CHOSUN UNIVERSITY 1946

creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

CHOSUN UNIVERSITY 1946

[UCI]I804:24011-200000236074

2008년 2월
교육학석사(체육교육)학위논문

배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

박 창 영

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교
CHOSUN U

배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향

The Effects of Badminton Program on Motor Skill Development in Students with Mental Retardation

2008년 2월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

박 창 영

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교
CHOSUN U

배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향

지도교수 안 용 덕

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 청구논문으로 제출합니다.

2007년 10월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

박 창 영

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교 CHOSUN U

박창영의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 조선대학교 교수 인

심사위원 조선대학교 교수 인

심사위원 조선대학교 교수 인

2007년 12월

조선대학교 교육대학원

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교
CHOSUN U

목 차

ABSTRACT

Ⅰ. 서 론 ····· 1
1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구의 목적 ····· 3
3. 연구의 가설 ····· 3
4. 연구 변인 ····· 4
5. 연구의 제한점 ····· 5

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 6
1. 정신지체의 개관 ····· 6
1) 정신지체의 정의 ····· 6
2) 정신지체의 원인 ····· 7
3) 정신지체의 특징 ····· 9
4) 정신지체학생의 운동능력 특성 ····· 12
2. 배드민턴의 특성 ····· 13

Ⅲ. 연구방법 ····· 16
1. 연구대상 ····· 16
2. 연구도구 ····· 17
1) 운동능력 검사도구 ····· 17
2) 검사 영역별 세부항목 ····· 17
3) 검사 실시 ····· 21
4) 운동 연령의 계산 ····· 21
5) 운동 능력의 평가 ····· 22
3. 연구방법 및 절차 ····· 22
4. 자료처리 ····· 25

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅳ. 연구결과 ····· 26
1. 정적 협응 능력의 변화 ····· 26
2. 손동작 협응 능력의 변화 ····· 27
3. 일반동작 협응 능력의 변화 ····· 29
4. 운동속도 능력의 변화 ····· 30
5. 동시적 자발동작 능력의 변화 ····· 32
6. 단일동작 수행능력의 변화 ····· 33

Ⅴ. 논의 ····· 36

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 39

참고문헌 ····· 41

<부록 1> 한국판 오세레츠키 운동능력과 채점표 ····· 45
<부록 2> 배드민턴 프로그램 구성 내용 ····· 46

CHOSUN UNIVERSITY 1946

표 목 차

<표 1> 정신지체의 원인(AAMR) ····· 8
<표 2> 연구대상의 개인별 특성 ····· 16
<표 3> 정적 협응 검사와 손동작 협응 검사 세부 항목 ····· 18
<표 4> 일반동작 협응 검사와 운동속도 검사 세부 항목 ····· 19
<표 5> 동시적 자발동작 검사와 단일동작 수행능력 검사 세부 항목 ····· 20
<표 6> 배드민턴 프로그램의 구성 내용 ····· 24
<표 7> 정적 협응 능력의 변화 ····· 26
<표 8> 손동작 협응 능력의 변화 ····· 28
<표 9> 일반동작 협응 능력의 변화 ····· 29
<표 10> 운동속도 능력의 변화 ····· 31
<표 11> 동시적 자발동작 능력의 변화 ····· 32
<표 12> 단일동작 수행능력의 변화 ····· 34

CHOSUN UNIVERSITY 1946

그림 목차

<그림 1> 연구 변인 ····· 4
<그림 2> 연구 설계 ····· 23
<그림 3> 정적 협응 능력의 변화 ····· 27
<그림 4> 손동작 협응 능력의 변화 ····· 28
<그림 5> 일반동작 협응 능력의 변화 ····· 30
<그림 6> 운동속도 능력의 변화 ····· 31
<그림 7> 동시적 자발동작 능력의 변화 ····· 33
<그림 8> 단일동작 수행능력의 변화 ····· 34

CHOSUN UNIVERSITY 1946

ABSTRACT

The Effects of Badminton Program on Motor Skill Development in Students with Mental Retardation

Chang-Young Park

Advisor : Prof. Yong-Duk Ahn Ph. D.

Department of Physical Education,

Graduate School of Chosun University

The purpose of this study was to examine functional relation motor skill development and badminton program in students with mental retardation in special school.

The subjects of this study was 10 in students with mental retardation in special school, with 5 student in experimental group and another 5 in the control group. Measurement tool utilized in this study was Oseretsky's Motor Skill Test Battery for adapted Korean(Kim Chong Kuon, 1999)-static coordination ability, hand movement coordination ability, general movement coordination ability, exercise speed, simultaneous voluntary movement, single movement performance ability.

Is there the effect of the badminton program on motor skill development in students with mental retardation?

The result of this study were as follows ;

First, badminton program exercise have an positive influence on static coordination ability($t=4.54$, $p<.01$) of student with mental retardation.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Second, badminton program exercise have an positive influence on hand movement coordination ability($t=2.35$, $p<.05$) of student with mental retardation.

Third, badminton program exercise have an positive influence on general movement coordination ability($t=2.35$, $p<.05$) of student with mental retardation.

Fourth, badminton program exercise have an positive influence on exercise speed($t=2.66$, $p<.05$) of student with mental retardation.

Fifth, badminton program exercise have an positive influence on simultaneous voluntary movement($t=3.90$, $p<.01$) of student with mental retardation.

Sixth, badminton program exercise have an positive influence on single movement performance ability($t=5.19$, $p<.01$) of student with mental retardation.

In conclusion, the findings showed that badminton program exercise have an positive influence on motor coordination ability of student with mental retardation. Therefore, badminton program exercise for student with mental retardation will be ideal method.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

인간은 신체적 발달과 더불어 심리적·정신적 발달은 물론 사회적 측면의 발달도 함께 이루어진다. 또한 인간은 끊임없이 다른 사람과 관계를 맺고 다른 사람과의 관계 속에서 자신의 모습을 비추어 보게 되며, 자신의 가족, 집단 문화에 어울리는 행동을 학습하고 행동하며, 자신을 둘러싼 주변 환경에 보다 잘 적응하기 위하여 부단히 노력하게 된다. 이것은 사회적 동물인 인간이 인간다운 삶을 영위하기 위한 가장 기초적인 것이다(장유미, 2006).

경제성장 및 식생활의 변화와 현대산업사회의 발달에 따른 자동화, 도시화, 교통수단의 발달 등으로 점차 생활이 편리해지는 반면 인간의 신체활동 영역은 이에 반비례하여 신체능력은 급격히 감소되고 있다(최주용, 2001). 또한 신체활동보다는 TV나 컴퓨터 등 대중매체 증가로 인해 신체활동이 감소하는 현 실태에서는 정신지체아동들은 충분한 신체활동의 기회를 제공받지 못하고 있으며, 일상생활에서 활력 있고 자신 있게 영위할 수 있도록 하는 기초체력은 현저하게 지체된 모습을 보이고 있다.

장유미(2006)는 교육의 한 분야인 체육은 “합리적이고 의도적인 신체활동을 통해 개인의 신체적, 정신적, 사회적, 정서적 잠재력을 최대한으로 발달시켜 전인적인 인간을 완성하는데 목적이 있다“라고 하였다. 또한 특수교육에 있어서도 체육은 신체적, 정서적, 사회적 발달에 중요한 영향을 미치며 자료의 수단으로 매우 가치 있는 활동이기 때문에 특수학교 교육과정에 있어서 체육 교과는 장애학생에게 제공하는 직접 서비스임을 강조하고 있다. 또한 장애인들의 신체활동은 신체적, 정서적, 사회적 재활에 핵심적인 역할을 한다고 하였다.

아동들이 또래들 간의 빈번한 신체적 활동을 통하여 신체적인 영역에서는 운동기술 향상으로 운동의 효율성을 증진시킨다(교육부, 2000)고 하였고, 김한철(2005)

CHOSUN UNIVERSITY 1946

"수영프로그램 참여가 뇌성마비 학생의 신체적 자기효능감에 미치는 영향"의 연구에서는 수영운동 후 체력향상 뿐만 아니라 자신감도 함께 증가되어 신체적 자기효능감이 보다 향상되었다고 하였다. 또한 박철주(2001) "태권도가 시작장애인에게 미치는 영향"의 연구에서는 시작장애인용 태권도 수련 기구를 개발하고 품새도 수정하여 태권도 활동을 실시 한 결과 전반적으로 기초체력에 향상을 가져왔으며, 만13세에서 만18세의 시작장애인만을 대상으로 하여 검사를 실시한 자아의식에서도 활동을 통해 비관적이며 자기 비하적인 자아의식에서 긍정적이며 자신감 있는 자아의식으로 변했음을 보고했다. 이인솔(2002) "학습장애아동에게 적용한 운동프로그램의 효과"의 연구에서는 아동들의 욕구에 맞게 구성한 운동프로그램을 통해 운동능력과 자아효능감이 모두 향상되었다고 보고하였다.

이렇게 아동의 특성을 고려해 만들어진 신체교육활동이 정신지체학생들의 지체된 운동기능 뿐만 아니라 정서적인 부분까지 향상 시킨다면 일상생활의 활동에 보다 적극적이게 되며, 자신감으로 인해 또 다른 다양한 활동을 경험할 수 있을 것이다. 따라서 정신지체학생들에게는 적극적이며 다양한 활동을 통해 상황에 적절한 행동으로 대처하며, 신체활동을 통해 개인의 잠재력을 최대한 발달시켜 전인격적인 성장과 발달을 촉진시킬 수 있는 체육 프로그램을 제공해 주는 것이 필요하다.

이와 같이 정신지체학생들에게 다양한 프로그램을 제공할 때, 신체 및 정서발달에 긍정적인 효과가 나타나는 것을 볼 수 있다. 그러나 정신지체학생들의 현재 교육환경에서는 만족스러운 체육활동을 할 수 있는 기회가 많아야 함에도 불구하고 체육활동 시간 및 장소, 시설, 교사 부족 등으로 신체활동에 제약을 받고 있다.

배드민턴은 일반인들이 레크리에이션으로 손쉽게 즐길 수 있는 운동종목의 하나로 실내경기이기 때문에 계절에 구애됨이 없고, 좁은 장소에서도 여러 사람이 함께 즐길 수 있으며, 개인의 신체적 특성에 따라 운동량을 자유로이 조절할 수 있다. 또한 남녀노소에 구애됨이 없으며, 시설과 용구에 큰 비용이 들지 않는다(임완기 등, 2000). 한편 문화관광부(2006)에서 실시하는 "국민생활체육활동 참여 실태조사"에서 보면 등산, 축구, 조깅, 농구 등의 16개의 운동종목 중 배드민턴은 9.4%로 4번째의 순위로 나타난 결과를 보고하고 있다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

위에서 살펴본 바와 같이 배드민턴은 누구나 쉽게 접할 수 있으며 재미와 건강, 몸과 마음이 모두 건강해 질 수 있는 스포츠로 정신지체학생들의 수준과 특성에 맞게 고안된 프로그램을 적용해 보면 운동능력 발달에 도움을 줄 것으로 확신한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 정신지체학생을 대상으로 배드민턴 프로그램을 적용하여 운동능력 발달에 미치는 영향을 규명하고, 정신지체 학생들의 운동능력과 적응행동에 관련된 잠재능력을 이끌어내어 학교나 가정, 사회생활 속에서 성숙한 정서로 진정한 인격적 개체로써 존중받으며, 사회 구성원으로서 역할을 성공적으로 수행해 나갈 수 있도록 도움을 주고자 한다.

3. 연구 가설

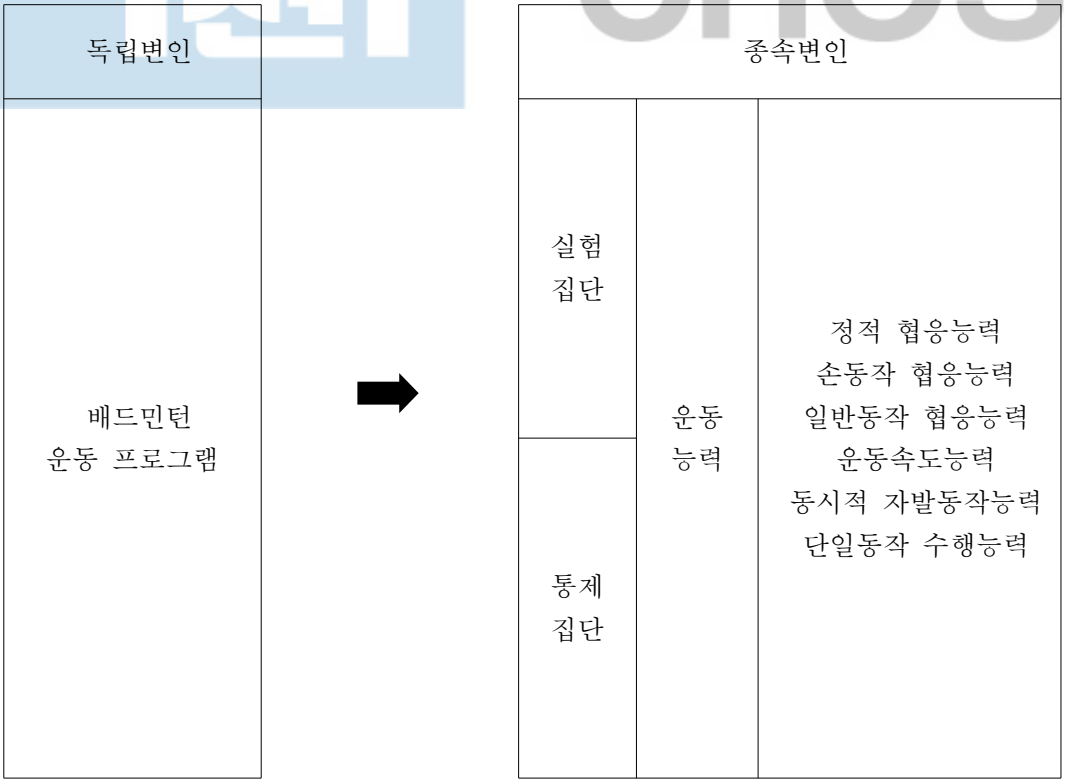
본 연구는 정신지체학생의 흥미와 수준을 고려해 고안된 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 어떠한 영향을 미치는지를 규명하기 위하여 다음과 같이 가설을 설정하였다.

1) 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 효과가 있을 것이다.
   가. 정적 협응능력 발달에 효과가 있을 것이다.
   나. 손동작 협응능력 발달에 효과가 있을 것이다.
   다. 일반동작 협응능력 발달에 효과가 있을 것이다.
   라. 운동속도능력 발달에 효과가 있을 것이다.
   바. 동시적 자발동작능력 발달에 효과가 있을 것이다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

사. 단일동작 수행능력 발달에 효과가 있을 것이다.

4. 연구변인



<그림 1> 연구변인

CHOSUN UNIVERSITY 1946

5. 연구의 제한점

이 연구에서는 정신지체학생의 운동능력 발달이 미치는 영향에 대한 연구의 목적을 규명하고자 다음과 같이 제한점을 두었다.

1) 본 연구의 대상자는 G광역시에 위치한 특수학교에 재학 중인 중등부 학생 10명을 대상으로 연구하여 일반화하는 데에는 한계가 있다.

2) 매개변인으로서 대상자의 측정 전·후의 신체적 상태나 학교 및 과외활동, 가정환경, 성장과정 등 프로그램 이 외의 활동에 대해서는 고려하지 않았다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅱ. 이론적 배경

1. 정신지체의 개관

1) 정신지체의 정의

정신지체라는 용어는 미국정신박약자협회에 의해서 최초로 사용되었다. 이 용어가 사용되기 이전에는 이를 뜻하는 여러 가지 부정적인 용어들이 사용되어 왔으며, 우리나라에서도 1988년 [심신장애복지법]이 [장애인복지법]으로 전면 개정되기 전까지는 발달이 정지되어 있는 상태를 연상케 하는 정신박약이란 용어가 법적 용어로서만이 아니라 보편적인 용어로 사용되어 왔다.

정신지체의 정의는 시대와 학자에 따라 다르며, 1977년 미국정신박약협회(The American Association of Mentally Deficiency : AAMD)의 정의는 "발달과정에서 나타나는 것으로서 적응행동에 결손을 보일 만큼 지능의 기능이 평균 미만으로 저하됨을 말한다"고 하였으며, 1992년 미국 정신지체협회(American Association of Mental Retardation: AAMR)에서 수정된 새로운 정신지체의 정의는 "현재의 기능에 상당한 제한이 따르는 것을 가리킨다. 지적 기능이 평균 이하이며, 동시에 다음 중 둘 또는 그 이상의 적응 기술 영역에서 제한이 있다는 특징을 가지고 있다. 즉 의사소통, 자기보호, 가정생활, 사회적 기술, 지역사회 자원의 활용, 자기관리, 건강과 안전, 기능직 학업, 여가 그리고 직업의 영역들이다(장윤경, 2007).

따라서 정신지체라고 하면 저능이거나 유의하게 낮은 평균미만의 지능을 말한다. 그리고 학습과 사회적 적응 행동의 결손이 이 행동의 범주에 포함된다(이순형, 1990). 한편, 영국의 정신박약법(The Mental Deficiency Act : MDA)에서는 "18세 이전에 유전적 원인이나 질병, 상해로 일어나는 정신발달의 저지나 불완전한 발달 상태"라고 정의하고 있으며, 일본 문부성은 "여러 가지 원인으로써 정신발육이 항구적으로 지체하고, 이에 따라 지적능력이 열등하고 자신의 일을 처리하는 것과 사

CHOSUN UNIVERSITY 1946

회생활의 적응이 현저히 곤란한 자" 라고 정의하고 있다(구본권 등 1996).

1992년 미국정신지체협회(The American Association of Mental Retardation: AAMR)의 정의에 따르면, 정신지체는 현재 기능에 실질적인 제한성이 있는 것을 지칭한다. 정신지체란 유의하게 평균 이하인 지적기능을 보임과 동시에 그와 연관된 10가지 적응기술 영역들, 즉 의사소통, 자기관리, 가정생활, 사회적 기술, 지역사회 활용, 자기지식, 건강과 안정, 기능적 교과, 여가, 직업 중 두 가지 또는 그 이상의 영역에서 적응적 제한성이 존재하는 것으로 특징지어진다. 그리고 "정신지체는 18세 이전에 나타난다."고 정의하였다(박승희 1994). 이러한 정의는 환경의 중요성과 그것이 생활기능성에 미치는 영향의 중요성을 강조한 것으로써 이전의 정의들과는 다른 패러다임의 전환을 의미한다. 정신지체를 정의하는 개념적 모델이 종래의 원인중심의 의학적 모델이나 지적 기능중심의 심리학적 모델에서 벗어나 일상생활 수행 기술을 강조하는 "기능적 모델" 이라는 변화된 시각을 나타내고 있는 것이다. 또한 정신지체가 현재 기능에서 실질적인 제한성을 지칭한다는 진술은 사고의 중대한 일대전환으로 정신지체를 하나의 특성으로 보지 않고 기능성의 한 상태로 보게 됨으로써 정신지체의 개념 발전을 확장시키고 특성측정의 강조점으로부터 일상생활에서의 실제 기능성이라는 강조점으로 바뀌었다(이상춘, 조인수, 1989).

2) 정신지체의 원인

AAMR은 정신지체의 원인을 분류하는데 9개의 일반적 범주를 명시했다<표 1>. 그러나 일반적으로 정신지체는 크게 두 가지의 원인으로 사회 환경 및 생물학적 요인으로 나눈다. 환경적인 요인들 중에 어떤 역할은 생물학적인 요인들 보다는 덜 분명하지만 이러한 두 가지 요인들이 모두 지능 발달에 영향을 미친다. 생물학적 원인들은 중도 정신지체 아동들에게서 종종 나타난다. 그러나 생물학적 원인에 대한 규명은 그렇게 많이 이루어져 있지 않다.

사회 환경적 원인들은 많은 유적적인 요소들과 상호작용을 하는 것으로 간주되며

CHOSUN UNIVERSITY 1946

사회 환경적인 원인들은 또한 다른 부분의 요소들을 포함하여 매우 복잡하다. 대부분의 연구가들은 두 요인이 서로 상호작용 한다고 본다.

생물학적 요인에 의한 정신지체는 일반적으로 임신기에 결정된다. 만일 유아가 자궁 내에서 충분한 기간 동안 성숙하지 못했거나 정상기간보다 7일 이상 과숙하면 정신지체가 발생할 수 있다. 염색체 이상의 결과 Down증후군, Turner증후군 및 Kleinfelter증후군 등과 같은 증세가 나타난다. 염색체 이상이나 다운증후군은 정신지체의 일반적인 형태인데, 이는 각 세포에 염색체가 하나 더 있거나 염색체의 구조가 영향을 받은 것이다. 원인 불명의 출생 전 영향으로도 명확한 이유 없이 비정상이 초래된다. 또 다른 정신지체의 생물학적 원인은 임신 첫3개월 동안에 임산부의 약물복용 및 질병감염 등과 같은 출생 전 환경에서 발견할 수 있다.

<표 1> 정신지체의 원인(AAMR)

유 형	증 상
감염과 중독	풍진, 매독, 톡소플라즈마증, 단순포진, 박테리아와 비루스감염, 약, 독물, 담배, 카페인, 알콜, 납
외상 또는 신체적 원인	저 산소증, 방사선 조사, 외상
신진대사와 영양장애	지질 저자병(혹내장성 가추성, 지방성 연골 이여양증), 탄수화물 대사장애(갈락토스혈증, 저혈당증), 아미노산장애(페닐케토뇨증), 내분비 이상(갑상선 이상), 기타(prader-wall:증후군)
출생 후 중증 뇌질환	신경섬유종증, 스터지-웨버병, 결절성 뇌경화증, 헌틴톤무도병
원인불명의 출생 전 영향	무뇌증, 소두증, 아페르 증후군, 수막척수낭류, 수두 증
염색채 이상	Cri-du chat, 다운증후군, 수막척수낭류, 수두 증
태아기에 발병	조산, 난산, 만산, 체중과다
정신병적 이상	조산, 난산, 만산, 체중과다
환경적인 영향	심리사회적 불리한 조건, 감각기관 상실

CHOSUN UNIVERSITY 1946

사회 환경적 요인으로는 일반적으로 초기 아동발달에 직접 영향을 미치는 것으로 여겨지는 여러 가지 사회 환경적인 요인들이 있다. 특히 바이러스 감염은 뇌를 직접 해치는 일이 있다. 뇌의 발달을 방해하거나 두개골(수막염)이나 뇌(뇌염)의 감염 등의 질병은 정신지체를 야기 시킨다. 뇌의 발달을 방해하는 환경적인 영향으로는 감각을 경험하거나 자극할 기회를 갖지 못하는 것을 들 수 있다. 또한 고열을 동반하는 감염증, 뇌막염 등은 뇌세포를 파괴 할 위험성이 있다. 감염증 외에도 중독, 영양장애, 성장호르몬(갑상선 호르몬)의 결핍도 문제가 되는 일이 있으며, 이후에는 먹는 유해식품 등도 문제가 되는 것이다.

3) 정신지체의 특징

정신지체아들의 공통적인 특성이 있는데 첫째, 학습특징은 일반아에 비하여 주의집중 시간이 짧고, 정보의 일반화 등 학습정보의 양과 속도가 느리다는 것과 사회적인 전이가 어려우며 둘째, 사회・정서적인 특징은 지적능력의 부족으로 집단놀이에 흥미가 없고, 지나친 열등감으로 능력의 퇴보현상을 초래하게 되어 능력이상의 요구상황에 대한 공포와 공격성을 드러내는 등 인성장애와 부적절한 행동을 유발하게 된다. 셋째, 신체・운동 학습적 특징은 자세가 나쁘고, 신체적 활동이 미진하여 뇌성마비, 간질 등의 다른 신체장애나 신경의 기능장애를 가지기 쉽다. 이들은 정상아에 비해 근력, 지구력, 민첩성, 달리기속도, 유연성, 반응시간 등 모든 일반 운동기능과 체력이 뒤떨어진다(홍양자・정가현(2002)). 다음은 최중옥 등(2002)의 정신지체의 특징에 관한 8가지 내용을 기술하였다.

가. 집중력

학습에 있어서 집중력은 대단히 중요하다. 학습이 이루어지기 위한 전제로서 특정 과제에 대하여 집중할 수 있어야 한다. 오랫동안 연구가들은 학습에 장애가 있는 것은 대부분이 집중력과 연관이 있는 것으로 지적하였다. 대부분의 정신지체아들은

CHOSUN UNIVERSITY 1946

종종 집중하는 데 어려움을 지닌다.

나. 기억력

정신지체를 지닌 아이들은 정보를 기억하는데 어려움을 가지고 있다는 것으로 보고되고 있다. 깊은 사고를 요하는 복잡한 문제에서 정신지체아는 간단한 문제보다 어려움을 가지며, 이 점에서 기억력이 비장애아와 큰 차이를 보인다.

다. 자기조절능력

정신지체아가 기억력에 문제를 가지는 이유 중 하나는 자기조절에 어려움이 있기 때문이다. 자기조절능력이란 넓은 의미에서 자신의 행동을 조절할 수 있는 능력을 의미한다. 예를 들면 기억해야 할 단어들이 주어지면 대부분의 아동들은 큰소리로 연습하거나 단어들을 외우려고 노력한다. 즉 그들은 기억하는데 도움이 되는 방법을 사용하는 데에 자신의 행동을 조절한다. 그러나 정신지체아는 비장애아가 사용하는 연습 등 자기조절적 방법 사용에 있어서 부족함을 보인다.

자기조절능력과 근접한 개념은 초인지이다. 초인지는 주어진 일을 수행하기 위하여 필요한 방법을 인지할 수 있는 능력을 말하며 또한 개인의 활동을 계획하고, 효율성에 대하여 평가하며 노력의 결과 등을 체크할 수 있는 자기조절기능을 사용할 수 있는 능력을 의미한다. 그러므로 자기조절은 초인지의 요소라고 할 수 있다. 정신지체아들의 초인지에 어려움이 있으며 이를 연구하는 연구자들은 정신지체아들의 초인지 능력을 증가시키는 기술 개발에 힘쓰고 있다. 또한 교사들은 장애학생들이 자기조절을 포함한 초인지적 기술을 학습하도록 더욱 더 강조하고 있다.

라. 언어발달

대부분의 정신지체아들은 언어발달이 지체된다. 언어구사에 문제를 가지며 잘못된 언어를 사용한다. 경도 장애인인 경우 일반적으로 비장애인들과 같은 발달과정을 거치지만 이들의 언어발달은 지체되는 편이다. 열악한 언어발달과 자기조절 문제는 연관성을 가지고 있으며 많은 자기조절방법들이 언어에 근거하고 있으므로 열악한

CHOSUN UNIVERSITY 1946

언어기술을 가진 정신지체아들은 자기조절기능을 사용하는데 어려움을 겪는다.

마. 학업성취

지능과 학업성취는 밀접한 관계가 있으므로 정신지체아가 비장애아 보다 학업성취도에 있어서 훨씬 뒤떨어지는 사실은 이상한 일이 아니다. 정신지체아들은 자신들의 지능수준의 기대치보다 성취도가 미치지 못하는 경향을 보인다.

바. 사회적 발달

정신지체아들의 특성에 있어서 학업적인 면보다 더 관심을 가지게 되는 것은 사회성의 발달이다. 즉, 친구관계, 직장에서의 동료관계, 이웃관계에 문제가 나타나므로 이 문제를 더 중요하게 생각하는 학자들이 많다.

이들의 대부분은 타인과의 사회적 관계를 어떻게 긍정적으로 형성하는지 알지 못하며, 이러한 문제는 이미 취학 전에 나타나기도 한다. 또한 함께 공부하는 친구들과의 관계도 어렵게 된다. 그 이유는 이들의 주의산만과 집중력의 결여 등이 친구들에게 가까이 하기 싫어하게 한다는 것이다.

사. 동기유발

집중력, 기억력, 자기조절, 언어발달, 학업성취, 사회적 발달 등의 많은 문제들은 정신지체아의 동기유발에 어려움을 준다. 만약 이들이 오랫동안 실수를 경험하면, 그들은 자신을 구제 불능한 것으로 인지 할 위험이 있다. 구제 불능한 것으로 인지한다는 것은 아무리 열심히 노력해도 실패할 것이라는 생각이다. 자신에게 생기는 일에 대해 거의 다룰 능력이 없다고 믿는 일부 정신지체아들은 어려운 일을 만나면 쉽게 포기하는 경향이 있다. 전문가들은 정신지체아들에게 가능한 많은 성공의 경험을 가지게 할 필요가 있음을 지적하고 있다.

아. 신체 및 운동적 특성

수많은 정신지체아들이 비장애 또래들과 비교할 때 신체적으로는 다르지 않다. 보

CHOSUN UNIVERSITY 1946

통 지체부자유아와 정신지체아는 관련이 있지 않기 때문에 경도 정신지체아의 경우에는 일반아와 신체적으로 별 차이가 없을 수도 있다. 그러나 지적능력에서 심각한 차이가 있고, 정신지체아의 정도가 심한 아동일수록 신체적 차이를 보일 가능성은 커질 수 있다. 또한 다운증후군과 수두증과 같이 생물학적 원인에 의하여 정신지체가 발생한 경우에는 신체적 차이가 확실히 있다.

정신지체아의 운동신경 발달도 지체되는 편이다. 이들은 신체적 평형감각, 운동성 손의 사용능력 등에서 발달이 느리다. 또한 정신지체아 중에는 시각과 청각의 손상이 비장애 또래보다 높은 것으로 알려지고 있다(Hardman et al, 1999). 정신지체아의 건강문제는 유전 혹은 환경적 요인과 관련이 있다. 예를 들면, 다운증후군 아이들은 그들의 유전적 요인과 직접적으로 관련되는 선천적 심장병과 호흡기 계통의 발병 가능성이 높다. 반면에 사회경제적으로 낮은 배경을 지닌 정신지체아들은 환경적인 요인으로 인하여 건강에 문제를 가질 수 있다.

4) 정신지체학생의 운동능력 특성

정신지체 학생은 지능 장애를 주 증상으로 하지만 신체적인 면이나 정신적인 면, 그리고 사회적인 면에서도 장애를 보인다. 따라서 지능장애가 심하면 심할수록 신체 발달과 운동기능이 매우 열악한 특징을 보인다. 정신지체아의 운동기능이 일반적으로 정상아 보다 열등하다는 것은 여러 선행 연구에서 밝혀져 왔으며, 특히 눈과 손의 협응성과 같은 정교한 운동능력은 더욱 뒤지며, 걷기, 달리기, 뛰기, 던지기 등의 활동에서도 상당히 지체되어 있음은 임상적으로도 관찰되어지고 있다.

최영하(2002)는 기초운동 능력 중에서 특히 정신지체아의 성격이 낮게 나타나는 분야는 평형성, 순발력 등이며 사지의 복잡한 협응이 요구되는 종목들의 성적이 낮게 나타난다고 하였다. 최종옥(2001)은 운동능력에 있어서 체력검사의 평균점수가 정상학생보다 다소 저조하다는 결과가 나타났으나 이는 시력, 청력, 신경학적 문제가 정상학생보다 더 크기 때문이라고 하였으며, 조인수 등(2002)에 의하면 정신지

CHOSUN UNIVERSITY 1946

체아동은 모든 운동 분야에서 정상인보다 상당히 저조하게 성취된다고 하였다.

또한 김승국(2001)은 훈련가능 정신지체학생 중 대다수는 중추신경계통에 장애나 손상이 있기 때문에 협응, 걸음걸이, 작은 운동기술 등의 문제를 가질 수 있다고 하였으며 전혜자(1998)는 정신지체아동이 일반아동에 비해 운동수행능력이 지체되는 원인은 성장과 성숙의 지연, 과제경험의 부족, 근력, 협응력 부족, 운동양식 미발달, 수행해야 할 개념의 이해곤란, 늦은 반응시간, 양질의 체육훈련 결여 등의 이유로 설명될 수 있다.

그래서 Drowatoky(1971)는 운동은 정신지체아들의 지각운동 발달에 많은 도움을 주며, 발달된 운동패턴(motor pattern)은 일반적으로 정신지체인들의 사회적, 직업적 당면과제를 해결하는데 도움을 준다고 하였고, Barsch(1979)는 학습에 효율성(Learning effectiveness)을 증진시키기 위해서는 운동의 효율성을 촉진시켜야 하는데, 그 방안으로 역동적 평형, 공간인식, 신체인식, 시청각 및 촉각적 능력과 리듬의 발달을 중시하였다.

하정하(2002)의 연구에 따르면 제자리 구보로 뛰기, 양발로 모아 뛰기, 왼발로 번갈아 뛰기, 이동 뛰기, 열십자 뛰기 등 다양한 줄넘기 운동은 정신지체아들에게 유연성, 민첩성, 교치성, 평형성과 같은 운동기능을 향상시킴은 물론, 건강의 유지 증진과 기초체력의 향상에 도움이 될 것이라고 보고하고 있다.

이상과 같이 선행연구 결과들을 종합해 보면 정신지체 학생의 운동능력은 일반학생에 비하여 전반적으로 뒤지는 것을 알 수 있다. 더욱이 눈과 손의 협응 운동 같은 정교한 운동능력은 더욱 뒤떨어지며 지능과 운동과는 약간의 상관이 있어 지능이 낮을수록 그 숙달도는 떨어진다고 하였다. 따라서 적절한 프로그램을 통해 활동기회를 부여하면 지체된 부분을 보완할 수 있다고 볼 수 있다.

2. 배드민턴의 특성

배드민턴 경기란 레져스포츠 종목의 한 종목으로 남녀노소를 막론하고 누구나 참

CHOSUN UNIVERSITY 1946

여할 수 있는 운동경기이며, 타 스포츠 종목에 비하여 장소와 시설에 크게 구애를 받지 않는 특성을 지니고 있어 현대인의 건강 증진에 가장 이상적인 종목으로 인기를 끌고 있다. 배드민턴 운동은 신체 고도의 기술을 필요로 하므로 민첩성, 순발력, 지구력 그리고 정확한 판단력 등을 발달시킬 수 있는 스포츠로, 근래에 경제적인 성장과 함께 여가를 통한 건강 증진의 방법 즉, 레크리에이션으로 실시해오다가 차츰 발전하여 경기화 되었으며, 생활체육으로 대중의 각광을 받고 있다(이재형, 2005).

배드민턴 경기는 탁구와 테니스를 혼합한 듯한 매우 활동적인 경기로서 작은 코트에서 지구력, 민첩성, 판단력이 필요한 종목이고 스매싱한 셔틀의 속도는 약 300km/h 에 달하기 때문에 5-7m의 코트에서 셔틀을 받는다고 할 때 순간적인 임팩트가 필요한 운동이다. 이외에도 타법과 기술, 로테이션, 전술의 다양성을 고려한다면 예측과 스피드의 필요성이 높은 경기이고 민첩한 동작의 구사가 절대적으로 필요하다(천길영 등, 2001).

배드민턴 특성을 살펴보면 다음과 같다(윤선자, 2006).

첫째, 배드민턴은 비교적 좁은 장소에서 누구라도 손쉽게 행할 수 있고도 위험성이 적다. 배드민턴의 공식 경기는 옥내에서 행하는 것으로 되어 있다. 그러나 일반인들이 레크리에이션으로 행하는 경우는 바람만 없다면 옥외에서도 그런대로 즐겁게 할 수 있다. 원래 배드민턴 탄생의 유래가 된 푸나 게임이 인도에서 행해졌을 때는 옥외 게임이었다고 한다. 장소는 길이 13.4m, 폭 6.1m의 코트로 비교적 좁은 공간이 있으면 된다. 또 용구도 가벼운 라켓과 셔틀콕, 거기에 네트를 준비하기만 하면 되기 때문에 학교는 물론 회사나 가정, 혹은 교회의 소풍 등에서도 누구나 손쉽게 행할 수 있다. 게다가 네트를 사이에 두고 게임을 하므로 위험성이 거의 없고 안심하고 즐겁게 할 수 있다.

둘째, 배드민턴은 레크리에이션으로서 적합한 운동량이다. 순백색의 셔틀콕을 쫓고 코트를 돌아다니기에 적당한 운동량이며 특히 신체적인 면만이 아니고, 정신적인 면에서도 좋은 효과를 준다.

셋째, 배드민턴은 근대 스포츠로서 고도의 즐거움을 가지고 있다. 숙련된 플레이

어에 의해 맞은 셔틀콕은 그 완숙한 라켓 다루기에 따라서 수 미터의 높은 곳에서 상대 코트의 후방 끝으로 바닥에 빨려 들듯이 수직 강하하는 하이클리어, 혹은 네트를 따라서 기어오르고 한번 네트 위에 걸터앉듯이 한 후 흔들거리며 상대 코르에 낙하하는 헤어핀, 또 맹렬한 스피드로 코드 면에 푹 박히는 듯한 예리한 스매시 등 정말 변화무상하게 날아간다. 이 나는 새와도 같은 셔틀콕을 쫓아서 달릴 때에는 순식간에 맥박이 상승하고 호흡은 거칠어져서 예상외의 코트 넓이에 무의식중에 눈을 의심하고 싶어지는 느낌이다. 일류의 플레이어가 스매시 했을 때의 셔틀콕의 초속은 시속 250㎞이상이나 되고 또 한 시합의 달리는 거리는 축구 시합에서 포워드가 달리는 거리에 필적하는 일도 있다고 한다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 G광역시 소재한 특수학교 중등부에 재학 중인 10명의 학생으로 하였다. 연구의 대상학생은 방과 후 활동 중 배드민턴부를 희망한 학생 중에서 신체활동이 자유롭고 교사의 임상적 관찰에 준거하여 쉽게 설명을 하면 이해할 수 있는 단순정신지체 학생으로 선정하였다.

<표 2> 연구대상의 개인별 특성

구분	대상	성별	신장(cm)	체중(kg)	생활연령	장애원인
실험집단	A	남	171	69	13년 8개월	자폐
	B	남	155.5	55	14년 1개월	언어장애
	C	남	160	51	13년 2개월	자폐
	D	남	159	58	14년 7개월	자폐
	E	남	168	65	13년 9개월	정서장애
통제집단	a	남	165.5	62	14년 1개월	정서장애
	b	남	158	49	13년 5개월	자폐
	c	남	153	43	13년 4개월	정서장애
	d	남	164	59	13년 9개월	자폐
	e	남	160.5	50	14년 3개월	자폐

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

2. 연구도구

1) 운동능력 검사도구

운동능력의 측정은 개인의 성장과 성숙에 관한 중요한 정보를 제공한다. Oseretsky 척도는 나이에 따라 성장하는 운동능력의 성숙도를 실제로 측정하기 위하여 만들어진 것으로 이 검사는 소련의 오세레츠키(Oseretsky. N.)박사에 의해 1923년 처음 제작된 이래, 유럽 여러 나라에서 활용하고 있으며 미국에서도 1946년 Vineland 연구소의 돌(E. A. Doll)에 의해 번역·표준화 되어 사용되었다. 본 검사는 다시 1974년에 김정권 등에 의해서 한국에서도 표준화가 이루어졌다.

이 검사는 단순한 운동의 양적 측정만을 시도한 것이 아니라 협응, 속도, 자발속도, 단일동작 수행능력들을 측정하는데 주목적이 있으며, 교육 프로그램을 만드는데 기초 자료로 유용하게 활용할 수 있다.

또한 정신지체아동이나 정서장애 아동 등 특수교육 요구학생들의 운동능력을 측정하는데도 유효하게 사용되고 그들의 교육적 조치를 위해서도 중요한 정보를 제공해 준다. 오세레츠키 검사는 채점과 점수계산이 용이하여 간단한 훈련만 받으면 검사를 실시할 수 있고 해석할 수 있는 장점이 있다.

2) 검사 영역별 세부항목

CHOSUN UNIVERSITY 1946

<표 3> 정적 협응검사와 손동작 협응검사 세부 항목

나이	<정적 협응검사> 세부항목	<손동작 협응검사> 세부항목
4세	눈 감고 제자리에 17초 동안 서기	눈 감고 양손 집게 손가락을 코 끝에 대기
5세	눈을 뜨고 10초 동안 발끝으로 바로 서기	손가락으로 얇은 종이를 작은 공모양으로 말기
6세	눈 뜨고 15초 동안 한 발로 서 있기	표적판에 공 던지기
7세	허리를 90°로 굽히고 발끝으로 서기	연필로 미로 찾기
8세	발끝으로 20초 동안 웅크리고 서기	한 손의 엄지에 다른 손가락을 계속적으로 대기
9세	눈 감고 한 발로 서기	(남) 3m 밖에서 표적에 공 던지기 (여) 가위로 지름 5cm의 원 자르기
10세	눈 감고 17초 동안 발끝으로 서기	(남) 원 잘라내기 (여) 2.5m 거리 밖에서 표적에 공 던지기
11-12세	(남) 다른 동작없이 25초 동안 한 발로 서기 (여) 한쪽발 끝으로 12초 동안 눈뜨고 서기	한 손으로 공 받기(오른손, 왼손)
13-14세	(남) 눈 뜨고 한쪽발 끝으로 15초 동안 서기 (여) 눈 뜨고 24초 동안 움직이지 않고 한 발로 서기	(남)집게 손가락에 막대 세우기 (여)손가락 끝 맞추어 나가기
15-16세	(남) 동작없이 눈감고 15초 동안 서기 (여) 한쪽 발 끝으로 눈감고 6초 동안 서기	(남)손가락 끝 맞추어 나가기 (여)집게 손가락에 막대 세우기

CHOSUN UNIVERSITY 1946

<표 4> 일반동작 협응검사와 운동속도 검사 세부 항목

나이	<일반동작 협응검사> 세부항목	<운동속도 검사> 세부항목
4세	발 모으고 제자리 뛰기	상자 안에 동전 넣기
5세	눈 뜨고 한쪽발로 5m 뛰어가기	실패에 실 감기
6세	두 발을 모아 25cm 높이의 줄 뛰어넘기	수직선 긋기(오른쪽손 15, 왼쪽손 10)
7세	눈 뜨고 길이 2m의 직선 위로 걷기	네 몫으로 카드 분배하기
8세	성냥갑 차기(남자 5m, 여자 7m)	달려가서 성냥갑에서 성냥개비 끄집어내어 놓고 종이 접고 돌아오기
9세	(남) 두 발로 모아 50cm높이의 줄 뛰어넘기 (여) 높이 뛰면서 3번 손뼉 치기	15초 동안 책장 넘기기(우38,좌 25)
10세	(남) 높이 뛰면서 3번 손뼉 치기 (여) 50cm 높이의 줄 너머로 몸의 균형을 유지하면서 뛰어 넘기	성냥개비 배치하기
11-12세	(남) 55-60cm 높이의 의자 위로 뛰어 오르기 (여)뛰는 동시에 손으로 발꿈치 치기	바늘구멍 내기
13-14세	(남) 뛰는 동시에 손으로 발꿈치 치기 (여) 55-60cm 높이의 의자에 뛰어 오르기	종이에 연필로 점찍기 (오른손 85, 왼손 80)
15-16세	줄 위로 평형을 유지하면서 뛰어넘기 (남 : 80cm, 여 : 75cm)	누웠다 일어나 책상 쪽으로 달려가기

CHOSUN UNIVERSITY 1946

<표 5> 동시적 자발동작 검사와 단일동작 수행능력 검사 세부항목

나이	<동시적 자발동작 검사> 세부항목	<단일동작 수행능력 검사> 세부 항목
4세	양손의 집게 손가락으로 공중에서 원 그리기	지시자의 오른손을 아동이 오른손으로 쥐고 왼손과 양손으로 각각 쥐기
5세	상자 안에 10개의 성냥개비 넣기	윗니와 아랫니를 맞대고 이가 보이도록 입술 벌리기
6세	걸으면서 실 감기	나무 망치로 책상 위 치기
7세	왼발과 오른발로 번갈아 마루 두드리기	미간 찡그리기
8세	마루를 발바닥으로 율동적으로 두드리기	이마 찡그리기
9세	두 발로 마루를 율동적으로 두드리기	의자에 기대앉아 두 다리를 25cm 높이로 치켜들기
10세	종이에 연필로 점 찍기	두 눈을 번갈아 뜨고 감기
11-12세	바늘 구멍내기 검사를 양손 동시에 실시하기	양손 번갈아 주먹을 쥐고 펴기
13-14세	상자에 동전과 성냥개비 넣기	10초 동안 두 눈 번갈아 감기
15-16세	종이 위에 “ㅣ”와 “+” 긋기	주먹 쥔 손 쪽으로 다른 손목을 굽혀서 손 펴기(눈 뜨고, 눈 감고)

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대 CHOSUN U

3) 검사 실시

가. 검사대상 : 4세 - 16세

나. 검사시 유의사항

1) 아동이 검사 자체를 명확히 이해해야 한다.

2) 첫 번째 검사에서 실패하면 아동이 할 수 있도록 주의를 환기시킨다.

3) 속도에 관한 검사는 최대의 빠르기로 검사를 수행하도록 한다.

4) 매 검사마다 또는 같은 검사를 되풀이해야 할 때 20-30초씩 휴식한다.

5) 생활연령은 아동의 생일을 기준으로 한다.

예) 4년 7개월 - 5년 6개월은 5세로 계산

5세 7개월 - 6년 6개월은 6세로 계산

6) 검사실시 결과는 별도의 채점표에 기록한다.

4) 운동 연령의 계산

가. 검사가 성공하면 “+”, 실패하면 “-”로 채점표에 기록한다.

나. 검사가 한쪽 손, 혹은 한쪽 발만 성공하면 “1/2”로 채점표에 기록한다.

다. 모든 연령의 검사 중 5번과 6번은 부분적으로 성공하여도 “-”로 간주한다.

라. 채점표의 1/2, 2/3, 3/4 등의 표시는 분모가 검사 실시 허용회수, 분자는 검사결과가 “+” 되는데 필요한 성공회수이다.

마. 검사 실시는 아동의 생활연령에 해당되는 검사부터 시작한다.

바. 아동 나이에 해당하는 검사의 수행이 불가능하거나, 두 항목이상 할 수 없을

때 대상아동 연령 수준보다 단계가 낮은 검사로 내려서 한 연령 집단의 6개 영역 검사를 모두 통과한 것을 “기준 운동연령”으로 한다.

사. 그 이상의 연령 단계에서 부분적으로 성공한 문항을 10세 아동까지는 “+”표 하나에 2개월씩 더해주고 “1/2”로 표시된 것은 1개월씩 더해준다.

아. 11세 아동부터는 “+”표 하나에 4개월씩 더해주고 “1/2”로 표시된 것은 2개월씩 더해준다.

5) 운동 능력의 평가

가. 가벼운 운동지체 : 생활연령에서 1년 - 1년 반 지체

나. 보통의 운동지체 : 생활연령에서 1년 반 - 3년 지체

다. 무거운 운동지체 : 생활연령에서 3년 - 5년 지체

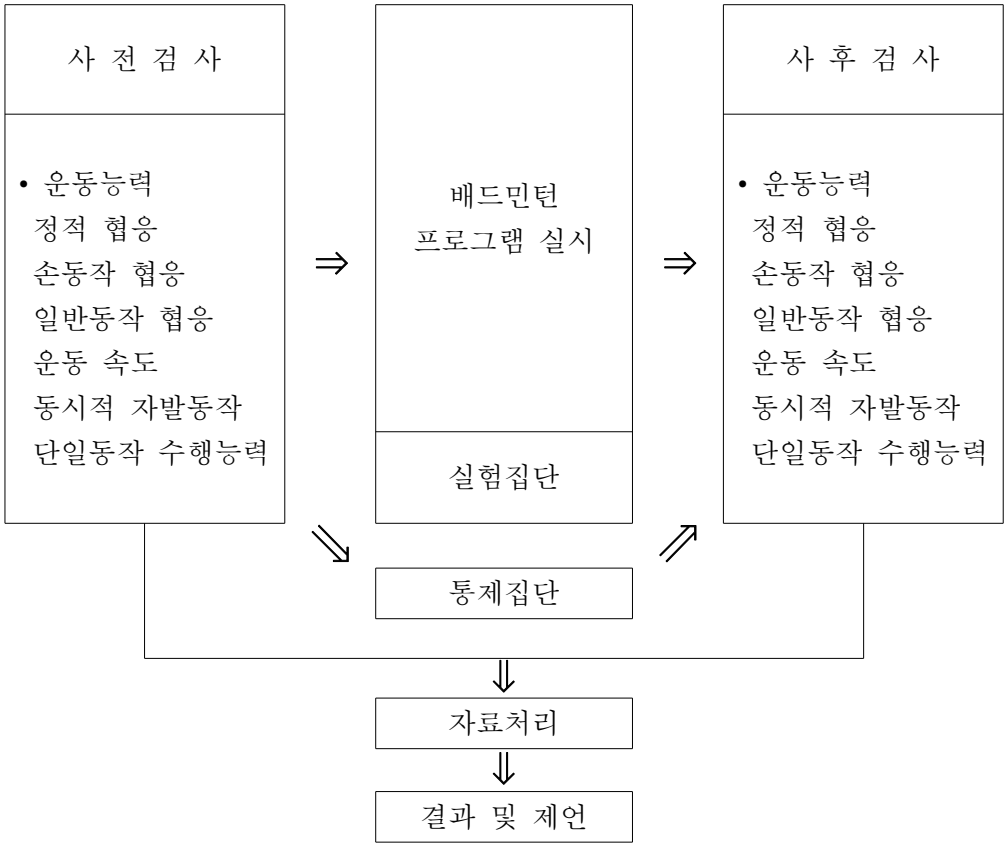
라. 운동능력 백치 : 생활연령에서 5년 이상 지체

CHOSUN UNIVERSITY 1946

3. 연구방법 및 절차

본 연구에서는 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향을 규명하기 위하여 교사의 방과 후 시간을 이용하여 매 회당 40분씩 총 24회를 실시하였다.

연구 설계는 사전·사후검사 설계로서, 독립변인은 배드민턴 프로그램 활동이며, 종속변인은 정신지체아의 운동능력 발달의 향상 치로써 비교하는 방법을 취하였다.

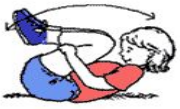


<그림 2> 연구 설계

CHOSUN UNIVERSITY 1946

연구에서 사용할 배드민턴 프로그램은 윤선자(2006)의 배드민턴 프로그램을 본 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여, 생활체육지도자와 특수학교 운동치료사의 조언, 배드민턴 문헌자료들, 연구자의 학생 지도경험에서 얻어진 내용들을 기초로 운동능력 발달을 향상시키기 위한 내용으로 구성되었다. 그 구성 내용은 <표 6>과 같다.

<표 6> 배드민턴 프로그램 구성 내용

차시	1	주제	스트레칭 체조 익히기	장소	체육관
학습 목표	1. 배드민턴 운동에 대해 알 수 있다. 2. 운동 전·후 스트레칭 체조에 대해 알 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 자기소개				
전개	1. 배드민턴 운동에 대한 설명하기 1873년경 영국의 보퍼트 공작의 영지인 배드민턴에서 처음 시작되었다고 해서 배드민턴이라고 부른다. 또는 옛날 어린이들의 놀이인 배틀도어 셔틀콕에서 유래했을지도 모른다. 이것은 인도에 주둔한 영국군 장교들이 야외에서 즐기면서 비로소 널리 보급되었다. 셔틀콕은 작은 코르크 반구체에 14~16개의 깃털을 박은 것으로 무게는 약 5g이다. 2. 배드민턴 운동을 하면 좋은 점 알아보기 ㉠재미있다. ㉡건강해진다. ㉢친구를 사귈 수 있다. 3. 배드민턴 운동을 하기 위해 해야 하는 것들 알아보기 ㉠운동 전·후 부상예방을 위해 스트레칭 체조한다. ㉡배드민턴 기본기 익힌다. 4. 배드민턴 운동 전·후 스트레칭 체조 익히기 다리 앞뒤로 벌리기 어깨 뒤로 접히기 한쪽 다리 펴서 옆으로 숙이기 상체 앞으로 숙이기  누워 몸 굴리기			· 활동 중 수시로 칭찬하기 · 스트레칭 체조시 무리하지 않도록 한다.	
정리	▶ 스트레칭 동작 중 기억나는 동작들을 집에서 해 보기 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

4. 자료처리

본 연구에서는 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향을 규명하기 위한 연구로 통계처리는 SPSS 10.0 프로그램을 이용하여 실험집단과 통제집단의 평균(M) 및 표준편차(SD)를 산출하고 프로그램 실시 전·후 변화의 차이를 알아보기 위해 종속변인 t-test(paired sample t-test)를 실시하였으며, 실험집단과 통제집단 간 평균치의 차이를 검증하기 위해 독립표본 t-test(Independent sample t-test)를 하였다. 유의수준은 $p<.05$로 설정하였다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅳ. 연구 결과

이 연구는 정신지체학생을 연구대상으로 하여 배드민턴 프로그램에 참여한 실험집단과 프로그램에 참여하지 않은 통제 집단으로 나누어 24회의 프로그램 참여에 따른 운동능력의 변화를 비교 분석하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 정적 협응 능력의 변화

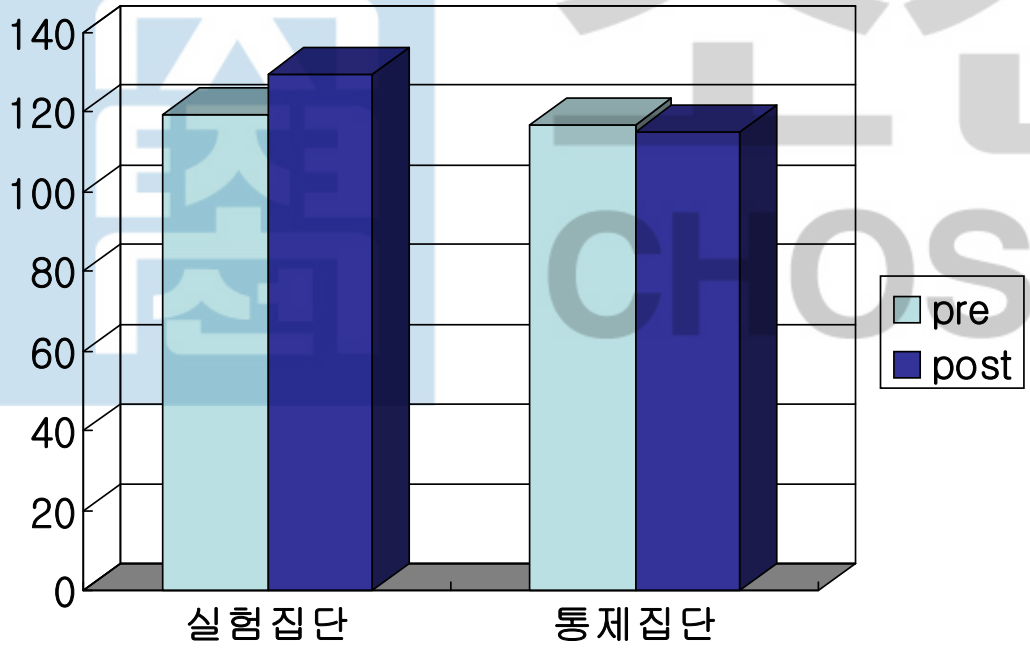
<표 7>은 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 정적 협응 능력의 변화 결과이다.

<표 7> 정적 협응 능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	119.2±12.66	129.4±11.95	-4.54**
통제집단(n=5)	116.6±10.85	115±11.05	0.79
t	0.30	1.57	

** p <.01

CHOSUN UNIVERSITY 1946



<그림 3> 정적 협응 능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 정적 협응 능력은 사전검사보다 실험집단은 119.2±12.66개월에서 129.4±11.95개월로 10.2개월 향상되었으며, 통제집단은 116.6±10.85개월에서 115±11.05개월로 1.6개월 감소되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=4.54$, $p<.01$). 배드민턴 프로그램을 실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 정적 협응 능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

2. 손동작 협응 능력의 변화

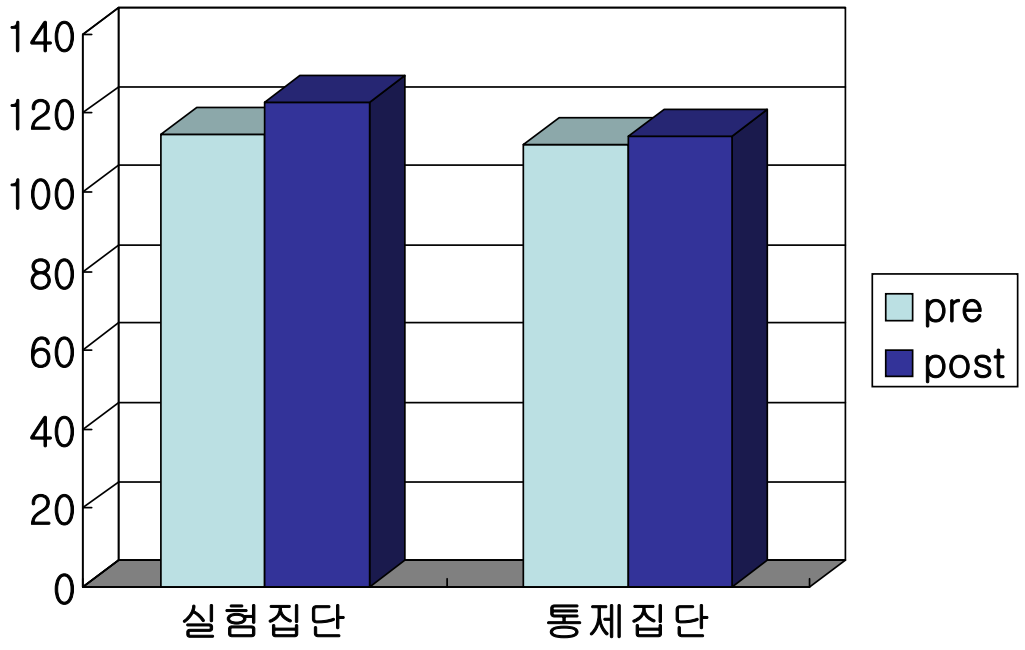
<표 8>는 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 손동작 협응 능력의 변화 결과이다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

<표 8> 손동작 협응 능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	114.6±11.5	122.8±8.70	-2.35*
통제집단(n=5)	112±13.1	114.4±12.4	-1.07
t	0.31	1.77	

* p <.05



<그림 4> 손동작 협응 능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 손동작 협응 능력은 사전검사보다 실험집단은 114.6±11.5개월에서 122.8±8.70개월로 8.2개월 향상되었으며, 통제집단은 112±13.1개월에서 114.4±12.4개월로 2.4개월 향상되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(t=2.35, p<.05). 따라서 배드민턴 프로그램

을 실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 손동작 협응 능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

3. 일반동작 협응 능력의 변화

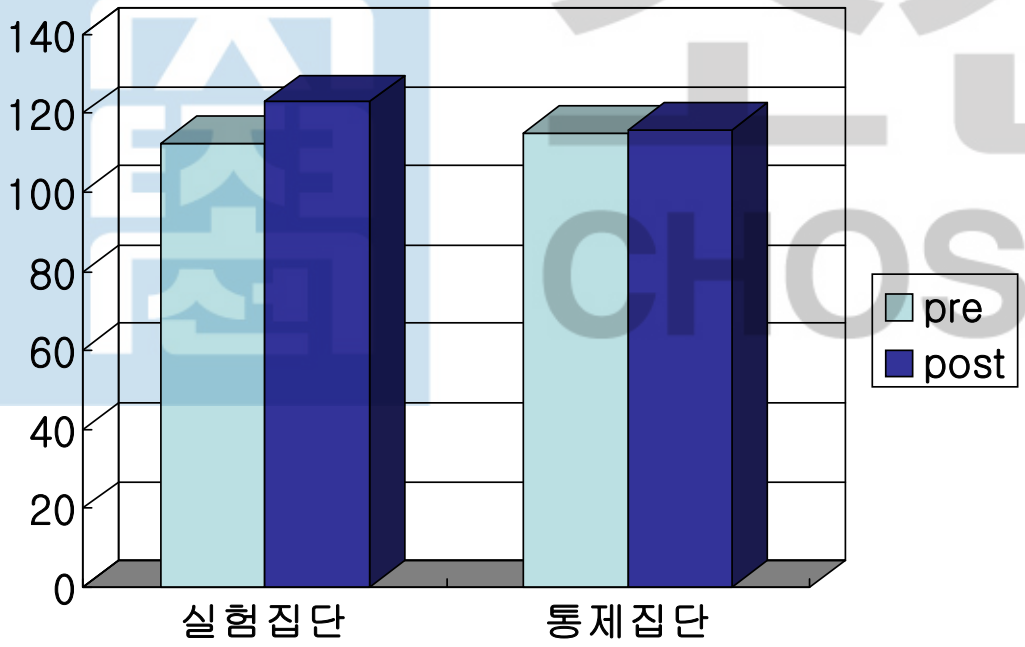
<표 9>는 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 일반동작 협응 능력의 변화 결과이다.

<표 9> 일반동작 협응 능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	112.6±11.5	122.8±8.7	-2.35*
통제집단(n=5)	115.2±12.09	116±10.1	-0.16
t	-0.51	3.67*	

* p <.05

CHOSUN UNIVERSITY 1946



<그림 5> 일반동작 협응 능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 일반동작 협응 능력은 사전검사보다 실험집단은 112.6±11.5개월에서 122.8±8.7개월로 10.2개월 향상되었으며, 통제집단은 115.2±12.09개월에서 116±10.1개월로 0.8개월 향상되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=2.35$, $p<.05$). 또한 집단 간의 사후 검사 결과 배드민턴 프로그램 실시 후 유의한 차이를 보였다($t=3.67$, $p<.05$). 따라서 배드민턴 프로그램을 실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 일반동작 협응 능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

4. 운동속도 능력의 변화

<표 10>은 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 운동속도 능력의 변화 결과이다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대 순천 CHOSUN U

<표 10> 운동속도 능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	111±10.17	119.8±11.78	-2.66*
통제집단(n=5)	108.4±9.76	113.2±9.52	-0.68
t	0.71	1.16	

* p <.05

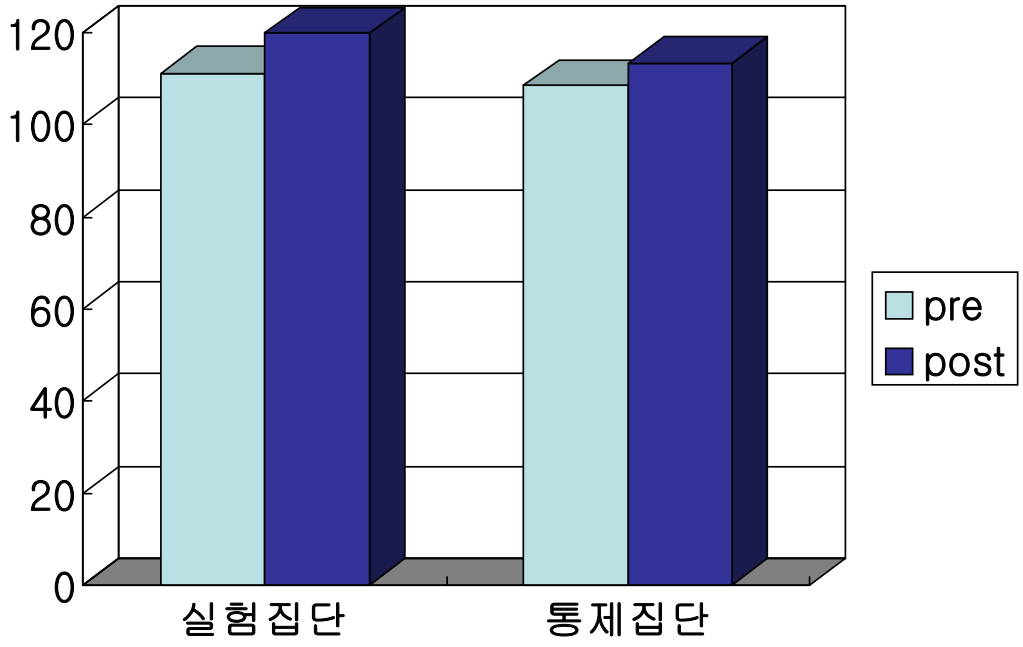


그림 6. 운동속도 능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 운동속도 능력은 사전검사보다 실험집단은 111±10.17개월에서 119.8±11.78개월로 8.8개월 향상되었으며, 통제집단은 108.4±9.76개월에서 113.2±9.52개월로 4.8개월 향상되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(t=2.66, p<.05). 따라서 배드민턴 프로그램을

CHOSUN UNIVERSITY 1946

실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 운동속도 능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

5. 동시적 자발동작 능력의 변화

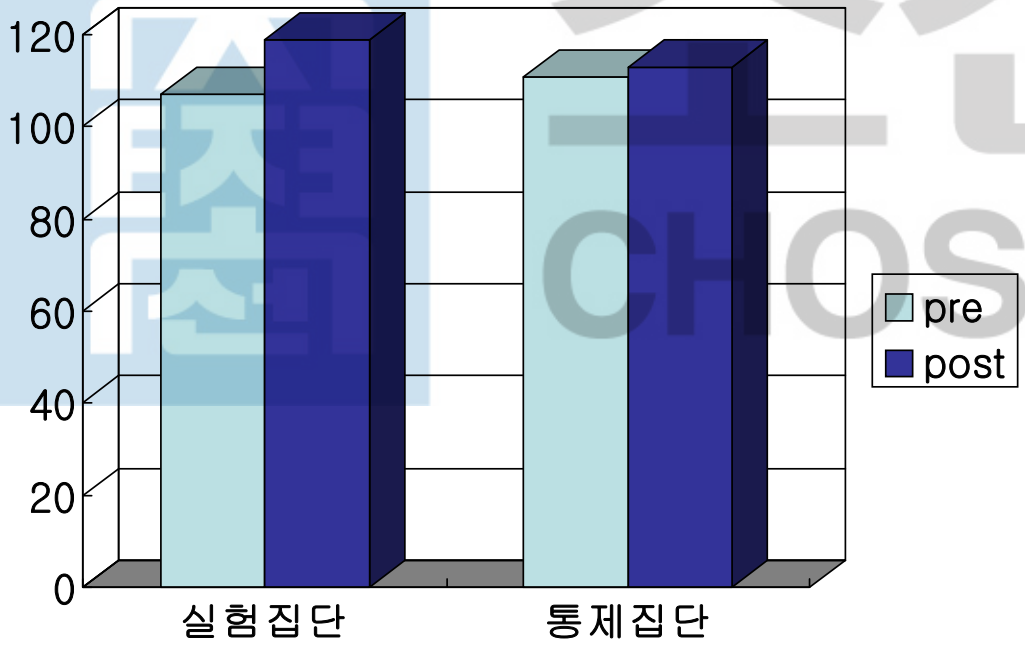
<표 11>은 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 동시적 자발동작 능력의 변화 결과이다.

<표 11> 동시적 자발동작 능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	107.2±11.26	119±8.89	-3.90**
통제집단(n=5)	110.8±11.37	116.8±8.64	0.91
t	-0.97	1.55	

** p <.01

CHOSUN UNIVERSITY 1946



<그림 7> 동시적 자발동작 능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 동시적 자발동작 능력은 사전검사보다 실험집단은 107.2±11.26개월에서 119±8.89개월로 11.8개월로 향상되었으며, 통제집단은 110.8±11.37개월에서 116.8±8.64개월로 6개월 향상되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(t=3.90, p<.01). 따라서 배드민턴 프로그램을 실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 동시적 자발동작 능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

6. 단일동작 수행능력의 변화

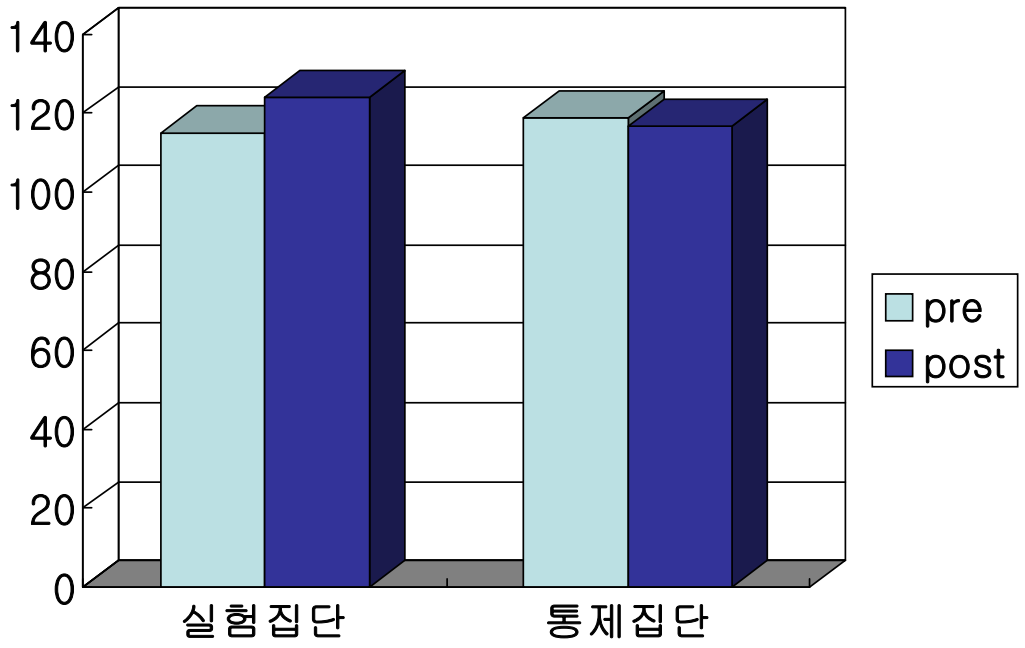
<표 12>는 배드민턴 프로그램 활동에 따른 두 집단 간의 사전·사후 단일동작 수행능력의 변화 결과이다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대 CHOSUN U

<표 12> 단일동작 수행능력의 변화

구 분	pre test	post test	t
실험집단(n=5)	115±11.25	124.2±11.05	-5.19**
통제집단(n=5)	118.8±10.13	116.8±8.64	0.91
t	-0.42	0.86	

** p <.01



<그림 8> 단일동작 수행능력의 변화

배드민턴 프로그램을 실시한 후 운동능력의 변화를 비교해 보면 단일동작 수행능력은 사전검사보다 실험집단은 115±11.25개월에서 124.2±11.05개월로 9.2개월 향

상되었으며, 통제집단은 118.8±10.13개월에서 116.8±8.64개월로 2개월 감소되었으며, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(t=5.19, p<.01). 따라서 배드민턴 프로그램을 실시하지 않은 통제집단보다 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단의 운동능력 중 단일동작 수행능력 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

V. 논의

본 연구에서는 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 나타났다. 즉, 배드민턴 프로그램을 실시한 실험집단이 실시하지 않은 통제집단보다 운동능력의 하위변인인 정적 협응은 10.2개월($p<.01$), 손동작 협응은 8.2개월($p<.05$), 일반동작 협응은 10.2개월($p<.05$), 운동속도는 8.8개월($p<.05$), 동시적 자발동작은 11.8개월($p<.01$), 단일동작 수행능력은 9.2개월($p<.01$)의 발달을 보여 효과가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구 결과를 토대로 다음과 같은 논의를 하고자 한다.

윤선자(2006)의 "배드민턴 프로그램이 정신지체아의 기초체력과 자아존중감에 미치는 영향"의 연구에서 배드민턴 프로그램을 통해 기초체력인 민첩성, 근력, 유연성, 순발력, 평형성이 향상되었다고 하였으며, 오진영(2006)은 "배드민턴이 저시력학생의 신체조정력 향상에 미치는 영향"의 연구에서 배드민턴이 평형성, 민첩성, 교치성의 향상을 가져온다고 하였다.

이은경(2001)은 자폐아동 10명을 대상으로 수중활동중심의 치료레크리에이션을 실시함으로써 운동능력 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 하였고, 한창욱(2006)은 "수중재활운동 프로그램 적용이 정신지체아의 운동 협응 능력에 미치는 효과"를 연구하였는데 그 결과 수중재활운동을 통해 정적 협응, 손동작 협응, 일반동작 협응 능력이 향상되었다는 결과와 본 연구의 결과와 일치하고 있다.

또한 정가현(2002)은 "움직임 교육이 자폐아동의 협응력에 미치는 효과"에서 자폐아동 20명을 대상으로 12주 동안 움직임교육 프로그램 실시한 결과 움직임교육 프로그램 참여는 협응력에 긍정적인 향상을 미치며 교육 및 재활에 효과적임이 파악되었다고 하였다.

윤정민(2003)은 스트레칭 훈련 프로그램이 정신지체아의 운동능력 향상에 긍정적인 영향을 미치며, 신체적 자아개념 향상에 효과가 있다고 하였고, 김재순(2000)은 풍선놀이 프로그램이 정신지체아의 지각-운동 능력에 효과가 있음을 시사하였다.

위의 내용에서도 알 수 있듯이 정신지체학생들에게 실시되는 각종 체육 프로그램은 학생들의 장애정도나 학교 시설에 따라 다르지만 정신지체 학생에게 있어서 신체활동으로 인한 운동능력과 정서적인 부분 등에 많은 효과를 가져다 주는 것으로 사료된다.

문금순(2004)은 “대근육중심의 협동놀이가 행동장애아동의 운동능력과 사회성 발달에 미치는 효과”를 연구한 결과 행동장애아동의 운동능력 발달에 긍정적이면서도 바람직한 효과가 나타났다고 하였고, 김용하(2001)는 운동놀이 프로그램을 경험한 정신지체아는 눈과 손의 협응력, 시각에 의해 이끌려 운동능력 중 수지운동 능력과 유연성, 근력, 민첩성, 평형성 등의 전신운동 능력 향상에 긍정적인 영향을 미쳤다고 하였다.

김도균(2003)은 “유산소성 운동이 비만 정신지체학생의 신체조성 및 기초체력 향상에 미치는 효과”를 연구하였는데 그 결과 유산소성 운동이 신체조성과 기초 체력 향상에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났고, 장유미(2006)는 “음악줄넘기 운동이 정신지체학생의 운동능력 발달 및 문제행동 감소에 미치는 효과”에서 16명의 학생들을 대상으로 8주 동안 음악줄넘기 운동을 실시한 결과 운동능력 발달에서 본 연구와 유사한 결과로서 정신지체학생들에게 실시한 배드민턴 프로그램의 긍정적인 결과를 뒷받침 해주고 있다.

위의 결과를 종합해보면 본 연구에서 실시한 배드민턴 프로그램은 정신지체학생의 운동능력 중 하위변인인 정적 협응, 손동작 협응, 일반동작 협응, 운동속도, 동시적 자발동작, 단일동작 수행능력 발달에 긍정적인 역할을 한다고 볼 수 있다. 배드민턴 운동을 함으로써 정신지체 학생의 운동기능을 향상시키고 잘 사용하지 않았던 근육 등을 발달시키는 효과를 가져 온 것으로 보이며, 정신지체학생에게 배드민턴 운동 프로그램을 실시한 결과 운동기능의 향상에 긍정적인 효과가 있었음을 알 수 있다. 따라서 정적 협응, 손동작 협응, 일반동작 협응, 운동속도, 동시적 자발동작, 단일동작 수행능력 기능이 향상됨으로서 정신지체학생 스스로 할 수 있는 일들의 범위가 넓어지고 보다 적극적인 생활의 변화를 가져올 수 있었다.

이러한 결과를 볼 때 정신지체학생은 배드민턴 수행능력을 갖게 됨으로써 스스로

CHOSUN UNIVERSITY 1946

친구와 선생님 또는 부모형제들과 배드민턴 운동을 하면서 여가생활을 즐기는 동시에 체력을 향상 시킬 수 있다고 사료된다.

정신지체학생들의 건강한 생활과 성숙한 인격체로 사회적 역할을 원활히 수행해 나갈 수 있는 능력이 필요하며 보다 긍정적으로 변화시킬 수 있는 정신지체학생들의 특성을 고려한 운동교육 프로그램의 개발은 무엇보다 선행되어야 한다. 따라서 효과적인 프로그램을 실행하기 위해서는 정신지체학생들의 흥미와 즐거움을 유발하여 학생들의 능력을 최대한 향상시킬 수 있어야 하며 일상생활에 보다 적극적으로 참여할 수 있는 교육환경을 만들어 주어야 할 것이다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

Ⅵ. 결론 및 제언

본 연구는 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향에 관한 연구로 G광역시에 소재한 특수학교 중등부에 재학 중인 10명의 학생을 대상으로 하였다. 연구의 대상학생은 방과 후 활동 중 배드민턴부를 희망한 학생 중에서 신체활동이 자유롭고 교사의 임상적 관찰에 준거하여 단순정신지체학생으로 선정하여 실험집단과 통제집단으로 구분하여 실시하였으며 운동능력 검사도구는 한국판 오세레츠키 운동능력 평가도구(김정권・이병인・최영하, 1999)로 6개 하위영역 즉, 일반적 정적 협응검사, 손동작 협응검사, 일반동작 협응검사, 운동속도검사, 동시적 자발동작검사, 단일동작 수행능력검사를 한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 정적 협응 능력에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며($t=4.54$, $p<.01$), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

둘째, 손동작 협응 능력에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며($t=2.35$, $p<.05$), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

셋째, 일반동작 협응 능력에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며($t=2.35$, $p<.05$), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다. 집단간의 변화에서 사후 검사 결과 유의한 변화의 차이가 있는 것으로 나타났다($t=3.67$, $p<.05$).

넷째, 운동속도 능력에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며($t=2.66$, $p<.05$), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

다섯째, 동시적 자발동작에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며(t=3.90, p<.01), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

여섯째, 단일동작 수행능력에서 실험집단은 통계적으로 유의한 변화가 있는 것으로 나타났으며(t=5.19, p<.01), 통제집단은 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

따라서 본 연구의 결과를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 나타난 바와 같이 정신지체학생의 운동능력 특성에 맞게 쉽고 체계적으로 지도할 수 있는 다양한 운동교육 프로그램의 개발이 계속적으로 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 중등부 정신지체학생 10명을 대상으로 연구를 하였으므로 일반화하기는 무리가 따른다. 따라서 다양한 수준의 정신지체학생에게 운동교육 프로그램의 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구결과 배드민턴이 운동능력 발달에 효과가 있었음을 볼 수 있었다. 따라서 운동프로그램 실시는 정신지체학생의 운동 외에 감각 및 정서, 언어, 사회성 등에 긍정적인 효과를 밝히는 후속연구가 필요하다.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

참 고 문 헌

강승환(2007). 배드민턴 운동 참여가 중년여성의 체력 및 혈중지질에 미치는 영향. 울산대학교 교육대학원. 석사학위논문.

교육부(2000). 제7차 특수학교 기본교육과정 건강교사용 지도서. 대구대학교 학교교육 재구조화 및 완전 통합 교육연구소.

구본권・김동연・김영옥・김원경・박화문・석동일・윤점룡・정재권・정정진・조인수(1996). 특수교육학. 서울:교육과학사

김도균(2003). 유산소성 운동이 비만 정신지체학생의 신체조성 및 기초체력 향상에 미치는 효과. 대구대학교 교육대학원 석사학위논문.

김보아(2004). 수중활동프로그램이 다운증후군 아동의 체력에 미치는 영향. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.

김승국(2001). 특수교육학. 서울:양서원.

김승국・박원희・김은경・정정진・신현기・권주석・김영옥・전병운・이나미・강영택・김삼섭・정보인・한성희・황도순・구본권・최진희・명정옥(2004). 정신지체아동 교육의 이론과 실제. 도서출판 특수교육.

김영주(2005). 미술활동이 정신지체 학생의 운동 협응능력에 미치는 효과. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

김용하(2001). 운동놀이 프로그램이 정신지체아의 운동능력 및 사회성발달에 미치는 효과. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

김인식(2004). 레저스포츠 활동이 전신지체 고등학생의 운동기능과 사회성발달에 미치는 영향. 창원대학교 대학원 석사학위논문.

김의수(2003). 장애자녀를 둔 부모와 특수체육지도자를 위한 장애아동 체육교실의 이론과 실제. 도서출판 무지개사.

김정권・김옥기・최영하(1999). 오세레츠키 운동능력검사. 대구:한국사회사업 출판부.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

김재순(2000). 풍선놀이 프로그램이 정신지체아의 지각-운동 능력에 미치는 효과. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

김한철(2005). 수영프로그램 참여가 뇌성마비 학생의 신체적 자기효능감에 미치는 영향. 한국지체부자유아교육학회 학술지 Vol.45 pp.173-183.

문금순(2004). 대근육중심의 협동놀이가 행동장애아동의 운동능력과 사회성발달에 미치는 효과. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

문화관광부(2006). 국민생활체육활동 참여 실태조사.

박승희(1994). 정신지체 - 정의, 분류, 지원의 체계. 서울:과학교육사

박진서(2002). 체육프로그램 활동이 지체장애인의 정신건강에 미치는 효과. 경기대학교 대학원 석사학위논문.

박철주(2001). 태권도가 시각장애인에게 미치는 영향. 경희대학교 체육대학원 석사학위논문.

손미란(2002). 무용프로그램이 정신지체아의 신체적, 정서적, 사회심리적 변화에 미치는 영향. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.

손은호(2001). 스포츠 활동이 정신지체아의 사회성 발달에 미치는 효과. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.

오진영(2006). 배드민턴이 저시력 학생의 신체조정력 향상에 미치는 영향. 한국체육대학교 교육대학원. 석사학위논문.

윤선자(2006). 배드민턴 프로그램이 정신지체아의 기초체력과 자아존중감에 미치는 영향. 단국대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

윤정민(2003). 스트레칭 훈련이 정신지체아의 운동능력 및 신체적 자아개념에 미치는 영향. 대구대학교 교육대학원 석사학위논문.

이상춘・조인수(1989). 정신지체아 교육. 전주:신아출판사

이순형(1990). 학습부진아와 과진아의 지능검사 각 하위영역 및 자아개념에서의 비교. 효성여자대학교 대학원 석사학위논문.

이용희(2005). 요가운동 프로그램이 정신지체중학생의 운동능력에 미치는 효과. 대구대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

이인솔(2002). 학습장애아동에게 적용한 운동프로그램의 효과.
인제대학교 교육대학원 석사학위논문.

이은경(2001). 수중활동중심의 치료레크리에이션이 자폐아동의 운동능력 및 사회적 능력에 미치는 효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

이재형(2005). 코리아오픈 남자 단식 배드민턴 경기 내용 분석.
한국스포츠리서치, 16(3), 397-408

임번장(1991). 생활체육의 의의 및 필요성. 스포츠과학, 제 36호, 1-6

임완기・임영무・이철월・김재중・한광령・진성룡・김수철(2000).
퍼팩트 배드민턴. 서울:명진사

정가현(2002). 움직임교육이 자폐아동의 협응력에 미치는 효과.
이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

장유미(2006). 음악줄넘기 운동이 정신지체학생의 운동능력 발달 및 문제행동 감소에 미치는 효과. 공주대학교 특수교육대학원 석사학위논문.

장윤경(2007). 수중운동이 정신지체아의 건강체력에 미치는 영향.
한국체육대학교 대학원 석사학위논문.

전혜자(1998). 뇌성마비 어린이 보행의 역학적 평가.
한국체육대학교 체육과학연구소 학술지 29-40.

조인수・구본권・김동연・김영옥・김원경・박화문・석동일・윤점룡・정재권・정정진(2002).
특수교육학. 서울:교육과학사

천길영, 홍부표, 박정훈, 정주섭(2001). 초등학교, 중학교 배드민턴 선수들의 경기 전 상태불안에 관한 연구. 한국스포츠리서치, 12(3), 345-354

최영하(2002). 정신지체아의 심리 및 지도. 대구대학교 출판부.

최종옥(2001). 특수아동의 이해와 교육. 교육과학사.

최종옥・박희찬・김진희(2002). 정신지체아 교육. 서울:양시원

최주용(2001). 배드민턴 동호인들의 참여 동기에 관한 요인분석.
동국대학교 교육대학원 석사학위논문.

CHOSUN UNIVERSITY 1946

하정하(2002). 줄넘기 운동이 정신지체아동의 신체조정력 향상에 미치는 효과. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.

한창욱(2006). 수중재활운동 프로그램 적용이 정신지체아의 운동협응능력에 미치는 효과. 대구대학교 대학원. 석사학위논문.

허상규(2004). 농구운동 프로그램의 적용이 정신지체 중학생의 체력 향상에 미치는 영향. 고신대학교 교육대학원 석사학위논문.

홍대권(2002). 운동놀이 프로그램이 정신지체 아동의 적응행동 발달에 미치는 영향. 대구대학교 교육대학원 석사학위논문.

홍양자・정가현(2002). 움직임교육이 자폐아동의 협응력에 미치는 효과. 한국특수학회지 10(2) 80-88.

American Association on Mental Retardation (1992). Mental retardation: Definition classification, and systems of supports(9th ed.). Washington, D.C.: author.

Arnheim, D. D., Auxter, D., & Crowe, W. C.(1981). Principles and method of adapted physical education. St. Louis: The C. V. Mosby Cp

Barsch, A. J(1979). Sensory Integration and the Child. Los Angeles, WPS

Crain, C., McLaguhlin, J., & Eisenhart, M. (1983). The social skills and physical effects of a 10-week dance program on E.M.R. adoleacent. Education and Training of the Mentally Retarded, 18(4), 308-312.

Drowatoky, J. N.(1971). Physical education for the menatally retarded. philadelphia : Lea & Febeger.

Hardman, M. L., Drew, C. J. & Egan, M. W.(1999). Human Exceptionality Society, School, and Family(6th ed). Boston : Allyn & Bacon.

Mcpherson, B. D. (1981). socialization into through sport In G. R. F.

http://www.kidland21.pe.kr 김도연의 신나는 유아체육교실

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

< 부 록 1 >

한국판 오세레츠키 운동능력검사 채점표

검사일자 : ____년 ____월 ___일

이 름 : _____ 성 별 : _____ 남, 여

생년 월일 : _____ 월 _____ 일생 운동지수 : _____ 년 _____ 개월

나 이 : _____ 세 _____ 개월 지능수준 : _____ 년 _____ 개월

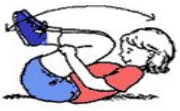
학 교 : _____ 학교 운동지체 : _____ 년 _____ 개월

학년 반 : _____ 학년 _____ 반 운동과숙 : _____ 년 _____ 개월

나 이	정적 협응		손동작 협응		일반 동작 협응		운동속도		동시적 자발 동작		단일 동작 수행 능력	
	오른쪽	왼쪽	오른쪽	왼쪽	오른쪽	왼쪽	오른쪽	왼쪽	오른쪽	왼쪽	오른쪽	왼쪽
15~16												
13~14												
11~12												
10												
9												
8												
7												
6												
5												
4												
운동수준												

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대 CHOSUN U

< 부 록 2 >

차시	1	주제	스트레칭 체조 익히기	장소	체육관
학습 목표	1. 배드민턴 운동에 대해 알 수 있다. 2. 운동 전 · 후 스트레칭 체조에 대해 알 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 자기소개				
전개	1. 배드민턴 운동에 대한 설명하기 1873년경 영국의 보퍼트 공작의 영지인 배드민턴에서 처음 시작되었다고 해서 배드민턴이라고 부른다. 또는 옛날 어린이들의 놀이인 배틀도어 셔틀콕에서 유래했을지도 모른다. 이것은 인도에 주둔한 영국군 장교들이 야외에서 즐기면서 비로소 널리 보급되었다. 셔틀콕은 작은 코르크 반구체에 14~16개의 깃털을 박은 것으로 무게는 약 5g이다. 2. 배드민턴 운동을 하면 좋은 점 알아보기 ㉠재미있다. ㉡건강해진다. ㉢친구를 사귈 수 있다. 3. 배드민턴 운동을 하기 위해 해야 하는 것들 알아보기 ㉠운동 전 · 후 부상예방을 위해 스트레칭 체조한다. ㉡배드민턴 기본기 익힌다. 4. 배드민턴 운동 전 · 후 스트레칭 체조 익히기 다리 앞뒤로 벌리기 어깨 뒤로 접히기 한쪽 다리 펴서 옆으로 숙이기 상체 앞으로 숙이기  누워 몸 굴리기			· 활동 중 수시로 칭찬하기 · 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다.	
정리	▶ 스트레칭 동작 중 기억나는 동작들을 집에서 해 보기 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	2	주제	라켓과 셔틀콕 익히기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓과 셔틀콕 명칭을 익힐 수 있다. 2. 배드민턴 그립 잡는 법을 알 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 라켓과 셔틀콕 모양과 명칭 익히기 ㉠라켓을 하나씩 가지고 명칭 알려준다. ㉡셔틀콕을 하나씩 가지고 명칭 알려준다. 3. 라켓 그립 잡는 방법 익히기 ㉠선생님이 그립 잡는 방법을 보여준다. ㉡셰이크 핸드 그립 알려준다. ㉢웨스턴 그립 알려준다. ㉣한명씩 그립 잡아본다. 4. 배드민턴 치는 모습 보여주기 ㉠선생님들이 배드민턴 치는 모습을 보여준다. ㉡구경하면서 배드민턴에 흥미를 유발시킨다.			·스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓과 셔틀콕 명칭 암기하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

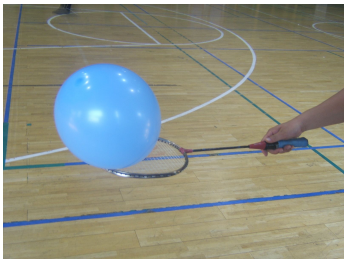
차시	3	주제	손바닥으로 풍선 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 손바닥을 이용하여 풍선을 위로 쳐 올릴 수 있다. 2. 풍선의 크기를 줄여가며 위로 쳐 올릴 수 있다.				

학습 단계	교수 - 학습활동	자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기		
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 손바닥을 이용하여 풍선을 위로 쳐 올리기 ㉠손바닥을 이용하여 풍선을 떨어뜨리지 않고 친다. ㉡목표량(풍선을 쳐 올리는 횟수)을 정해주어 떨어뜨리지 않고 치도록 한다. ㉢학생의 능력에 맞추어 풍선의 크기를 줄여가며 손바닥으로 풍선을 떨어뜨리지 않고 친다. ㉣걸어다니면서 풍선을 친다. ㉤인원을 두 팀으로 나누어 손바닥을 이용하여 풍선을 떨어뜨리지 않고 반환점을 돌아오는 게임을 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다.	· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 반환점 · 주위 친구들과 부딪치지 않도록 일정거리 유지한다 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 손바닥으로 풍선 올리는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기		

CHOSUN UNIVERSITY 1946

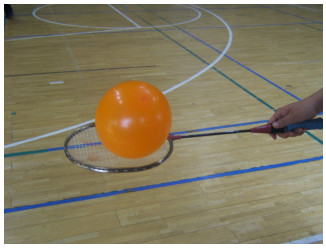
차시	4	주제	손바닥을 이용해 풍선 주고 받기	장소	체육관	
학습 목표	1. 손바닥을 이용하여 풍선을 상대에게 주고 받을 수 있다. 2. 풍선놀이를 통하여 눈과 손의 협응력을 기를 수 있다.					
학습 단계	교수 - 학습활동				자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기					
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 여러 학생이 협동으로 풍선을 위로 치기 ㉠풍선을 많이 준비한다. ㉡학생들 모두 나와서 여러 개의 풍선을 위로 떨어뜨리지 않고 친다. 4. 둘씩 짝 지워 상대에게 풍선 치기 ㉠짧은 거리에게 상대에게 풍선을 친다. ㉡점차 거리를 멀리하여 상대방에게 풍선을 친다. 5. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다.				· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 주위 친구들과 부딪치지 않도록 일정거리 유지한다 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 손바닥으로 풍선 치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기					

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	5	주제	라켓 수평면으로 큰 풍선 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓 수평면을 이용하여 큰 풍선을 위로 칠 수 있다. 2. 라켓을 쳐 올리는 동작을 통해 손목의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 크게 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 라켓 수평면으로 풍선 위로치기 ㉠선생님이 설명을 하며 시범을 보인다. ㉡학생들이 따라할 수 있도록 지도한다. ㉢바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. ㉣학생의 능력에 따라 목표량을 정해주고 연습하도록 한다.  4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 라켓 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 풍선치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

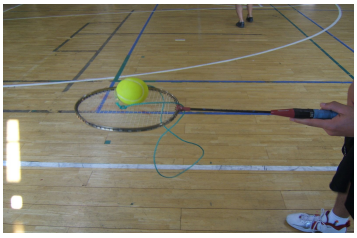
차시	6	주제	라켓 수평면으로 작은 풍선 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓 수평면을 이용하여 작은 풍선을 위로 칠 수 있다. 2. 라켓을 쳐 올리는 동작을 통해 손목의 힘을 기를 수 있다.				

학습 단계	교수 - 학습활동	자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기		
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 작게 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 라켓 수평면으로 풍선 위로치기 ㉠선생님이 설명을 하며 시범을 보인다. ㉡학생들이 따라할 수 있도록 지도한다. ㉢바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. ㉣학생의 능력에 따라 목표량을 정해주고 연습하도록 한다.  4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다.	· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 라켓 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 풍선치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기		

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교 CHOSUN U

차시	7	주제	라켓 수직면으로 풍선 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓 수직면을 이용하여 풍선을 위로 칠 수 있다. 2. 라켓을 쳐 올리는 동작을 통해 손목의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 라켓 수직면으로 풍선 위로치기 ㉠선생님이 설명을 하며 시범을 보인다. ㉡학생들이 따라할 수 있도록 지도한다. ㉢바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. ㉣학생의 능력에 따라 목표량을 정해주고 연습하도록 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 라켓 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수직면으로 풍선치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	8	주제	라켓 수평면으로 볼풀공 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓 수평면을 이용하여 볼풀공을 위로 칠 수 있다. 2. 라켓을 쳐 올리는 동작을 통해 손목의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 라켓으로 풍선을 치며 반환점 돌아오기 ㉠인원을 두 팀으로 나눈다. ㉡풍선을 치며 반환점을 돌아오는 게임을 한다. 3. 라켓 수평면에 볼풀공 묶어 위로치기 ㉠선생님이 설명을 하며 시범을 보인다. ㉡학생들이 따라할 수 있도록 지도한다. ㉢바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. ㉣학생의 능력에 따라 목표량을 정해주고 연습하도록 한다.  4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 라켓 · 반환점 · 볼풀공 · 고무줄 · 손목의 스냅을 이용 하도록 지도 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 볼풀공 치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	9	주제	라켓 수평면으로 셔틀콕 위로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓을 이용하여 셔틀콕을 위로 칠 수 있다. 2. 라켓을 쳐 올리는 동작을 통해 손목의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 라켓 수평면에 셔틀콕 위로치기 ㉠선생님이 설명을 하며 시범을 보인다. ㉡학생들이 따라할 수 있도록 지도한다. ㉢바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. ㉣학생의 능력에 따라 목표량을 정해주고 연습하도록 한다. 3. 이동하면서 셔틀콕 위로 치기 ㉠손목의 스냅을 이용하여 셔틀콕을 치도록 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 스냅을 이용하여 치도록 한다. · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 셔틀콕 치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	10	주제	풍선으로 네트 게임하기	장소	체육관
학습 목표	1. 라켓을 이용하여 풍선으로 네트 게임을 할 수 있다. 2. 흥미와 재미를 유발할 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 풍선불기 ㉠학생들이 직접 풍선을 불도록 한다. ㉡풍선 풀기가 잘 되지 않는 학생은 폐활량을 증가시킬 수 있는 활동이 되도록 한다. ㉢일정활동 후 풍선불기 기구를 이용하여 풍선에 바람을 넣는다. 3. 풍선으로 네트 게임하기 ㉠네트 설치를 학생들과 함께 한다. ㉡라켓 잡는 법을 다시 한번 익힌다. ㉢경기방법을 설명한다. -치는 횟수는 제한이 없으며 풍선이 지면에 닿게 되면 지게 되며 점수를 잃게 된다. -15점 1게임으로 한다. ㉣풍선으로 게임을 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 풍선부는 기구 · 라켓 · 네트 · 점수판 · 친구와 부딪치지 않도록 주의한다 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 셔틀콕 치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교 CHOSUN U

차시	11	주제	스트로크 익히기	장소	체육관
학습 목표	1. 포핸드 스트로크를 익힐 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크 익히기 ㉠포핸드 스트로크 요령에 관하여 설명한다. -몸을 오른쪽으로 비틀어 왼쪽 어깨가 네트를 향하도록 하고 체중은 오른발에 둔다. -팔꿈치로 끌어당기듯이 스윙을 시작한다. -손목은 콕한 상태에서 팔꿈치를 뻗으면서 셔틀을 타구한다. -타구 후에는 라켓을 자연스럽게 내리고 기본자세로 되돌아간다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 라켓 · 셔틀콕 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 라켓 수평면으로 셔틀콕 치는 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	12	주제	고정된 풍선치기	장소	체육관
학습 목표	1. 고정되어 있는 풍선을 칠 수 있도록 한다. 2. 스트로크를 통해 손목과 어깨의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 고정된 풍선 치기 ㉠고무줄을 풍선에 묶어 머리 위로 올려준다. ㉡치는 방법 시범을 보여주며 설명한다. ㉢학생들의 스트로크 높이에 맞추어 풍선을 잡아준다. -머리 위 높은 위치에서 치도록 한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 풍선을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 고무줄 · 라켓 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	13	주제	비고정된 풍선치기	장소	체육관
학습 목표	1. 비고정되어 있는 풍선을 칠 수 있도록 한다. 2. 스트로크를 통해 손목과 어깨의 힘을 기를 수 있다.				

학습 단계	교수 - 학습활동	자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기		
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 비고정된 풍선 치기 ㉠풍선을 많이 준비한다. ㉡선생님이 학생 옆에 서서 풍선을 높이 던져준다. ㉢학생들은 스트로크로 멀리 보내도록 지도한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 풍선을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. ㉤지도를 받지 않는 학생들은 라켓 수평면으로 풍선 위로 치기를 연습하도록 지도한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.	· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 풍선 · 라켓 · 네트 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기		

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	14-15	주제	고정된 셔틀콕치기	장소	체육관
학습 목표	1. 고정되어 있는 셔틀콕을 칠 수 있도록 한다. 2. 스트로크를 통해 손목과 어깨의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 고정된 셔클콕 치기 ㉠고무줄을 셔틀콕에 묶어 머리 위로 올려준다. ㉡치는 방법 시범을 보여주며 설명한다. ㉢학생들의 스트로크 높이에 맞추어 셔틀콕을 잡아준다. -머리 위 높은 위치에서 치도록 한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 셔틀콕을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 고무줄 · 활동 중 수시로 칭찬하기	
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	16-17	주제	비고정된 셔틀콕치기	장소	체육관
학습 목표	1. 비고정되어 있는 셔틀콕을 칠 수 있도록 한다. 2. 스트로크를 통해 손목과 어깨의 힘을 기를 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 비고정된 셔틀콕 치기 ㉠셔틀콕을 많이 준비한다. ㉡선생님이 학생 옆에 서서 셔틀콕을 높이 던져준다. ㉢학생들은 스트로크로 멀리 보내도록 지도한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 셔틀콕을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. ㉤지도를 받지 않는 학생들은 라켓 수평면으로 셔틀콕 위로 치기를 연습하도록 지도한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	18	주제	비고정된 셔틀콕 직선으로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 비고정되어 있는 셔틀콕을 칠 수 있도록 한다. 2. 지점으로 셔틀콕을 보낼 수 있도록 한다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 비고정된 셔틀콕 직선으로 치기 ㉠셔틀콕을 많이 준비한다. ㉡선생님이 학생 옆에 서서 셔틀콕을 높이 던져준다. ㉢학생들은 스트로크로 멀리 직선으로 보내도록 지도한다. -직선지점에 후프를 놓아둔다. -셔틀콕이 후프 안으로 들어가도록 지도한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 셔틀콕을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. ㉤지도를 받지 않는 학생들은 친구와 함께 스트로크를 연습한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 후프 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	·학생들 실력에 맞추어 분습법 학습 지도를 한다.
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	19	주제	비고정된 셔틀콕 대각선으로 치기	장소	체육관
학습 목표	1. 비고정되어 있는 셔틀콕을 칠 수 있도록 한다. 2. 지점으로 셔틀콕을 보낼 수 있도록 한다.				

학습 단계	교수 - 학습활동	자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기		
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 비고정된 셔틀콕 대각선으로 치기 ㉠셔틀콕을 많이 준비한다. ㉡선생님이 학생 옆에 서서 셔틀콕을 높이 던져준다. ㉢학생들은 스트로크로 멀리 대각선으로 보내도록 지도한다. -대각선지점에 후프를 놓아둔다. -셔틀콕이 후프 안으로 들어가도록 지도한다. ㉣바른 자세를 유지하도록 지도하며 셔틀콕을 맞추는데 중점을 두어 지도한다. ㉤지도를 받지 않는 학생들은 친구와 함께 스트로크를 연습한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.	· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 후프 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	·학생들 실력에 맞추어 분습법 학습 지도를 한다.
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 차시예고 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기		

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	20-21	주제	친구들과 게임하기	장소	체육관
학습 목표	1. 친구들과 게임을 할 수 있도록 한다. 2. 게임을 하면서 즐거움을 느낄 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 친구들과 게임하기 ㉠실력이 비슷한 친구와 게임하도록 구성한다. ㉡간단한 경기규칙에 관하여 설명한다. ㉢점수판을 이용하여 경기한다. ㉣심판과 점수관리를 교사가 한다. ㉤게임을 즐겁게 할 수 있도록 세심하게 지도한다. 4. 게임 후 느낌을 이야기하기 ㉠게임 중 즐거움을 느낄 수 있도록 분위기를 유도한다. ㉡칭찬을 수시로 하여 자신감을 심어준다. ㉢이긴 학생뿐만 아니라 진 학생에게도 칭찬을 많이 한다. 5. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 점수판 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	·학생들 실력에 맞추어 분습법 학습 지도를 한다.
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 경기를 이기기 위해 해야 할 것들 생각하기 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946

차시	22	주제	교사와 한 팀이 되어 경기하기	장소	체육관
학습 목표	1. 교사와 한 팀이 되어 경기를 할 수 있도록 한다. 2. 게임을 하면서 즐거움을 느낄 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 교사와 학생이 한 팀이 되어 복식경기하기 ㉠실력이 비슷한 친구와 게임하도록 구성한다. ㉡교사는 학생들이 셔틀콕을 잘 받을 수 있도록 조절해서 준다. ㉢점수판을 이용하여 경기한다. ㉣심판과 점수관리를 교사가 한다. ㉤게임을 즐겁게 할 수 있도록 세심하게 지도한다. ㉥게임을 하지 않는 학생들은 경기를 구경하면서 응원하도록 한다. 3. 게임 후 느낌을 이야기하기 ㉠게임 중 즐거움을 느낄 수 있도록 분위기를 유도한다. ㉡칭찬을 수시로 하여 자신감을 심어준다. ㉢이긴 학생뿐만 아니라 진 학생에게도 칭찬을 많이 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 점수판 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	·학생들 실력에 맞추어 분습법 학습 지도를 한다.
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 경기를 이기기 위해 해야 할 것들 생각하기 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교 CHOSUN U

차시	23	주제	친구들과 복식게임하기	장소	체육관
학습 목표	1. 친구들과 복식게임을 할 수 있도록 한다. 2. 복식게임을 하면서 즐거움을 느낄 수 있다.				

학습 단계	교수 - 학습활동	자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기		
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 스트로크(하이클리어) 익히기 ㉠스트로크(하이클리어) 요령에 관하여 설명한다. ㉡선생님의 시범을 보인다. ㉢학생들이 따라 할 수 있도록 지도한다. ㉣바른 자세로 할 수 있도록 지도한다. 3. 친구들과 복식게임하기 ㉠실력이 비슷한 친구와 게임하도록 구성한다. ㉡간단한 경기규칙에 관하여 설명한다. ㉢점수판을 이용하여 경기한다. ㉣심판과 점수관리를 교사가 한다. ㉤게임을 즐겁게 할 수 있도록 세심하게 지도한다. 4. 게임 후 느낌을 이야기하기 ㉠게임 중 즐거움을 느낄 수 있도록 분위기를 유도한다. ㉡칭찬을 수시로 하여 자신감을 심어준다. ㉢이긴 학생뿐만 아니라 진 학생에게도 칭찬을 많이 한다. 5. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.	· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 점수판 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	·학생들 실력에 맞추어 분습법 학습 지도를 한다.
정리	▶ 스트로크(하이클리어) 연습하기 ▶ 경기를 이기기 위해 해야 할 것들 생각하기 ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기		

CHOSUN UNIVERSITY 1946 조선대학교 CHOSUN U

차시	24	주제	담임교사와 한 팀이 되어 경기하기	장소	체육관
학습 목표	1. 담임교사와 한 팀이 되어 경기를 할 수 있도록 한다. 2. 게임을 하면서 즐거움을 느낄 수 있다.				
학습 단계	교수 - 학습활동			자료 및 유의점	보완 사항
도입	▶ 출석점검 및 인사하기 지냈던 일들을 이야기하며 전 시간 학습내용 복습하기				
전개	1. 운동전 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천히 따라한다. 2. 담임교사와 학생이 한 팀이 되어 복식경기하기 ㉠담임교사에게 학생의 운동 상황을 설명한다. ㉡담임교사는 학생들이 셔틀콕을 잘 받을 수 있도록 조절해서 주며 경기가 즐겁게 될 수 있도록 한다. ㉢점수판을 이용하여 경기한다. ㉣심판과 점수관리를 지도교사가 한다. ㉤게임을 즐겁게 할 수 있도록 세심하게 지도한다. ㉥게임을 하지 않는 학생들은 경기를 구경하면서 응원하도록 한다. 3. 게임 후 느낌을 이야기하기 ㉠게임 중 즐거움을 느낄 수 있도록 분위기를 유도한다. ㉡담임교사의 칭찬과 격려를 많이 받을 수 있도록 한다. 4. 운동 후 스트레칭 체조하기 -선생님의 동작을 보면서 천천 따라한다.			· 스트레칭 체조 시 무리하지 않도록 한다. · 셔틀콕 · 라켓 · 네트 · 점수판 · 활동 중 수시로 칭찬하기 · 운동 후 다함께 네트와 셔틀콕 정리를 한다.	
정리	▶ 활동에 열심히 한 것에 대해 칭찬과 격려를 해준다. ▶ 앞으로도 배드민턴을 하며 가족들과도 함께 할 수 있도록 당부한다. ▶ 선생님과 친구들에게 인사하기				

CHOSUN UNIVERSITY 1946
조선대학교 CHOSUN U

저작물 이용 허락서

학 과	체육교육전공	학 번	20058103	과 정	석사
성 명	한글 : 박 창 영 영문 : Park Chang - Young				
주 소	광주광역시 동구 산수1동 559-56				
연락처	E-MAIL : carrot3348@hotmail.com				
논문제목	한글 : 배드민턴 프로그램이 정신지체학생의 운동능력 발달에 미치는 영향 영문 : The Effects of Badminton Program on Motor Skill Development in Students with Mental Retardation				

본인이 저작한 위의 저작물에 대하여 다음과 같은 조건아래 조선대학교가 저작물을 이용할 수 있도록 허락하고 동의합니다.

- 다 음 -

1. 저작물의 DB구축 및 인터넷을 포함한 정보통신망에의 공개를 위한 저작물의 복제, 기억장치에의 저장, 전송 등을 허락함
2. 위의 목적을 위하여 필요한 범위 내에서의 편집·형식상의 변경을 허락함. 다만, 저작물의 내용변경은 금지함.
3. 배포·전송된 저작물의 영리적 목적을 위한 복제, 저장, 전송 등은 금지함.
4. 저작물에 대한 이용기간은 5년으로 하고, 기간종료 3개월 이내에 별도의 의사시가없을 경우에는 저작물의 이용기간을 계속 연장함.
5. 해당 저작물의 저작권을 타인에게 양도하거나 또는 출판을 허락을 하였을 경우에는 1개월 이내에 대학에 이를 통보함.
6. 조선대학교는 저작물의 이용허락 이후 해당 저작물로 인하여 발생하는 타인에 의한 권리 침해에 대하여 일체의 법적 책임을 지지 않음
7. 소속대학의 협정기관에 저작물의 제공 및 인터넷 등 정보통신망을 이용한 저작물의 전송·출력을 허락함.

동의여부 : 동의(O) 조건부 동의( ) 반대( )

2007년 12월 10일

저작자: 박 창 영 (서명 또는 인)

조선대학교 총장 귀하