

철학

지도자로서 당신은 수행해야 할 많은 역할과 실질적 업무를 가지고 있다. 실제로 당신은 인식하지 못하고 있을지 몰라도, 이러한 역할들과 모든 업무들은 당신이 행동하기 이전에 어떤 행동을 할 것인지를 결정하는 것과 관련되어 있다. 지도자가 겪게 되는 가장 중요한 문제점 중에 하나가 바로 이러한 결정을 내리는 것이다. 삶의 철학은 매일매일 내리는 결정들에 영향을 주고, 코칭 철학은 지도자로서 내리는 모든 결정에 영향을 준다. 지도자는 선수들에게 스포츠맨십과 페어플레이의 가치를 심어주어야 하는 막중한 책임을 가지고 있다. 이 장에서 우리는 다음의 사항에 대해 살펴볼 것이다.

- 간단한 코칭 철학을 개괄한다.
- 도덕과 윤리의 의미를 이해한다.
- 윤리적 발달 이론을 살펴본다.
- 지도자를 위한 윤리 체계를 개괄한다.

코칭 철학의 개요

모든 생각, 선택, 사상은 삶의 철학에 의해 결정된다. 지도자로서의 업무와 일도 코칭 철학에 의해 결정된다. 코칭 철학은 승패에 얼마나 많은 중요성을 두고 있는가와 관련이 깊다. 승리에 대한 갈망은 운동선수가 지녀야 하는 기본적인 요소이다. 그러나 ‘수단과 방법을 가리지 않는 승리’는 선수의 발전을 저해한다. 선수의 장기적인 발전이 가장 중요한 목표라면, 코칭 철학은 ‘선수가 첫째, 승리는 그 다음’으로 표현할 수 있다. 이와 같은 코칭 철학은 아래에 요약되어 있으며, 초보 지도자로서의 코칭 철학을 발전시키는데 훌륭한 기초가 될 것이다.

중요점

지도 철학은 지도자의 위치에서 당신이 내리는 결정과 행동을 결정한다. 명확하게 정의된 지도 철학 없이는 성공적이고 효율적인 지도를 하기가 힘들다. 당신의 지도 철학은 지도자의 경험과 함께 발달 될 수 있다.

기초적인 지도 철학

“선수가 우선이요 승리는 부차적인 것”

- 한 사람을 인생의 전부가 아닌 삶의 한 측면으로 선수를 바라보아야 한다.
- 지도자는 자신의 운동선수와 분야에 대해 존경과 감사가 있어야 한다.
- 지도자가 담당하는 운동선수와 그의 분야에 대한 존경과 감사가 있어야 한다.
- 운동선수는 지도자와 함께 운동에 있어서 중요한 가치를 결정하고 합의된 목표를 위해 노력해야 한다.
- 선의의 경쟁을 해야 하고 규칙을 준수해야 한다.
- 잠재력을 극한으로 끌어낸 운동선수는 성공한 선수로 간주된다.
- 경쟁 상태에 있는 상대편과 심판을 존중해야 한다.

코칭 철학으로서의 윤리학

당신은 지도자의 직무를 경험하고 다른 지도자들을 관찰하였을 때 그들이 맡은 지도자로서의 역할은 같지만, 그 역할을 수행하고 자신을 조정하는 방식에서는 차이가 존재한다는 것을 인식할 것이다. 지도는 행동과 관련 있으며, 바로 지도자로서 당신 자신이 행동하는 방식이다. 이러한 행동방식은 코칭 철학의 일부인 도덕과 윤리에 의해 결정된다.

“운동에서 왜 윤리학이 중요한가?” 윤리학은 인간의 모든 행동에서 참여자와 사회에 일반적으로 미치는 영향을 고려해야 한다. 스포츠에서는 시합에 참여하는 당사자 뿐 아니라 관중이나 코치 역시 스포츠의 일부로 파악되어야 한다. 스포츠는 사회적으로 강력한 영향력을 행사하므로 윤리와 동떨어져서는 안 된다.

당신의 윤리는 옳고 그름에 대한 당신의 가치관을 보여주며, 당신의 지도와 행동 결정에 영향을 준다. 윤리적 가치는 정체되어 있지 않고 평생에 걸쳐 발전하고 성숙해진다. 따라서 어린선수들을 지도할 때는 자신의 윤리적 가치 뿐 아니라 어린 선수들의 윤리적 가치 또한 파악해야 한다.

페어플레이와 스포츠맨십

스포츠에 참여하는 요인 중 하나는 스포츠가 훌륭한 성격형성에 도움이 된다는 일반적인 믿음이다. 어떤 이들은 운동이 성격을 드러내거나 성격을 형성한다고 말하기도 한다. 당신이 어떻게 생각하든지, 일반적으로 스포츠 참여가 옳고 그른 것에 대한 판단을 배울 수 있는 상황을 형성해준다고 알려져 있다. 지도자는 선수가 육체적으로나 도덕적으로 성숙하는데 매우 중요한 역할을 한다. 지도자의 비윤리적 행동은 선수에게 신체적, 사회적, 정신적인 손상을 입힐 수 있으며 그들의 정체성에 혼란을 야기할 수 있다.

“개인의 완전성은 한쪽 측면에서만 나타나는 것이 아니다. 한 개인이 다른 측면과는 상관없이 한 부분에서만 비윤리적으로 행동하지는 않는다. 우리는 경쟁사회에서 살고 있고, 운동 경기에서 속임수를 행하는 선수나 지도자는 삶의 다른 측면에서 경쟁할 때에도 마찬가지로 모습을 보일 것이다.”

Dubin Enquiry, 캐나다 1989

‘페어플레이’는 지도와 경쟁의 철학으로 표현될 수 있다. ‘페어플레이’는 기본적으로 도덕적 가치를 추구하고 실제적인 참여를 강조한다. 페어플레이 정신과 스포츠맨십을

추구하는 노력은 모든 스포츠에 있어서 선택이 아닌 필수적 요소이다. 페어플레이에 대한 정의는 스포츠에서 규칙을 준수하며 플레이 하는 것 이상을 의미한다. 페어플레이는 행동의 방식이 아닌 생각의 방식이고, 타인에 대한 우정과 존경 그리고 항상 올바른 정신으로 운동하는 것 등의 결합체이다. 다음의 자세와 행동은 페어플레이와 스포츠맨십의 철학을 나타내는 것들이다.

- 모든 이들에게 동등한 참여의 기회를 제공하라
- 경기의 규칙을 준수하라
- 심판을 존중하고 그의 결정을 받아들여라

- 상대편을 존중하라
- 항상 자기 조절에 완벽을 기하라

대부분의 사람들은 페어플레이와 스포츠맨십을 받아들인다. 그러나 모든 선수와 지도자가 그 필요성을 느끼는 것은 아니다. 선수가 행동양식을 결정할 때 그 행동이 자동적으로 바람직한 자세와 행동에 일치되지 않는다는 것이다.

윤리 발달 이론

개인이 윤리적으로 얼마나 성숙했는지를 판단하려면 두 가지 학설을 고려해야 한다.

- 사회적 학습의 관점
- 구조적 발달의 관점

사회적 학습에서의 관점은 사회적 관례가 개인 행동에 미치는 영향에 주목한다. 만약 선수들이 사회에 속해 있다면 그 관례에 쉽게 영향을 받는다는 것이다. 이 접근을 통한 스포츠맨십의 자세와 행실의 윤리적 발달 배경은 다음과 같은 직접적인 결과로 나타난다.

- 지도자와 같은 적절한 스포츠맨십의 모델을 갖는 것
- 바람직한 행위에 대해 보상받는 것
- 바람직하지 못한 행위에 대해 처벌받는 것

긍정적인 역할 모델이 바람직하거나 바람직하지 못한 행동 판단에 지속적이고 명확한 기준을 제시하는 것이 스포츠맨다운 행동을 만들어낸다고 본다.

구조적 발달의 관점은 어떤 행동 이면에 그 행동을 합리화시켜주는 도덕적 이성에 주목한다. 개인의 행동이 스포츠맨십과 부합하는 행동과 자세를 보여주어도, 실제로 윤리적 발달 수준을 반영하는 것은 행동에 대한 이유나 생각이라는 학설이다.

이는 다른 선수들이 보여주는 행동의 옳고 그름을 지도자가 선수에게 물어보는 상황을 생각하면 쉽고 명확하게 이해할 수 있을 것이다. 예를 들어 800m 육상 경기에서 한 선수가 다른 선수를 방해하고 미는 것을 모두가 목격했다고 하자. 이 행동이 잘못되었다는 데는 모든 운동선수들이 동의하지만, 왜 잘못되었는지 그 이유는 각기 다를 것이다. 어떤 이는 그것이 반칙이기 때문에, 또 혹자는 실격사유가 되기 때문이라고 말할 것이고, 또 다른 이는 자신이 똑같이 당하고 싶지 않은 행동이기 때문이라고 말하기도 할 것이며, 누군가는 단지 정당하지 않다 라고만 말할 것이다. 모든 경우에서 잘못된 행동이라는 판단은 같았지만 그런 판단에 도달하게 한 도덕적 이유는 각자가 달랐다. 구조적 발달의 접근은 개인의 행동이 가장 발달한 도덕적 이성 패턴에 일치하기 쉽다고 주장한다. 도덕적 이성 패턴은 자동적으로 발달하는 것이 아니라 다음과 같은 사항에 의해 강화될 수 있다.

- 스포츠에서 도덕적 딜레마를 겪어보거나 갈등을 해소하는 경험을 할 때
- 스포츠의 도덕적 딜레마와 관련된 모든 이의 경험에 대해 토론할 때
- 상호 합의에 의해 도덕적 딜레마를 해소하거나 도덕적 균형을 이룰 때

지도자는 훈련이나 시합 중에 자연스럽게 일어날 도덕적 딜레마를 참고하거나, 도덕적 균형 형성을 위한 논의와 결론에서 운동선수가 겪는 도덕적 딜레마의 상황을 실제로 계획할 수도 있다.

도덕적 이성의 수준

앞에서 우리는 구조적 발달의 접근이 윤리적 발달단계를 이해하게 하는 방식을 보았고, 각기 결론은 같으나 그 결론에 도달하게 되는 이유가 다르다는 것을 예를 통하여 알아보았다. 성장과 발달기간에 아이가 정보를 다루는 방식은 변화하고, 도덕적 이성과 윤리적 행동 역시 성숙할 기회가 있다. 이러한 과정은 개인의 도덕적 이성이 반영되어야 할 수많은 상황에 직면하면서 성인에 이르기까지 계속 진행된다.

발달에는 잠재적인 단계가 있다는 인식에서 출발하여 개인이 겪게 되는 도덕적, 윤리적 발달의 다섯 가지 단계가 명확히 존재한다는 것이 검증되었다. 그 중 첫째는 행동의 결과를 생각하는 단계이다. 만약 한 개인이 어떤 행동의 결과로 처벌 받지 않음에 그 행동은 옳은 것이다. 행동의 옳고 그름은 그 행동의 결과로 처벌을 받느냐, 받지 않느냐에 따른다.

도덕적 이성의 두 번째 단계는 “눈에는 눈”이라고 간단하게 표현할 수 있다. 행동의 정당함은 그들이 어떤 행동을 했을 때 그들이 받는 행동이나, 행한 것들이 그들에게 그대로 돌아오는 지에 대한 인식을 통해 판단된다. 앞의 두 단계는 모두, 옳고 그름을 판단하는 것이 개인의 측면이라는 점에서 자기중심적 접근이라고 할 수 있다.

발달의 세 번째 단계에서는 이타적인 이성이 발휘되기 시작한다. 행동의 “올바름”은 다른 이가 그들에게 행하는 방식을 선택하고, 그들 자신의 행동을 따르는 것에 대한 인식을 통해 결정된다.

유대 기독교 사회에서 이것은 “황금률-다른 사람이 네게 해주길 원하는 만큼 해주어라”이라고 알려져 있다. 네 번째 윤리적 발달 단계에서는 도덕적 이성이 대외적으로 인정되는 객관적인 규칙이나 규정에 의존한다. 이 단계에서는 “황금률”을 지키기 위해서 다른 사람에게 기대할 필요가 없다는 인식이 있다. 규정과 규칙은 사회 구성원 모두의 공통된 이익을 위해서 형성되었다는 믿음이 존재한다. 만약 모든 운동선수가 규칙을 준수한다면, 경쟁은 공정하고 올바를 것이다.

Key Point

스포츠맨십은 사회적 학습과 구조적 발달의 두 가지 접근 방식이 혼용되었을 때 가장 큰 효과를 지닌다.

- 긍정적인 역할 모델이 바람직하거나 바람직하지 못한 행동들의 판단에 꾸준하고 명확한 기준을 제시하는 것이 스포츠맨 다운 행동을 만들어낸다고 생각한다.
- 스포츠맨십은 도덕적 딜레마의 경험이나 토론 그리고 도덕적 균형의 생성을 통해 길러진 성숙한 도덕적 이성의 발달을 반영한다.

다섯 번째이자 가장 높고, 가장 성숙한 단계에 이른 도덕적 이성은 경기 규칙과 규정뿐만 아니라 정신적인 측면에도 중점을 둔다. 이 단계에 다다른 사람들은 도덕적 균형을 통해 도덕적 딜레마의 해결을 지향하고, 경기와 관련된 모든 이의 이익을 생각하게 된다.

5단계 : 모두를 위한 것

4단계 : 규칙과 규정

3단계 : 황금률

2단계 : 눈에는 눈

1단계 : 처벌받지 않기



도덕적 이성의 5가지 단계의 특징화

선수의 윤리적 발달에 있어서의 지도자 역할

윤리 발달의 다섯 가지 단계를 이해함으로써, 자신이 지도하는 선수가 갖추어야 할 도덕적 이성의 단계를 인식하고 명확하게 해야 할 필요가 있다. 선수의 도덕적 딜레마의 해결을 위해 선수의 가장 성숙한 도덕적 이성 단계를 고려해야 하고, 그보다 한단계 높은 단계를 시도해야 한다. 예를 들어 선수가 첫 번째 또는 두 번째 단계에 머물러 있는데 당신이 다섯 번째 단계에서 도덕적 딜레마를 해결하려 한다면 딜레마의 해결과 적절한 도덕적 균형을 잡는데 어려움을 가질 것이다. 그러나 선수의 현재 단계보다 한 단계 높은 단계를 통해 상황을 중재한다면 보다 적절한 방법이 될 것이다.

모든 사람들의 도덕적 이성과 윤리적 발달이 최고 단계까지 성숙되는 것을 기대하기란 어렵다. 또한 어떤 사람도 대부분의 상황에서 한 가지 단계로만 대처하지는 않는다. 지도자로서 우리는 항상 최고 단계의 도덕적 이성을 보여주려고 노력해야 한다. 사회적 학습 접근이 이러한 관점을 뒷받침하고 구조적 발달 접근의 기술과 잘 융합될 때, 선수의 도덕적 이성의 성숙에 큰 도움을 주게 될 것이다.

이러한 복합적 접근 방법은 실제 가르치고 지도하는 환경에서 수행된 연구에 사용되고 있다. 한 연구에서 아이들을 7달 동안 진행된 ‘어린이를 위한 페어 플레이’라는 프로그램에 참여하게 했다. 연구 결과는 어떠한 도덕적 이성의 발달을 조장하지 않은 그룹에 비해 아이들이 눈에 띄게 도덕적 판단, 이성, 의지, 사회적 행동에서 발달했음을 보여준다. 쉽게 말하면, 윤리적 발달의 실제 원리를 사용하여, 페어플레이와 스포츠맨십이 발달될 수 있음이 증명되었다.

지도자를 위한 윤리 법규

우리는 선수와 지도자 사이의 관계가 선수의 도덕적 발달에 중요한 영향을 미친다고 배웠다. 지도자는 어떤 상황에서도 적절한 역할 모델이 될 수 있도록 행동해야 한다. 이런 이유로 많은 지도자들이 자신들의 결정과 행동을 제어하기 위해 개인적인 윤리 법규를 만들기도 한다. 점점 많은 수의 IAAF 회원 연합에서 그 나라의 지도자들을 위한 국가 차원의 윤리 강령을 제정했거나, 제정 중에 있다. 그에 대한 응답으로 첫 번째 올림픽 스포츠 국제적 관리 법규인 IAAF Code of Ethics for Coach를 만들어 내는 역할로 IAAF가 등장했다. 선수를 가르치는 모든 지도자들에게 지침을 제공하는 국제 기준이 다음 장에 나열되어 있다. 여러분들은 그 내용을 면밀히 읽고, 지도 시에 그 기준들을 적용해야 한다.

| |
|--|
| <p>요 약</p> <p>당신이 지도할 때 반드시 다음의 사항을 따라야 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 당신의 삶에 대한 철학을 인지하고 평가하라 • 당신의 지도 철학을 평가하고 발전시켜라 • 지도를 위한 당신만의 윤리 법규를 정하라 • 이 윤리적 기준들을 실제로 가르칠 때의 기준에 적용하라 • 당신이 맡은 선수들의 도덕적 이성을 인지하고 평가하라 • 당신 선수들의 윤리적 발달을 위한 실제 과정을 계획하라 |
|--|

지도자들을 위한 윤리 법규

소 개

지도자들을 위한 IAAF의 윤리적 법규에 대한 기본 원리는 페어 플레이를 위한 윤리적 배려가 모든 스포츠에 있어서 선택이 아닌 필수적인 요소라는 것이다. 이런 윤리적 배려는 모두에게 적용된다. 그것은 경기와 같은 스포츠 뿐만 아니라 오락과 여가로서의 스포츠에도 적용이 가능하다.

윤리 법규는 현대사회의 압력에 맞설 건전한 윤리적 틀을 제공한다. 이 압력의 대부분은 자발적인 움직임과 페어플레이, 스포츠맨십에서 비롯되는 스포츠의 전통적인 기반을 저해하는 것들이다.

페어플레이는 규칙을 준수하면서 플레이하는 것 이상의 의미를 지닌다. 페어플레이는 행동하는 방식이 아니라 생각하는 방식이다. 페어플레이는 지도 철학으로 표현될 수 있고, 항상 올바른 정신으로 운동하는 것과 타인에 대한 우정과 존중의 개념을 포함한다. 또한 속임수의 근절, 약물 복용, 위험한 행동, 육체적·언어적 폭력, 착취, 불평등한 기회, 과도한 상업주의, 부패와 같은 모든 논점들

을 포괄한다.

공정하게 진행되는 스포츠는 자기인식, 자기결정, 자기표현, 자기실형을 통해 개인의 발달을 도모하는 문화적 활동이다. 이 개인적 발달에 의한 결과는 성취감, 기술 습득, 능력의 표현, 사회적 교류, 도덕적 성숙, 즐거움, 건강함이다. 스포츠는 사회에서 개인의 참여와 책임감을 증진 시키는 역할을 한다.

육상경기는 다른 운동의 기본이 된다고 전해져 왔다. 육상경기를 구성하는 기술들은 육상경기에서 기원되고 발달한 대부분의 운동과 현대 트레이닝 이론의 토대가 되고 있다. 전 세계적으로 가장 국제적 관심을 모으는 스포츠는 올림픽 게임이다. 육상 경기의 지도자들은 육상경기에서 기여한 것 덕분에 많은 운동선수들을 지도하는데 특권을 받는다. 그리고 특권과 더불어 책임도 따른다. 이 책임은 개인적인 지도 업적이나 지도 방식을 통해 선수들이나 다른 지도자들, 혹은 지도와 관련 없는 이들에게 보여진다. 육상경기의 지도자들은 급료에 상관없이 체육활동의 대표자로서 높은 위상을 누리고 있다.

경기에 참여한다고 해서 페어 플레이, 스포츠맨다운 행동이나 자세가 자동적으로 형성되는 것은 아니다. 지도자에 의해 제시된 긍정적인 역할 모델이 바람직하거나 바람직하지 못한 행동들의 판단에 지속적이고 명확한 기준을 제시하는 것이 스포츠맨다운 행동을 만들어낸다고 생각한다. 그러므로 육상경기에서의 지도자 역할은 페어플레이의 가치를 지키는 수호자로서, 가르치는 교육자로서, 대표자로서 중요하다

윤리의 범규

지도자의 주요 역할은 선수의 잠재성을 끌어내어 선수 개인의 발전 과정을 돕는 것이다. 이러한 역할은 단기적인 것이 아니라 장기적으로 더 큰 이익을 선수에게 가져다 주어야 한다. 지도자의 윤리적 배려는 모두에게 적용되어야만 하고, 경기로서의 운동뿐만 아니라 오락과 여가의 의미도 포함해야 한다. 이 역할을 수행하기 위해 지도자는 다음 사항들을 반영하는 윤리적 기준 안에서 행동해야 한다.

인권의 존중

지도자들은 성, 인종, 피부색, 언어, 종교, 정치, 다른 신념, 국적, 사회계층, 국가의 소수자, 출생이나 다른 상태 등을 이유로 차별하지 않고 모든 선수들의 인권을 동등하게 존중해야 한다. 이 존중의 범위는 인간의 존엄성을 유지하고, 운동 경기와 사회에 모두가 기여할 수 있음을 인식하는 데까지 넓혀져야 한다.

또한, 지도자들은 신체적, 성적 고민, 부적절한 신체적, 성적 발달이나 행동으로부터 벗어나 운동에 참여하는 모든 선수들의 기본적인 인권을 존중해 주어야 한다.

규칙에 대한 존중

지도자들은 트랙, 필드 종목 선수들이 IAAF, 국가 연합이나 다른 특정한 소속 단체에 소속되어 있음을 인식하고 존중해야 한다. 모든 운동 선수들의 공정한 경쟁 기회를 보장하기 위해, 규칙에 대한 존중은 말 그대로 규칙 뿐 아니라 정신까지 포함해야만 한다. 정해진 규칙에 따라 공정하게 경기가 진행되도록 판단을 내리는 심판의 역할을 인정하여 심판 역시 존중 받아야 한다.

지도자들은 자신이 지도하는 선수들이 규칙에 대해 같은 종류의 존중을 할 수 있도록 지도할 책임이 따른다는 것을 인식해야 한다. 이것은 상대방, 다른 지도자, 심판에 대한 정신과 행동하는 방식과 관련있다. 지도자는 선수들이 자신의 결정과 행동에 책임감을 가지도록 독립심과 자기 결정권을 격려함과 동시에 선수들의 행동에 영향을 미칠 수 있다는 책임을 인식해야 한다.

지도자들은 기술을 향상시키기 위한 어떤 물질이나 금지된 약물, 허가되지 않은 행위를 막기 위해 긍정적이고 실제적인 통솔 역할을 해야한다. 지도자의 통솔 역할은 의학적으로나 윤리적으로 금지된 물질과 기술의 부정적 영향에 대한 교육도 포함한다.

다른 지도자들에 대한 존중

지도자들은 다른 모든 지도자들도 정해진 규칙 안에서 경쟁하며, 자신이 지도하는 선수의 성공을 바라는 동등한 권리를 가지고 있음을 인정해야 한다. 지도자들은 같은 일에 종사하는 사람끼리의 예절과 존중을 가지고 자신이 대우 받고 싶은 방식으로 다른 지도자들을 대해야 한다. 관찰, 충고, 비평은 공적인 영역의 관점을 넘어 전문적인 검증을 통해 적절한 사람들에게 직접적으로 전달되어야 한다.

지도자들은 이미 다른 팀 소속의 선수들을 자신의 팀으로 끌어들이기 위해 과도하거나 은밀하게 유혹해서는 안 된다. 그러나 선수가 다른 지도자에게 지도를 받고 있으면서 당신과의 연계 지도를 상의해 온다면 당신은 기존의 지도자에게 이러한 사실을 빨리 알려야 한다. 선수에게서 다른 이에게 지도받겠다고 통보받은 지도자는 모든 지도자의 가장 중요한 목적이 선수의 성장과 이익임을 명심해야 한다. 만약 선수가 지도자를 바꾸길 원하는 상황이라면 이전의 관계는 깨질 것이다. 이런 경우 지도자는 원만한 관계의 전달이 가능하도록 협력해야 할 것이다.

자격에 대한 존중

실제로 지도한 경험이 중요하다고 해도 지도자들은 인정받은 자격시험을 통과해야만 한다. 지도자들은 공인된 프로그램에 참석함으로써 그들의 지식을 향상시키고, 실제 지도 경험을 통해 공인된 지도 자격을 획득하는 것이 지속적으로 진행되어야 할 노력임을 존중해야 한다.

지도자들은 자신들이 고안한 연습환경과 각 선수에 맞게 설정한 육체적, 정신적 과제들이 적절한지

보증할 수 있어야 한다. 선수의 나이, 성숙도, 기술 수준을 고려하고, 필요한 모든 안전상의 요소들을 갖추었을 때 적절할 것이다. 선수가 매우 어리거나 아직 덜 성숙한 상태라면 적절함이라는 요소는 특히 중요하다.

지도자 이미지에 대한 존중

지도자는 지도자로서의 이미지와 역할을 존중해야 한다. 개인적인 지도의 업적과 수행 방식을 통하여 지도하는 이미지는 선수들, 다른 지도자들, 지도와 관계없는 이들에게도 투영되기 때문에 지도자는 책임감을 지녀야 한다. 지도자는 그들의 역할이 단순히 선수들에게 운동만을 가르치는 것이 아니라, 운동을 통해 선수들에게 삶을 가르치는 것이라는 인식을 가져야 한다.

좋은 이미지를 전달하기 위해 지도자들은, 외모와 행동을 모두 포함한 훌륭한 품행을 지속적으로 유지해야 한다. 이 품행은 그들의 국가 연합과 IAAF의 기준에 일치해야 한다. 지도 중에 흡연을 하거나, 지도하기 전에 술(알코올성 음료)을 마시는 것은 지도자의 능력을 저하시키고, 호흡 시 술 냄새가 나기 때문에 지양해야 한다.

단체 정신에 대한 존중

지도자들은 자신이 가르치는 선수들의 발전을 위해 개인이나 기관과 협력해야 한다. 지도자들은 같은 일에 종사하는 사람에 대한 예절과 존중을 가지고 그 자신이 대우받고 싶은 방식으로 다른 지도자들을 대해야 한다. 관찰, 충고, 비평은 공적인 영역의 관점을 넘어 전문적인 검증 과정을 통해 적절한 사람들에게 직접적으로 전달되어야 한다.

지도자들은 선수 지도에 대한 자료나 지식과 경험을 공유해야 한다. 이것은 스포츠 과학자나 스포츠 외과의들이 지닌 전문적 소견을 사용하거나, 다른 지도자들과 함께 국가 기관과 IAAF의 지원을 통해 연구하는 것을 말한다.

다음 페이지에서는 지도자들을 위해 제작된 품행에 있어서 중요한 사항들을 강조한 IAAF 윤리학 법규의 포스터 요약본을 살펴볼 것이다. 이 포스터를 복사하여 당신의 책임감을 상기시킬 수 있도록 눈에 띄는 장소에 붙여 놓아라.

요 약

지도자에 의해 제시된 긍정적인 역할 모델이, 바람직하거나 바람직하지 못한 행동들의 판단에 지속적이고 명확한 기준을 제시하는 것이, 스포츠맨다운 행동을 만들어낸다고 생각한다. 그러므로 육상경기에서 지도자의 역할은 페어플레이의 가치를 지키는 수호자로서, 가르치는 교육자로서, 대표자로서 중요하다.



국제 아마추어 체육 연합

지도자들을 위한 윤리 법규

요약

지도자의 주된 역할은 선수의 잠재성을 끌어내어 개인적 발전 과정을 돕는 것이다. 이 역할은 단기적인 것이 아니라, 장기적이고 더 큰 이익을 선수에게 가져다 주어야 한다. 이 역할을 수행하기 위해 지도자들은 다음의 사항들을 존중하는 윤리적 방식으로 행동해야 한다.

- 지도자들은 각 선수들의 인권을 성, 인종, 피부색, 언어, 종교, 정치, 다른 신념, 국적, 사회계층, 국가의 소수자, 출생이나 다른 상태 등을 이유로 차별하지 않고 모든 선수들을 동등하게 존중해야 한다.
- 지도자들은 선수들의 존엄성을 존중해주고 개인차를 인정해야 한다. 이는 신체적, 성적 고민, 부적절한 신체적, 성적 발달이나 행동으로부터 벗어나 운동에 참여하는 모든 선수들의 기본적인 인권을 존중해 주어야 함을 뜻한다.
- 지도자들은 자신이 고안한 연습환경과 각 선수에 맞게 설정한 육체적, 정신적 과제들이 적절한지 보장할 수 있어야 한다. 선수의 나이, 성숙도, 기술 수준을 고려하고, 필요한 모든 안전상의 요소들을 갖추었을 때 적절할 것이다. 선수가 매우 어리거나 아직 미성숙한 상태라면 적절함이라는 요소는 특히 중요하다.
- 지도자들은 경기의 규칙을 인식하고 존중해야 한다. 모든 운동 선수들의 공정한 경쟁 기회를 보장하기 위하여, 경기 규칙의 존중은 문자 그대로의 규칙 뿐 아니라 정신까지 포함해야 한다.
- 지도자들은 정해진 규칙에 따라 공정하게 경기가 진행되도록 판단을 내리는 심판의 역할을 인정하여 심판을 존중해야 한다.
- 지도자는 선수들이 자신의 결정과 행동에 책임을 느끼도록 독립심과 자기 결정권을 격려함과 동시에 선수들의 행동에 영향을 미치므로 그에 따른 책임이 있다.
- 지도자들은 기술을 향상시키기 위한 어떤 물질과 금지된 약물 또는 허가되지 않은 행위의 실행을 방지하기 위한 긍정적이고 실제적인 통솔 역할을 해야 한다. 지도자의 통솔 역할은 의학적이나 윤리적으로 금지된 물질과 기술의 부정적 영향의 교육도 포함한다.
- 지도자들은 다른 모든 지도자들도 규칙 안에서 경쟁하며, 자신이 지도하는 선수의 성공을 바랄 동등한 권리를 가지고 있음을 알아야 한다. 관찰, 충고, 비평은 공적인 영역의 관점을 넘어 전문적인 검증 과정을 통해 적절한 사람들에게 직접적으로 전달되어야 한다.
- 지도자들은 다른 팀 소속의 선수들을 자신의 팀으로 끌어들이기 위해 과도하거나, 은밀하게 유혹해서는 안 된다.
- 지도자들은 공인된 지도자 자격 획득에 힘을 써야한다. 지도자들은 공인된 프로그램에 참석함으로써 그들의 지식을 향상시키고, 실제 지도 경험을 통해 지도 자격을 얻는 것이 진행중인 노력임을 존중해야 한다. 또한 지도자들은 그들이 획득한 지식이나 실제적 경험을 공유할 책임이 있다.
- 지도자들은 좋은 이미지를 전달하기 위해, 외모와 행실을 모두 반영한 높은 수준의 품행을 지속적으로 유지해야 한다.
- 지도자들이 지도 중에 흡연을 하거나, 지도 전에 알코올성 음료를 섭취하는 것은 그들의 능력을 떨어뜨리고, 호흡 시 술 냄새가 나기 때문에 지양해야 한다.
- 지도자들은 선수들의 발전을 위해 개인이나 기관과 협력해야 한다. 이것은 스포츠 과학자나 스포츠 의과들이 지닌 전문적 소견을 사용하거나 그들의 국가 기관과 IAAF의 지원을 통해 다른 지도자들과 함께 연구하는 것을 말한다.

스포츠에서의 약물

스포츠에서의 약물

스포츠의 필수 요소 중 하나는 페어플레이와 스포츠맨십이다. 이번 장에서는 지도자의 실제 업무에 대한 철학에 대해 알아보고, 지도자로서의 역할에 적용했을 때 윤리의 중요성을 검증해보도록 한다. 이는 어떤 형태로든지, 훈련과 경기 모두에서 속임수는 용인될 수 없음을 의미한다. 모든 스포츠에서 공정한 경기에 가장 큰 걸림돌이자 가장 용인될 수 없는 속임수가 바로 약물 복용이다. 이번 장에서는 에르고제닉 에이드와 “위약 효과”라는 말이 의미하는 바를 이해한다.

- 약물 남용 조절에 대한 IAAF의 규칙을 살펴본다.
- 금지된 물질과 수법을 파악한다.
- 실제로 진행되는 검사과정과 처벌을 강화시킨다.
- 약물 남용을 막는 지도자의 역할을 검토한다.

스포츠 경기가 처음 시작된 이후로 선수들은 운동 능력을 향상시켜줄 인위적인 방법을 계속해서 찾아왔다. 2000년의 역사 이전에도 고대 올림픽의 소멸을 가져온 요인 중의 하나가 선수들의 약물 남용이다. 1800년대 후반 근대 올림픽의 설립은 세계가 스포츠에 주목하게 했고, 이 시기 이후로 선수와 지도자들은 어떤 물질들이 속도, 힘, 지구력을 향상 시켜줄 것이라는 믿음으로 실제 실험을 계속해왔다. 종종 선수가 사용하는 약물의 투약량이 의학적으로 필요한 양보다 몇 배나 많았고, 몇몇 경우엔 선수에게 참혹한 결과가 뒤따르기도 했다. 이러한 예로 1904년 올림픽에서 브랜디와 스트리키네 혼합물을 복용한 마라토너가 쓰러져 사망 직전까지 간 적도 있었다.

1960년대 초 모든 종목에서 약물 남용이 눈에 띄게 증가했던 사례도 있었다. 이것에는 국제 경기에 참여하는 국가가 급격히 늘었다는 것 외에도 많은 이유가 있었다. 특히 1988년 서울 올림픽에서 Ben Johnson이 아나볼릭 스테로이드 양성 판정을 받은 것과 같은 큰 사건은 스포츠계에서 실제 약물을 복용한 운동 선수 뿐 아니라 정당한 선수들까지도 의심받게 만들었고, 모든 스포츠를 타락하게 할 가능성을 동반했으며, 대중들의 약물 남용에 대한 인식을 불러 일으켰다.

오늘날 약물 복용은 비자연적이고 인위적으로 운동능력을 향상시키는 다양한 형태의 약물 섭취 요법을 사용하

약물 복용 사항

약물 복용은 의학적, 윤리적 이유로 금지되고, 다음 사항들을 고려한다.

- 치료는 질병의 예방과 회복을 위해서 사용되어야 하며, 운동 수행 능력을 향상시키기 위해 건강한 선수에게 행해져서는 안 된다.
- 약물 복용은 당신의 건강을 위협하게 할 수 있다. 복용 약물들은 매우 강한 것들이어서 극도로 심각한 부작용을 낼 수 있으며, 어린 사람들에게는 더 심각한 현상을 초래한다.
- 운동은 신체적, 정신적 건강을 추구해야 하지만 약물 복용은 정 반대의 효과를 일으킨다.

는 것으로 정의되었다. 스포츠에서 약물 복용은 선수들이 훈련에 의한 효과가 아닌 시합에서 일시적인 운동 능력 향상을 위해 사용된다.

이런 훈련들은 국가적 차원의 법률과 IAAF 법규로 전 세계적으로 금지되어 있다. IAAF는 교육과 테스트 그리고 위반한 선수들에 대한 처벌을 통해 운동선수들의 금지된 약물 복용과 금지된 요법 실시를 근절을 위한 국제 협약 중 가장 활발한 활동을 하고 있다.

운동에서 약물 사용의 인식

왜 선수들은 금지된 약물과 요법을 사용하는가? 운동선수들의 약물 사용을 검사한다면, 당신은 금지된 약물 사용이 대부분의 경우 다음과 같은 이유 때문임을 알 수 있을 것이다.

- 최고가 되기 위한 공정하지 못한 이득을 얻기 위한 방법
- 몇몇 선수나 지도자들은 성공한 선수들이 금지된 방법을 사용하기 때문이라는 믿음을 지님
- 선수나 지도자들이 자연적으로 획득할 수 있는 운동 능력의 한계에 도달했다고 믿기 때문
- 지도자들이 선수들의 능력을 향상시킬 더 큰 도움을 줄 수 없다고 믿는 선수 때문
- 지도자들이 자신의 지식에서 한계에 도달했고, 더 높은 운동 수행 능력을 얻는 핵심 방법이 약물 복용이라고 생각하기 때문
- 장기간 자연적인 방법을 통해 선수의 잠재능력을 개발시키기 위한 적절한 수단의 지원 없이 지도자와 선수가 좋은 결과만을 내기를 바라는 외부적 압력

에르고제닉 에이드와 위약 효과

항상 선수들은 자신의 운동 수행 능력을 향상시키기 위해 무엇인가를 시도한다. 이러한 노력은 특별한 식단의 섭취, 정신적 컨트롤 기술의 발달, 혹은 그들을 유리하게 해줄 것이라고 믿는 복장의 착용에서 나타난다. 관중들로 가득 메운 경기장에서 흥분한 관중들의 함성 역시 향상된 결과를 만들어 낼 수 있다. 몇몇 선수들은 향상된 운동 능력을 위해 몇 가지 과제를 준비하기도 하고, 약이나 호르몬의 힘을 빌리기도 한다. 선수의 운동능력을 향상시키는 어떤 물질이나 현상을 '에르고제닉 에이드'라고 부른다. 에르고제닉 에이드에 대한 이런 정의로, 선수가 뛰는 합성 트랙 역시 에르고제닉 에이드로 취급하며, 에르고제닉 에이드는 합법적인 수단과 불법적인 수단을 모두 포함한다.

선수들은 그들의 운동 능력의 특별한 경계를 찾아왔기 때문에, 제시된 에르고제닉 에이드에는 종종 비밀이 존재하고, 결과적으로 속설이 그 사용과 효율을 늘리는 것도 가능하다. 운동선수들은 제시된 에르고제닉 에이드를 지도자, 동료선수, 다른 친구나 트랙&필드 운동과 육상에 대한 많은 출판물로부터 얻는다. 에르고제닉 에이드의 종류로 생각되는 현상이나 물질은 많지만, 실제로 이해의 여부는 증명된 바 없다. 실제로 몇몇 에르고제닉 에이드는 부작용을 지니거나 운동능력을 감소시키기도 한다. Table 1.1의 리스트는 권위있는 연구에 의해 충분히 증명되고, 실제 에르고제닉 에이드의 예가 될 수 있는 에르고제닉 효과를 지닌 물질이나 요인들이다.

에르고제닉 에이드의 실제 효과를 증명하는 것은 여러 가지 이유로 상당히 힘들다. 이 이유들 중 하나는 선수들이 종종 부적절한 의학 처방을 받고 있거나 의학적 처방량의 몇 배나 되는 약물을 복용하거나, 연구에서 입증된 것 이상으로 복용하기 때문이다.

| 에르고제닉 에이드 | 예 |
|-----------|------------------------|
| 약학적 물질 | 암페타민, 카페인 |
| 호르몬 물질 | 남성성 아나볼릭 스테로이드, 성장 호르몬 |
| 생리학적 물질 | 혈액주입, 에이스로포이에틴 |
| 영양상의 물질 | 비타민, 미네랄, 스포츠 음료 |
| 심리학적 요인 | 정신적인 리허설, 긴장 완화 기술 |
| 환경적 요인 | 고도 훈련, 표면 훈련 |
| 기계적 요인 | 복장, 장비 |

Table 1.1 운동에서 발견된 에르고제닉 에이드와 예

에르고제닉 에이드의 영역을 조사할 때 직면하는 또 다른 문제점은 선수들이 매우 긍정적으로 운동능력의 향상을 인정한다는 것이다. 만약 에르고제닉 에이드를 사용하고 운동 능력에서 향상을 확인하면, 선수들이 대부분을 에르고제닉 에이드의 덕분이라고 생각해 버린다는 것이다. 물질이나 연습에 대한 기대감으로 인해 일어나는 이런 현상을 ‘위약 효과’라고 한다. 쉬운 말로 어떤 것이 당신의 운동능력을 향상시킬 것이라고 믿으면, 그럴 가능성이 있다는 것이다.

Key Point

- 에르고제닉 에이드는 운동 능력을 향상시켜주는 합법적, 불법적인 것을 모두 포함하는 물질 또는 현상이다.
- 위약 효과는 어떤 물질이나 훈련에 대한 기대가 몸의 반응에 영향을 미치는 현상이다.

위약효과의 본질은 심리학적이지만, 위약에 대한 몸의 반응은 상상이 아닌 실제이다. 에르고제닉 에이드에 대한 다른 연구에서는 위약 효과를 반 에르고제닉일 가능성이 있다고 생각하기도 했다. 잘 시행된 실험에서는 당사자는 모르게 위약을 섭취하고, 아무것도 섭취하지 않은 다른 그룹을 함께 설정한다. 우리는 항상 “나타나는 에르고제닉 효과가 과연 실제 에르고제닉 물질이나 연습 때문인가, 위약 효과 때문인가?”를 평가한다. 많은 경우, 결과는 위약을 복용한 그룹이 에르고제닉 에이드를

사용한 그룹의 효과를 보여준다. 이것은 운동 수행 능력의 향상에 있어 심리적 요인의 사용이 상대적으로 많이 발달하지 못했다는 것을 보여준다.

약물 남용의 제어에 대한 IAAF 법규

약물 복용에 관련된 국제 법규가 Control of Drug Abuse(약물 남용의 제어)라는 1996-1997년 IAAF 핸드북 세 번째 개정판의 법규 55-61에 나와있다. 추가적으로 IAAF는 1996년 지도자, 운동 선수, 의학적 인사들의 특화된 정보를 포함한 Procedral Guidelines for Doping Control이라는 핸드북을 출판하였다. IAAF 법규 55-61은 약물 복용과 조력 위반, 시합 이외의 검사, 약물 복용 조장에 대한 책임, 약물 복용 위반에 대한 징계 과정, 국제법, 인식 등의 내용을 포함한다. 선수의 경기 준비와 관련된 지도자, 선수, 모든 이들은 이 규칙을 잘 숙지하고, 경기 중에 있는, 혹은 경기 이외의 검사를 잘 이해해야 한다.

약물 복용 규칙은 오랫동안 발전해왔으며, 속임수를 사용할 선수들에 대한 제재 수단으로서의 역할, 속임수를 사용하지 않는 정직한 선수의 보호 역할, 속임수를 사용하는 선수들에 대한 징계 역할이라는 세 가지 목적을 위해 쓰여진다.

금지된 물질과 수법

에르고제닉 에이드를 한 번도 사용하지 않은 운동 선수는 없다. 순수한 의미에서 훈련자체도 에르고제닉 에이드이고, 대부분의 사람들은 훈련이 경기를 준비하는 정당한 방법이라고 생각한다. 스포츠를 통제하는 계층은 에르고제닉 에이드의 사용에 대한 지침서가 꼭 필요하다고 말하며, 금지된 물질이나 기술을 모두 포괄하는 목록을 만들기도 했다. 어떤 물질이나 기술이 금지되어야 하는지의 여부는 선수들에게 미치는 장기적, 사회적, 정신적인 영향을 고려하여 신중하게 결정된다. 이제 약물 투여는 일반적인 약이나 치료 목적의 사용, 인위적으로 운동 수행 능력을 증가시키는 수법의 사용이나 약물의 복용을 포함하는 방식으로 정의된다. Table 1.2는 각각의 범주에서 상업적으로 사용가능한 물품의 예와 함께 주요한 금지 물품의 범주를 보여준다.

| 금지된 물질 | 예 |
|------------|--|
| 신진대사성 물질 | Nandrolone Stanozolol Testosterone Clenbuterol. |
| 암페타민 | Mesocarb Morazone Phendimetrazine |
| 코르티코 스테로이드 | By oral, intramuscular or intravenous application |
| 펩타이드 호르몬 | Chorionic Gonadotrophin(HCG) Growth hormone (HGH) Erythropoietin (EPO) |
| 코카인 | Cocaine |
| 홍분제 | Caffeine Ephedrine Strychnine |
| 마취성 진통제 | Diamorphine Methadone Morphine |

Table 1.2 IFFA규정에 따른 주요한 금지 물품의 범주

이 매뉴얼에 있는 모든 금지 물질을 자세히 살피지 않고, 많이 사용되는 세 가지 약물들만 선택해서 더 자세한 검증과 이해를 시도하고자 한다.

아나볼릭 스테로이드

스포츠에서 신진대사성 스트레스의 남용과 그 위험성은 널리 퍼져있고, 세계적으로 다수의 정부가 운동과 오락적 측면의 약물 복용을 근절하기 위한 실제적 단계를 밟기 시작했다. 약물의 부정거래, 판매, 사용이 위법화 되었기 때문에 약물에 대한 명확한 재분류가 필요하다. 스테로이드의 사용은 남자 경기에서 사용되기 시작했으나, 뒤이어서 근육질 신체의 형성과 힘과 운동 능력을 증가시키고자 여성 운동선수들도 사용하기 시작했다. 아나볼릭 스테로이드에 관련된 현 실태는 다음과 같다.

몇몇 국가에서는 스테로이드를 고등학생 시기의 어린 선수에게 사용하기도 한다. 성장 중인 신체에는 특히 부작용이 클 수 있기에 이 어린 선수들은 큰 위험에 처해 있다. 아나볼릭 스테로이드는 골반에 문제를 일으킬 수 있다. 뼈 속의 성장판이 성숙하지 못한 채 닫히게 되어 원래 커야 할 키만큼 크지 못하게 된다. 선수들이 사용하는 이러한 강력한 호르몬은 2차 성장기의 발달에 매우 심각한 부작용을 가져온다.

남자 선수든 여자선수든 일단 스테로이드에 의해 변화가 생기면 그 변화는 되돌릴 수 없다. 이것은 남녀 모두에게 불임을 유발할 수 있고, 장기간에 걸쳐 신체적, 정신적 건강과 관련된 문제를 일으킬 수 있다.

성장 호르몬

성장 호르몬은 몸의 성장을 책임지고, 성장판이 닫히기 전에 신장의 증가에 주된 역할을 하는 호르몬이다. 이 호르몬은 자연적으로 몸에서 만들어지고, 충분한 아미노산의 섭취와 함께, 방해받지 않은 편안한 수면과 운동을 통해 생산이 늘어난다. 자연적인 성장 호르몬 분비는 깊은 수면을 취하는 동안 가장 활발히 일어난다.

1985년 이후, 성장 호르몬은 그 효과가 엄청나게 향상된 합성 형태로 사용가능하게 되었다. 이런 이유로, 호르몬을 주입하던 비윤리적인 운동 선수들은 아나볼릭 스테로이드의 대체물로 혹은 아나

Review

- 아나볼릭 스테로이드는 자연 상태에서 남성화와 신진대사의 성질을 모두 지니기 때문에 더 정확히 말하면 남성화 아나볼릭 스테로이드이다. 합성 스테로이드는 남성화 효과를 최고조로 하고 신진대사 효과를 최대화 시키도록 설계되었다.
- 아나볼릭 스테로이드는 근육량을 늘리고 힘을 증가시키고, 지구력을 늘리고, 힘든 훈련 후 회복력을 높이기 위해 사용된다.
- 아나볼릭 스테로이드는 근육량과 힘을 섭취량에 비해 증가시킬 수 있다. 그러나 지구력과 힘든 운동 후 회복 능력의 증가는 증명되지 않았다.
- 아나볼릭 스테로이드의 사용에 의한 위험으로는 성격 변화, "roid rage", 고환 위축증, 정자 감소, 남자의 가슴 비대, 여자의 가슴 감퇴, 남자에 있어서 전립선 비대증, 여성의 남성화, 간의 손상, 심장 혈관 질병 등이 있다.

볼릭 스테로이드와 병행하여 성장호르몬을 사용하였다. 선수들이 HGH에 더 끌리게 된 것은 HGH가 아나볼릭 스테로이드보다 더 검사하기 힘들다고 생각했기 때문이다. HGH의 에르고제닉 효과는 아나볼릭 스테로이드에 비해 잘 조사되지는 않았지만, 몸의 지방이 없는 부분의 증가가 지방량 감소와 함께 일어나는 것은 존재한다. HGH의 인위적인 사용의 효과는 매우 위험하고, 뼈를 지나치게 굵게 하고, 손, 발, 얼굴이 눈에 띄게 커지는 선단 거대증을 유발한다. 이는 내부 조직의 비대증, 심장병, 당뇨, 효에르텐션, 관절 문제, 근육 약화를 동반한다.

카페인

카페인是最 잘 알려져 있고 전세계적으로 유흥용 약물로 사용된다. 카페인은 흥분제와 같이 사용되고, 커피, 차, 무탄산음료, 초콜릿 제품과 여러 음식에서 발견할 수 있다. 흥분제는 중추 신경계에 작용하여 뇌를 포함한 신경계의 반응 속도를 빠르게 해준다. 흥분제는 쉽게 피로해지지 않게 하며 몸이 버틸 수 있는 한계를 넘는 운동을 하게 한다. 연구결과는 카페인의 증명된 에르고제닉 효과와 그에 따르는 위험을 보여준다.

| 에르고제닉 효과 | 관련된 위험 |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 신경이 예민해짐 • 집중력 증가 • 흥분된 기분 • 피로 감소 • 피로유발 시작의 지연 • 반응시간의 감소 • 지방 신진대사의 증가 • 운동의 지구력 향상 | <ul style="list-style-type: none"> • 신경예민 • 불면증 • 떨림 • 이뇨제로서의 작용 • 중독성 |
| <p>주의 : 카페인은 대부분 불법이다. 약물 테스트에서 소변의 농도가 12mg/mL까지 올라가면 양성반응이다.</p> | |

확인된 에르고제닉 특성 때문에, 상대적으로 많은 양을 복용하는 것은 금지되어 있다. 그러나 카페인에 반응하는 것은 개인마다 다르며, 사회적으로 허용되는 양의 카페인을 복용하고도 복용한계를 위반하는 선수의 경우도 존재한다. 선수들은 이미 언급했던 반응과 관련하여 카페인에 대한 내성이 생기고 의존하기 쉽다.

금지된 요법

금지된 요법은 혈액 주입, 에이스로포이에틴의 사용, 이뇨제의 사용 혹은 도핑 테스트에서 소변 샘플의 원래 상태를 바꿀 수 있는 물질이나 기술이다.

이번 장은 금지된 물질과 기술의 부분적인 리스트를 포함한다. 지도자, 선수, 의료 관련자들은 항상 국가 기관이나 IAAF의 최근 핸드북 리스트와 의학적 처방을 비교해 보아야 한다.

지도자들과 운동선수들은 도핑 리스트에서 처방전 없이 약의 성분으로 이용되는 에페드린과 같은 물질들을 특히 잘 알아두어야 한다. 금지된 물질들 중 자연적으로 생성되는 물질들은 검출이 힘들다. 그 예로 에페드린은 순수한 약초의 즙 같이 생각되기도 한다. 이 두 가지 경우에 대해, 금지된 물질을 포함하지 않는 조제를 위해 선수들과 지도자는 의료 관계자의 조언을 따라야 한다.

조사 과정과 징계의 실질적 지식

‘도핑 제어’라는 말은 선수의 도핑 여부를 검사하고 판정하는 모든 과정을 말한다. 선수들은 피, 소변 샘플을 제공하여 도핑 제어 규정에 협조해야 한다. 도핑 제어는 경기 중에 시행될 수 있고, 경기 중이 아닐 때 시행될 수도 있다. 자세한 도핑 제어 내용은 1996년에 지도자, 선수, 의료진들의 요청에 의해 씌여진 Procedural Guidelines for Doping Control이라는 IAAF 핸드북에 있다.

경기 중에 행하는 도핑 제어와 경기 중이 아닐 때 행하는 것은 기본적으로 동일하다. 도핑 제어를 하기 위해 선택된 선수는 먼저 자신이 인지하고 있는 약물에 대해 질문 받고 이전 7일 동안 복용한 모든 의약품의 리스트를 작성한다. 소변 샘플을 채취하면, 주요한 “A”와 “B”로 나누어 봉인된 채 선수와 도핑 제어 센터에 각각 보내진다. 이 샘플은 분석을 위해 IAAF/IOC에 의해 승인된 실험실에 보내진다.

실험실에서 주요한 “A” 샘플을 검사 받고, 음성이 나오면 샘플은 모두 폐기된다. 만약 “A”가 양성반응이 나오면 권위 있는 국가 연합이 결과를 통보받는다. 이제 선수나 그의 대리인과 국가 연합이 두 번째 “B”의 검사에 참석한다. 만약 “B”가 음성이면 다른 제제는 취해지지 않는다. 만약 “B”의 결과가 “A”의 것과 일치하면 선수들은 국가 연합 앞에서 공청회를 가질 권리를 지닌다.

선수가 공청회에서 도핑 위반을 했다는 것이 발견되거나, 공청회에 고의로 참석하지 않을 시에 그 선수는 부적격자로 판정된다. 부적격자는 샘플을 제공받은 날부터 적용된다.

도핑 위반의 처벌은 IAAF 법규의 60번, ‘처벌’항에 자세히 나와있다. 위반자들은 위반 정도에 따라 다양한 기간

검사받을 선수의 선정

경기 중

- 결승 진출자 혹은 임의 추출
- 세계 기록을 깨뜨릴 것이라고 생각되는 선수
- IAAF나 국가 연합의 선택

경기 이외

- IAAF가 보유한 선수 등록 명단 중 임의 추출
- 세계 기록을 깨뜨릴 것이라고 생각되는 선수나 그 선수가 속한 집단
- IAAF나 국가 연합의 개인이나 선수 집단의 선택

선수에게 적당한 보살핌을 제공하는 것은 지도자의 몫이다. 약물 복용이나 불법적인 수법을 허락하거나 권장하는 것은 의무의 타락이며, 그런 행위에 관련된 지도자들은 체육계에서 설 자리가 없을 것이다.

동안 부적격자가 된다. 예를 들어 경기 중 암페타민을 복용한 것은 경미한 것으로 처리되어 3개월 정지를 받는다. 아나볼릭 스테로이드나 성장 호르몬과 같은 심각한 위반은 최고 4년의 정지를 받는다. 만약 다시 한번 더 심각한 위반을 했을 시 영구 출전 정지를 당한다.

법규 55-61과 경기 중, 경기 이외의 검사 과정에 대한 무지가 규정 위반에 대한 변명이 될 수 없음을 지도자와 선수들은 꼭 알아야 한다.

약물 남용을 막기 위한 지도자들의 규칙

IAAF는 운동에서의 금지된 약물이나 요법을 막기 위해 어떠한 국제 연합보다도 더 활발한 단계를 밟아나가고 있다. 이 단계는 각 선수들에게 가장 두드러지게 전해져 왔고, 교육적 단계는 다소 미흡하게 전파되었지만 교육, 검사, 처벌이라는 세 가지의 필수 요소로 구성되어 있다.

지도자들은 선수들을 훈련시키고 있고, 지도 하는 동안 몇 세대의 선수들을 교육시켜야 하기 때문에 지도자로서의 활동에 특히 주의를 기울여야 한다. 정직하지 못한 한 명의 운동 선수는 그 자체로 끝나지만 한 명의 정직하지 못한 지도자는 선수단의 모든 선수뿐 아니라 그에게 상담 받은 다른 지도자들에게도 영향을 미칠 수 있다. 아프리카 격언을 사용하자면, “만약 어머니를 가르치면, 가족 모두를 가르치는 것이다.” 이것을 “지도자를 가르치면, 그 지도자에 관련된 선수나 다른 모든 이들을 가르치는 것이다” 정도로 바꿀 수 있겠다.

생화학적인 측면과 영양의 측면에서 그들의 선수에 대해 그 선수가 “성배”를 지녔는지 끊임없이 조사하는 지도자는 간접적으로 선수의 자연적인 잠재력이 충분하지 않은지, 혹은 어떤 면에서 결함이 있는지 알아낼 수 있다. 내 관점에서는 지도과정에서 약물을 통해 결함을 극복하려 하는 것은 저급하고 비인간적이다.

약물은, “수단, 방법을 가리지 않는 승리”의 왜곡된 철학과 지도자와 선수의 역할에 대한 무지의 징후이다. 성공한 세계적인 지도자들은 잘 발달되고 균형 잡힌 철학을 지니고, 윤리 법규를 고수하며, 잘 짜여진 장기간 훈련 프로그램을 사용한다.

페어플레이의 철학은 선수의 발전을 첫째로 하고, 불법적인 물질이나 요법 없이도 세계 최고 수준의 운동 능력을 만들어 낸다.

다음 경우는 1996년 다섯 번째 동계 올림픽을 준비했던 세계적인 수준의 봅슬레이 선수이다. 임의의 약물 테스트에서 그는 스타노조롤과 아나볼릭 스테로이드에서 양성 반응이 나타났고 자격을 박탈당했다. 그는 즉시 죄를 인정했으나, 약물 복용을 합리화하기 위한 그의 진술은 저질스러운 도덕적 이상의 수준을 여러 방식으로 드러내 주었다.

지도자의 주요한 역할은 선수의 잠재력 개발을 통해 개인의 성장 과정을 설계하는 것이다. 이 역할은 단기적인 차원이 아닌 장기적인 선수의 이익을 더 중요하게 받아 들여야 한다.

“그(그 봅슬레이 선수)는 계속해서 그의 양심에 대한 말은 하지 않고 임의의 검사를 걱정했다. “나는 도덕적 문제가 있다.”라고 그 선수는 말했다. “내가 약을 복용하면 옆 사람에게 속임수를 쓴다는 느낌이 들죠, 딜레마가 있었습니다. 그러나 내가 주위를 둘러보았을 때 그냥 계속 하자. 나는 일부 일 뿐이야 라고 생각했습니다. 솔직히 말하면 약을 복용했을 때 나의 주된 고민은 처벌 받을 지의 문제였습니다.”

이러한 예는 지도자가 선수의 윤리 발달에 있어서 중요한 역할을 해야 한다는 것을 여실히 보여준다. 그러나 약물 남용의 예방은 지도자만의 책임이 아니라, 스포츠계 모든 사람들의 공동 책임이다. 지도자, 의사, 관리인, 선수 모두가 한 팀으로서, 스포츠에서 약물 복용을 근절하고, 함께 운동할 수 있는 수준을 구축하기 위해 노력하는 것은 매우 바람직하다. 지도자들은 팀에서 선수들에게 누구보다도 더 직접적인 영향을 줄 수 있다는 점에서 중요한 역할을 담당한다.

요 약

운동에서 약물 남용 근절의 효과적인 역할을 위해 지도자는 다음과 같이 해야 한다.

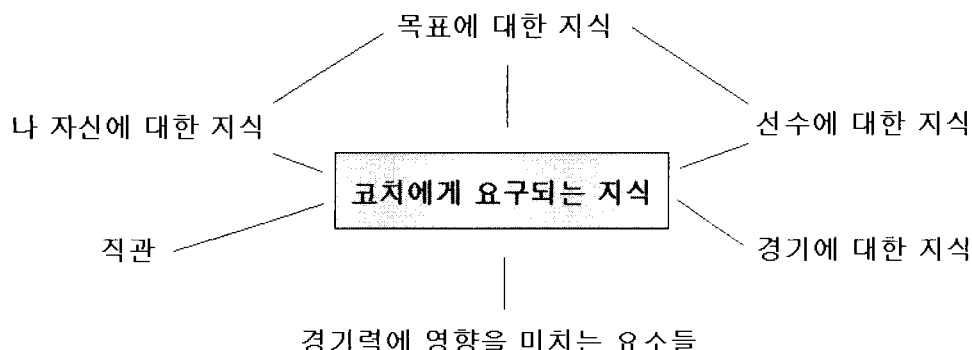
- 선수들의 지식과 기술을 향상시켜라
- 지도자를 위한 IAAF 윤리 법규 범위 안에서 지도하라
- 금지된 품목의 리스트를 숙지하고, 최신의 정보를 수집할 수 있는 곳을 알아두어라
- 현재의 도핑 제어 과정을 숙지하라
- 약물 남용에 대해 선수들을 교육시켜라

이 번 장에서는 실제적인 지도로서의 철학이 우리의 직무에 바람직한 역할을 해야 한다는 것을 살펴보았다. 특히 도핑과 관련하여 코치로서의 역할을 수행할 때, 윤리가 지니는 중요성을 검토해 보았다. 우리가 내리는 결정과 행동들을 철학이 이끈다는 사실이 강조되었다. 또한 이러한 결정들은 우리의 지식과 경험들을 고려해야 한다. 코치가 습득하고 계발시켜야 할 지식은 매우 다양하며 앞으로 발견하게 될 것이다. 이러한 지식들은 육상과 관계된 여러 사람들과 공유되어야 한다. 경기와 관련된 환경의 전반적인 개선을 위한 코치의 중요한 역할은 ‘국제 육상 경기 연맹(IAAF)의 개발 전략’의 맥락에서 이해될 수 있다. 코치는 대립이 발생했을 때 효과적이고 효율적으로 기능하기 위해서 이를 인식하고 해결할 수 있어야만 한다. 코치가 심적인 어려움을 겪고, 자신의 직업을 떠나는 가장 큰 원인은 지도하는 과정에서 겪게 되는 어려움을 올바른 방식으로 해결하고자 할 때 실패하는 것이다. 이 부분에서 우리는 다음과 같은 사항들을 할 것이다.

- 코치에게 요구되는 지식들을 다시 살펴본다.
- 국제 육상 경기 연맹(IAAF)의 개발 전략을 소개한다.
- 국제 육상 경기 연맹(IAAF)의 개발 전략에서 코치의 역할을 검토한다.
- 대립의 성질에 대해서 배우고, 어떻게 대립을 효과적으로 대면하여 해결할 수 있을 것인가를 배운다.
- ‘소진’의 현상을 살펴보고 이를 방지하기 위한 방법을 알아본다.

코치에게 요구되는 지식

지식은 코치의 철학을 개발하는 열쇠이다. 이러한 지식은 자신에 대한 지식, 배우고 싶은 지식, 목표, 경기에 대한 지식, 선수에 대한 지식 그리고 성적을 높이는데 도움이 되는 스포츠 과학적인 구성요소들에 대한 지식을 포함한다. 이러한 지식들에 더하여 대부분의 성공적인 코치들은 ‘경험을 통해 알게되는’ 직관적인 지식들도 가지고 있다.



코칭 프로세스(코칭 과정)

아마도 코치의 직무에 관한 질문이 가장 흔한 질문 중의 하나일 것이다. 그리고 효과적으로 코치하는 데에 요구되는 지식이 과학인지 혹은 기술인지도 관심사이다. 실제적인 적용에서 아마 양쪽 모

두가 아닐 수 있으며, 오히려 장인의 기술과 유사하다고 할 수 있다. 사전에서 장인은 기술에 숙달되어 있고 오랜 시간동안 훈련되어 완벽한 사람을 말한다. 일반적으로 장인은 오랜 기간 동안 실제적인 경험을 통해 기술을 배우게 되며 과학적 지식이나 기술을 실제적으로 적용하게 된다. 코치는 이와 유사한 방식으로 실제적인 경험을 통해 배우게 된다.

숙련된 목수는 끌로 나무를 조각 낼 때, 끌을 이용하여 원하는 결과를 얻기 위해 나무의 어디를 쳐야할지, 어떠한 각도로 쳐야 할지, 어느 정도 힘을 가해야 하는지를 알고 있다. 이것이 우리가 의미하는 ‘경험을 통해 알게 되는’ 것이다. 나중에 그에게 그러한 요소들을 어떻게 알았는지 설명해달라고 요청했을 때 말로 그것을 설명한다는 것은 불가능한 일이거나 매우 어려운 일이다. 많은 코치들은 이와 유사한 ‘경험을 통해 알게 되는 직관적인 지식’들을 지니고 있으며, 몇몇의 사람들만이 자신의 행동을 규칙적으로 되돌아봄으로써 이런 직관적인 지식들을 이해하려고 노력한다. 이것으로부터 ‘반성을 통해 알게 되는 지식’이라는 말이 생겨났다. 대부분의 코치들이 반성의 시간이 없거나 만들지 못한다.

지식에서 우리가 잃어버린 지혜는 어디 있는가? 정보속에서 우리가 잃어버린 지식들은 어디 있는가?

-T.S.Eliot

“많은 코치들은 지식과 지혜에 대해 혼란스러워 한다. 지식은 실제적인 경험에 정보를 연관 시키고 이론을 실제적으로 적용할 수 있는 능력이다. 지혜는 기술적인 것과 사람에 대한 사고방식을 끌어 모은다.”

Crisfield, et al, 1996

코치의 교육에 대한 논쟁에서 경험이 많고 지식이 풍부한 코치들이 직면하는 어려운 질문 중의 하나는 “코칭 기술의 본질을 어떻게 나눌 수 있을까?”이다. 이런 본질은 ‘코칭 프로세스(코칭 과정)’로 알려져 있다. 코칭 프로세스(코칭 과정)에 대한 이해가 없다면, 코칭 목표와 철학을 설정 할 수 없을 것이다. 단순히 말해, 코칭 프로세스(코칭하는 과정)라는 용어는 코칭 과정에서 행해지는 행동들을 말한다. 이러한 과정은 코치들이 선수들의 잠재력을 이끌어내는 것을 통해, 각 개인의 개발 과정을 용이하게 하고, 성공적으로 그들의 최우선 목표를 이루도록 하는 모든 것들을 포함한다.

장인들은 기술을 연수생활을 통해 익힌다. 장인들은 연수생활에서 명인의 주의 깊은 지도 아래 점차 기술을 숙련시켜 나간다. 명인은 연수생 자신의 스타일을 발전시킬 수 있는 환경에서 연수생들의 모델로서 역할하며, 초보자를 지도한다. 명인을 통한 배움 혹은 배움의 과정에서 멘토를 통해 배운다는 생각은 코칭 프로세스(코칭 과정)를 나누는 데에 좋은 방법으로 간주되고 있다. 이론적인 지식들은 각각의 가치를 가지고 있을지도 모르지만 코칭 환경에 실제로 적용되지 않는다면 그러한 지식은 단순한 정보에 그치고 만다.

핵심 사항

- 코칭은 경험과 지식의 결합을 통해 얻어지는 여러가지 기술들을 말한다.
- 이러한 지식 중 일부는 코칭 프로그램을 통해 습득될 수 있지만 그러한 지식을 실제적으로 코칭 프로세스에 적용하는 것이 중요하다.
- 초보 코치는 숙련된 코치의 멘토를 통해 여러 가지 이익을 얻을 수 있다.

코칭 프로세스(코칭 과정)에 대한 중요성은 코치를 위한 교육과정을 만드는데 있다. 강연자는 코치를 위한 교육 과정 가운데 멘토의 역할을 맡기 때문이다. 또한 초보 코치는 실제 코칭 상황에서 멘토 역할을 해주고자 하는 숙련된 코치의 역할을 지켜볼 기회를 얻을 수 있어야 한다.

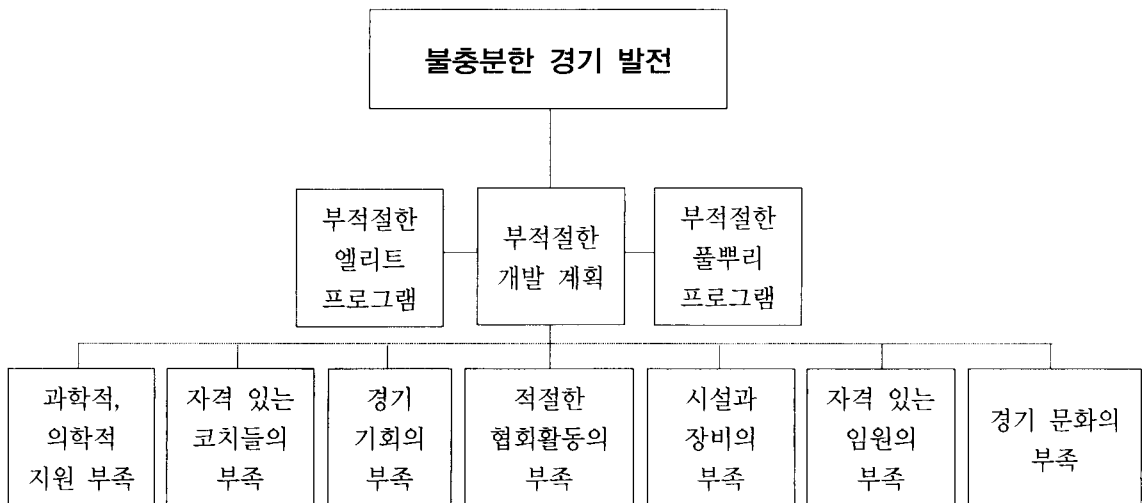
국제육상경기연맹(IAAF)의 개발 전략

코치는 경험을 쌓아가면서 경기와 관련된 지식을 다른 코치들과 공유하고, 궁극적으로 다른 코치들의 멘토가 되어야 한다. 전반적인 경기환경의 개선에 있어서 코치의 중요한 역할은 ‘국제육상경기연맹(IAAF)의 개발 전략’에서 찾을 수 있다.

육상경기연맹의 설립 목적은 세계적인 육상 발전에 최대한 기여하기 위함이라는 것을 기억해야 한다. 국제육상경기연맹의 이러한 역할은 1990년대를 ‘발전의 10년’으로 선언하고 상당량의 자원을 국제육상경기연맹 발전 프로그램에 할당하면서 훨씬 더 강조되었다.

육상의 발전은 거대하고 복합적인 일이다. 가능한 많은 선수들이 경기에서 잠재력을 발휘 할 수 있고 최대한의 이익을 이끌 수 있는 조건을 만드는 것이 과제이다. 국제육상경기연맹 개발 위원회는 이러한 과업을 담당하고 개발 프로그램을 감독하는 책임이 있다. 위원회에는 회장 Nebiolo와 6개 분과의 대표가 참가한다.

전세계 전문가들의 경험과 조언에 따라 국제육상경기연맹은 세부적인 개발 전략을 고안했다. 전략의 중심적 원리는 국제육상경기연맹, 국제육상경기연맹의 가입국 연맹 그리고 다른 파트너들과의 협력이다. 각각의 연맹은 국내 경기를 진행하고 발전시키는 주도적인 책임을 지고 있다. 국제육상경기연맹은 각 연맹이 효과적으로 역할을 수행할 수 있도록 도와야 한다. 이러한 협력이 없다면 개발은 느려지고 불확실해 질 수 있다. 1990년 ‘국제육상경기연맹개발협력’이라는 책에서 언급된 개발 전략은 개발을 저해하는 문제점을 다각도로 분석함으로써 시작되었다. 문제점들이 주요 논점이며 뒤에 나오는 다이어그램에 개략적으로 나타난다.

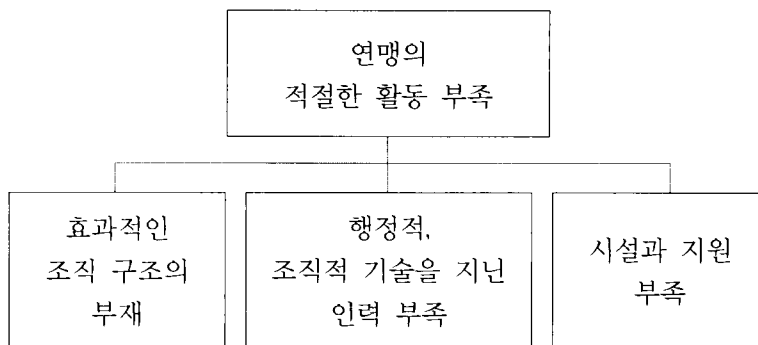


국제육상경기연맹의 장기 목표는 각 연맹들이 7가지 영역에서 발생하는 문제점들을 효과적으로 다룰 수 있는 위치까지 격상시키는데 있다. 각 분야의 단기간, 중기간의 개발 프로그램의 목적은 일반적으로 연맹이 자신들의 프로그램을 개발하는 데에 따라, 교육과 훈련 기회를 제공하는 것, 출판물과 시청각 매체들을 통해 정보를 제공하는 것, 연맹을 돕기 위한 지원금을 사용할 수 있게 만드는 것이다.

7가지 문제 영역 재검토

영역 1 - 연맹 활동

국제육상경기연맹의 가입국 연맹은 육상경기의 행정과 발전에 있어서 핵심 요소이다. 육상이 더 복잡적이고 경쟁적인 환경에서 성장을 계속한다면, 연맹은 자신들의 전체 기능을 효과적으로 수행해야 한다. 그러나 이러한 기능을 수행하는 능력은 연맹의 사정에 따라 다르다. 이러한 연맹 간의 차이와 연맹의 적절치 못한 기능 수행에 영향을 미치는 문제는 다음의 표를 통해 살펴볼 수 있다.



각 연맹들이 이러한 기능의 필요성을 인식한다면 국제육상경기연맹의 개발 전략은 이러한 영역에서 각국의 활동을 개선시키기 위한 보조적 활동들을 필요로 할 것이다. 그 전략의 목적은 행정 분야를 포함한다. :

- 국제육상경기연맹의 지역 개발 센터에서 주최하는 특별 행정 세미나를 통해 각국 연맹의 최고 행정부를 위한 트레이닝과 정보를 제공한다.
- 연맹들의 기능을 관장한다.
- 행정적, 재정적 지원을 통해 연맹을 돕는다.
- 추가적인 필요 사항들을 확인하기 위해 연맹과 소통한다.

분야2- 코치

코치는 선수들의 훈련과 준비에 직접적인 관련이 있기 때문에 전문적으로 교육 받고 경험을 쌓은 코치가 부재한 국가에서는 선수들의 재능을 체계적으로 개발하는 것이 힘들다.

체육이 발달한 국가는 코치 교육과 관련된 훌륭한 교육 프로그램이 조직되어 있다. 20년 넘게 국제육상경기연맹, 올림픽 솔리데리티 프로그램 그리고 여타의 단체들은 임시적으로 육상 코치들을 위

한 훈련과정을 운영하여 코치 교육 프로그램이 부재한 국가를 돕기 위해 노력해 왔다. 대부분 선진국의 성공한 코치들이 지도자를 맡았고, 상황에 맞는 교육 내용과 수준을 적용하였다. 이러한 과정은 분명 가치가 있음에도 불구하고 여러 가지 취약점을 가지고 있다.

1990년 국제육상경기연맹은 육상 코치를 교육하는데 있어서 신기원을 열었다. 코치 교육·인증 제도(CECS:Coaches Education and Certification System)를 만들고 운영한 것이 이 중요한 프로젝트의 시작이었다. CECS는 임시적으로 행해지던 교육 과정의 취약점을 극복하고 국제육상경기연맹의 가입국 연맹은 이러한 코치 교육·인증 제도를 이용할 수 있었다. CECS는 세 단계를 거쳐 마치게 된다. 이 시스템의 특징은 다양한 언어로 표준화된 교육 과정과 교육 내용이다. 또한 국제육상경기연맹은 모든 과정의 강연자들에게 특별 훈련 과정을 제공하고, 그들 중 상당수가 개발도상국가에서 자원하고 있다.

레벨 1 코치

레벨 1 과정의 목적은 시작 단계의 유소년 선수들을 효과적으로 교육하기 위한 코치를 가능한 많이 양성하는 것이다. 레벨 1의 교육과정에서는 장애물 달리기를 제외한 모든 일들을 배우게 된다. 그리고 일들을 조직하고 코칭 과정의 실제적인 면이 강조된다. 레벨 1 과정을 수료한 코치들은 과정 중에 배운 내용들을 선수들에게 개략적으로 알려줄 것이다. 레벨1 코스는 국제육상경기연맹에서 공인한 강연자와 표준 강의 내용을 가지고 국제육상경기연맹의 가입국에서 행해진다.

레벨 2 코치

레벨 2 코스는 레벨 1을 우수한 성적으로 수료한 코치들과 다음의 4가지 종목에서 전문적인 수준에 이른 사람들을 모아 진행된다:

- 단거리 달리기와 허들
- 중장거리 달리기와 경보
- 점프(뛰기)
- 던지기

레벨 2코스를 통해 코치는 각각의 종목 그룹에서 각 종목 경기의 기본적인 모델을 지도하고 확인할 수 있어야 한다. 레벨 2의 가입 조건은 레벨1의 시험 점수, 일 년간의 실제적인 경험 그리고 코치가 속한 연맹의 추천이 첨부된 프로필을 포함한다. 레벨 2코스는 일반적으로 지역 개발 센터에서 행해진다.

레벨3 코치 - 국제육상경기연맹에서 졸업한 코치

레벨 3 코스는 1,2개의 전문적인 일을 통해 코치가 고급 수준의 지도를 할 수 있도록 한다. 레벨 3코스를 이수한 코치는 자신의 특정 분야에서 높은 수준의 경기 모델을 확인하고 가르칠 수 있게

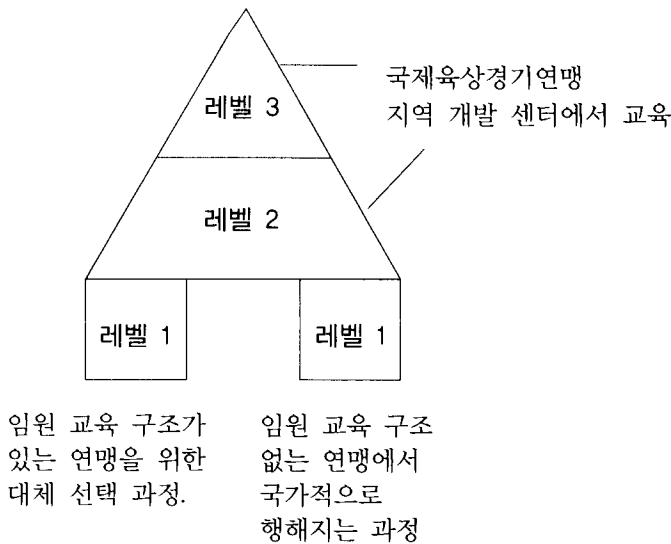
될 것이다. 레벨 3의 가입은 레벨2의 수료가 확인 가능한 프로필을 가지고 있는 코치에게 허용된다. 이 과정을 이수한 코치와 최고 수준의 다른 코치들은 지역개발센터에서 정기적으로 개최되는 높은 수준의 세미나에 참가할 수 있다. 이러한 세미나는 지역 코치들이 필요로하는 적절한 화제를 다룰 것이다. 레벨 3 코스는 지역 개발 센터에서 행해진다.

분야3 - 기술 임원

심판관, 주심, 계시원, 출발 신호자 등 능력을 갖춘 기술 임원은 어떠한 수준을 막론하고 경기 개최에 필수적이다. 그러나 많은 국가가 경기에 요구되는 수준의 검증된 기술 임원 수가 부족한 실정이다.

기술 임원의 측면에서 국제육상경기연맹 개발 전략의 목적은 세계적으로 표준화 된 교과과정에 따라 모든 수준의 기술 임원을 교육하고 인증하는 제도를 수립하는 것이다. 국제육상 경기연맹의 기술 임원 교육·인증 제도(TOECS: Technical Officials Education and Certification System) 업무는 1992년에 시작되었다.

코치 교육·인증 제도(CECS)와 마찬가지로 심판 역할에 대한 교육과정을 이수하기 위해서는 3단계를 거쳐야 한다. 또한 모든 과정의 강연자에게는 특별 훈련이 제공되며, 그들 중에 많은 사람들이 개발 도상 국가에서 스스로 나오고 있다.



레벨 1의 임원 - 국가적인 기술 임원

레벨 1의 주요 목적은 참가자들에게 국내 경기와 국내에서 열리는 국제 경기에서 높은 수준의 심판 역할을 수행하는 데에 필요한 이론적, 실질적 훈련을 제공하는 것이다. 레벨1 과정은 국가적 차원에서 행해진다.

레벨2의 임원 - 지역적인 기술 임원

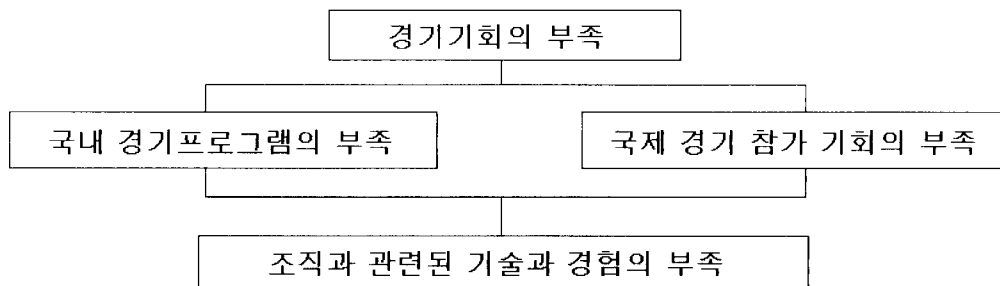
레벨 2 과정의 주요 목적은 참가자들에게 국제적인 대회와 지역적인 수준에서 심판으로서 요구되는 이론적, 실질적 훈련을 제공하는 것이다. 레벨2 과정은 일반적으로 지역 개발 센터에서 행해진다.

레벨 3의 임원 - 국제적인 기술 임원

레벨 3 코스의 목적은 참가자들에게 국제적인 대회와 높은 수준 경기에서 심판으로서 요구되는 이론적, 실질적 지식을 제공하는 것이다. 이 과정을 수료하고 평가 기준에 합격한 참가자는 국제 육상 경기 연맹에서 수여하는 심판 교육 수료증을 받을 것이다. 레벨 3 과정은 일반적으로 지역 개발 센터에서 행해진다.

분야4 - 경기 기회

경기는 엘리트 수준이든 풀뿌리 수준이든 필수적인 요소이다. 스포츠를 발전시키려면 연맹은 국가적인 경기 프로그램을 운영하고 국제 경기에 참여할 팀을 조직함으로써 많은 경기 기회를 제공할 수 있어야 한다. 이 분야에서 연맹이 극복해야 할 주요 문제는 다음과 같다.:

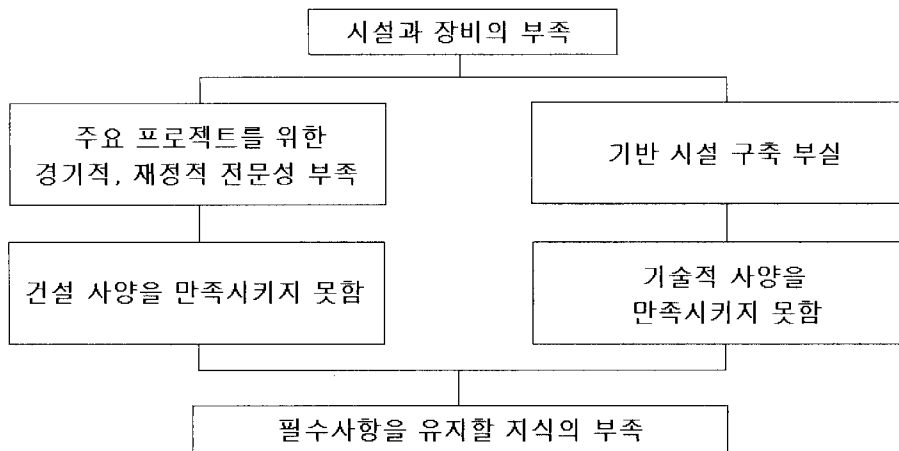


국제육상경기연맹의 개발 전략(앞에도 계속 나오는데 조직인지 전략인지 모르겠음)은 경기 기회를 제공하도록 연맹을 돕기 위해 다음과 같이 많은 노력을 기울이고 있다.:

- 국제 육상 경기 연맹이 주최하는 경기의 참가비용을 보조하고 있다.
- 경기를 조직하는 것을 돕기 위한 재정적 지원 계획을 수립한다.
- 지역 개발 센터에서 개최되는 경기 관리 특별 세미나를 통해 경기를 조직하는 다양한 측면에 대한 정보와 교육을 제공한다.
- 경기 관리에 대한 상담을 제공한다.

분야 5 - 시설과 장비

트랙과 기술적인 장비가 없다면, 많은 육상경기를 개최하는 것과 국제적인 수준에 도달하는 것은 어려운 일이다. 몇몇의 개발 도상 국가들을 제외하고 대부분의 국가에서 필수사항에 근접하는 경우는 매우 드문 일이다. 이러한 상황에 영향을 미치고 있는 몇몇의 문제점은 다음과 같은 과정을 통해 발생한다.:

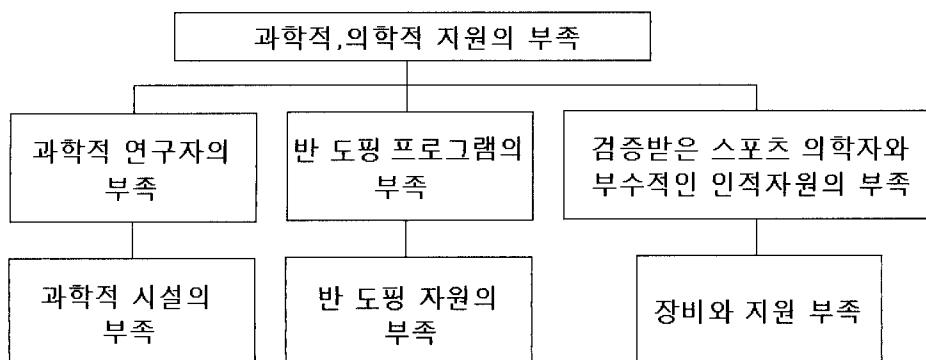


국제육상경기연맹의 개발 전략은 트랙과 같은 주요 기반 시설을 제공하는데 드는 비용이 크다는 것과 그 때문에 국제육상경기연맹의 역할이 제한된다는 것을 인식하고 있다. 그러나 각국 연맹이 필요로 하는 시설과 장비를 갖추 수 있도록 돕는 긍정적인 일들이 실행되고 있다. 시설과 장비 분야에 대한 개발 전략의 목표는 다음과 같다.:

- 시설과 장비의 구축을 위한 기술적 수준을 제공한다.
- 대다수의 후진국 연맹을 위한 장비 지원금 계획을 수립한다.
- 각각의 연맹의 시설과 장비 상황을 체크한다.

분야 6 - 과학적, 의학적 지원

과학적 영역은 유소년과 엘리트 경기의 조직적인 발전을 위해 연맹을 돕는 중요한 역할을 담당한다. 적절히 수행된 연구는 올바른 정보와 피드백을 제공하여 선수들의 훈련 방법을 개선시키는데 도움이 될 수 있으며, 협회 활동 계획을 개선시킬 수 있다. 스포츠 의학적 지원은 선수들의 건강과 부상 문제에 있어서 중요하다. 의학적 영역에서 두 번째로 중요한 역할을 선수들의 도핑에 대응하는 것이다. 과학적, 의학적 지원의 부족에서 오는 문제들은 다음의 표를 통해 알 수 있다.:



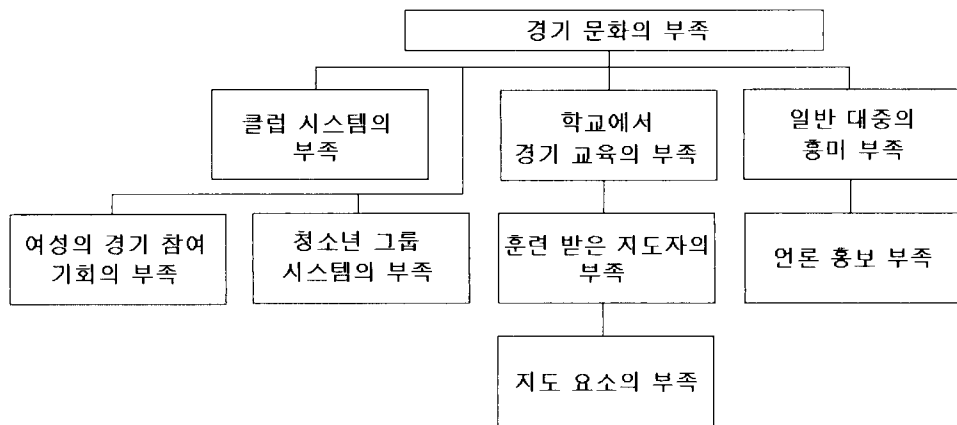
국제 육상 경기 연맹 개발 전략에서 과학적, 의학적 지원 분야의 목표는 다음의 내용을 포함한다.:

- 다양한 출판물들을 통해 전문가들에게 기술적인 정보를 제공한다.

- 연구 계획을 실행한다.
- 지역 개발 센터에서 전문가들을 위한 세미나와 워크숍을 개최한다.

분야 7 - 경기 문화

“경기 문화”는 스포츠가 존재하고 성장하는 환경을 묘사하는데 사용되는 용어이다. 이것은 일반 대중의 스포츠에 대한 인식과 정서, 사회에서의 경기 전통, 다양한 사람들의 스포츠 참여 그리고 육상 경기와 관계된 동작의 일반적인 수준 등 아주 다양한 요소들을 포괄한다. 재량하는 것이 어렵다고 하더라도, 각국 연맹이 자국의 경기 문화 발전에 무엇이 도움이 될 것인가를 인지하는 것은 중요하다. 경기 문화 부족과 관련된 문제들을 다음에서 살펴 볼 수 있다:



국제육상경기연맹개발전략의 경기 문화 분야에 대한 목표는 다음의 내용을 포함한다:

- 육상경기에 대한 언론 홍보를 증가시키는 조치
- 여성의 육상 경기 참여를 증진시키는 조치
- 경기 문화와 관련된 다른 요소들의 개발 수준을 결정할 수 있는 연구

지역 개발 센터

개발을 위한 국제육상경기연맹의 역할 중 가장 훌륭한 성과는 9개 지역에 설립되어 있는 지역 개발 센터 네트워크이다. 각국의 연맹을 돕기 위해 아래의 지역에 설립되어 있다.

| 지원 지역 | 지역 개발 센터 |
|--------------------|---------------|
| 아프리카(영어 사용지역) | 케냐 나이로비 |
| 아프리카(불어 사용지역) | 세네갈 다카 |
| 아프리카(포르투갈어 사용지역) | 포르투갈 리스본 |
| 아프리카/아시아(아랍어 사용지역) | 이집트 카이로 |
| 남아시아/동남아시아 | 인도네시아 자카르타 |
| 중앙아메리카/카리브 해 | 푸에르토리코 살리나스 |
| 오세아니아 | 오스트레일리아 애들레이드 |
| 남아메리카 | 아르헨티나 산타페 |

지역 개발 센터는 국제육상경기연맹이 전략적으로 개발 활동의 책임을 6개 지역 그룹으로, 지역적으로, 그리고 궁극적으로는 각국 연맹으로 분산시키고 있는 상황을 보여주는 좋은 예이다.

각각의 지역 개발 센터는 수가 매우 적으며, 각 지역의 조건도 다르지만, 지역 개발 센터의 주요한 역할은 국제육상경기연맹의 개별 '분점'과 같은 역할이다. 지역 개발 센터는 다음과 같은 지역적인 활동 프로그램을 제공하는 데에 초점을 맞추고 있다.:

- 해당 지역에 있는 국가와 국제육상경기연맹의 소통
- 코치와 기술 임원, 행정 관리자와 다른 전문가들을 위한 높은 수준의 강좌와 세미나
- 해당 지역 국가와의 협력을 통한 기본적인 수준의 코치와 기술 임원을 위한 교육 과정
- 지역의 기술에 대한 게시 출판
- 연구 프로젝트
- 지역의 코치 단체를 위한 행정
- 선수들을 위한 훈련과 특별한 준비

지역의 모든 국가 연맹들을 최대한으로 돕기 위해 각 지역 개발 센터는 국제육상경기연맹, 주최국의 육상 연맹, 주최국의 정부 그리고 다른 적절한 단체와의 협력을 통해 운영된다. 각각의 파트너들은 지역 개발 센터에 특정한 공헌을 하며, 지역 개발 센터의 경영 이사회에서 각각을 대표하게 된다. 지역 개발 센터의 경영 이사회는 국제육상경기연맹의 지역 대표와 관련된 사람으로 구성된다.

이러한 방식으로, 국제육상경기연맹 전략의 중심 원리와 국제육상경기연맹과 그 구성원인 각국 연맹들 그리고 다른 파트너들 간의 협력은 전세계 육상 발전에 기여할 것이다.

요 약

국제육상경기연맹의 개발 전략은 육상발전의 문제점과 관련된 7개의 분야를 확인하고 이러한 분야들을 보충할 활동적인 프로그램을 만드는 것이다.

1. 연맹 활동
2. 코치
3. 기술 임원
4. 경기 기회
5. 시설과 장비
6. 과학적 의학적 지원
7. 경기 문화