추어, 실업, 프로팀 할 것 없이 광범위하게 이뤄져 왔어요. 저는 뻘뻘어진 욕망이 폭력을 관습화했다고 봅니다.



Q 뻘뻘어진 욕망이 폭력을 관습화했다?

적지 않은 학부모님이 그런 말씀을 하세요. “우리 아이를 때려서라도 대학에만 보내 달라”고요. “때려도 좋으니까 성적만 좋게 나오게 해 달라”고 말이죠. 분명한 건 우리 아이가 맞아서라도 좋은 대학에 가고 좋은 성적만 내면 된다는 일부 학부모의 뻘뻘어진 욕망과 때려서라도 대학에 보내고 성적만 잘 나면 ‘내 임무는 끝’이라고 믿는 뻘뻘어진 지도관이 지금의 ‘체육계 폭력’이라는 괴물을 만들었다고 봅니다. 구타와 폭언으로 만들어진 경기력은 성과가 아닙니다. 그건 반칙이에요. 특히나 심각한 후유증을 대물림할 수 있는 약습 중의 약습이죠.



Q 지난 7월 16일 부산광역시체육회에서 실업팀 선수단을 한 자리에도왔습니다. 그 자리에서 회장님이 한 연설이 체육계에서 큰 화제가 되고 있습니다. “신선한 충격이었다”고 평가하는 체육인이 많더군요.

제가 지도자분들한테 그런 말씀을 드렸어요. “여러분은 선수들 위에 군림하는 ‘갑’의 자리에 있는 게 아닙니다. 여러분은 선수들을 가르치고, 성장을 돕는 전문 체육인입니다”라고요. 선수들이 있기 때문에 지도자가 있는 겁니다. ‘지도자가 있어 선수가 있다’고 착각하는 지도자가 계신다면 “이제 그 생각을 고치시라”고 하고 싶어요.

Q 지극히 당연한 얘기지만 대한민국 체육계에서는 생경한 지적이군요.

지도자는 선수의 경기력 향상을 위해 자신의 임무에 충실하면 됩니다. 선수는 지도자의 지도를 받아 더 나은 선수가 되기 위해 노력하면 되고요. 지도자와 선수는 계약 관계로 맺어진 파트너이자 ‘남’이란 인식을 해야만 합니다. 그래야 서로가 서로를 더 인격적으로 대할 수 있어요. 정상적인 사회는 그런 식으로 서로의 관계를 정립하죠. 왜 체육계는 그렇게 안 됐을까요? 전 우리 체육계에 남아있는 유교주의적 사고가 혁신돼야 한다고 봐요

Q 장 회장님은 “두려움 때문에 신고하지 못할 땐 회장인 나에게 연락 달라”고 하셨습니다.

부산광역시체육회 홈페이지에는 회원가입을 하지 않아도 글을 쓸 수 있어요. 회원가입을 하면 신원이 노출될 수 있으니 자유롭게 글 쓰는 게 어려울 수 있죠. 누구든 하고 싶은 얘기를 자유롭게 쓸 수 있는 환경을 만들고 싶었어요. 체육계에서는 공익 제보자와 신고자를 가리켜 ‘배신자’로 낙인을 찍는 문화가 남아 있어요. 그게 두려워 신고하지 못하는 선수도 많아요. 제게 직통 전화를 달라고 말씀드린 건 신원 노출을 최대한 막겠다는 뜻도 있지만, 그 문제를 제가 직접 책임지고 처리하겠다는 의지를 보여드리고 싶어서였어요. 제가 직접 전화를 받았는데 제가 그 책임에서 빠져나갈 수 있을까요?

Q ‘삼진 아웃’이 아닌 ‘원스트라이크 아웃 제도’를 도입하겠다고 선언했습니다.

성폭력, 횡령, 승부조작, 조직 사유화, 이른바 스포츠 4대 악에 대해서는 원스트라이크 아웃 제도를 강력하게 시행할 겁니다. 폭력 행위자와 그 비호자에게도 철저히 책임을 묻겠습니다. 앞으로 부산광역시체육회에 ‘온정주의’를 기대하지 않으시길 바랍니다.

Q 세계반도핑기구(WADA)가 시행하는 신상 공개 시스템을 도입하겠다는 얘기도 하셨습니다.

세계반도핑기구의 징계 공개를 적극 참고해 신상 공개 시스템을 구축할 예정입니다. WADA는 도핑 선수 적발 시 신상과 제재 내용, 처리 결과를 투명하게 공개합니다. 한국도핑방지위원회(KADA) 홈페이지에 보면 신상 공개를 하고 있어요. 생각을 해 보세요. 스포츠 4대악이 도핑보다 더 가벼운 일이라고 보십니까? 다들 아니라고 할 겁니다. 도핑이 신상 공개를 하는 사안이라면 스포츠 4대악은 더한 사안 아니겠습니까? 사람을 죽음으로 몰고 갈 정도로 때리고, 성폭력을 자행할 때 그 정도 불이익도 감안하지 않았다면... 앞으로 감안하고, 두려워해야 할 겁니다.

<출처 : 엠스플뉴스>



스포츠 뉴스 ②



가덕신공항 유치 염원을 위한 부산광역시체육회장 초청 부산상공인 간담회 개최



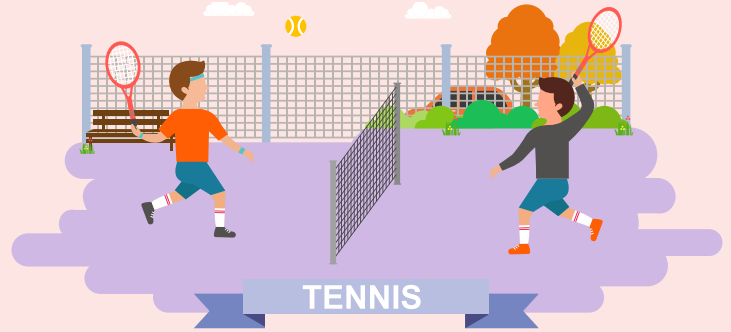
부산광역시체육회(회장 장인화)는 지난 7월 6일(월) 롯데호텔 부산 크리스탈볼룸에서 ‘가덕신공항 유치 염원을 위한 부산광역시체육회장 초청 부산상공인 간담회’를 개최했다. 이번 행사는 장인화 부산광역시체육회장, 송영길 국회의원, 부산상공인 및 관계자 등이 참가한 가운데 진행되었다. 현재 국무총리실에서 진행하고 있는 김해신공항 검증위원회의 김해신공항(김해공항 확장안) 검증이 막바지에 접어든 가운데 개최된 이번 행사는 가덕신공항 유치의 당위성을 부산지역경제인들에게 알려 신공항 공론화 분위기를 확산 시키고자 함이다. 이 자리에 참석한 송영길 의원은 가덕신공항 유치의 당위성을 부산지역 경제인과 공감대를 형성하고 동남권 관문공항 유치 공론화에 많은 힘을 보탤다. 최근 부산, 울산, 경남 단체장이 지난 6월 27일(토) 총리실 검증진행 상황과 가덕신공항 건설 안에 대해 심도 있는 논의를 한 것에 이어 부산광역시체육회에서도 부산지역 상공인들을 초청해 공론화 분위기 조성에 나서고 있다. 이번 행사를 통해 부산광역시체육회 장인화 회장은 “동남권 관문공항은 백년대계를 내다 보고 지역 이기주의에서 벗어나 국가적 차원에서 추진해야 한다”며 “그런 의미에서 안전하고 24시간 소음 없이 운영이 가능하고 세계 주요 항만 공항들처럼 육·해·공 복합물류 체계를 구축할 수 있는 가덕도의 신공항 유치가 최적지이다”라고 말했다.



스포츠센터 info



부산 테니스 발전, 시민건강 증진 산실! 부산종합실내테니스장



다연령, 다수준! 부산거점스포츠클럽과 연계 각종 프로그램 진행



부산종합실내테니스장은 클레이코트로 시공돼 완벽한 테니스 코트로 이루어져 있으며 전국 최초로 10면을 보유한 최대 규모의 시설이다. 자동 개폐형 시스템을 구축해 우천에 관계없이 언제나 운동을 즐길 수 있으며, 생활체육 저변 확대는 물론 전문체육 선수 발굴·육성에 기여하고 있다. 부산종합실내테니스장에서는 부산 시민의 생활체육 저변 확대를 위해 다연령, 다수준으로 그룹수업을 부산거점스포츠클럽과 연계해 각종 프로그램을 진행하고 있다. 또 청소년을 대상으로 선수육성반과 전문선수반 육성을 통해 전문체육 선수까지 육성 중이다. 부산종합실내테니스장에서는 미래 체육을 이끌 유아와 청소년들이 운동으로 사회적 성취를 달성하고 사회적 배려계층이 부담 없이 운동을 즐길 수 있도록 지원한다. 부산광역시체육회에서는 국가공인 자격증을 소지하는 우수 지도자를 영입해 전문적, 체계적인 개인별 맞춤 수업 1:1 레슨 지도를 받을 수 있다. 또 테니스장을 이용하고자 하는 시민을 위해 홈페이지(www.sajiktennis.kr)를 통한 편리한 예약 시스템을 구축했다.



부산광역시 동래구 종합운동장로 35-6

- 3호선 종합운동장역, 사직역
- 54, 57, 83-1, 131, 10, 210 사직실내수영장 하차
- 마을버스 부산진구17, 동래구10 사직운동장 하차

☝ 운영시간

* 휴무일 : 신정(1일), 설날(3일), 추석(3일)

구분	평일	토·일	공휴일
1월~12월	06:00~22:00	06:00~20:00	06:00~22:00

☝ 이용요금

시간	시간	이용시간	이용료	시간	시간	이용시간	이용료
1회 2시간 (1코트당)	주중 / 조조	06시~09시	20,000	1회 2시간 (1코트당)	주말·공휴일 / 주간	06시~18시	50,000
	주중 / 주간	09시~18시	40,000		주말 / 야간	18시~20시	60,000
	주중 / 야간	18시~22시	50,000		공휴일 / 야간	18시~22시	60,000

☝ 프로그램 안내 개인 레슨

수강요일	수강시간	수강대상	수강인원	주4회 수강료(1인당)	주2회 수강료(1인당)
주 4회 수업 (월, 화, 목, 금) - 월 16회 기준	06:00~07:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	07:00~08:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	08:00~09:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	09:00~10:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
주 2회 수업 (월, 화, 목, 금) :요일 선택 가능 - 월 8회 기준	10:00~11:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	11:00~12:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	12:00~13:00	점심 및 휴식시간			
	13:00~14:00				
개인 레슨 문의는 051-714-7330으로 해주세요.	14:00~15:00				
	15:00~16:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	16:00~17:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	17:00~18:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	18:00~19:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	19:00~20:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원
	20:00~21:00	일반동호인 개인(20분)	3명	22만원	15만원

스포츠 톡 - 카누



평온함을 만끽하는 수상스포츠, 카누의 세계



<출처 : 대한카누연맹>

자신의 근력에 의지해 물 위에서 균형을 잡고 노를 저어 나아가는 수상 레포츠다. 깊이를 알 수 없는 강이나 호수 위에서 즐기는 레포츠라서 짜릿한 스릴을 맛볼 수 있지만, 조용히 노를 젓다 보면 평온함도 함께 느낄 수 있다. 물 한가운데서 다른 사람들과 접촉할 기회도 줄어들어 요사이 강조되는 ‘사회적 거리두기’에 적합한 아웃도어 활동이다.



카누의 유래는?

원시인이 강이나 바다에서 교통수단 또는 수렵을 위한 도구로 조그만 배를 고안해 사용한 데서 찾을 수 있으며 역사와 발상지는 인류의 기원과 같이 한다고 할 수 있다. 이들이 사용한 배는 초창기에는 통나무를 그대로 사용했으나 점차 안정감과 활동 공간이 넓은 뗏목으로 이어졌으며 그 후 점차 통나무의 가운데를 파내어 근래 카누의 형태를 갖춘 모습으로 발전하게 되었다. 우리 선조들도 이와 유사한 카누를 사용했다는 것은 국립경주박물관에 보관중인 통나무로 만든 카누에서 알 수 있다. 카누는 사용자의 주변 환경에 따라 다양한 재질과 모습으로 발전했는데 북미 인디언들은 자작나무로 배를 만들어 사용했고 그린란드 일원의 에스키모인들은 동물의 뼈에 바다표범의 가죽을 씌워 모든 조그만 배를 수송수단으로 사용하면서부터 카누와 카약이 다른 모습으로 발전하게 되었다.

카누 경기 종목

카누 스프린트(Canoe Sprint) 잔잔한 물에서 실시하는 경기로 각자 코스에서 속도를 겨룬다. 1인승, 2인승, 4인승 경기가 있다.

카누 슬라럼(Canoe Slalom) 유속 2m/sec 이상의 급류 또는 역류에서 바위, 제방 등 자연 또는 인공 장애물이 있는 250~400m 이내의 코스에 18~25개의 기문을 만들어 통과하는 경기로 채점은 통과시간과 기술에 벌점을 부과, 이를 합산해 등위를 가린다.

와일드 워터(Wild Water : 급류속도경기) 3km 이상의 급류에서 실시하며 출발부터 목표 지점까지 소요시간으로 순위를 결정한다. 이 경기는 다른 출전 선수와의 경쟁이라기보다는 모험과 급류 장애물과의 경기라고 할 수 있으므로 다른 선수가 위기에 처해 있을 때는 즉시 도와줄 수 있는 인간미가 요구되는 경기이다.

마라톤(Marathon) 카누 마라톤 경기는 남자의 경우 최소한 20km, 주니어 및 여자의 경우 15km 이상의 거리에서 실시하며 지정된 거리를 통과한 시간으로 순위를 가리는 경기이다.

폴로(Polo : 카누 수구) 카누 폴로는 기본 원리가 수구와 비슷하나 카약을 타고 경기를 실시한다는 차이가 있다.

세일링(Sailing : 항해) 세일링은 카누에 돛을 부착해 항해를 하는 방식으로 3각형 경기장을 항해하는 기본적으로 요트 경기와 흡사하다.

투어링(Touring) 투어링은 레저 활동의 전형적인 종목으로 가족 단위로 즐기기에 적합하다. 배의 종류로는 카누와 카약이 있으며 카누는 2~4명까지 승선할 수 있으나 2척의 배를 나란히 연결한 형태인 쌍동선의 경우 8~10명까지 승선할 수 있다. 카누는 캠핑 장비를 갖추고 가족 단위로 탐험이나 캠핑을 하기에 적합하다. 투어링 카약은 아시아선수권대회에서 남자 1, 2인승 500m 및 1000m와 여자 1, 2인승 500m 경기를 실시한다.

래프팅(Rafting) 고무보트(Inflatable)를 이용해 급류에서 스릴을 즐기고 속도를 겨루는 것으로 종목은 일반적으로 4인승, 6인승, 8인승 등 다양하다.

드래곤보트(Dragon Boat) 드래곤보트는 20명 또는 10명의 패들러가 고수의 북소리에 맞춰 한 동작으로 노를 저어 수면 위를 질주하는 수상레저 스포츠다.

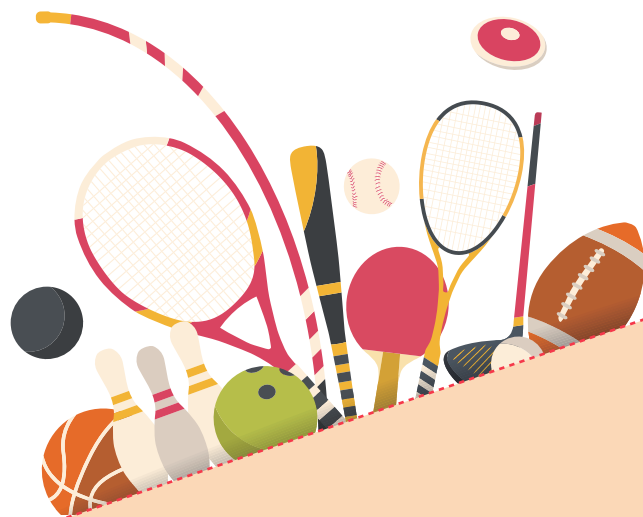


교육 톡 - 뉴스포츠의 이해 (2)



제약 없이 쉽게 접근, 뉴스포츠의 매력 속으로

바쁘고 시간이 부족한 현대사회에서 정서적, 신체적 스트레스는 사람들을 쉽게 지치게 한다. 이런 스트레스는 스포츠를 통해 해소하는 게 가장 좋은 방법이다. 누구나 쉽게 편리하게 할 수 있는 운동으로 가볍고 쉽게 즐길 수 있는 뉴스포츠를 알아보자.



01 Kinball 킨볼에 대해 알아보자!

KINBALL

캐나다의 체육교사 마리오 디머스는 “실패 없이 성공하는 게임은 있을까?”. “안전하게 할 수 있는 게임은 있을까?”를 고민했다. 1986년 ‘킨볼’이라는 경기를 창안하게 된다. 모든 사람이 참여해 볼을 만져야 하고 상대팀이 공을 받을 수 있는 최소한의 거리인 1.8m 이상을 날아가게 쳐야 하고 실수를 해도 다시 할 수 있는 규칙을 구체화시켜 1987년에 킨볼의 게임규칙을 완성했다. 경기는 4명의 선수가 한 팀이 돼 21.4m²의 경기장 안에서 지름 1.20m의 공을 갖고 세 팀이 함께 하는 스포츠 경기이다. 킨볼의 경기 목적은 공격을 하는 1팀이 수비하는 2팀 중에서 1팀을 호명한 후 공격을 시도하면 호명 받은 팀은 공이 바닥에 닿기 전에 신체의 일부를 이용해 공을 받아내는 것이다. 만약 호명된 팀이 공을 받아내지 못하면 다른 2팀이 1점을 얻게 된다.



02 Flyingdisc 플라잉디스크에 대해 알아보자!

FLYINGDISC

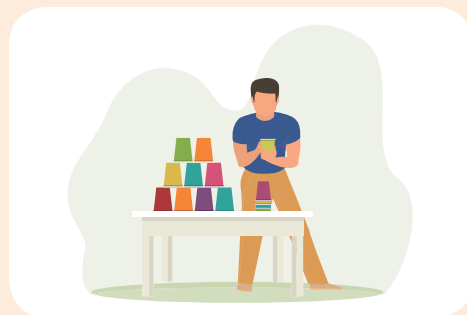
1940년대 후반에 미국 아이비리그의 대학생들이 파이접시를 던지면서 놀았던 게 유래가 되었다고 전해진다. 학생들 사이에 금속제 접시를 서로 던지는 광경에 흥미를 가진 로스앤젤레스의 건축 검사관, 후렛드·모리슨이 1948년에 금속제의 디스크를 자작한 후에 재질을 플라스틱으로 개량해 오늘의 플라스틱제 디스크가 탄생했다. 현대와 와서 재질이나 형상의 개량을 거듭한 결과, 플라잉디스크의 비행 성능은 최장 비거리 255m, 최고 속도 140km, 최장 체공시간은 16.72초로 매우 뛰어나게 발전되고 있다. 우리가 일반적으로 알고 있는 ‘프리스비’라고 하는 명칭은 플라잉디스크를 최초로 상품화한 회사의 상표명이며, 플라잉디스크라고 명명하는 것이 정확하다. 플라잉디스크를 이용해 할 수 있는 종목을 국제플라잉디스크연맹(WFDF)에서 10가지 종목으로 규정되었다. 이와 함께 ‘돛지비’라고 하는 내부는 스펀지로 되어 있으며 바깥은 천으로 감싸져 있어 매우 안전하고 아프지 않은 플라잉디스크로 즐기는 플라잉디스크 피구나 얼티미트와 유사한 돛지골 등도 학교체육에서 매우 유익하게 사용되고 있다.



03 Sport stacking 스포츠스태킹에 대해 알아보자!

SPORT STACKING

1980년대 초, 미국 서해안의 어린이들이 종이컵으로 놀이를 하던 것에서 유래되었다. 1990년대 중반에 스포츠로서의 체계를 구축하면서 교육현장에 보급되기 시작했다. 스포츠스태킹은 12개의 스택 컵을 다양한 방법으로 쌓고 또 허물어가는 기술과 스피드를 가리고 집중력과 순발력을 요구하는 경기이다. 경기방법도 매우 간단해 손과 눈, 두뇌의 긴장을 통해 흥미로움을 더해준다. 이 경기를 통해 집중력이 향상되고 반사신경이 발달되며 사고력이 고조되는 효과가 인정돼 미국의 교육현장인 약 12,000여 개의 학교에서 이 프로그램을 채용하고 있다고 한다. 양손을 함께 사용하는 스태킹은 좌뇌와 우뇌의 균형적인 발달에도 도움을 주며 협응력과 인지발달 능력, 손의 감각, 신체훈련 등 많은 부분에서 교육적인 효과를 보여주고 있다. 신체적, 정신적 활동을 요구하는 스태킹은 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 종목임에 틀림없다.



부산광역시체육회 골드멤버

BUSAN SPORTS COUNCIL GOLD MEMBER

