

2026. 오리엔티어링지도사(3급) 교육강사 워크숍 신청안내

□ 목 적

- 오리엔티어링지도사 3급 표준교재 개발, 교육과정 운영을 통해 지역별·강사별 교육 내용 및 방법의 편차 해소
- 최근의 규정 및 제도, 트렌드 변화를 반영함으로써 오리엔티어링의 보급, 확산에 기여

□ 개 요

- 제 목: 2026. 오리엔티어링지도사(3급) 교육강사 워크숍
- 기 간: 2026. 3. 28(토)~29(일) <1박 2일>
- 장 소: 국립중앙청소년수련원(충남 천안)
- 참가대상: 본부 및 시도연맹 소속 오리엔티어링지도사(3급) 교육강사
- 참 가 비: 10만원/인
- 주요내용: 교육과정 개편에 따른 이론 및 실기과목 전과정 강습(시연)

□ 진행일정표

구 분	시 간	교 육 내 용	진 행	
3. 28 (토)	14:00~15:00	오리엔티어링 개론	이론	차윤선
	15:00~16:00	오리엔티어링 경기방법(1)	이론	권오삼
	16:00~17:00	오리엔티어링 경기방법(2)	실습	권오삼 외
	17:00~18:00			
	18:00~19:00	석식		
	19:00~20:00	오리엔티어링 지도 이해(1)	이론	안경섭
	20:00~21:00	오리엔티어링 경기규정	“	박미경
	21:00~21:30	오리엔티어링 자격제도 안내	-	소병조
	21:30~	휴식, 취침		

3. 29 (일)	08:00~09:00	조식		
	09:00~10:00	초급 경기기술(1)	이론	소병조
	10:00~11:00	초급자 지도방법	이론	“
	11:00~12:00	오리엔티어링 프로그램(1)	이론	이상태
	12:00~13:00	중식		
	13:00~14:00	오리엔티어링 지도이해(2)	실습	안경섭 외
	14:00~15:00	오리엔티어링 프로그램(2)	실습	이상태 외
	15:00~16:00			
	16:00~17:00	초급 경기기술(2)	실습	소병조 외
	17:00~18:00			
18:00~		마무리		

※ 세부일정은 사정에 따라 변경될 수 있음.

□ 참가신청

- 신청대상: 본부 및 시도연맹 소속 오리엔티어링지도사(3급) 교육과정 운영
장사(3급 이상 오리엔티어링지도사 자격 보유자)
- 신청마감: 2026. 3. 20(금)까지
- 신청방법: 시·도 연맹별로 참가신청서 E-메일 제출(kof1@kof.or.kr)
 - * 개별 신청은 받지 않음.
- 참가비 입금: 10만원/인(신한은행 140-008-113703 대한오리엔티어링연맹)
 - * 참가자 개인별 입금 가능
- 신청문의: 031-455-2744, 010-5459-0939(사무처장)

□ 참고사항

- 교재는 2026년 신규 발간하는 표준교재 사용
 - 인쇄본 및 강의용 PPT, 참고자료, 지도파일 제공
- 워크숍 참가자에게는 수료증 발급
- 참가자 준비물: 필기도구, 세면도구, 간편복 등

○ 개편 교육과정 주요내용

영역	과 목	세 부 내 용 (예시)	교육시간		집필자
			이론	실기	
규정	오리엔티어링 개론	어원, 정의, 역사, 특징, 경기종목, 경기방법, 국내대회 종류, 자격제도 등	1		차윤선
	오리엔티어링 지도 이해	특징, 지도기호의 색상과 특징물, 지도 축척, 식생의 통행가능도, 컨트롤 설명기준, 현장학습 등	1	1	안경섭
	오리엔티어링 경기규정	FootO 경기규정(클래스, 컨트롤, 출발 및 도착, 편침시스템, 실격 등)	1		박미경
기술	경기방법	출발 및 도착, 컨트롤 찾아가기, 편침기구 사용법, 페어플레이 등	1	2	권오삼
	초급경기기술	기본기술: 엄지독도법, 지도접기, 지도 정치 등 초급기술: 루트플랜, 핸드레일, 위치 바로잡기 등	1	2	소병조
지도 방법	초급자 지도방법	초급자에게 가르쳐야 할 지도에 대한 지식, 경기기술, 레이스 분석 등	1		소병조
	오리엔티어링 프로그램	프로그램 소개, 스쿨O 실습	1	2	이상태

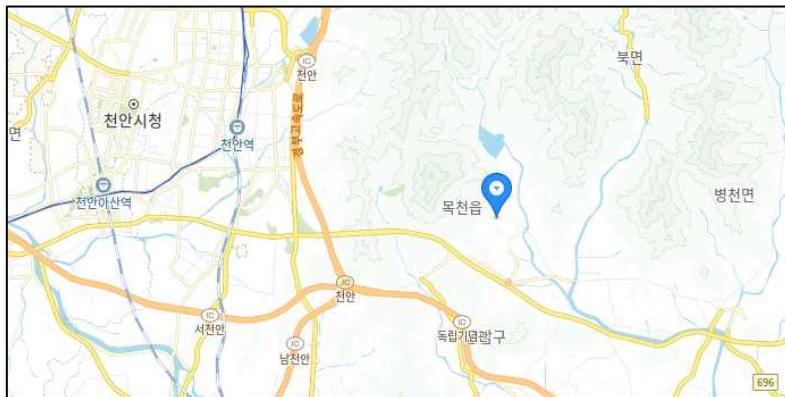
※ 실기 적용단계 구분: 입문(White)> 초급(Yellow)> 중급(Orange)> 상급(Red)

□ 워크숍 장소안내

○ 국립중앙청소년수련원

- 주소: 충남 천안시 동남구 목천읍 서리4길 48

<https://nyc.kywa.or.kr/center/intro?tab=map>



<자가차량 이용 시>

- 경부고속도로 목천(독립기념관) IC 에서 3km(3분)
- 천안에서 21번 국도 이용 시 13km(20분)
- 중부고속도로 진천IC 에서 30km(30분)

<기차, 전철 이용 시>

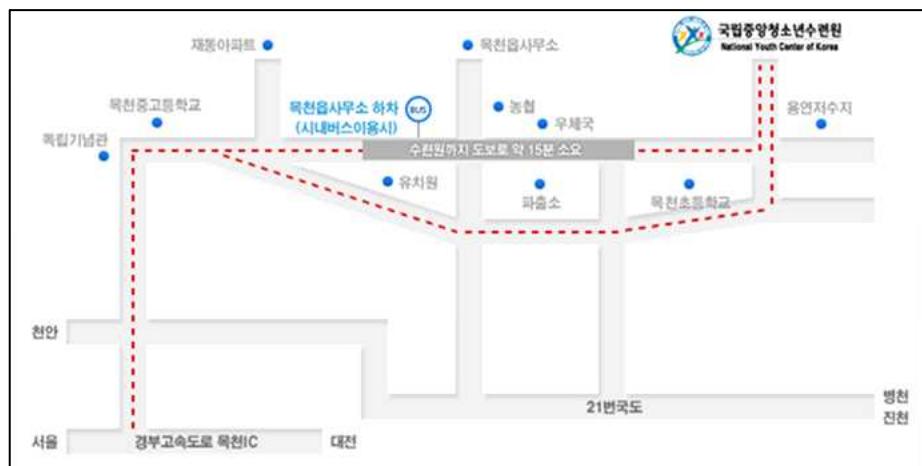
- 천안역 동부광장 우측 독립기념관 행 버스 이용
- 독립기념관을 경유하여 목천읍사무소 하차→도보 15분

<KTX 이용 시>

- 천안아산역 하차→남부오거리 하차(13번 버스)→목천읍사무소 하차(400번 버스)
→ 도보 15분

<고속·시내버스 이용 시>

- 고속버스 터미널 정류장 승차→목천읍사무소 하차(400번 버스)→도보 15분



2026. 2. 3

<참고자료>

[오리엔티어링 자격 관리 기본규정] 주요내용 (3급 지도사 관련)

1. 직무내용 (제3조)

- 1) 오리엔티어링지도사: 오리엔티어링의 보급 및 발전을 위한 오리엔티어링 교육, 지도자 양성, 선수 육성, 대회운영, 기타 연맹에서 부여하는 업무
- 2) 3급 지도사: 동호인 대상의 오리엔티어링 보급 및 지도, 오리엔티어링지도사 교육 과정 운영(3급-실기), 오리엔티어링대회 운영

2. 교육강사 위촉 (제8조)

- 1) 교육과정에는 2명 이상의 교육강사를 위촉해야 하며, 책임강사, 이론강사, 실기강사로 구분
- 2) 3급 지도사 교육 강사위촉 기준
 - 책임강사이론강사: 오리엔티어링지도사 2급 이상의 자격 보유자
 - 실기강사: 오리엔티어링지도사 3급 이상의 자격 보유자

3. 수강자격 (제9조)

- 1) 연령: 18세 이상
- 2) 학력: 해당 없음
- 3) 오리엔티어링에 관심 있는 일반인 누구나 수강 가능

4. 표준교재 사용 (제13조)

- 1) 3급 교육과정 시행자는 교육과정 운영시 표준교재를 사용해야 한다.
- 2) 연맹은 3급 교육과정 표준교재를 발간하여 시행자에게 제공하고, 원활한 교육운영을 위해 강사워크숍을 개최할 수 있다.

5. 자격 등급별 교육과목, 이수시간 (제10조)

영역	과 목	3급(16시간)	이 론	실 기	2급(20시간)	이 론	실 기	1급(24시간)	이 론	실 기
규정	오리엔티어링 개론	어원, 정의, 역사, 특징, 경기종목, 경기방법, 국내대회 종류, 자격제도 등	1							
	경기종목 이해				TrailO, SkiO	1		릴레이, 녹아웃 스프린트, 스코어O 등	2	
	오리엔티어링 지도 이해	특징, 지도기호의 색상과 특징물, 지도 축척, 식생의 통행가능도, 컨트롤 설명기준, 현장학습 등	1	1						
	오리엔티어링 경기규정	FootO 경기규정(클래스, 컨트롤, 출발 및 도착, 편팅시스템, 실격 등)	1		FootO 경기규정(클래스, 컨트롤, 출발 및 도착, 편팅시스템, 실격 등)	1		FootO 경기규정(클래스, 컨트롤, 출발 및 도착, 편팅시스템, 실격 등)	1	
	오리엔티어링 대회운영				대회의 종류, 운영 기준, 운영 방법, 심판제도 이해 등	1		대회의 종류, 운영 기준, 운영방법, 대회감독관 제도 이해 등	1	
기술	경기방법	출발 및 도착, 컨트롤 찾아가기, 편팅기구 사용법, 페어플레이 등	1	2						
	경기기술	기본기술: 염지독도법, 지도접기, 지도 정치 등 초급기술: 루트플랜, 핸드레일, 위치 바로잡기 등	1	2	기본기술: 지도 정치 등 중급기술: 루트플랜, 단순화, 맵메모리, 핸드레일, 에이밍오프, 어택포인트, 위치 바로잡기 등	1	2	상급 경기기술(루트선택, 등고선 이해, 위치찾기 등)	1	2
	코스설정법				코스설정의 원칙, 포인트O 종목별 코스설정 실습(초/중급)	1	2	코스설정의 원칙, 포인트O 종목별 코스설정 실습(중/상급)	1	2
	오리엔티어링 지도제작				지도제작 개론	1		지도제작 개론, OCAD 실습, 현장조사 실습	1	4
	기록계측시스 템 이해				시스템 구성 이해, 장비사용법, 운영 실습 등	1	2			
지도방 법	지도방법	초급자에게 가르쳐야 할 지도에 대한 지식, 경기기술, 레이스 분석 등	1		중급자에게 가르쳐야 할 지도에 대한 지식, 경기기술, 레이스 분석 등	1		상급자에게 가르쳐야 할 지도에 대한 지식, 경기기술, 레이스 분석 등	1	
	오리엔티어링 프로그램	프로그램 소개, 스쿨O실습	1	2	프로그램 소개, 응용O실습	1	2			
	피지컬 트레이닝							운동강도와 심박수, 스트레칭과 준비운동, 안전관리 등	1	
	대회운영 실습							대회운영 및 보고서 작성		4
기타	온라인 학습	주최자 재량	2		스포츠인권, 안전, 도핑 등 (수료증 제출)	3		스포츠인권, 안전, 도핑 등 (수료증 제출)	3	