creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 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

[UCI]I804:24011-200000264047

2013년 8월

교육학석사(특수교육)학위논문

음악줄넘기 운동이 지적장애 고등학생의 문제행동에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

특수교육전공

박 수 진

음악줄넘기 운동이 지적장애 고등학생의 문제행동에 미치는 영향

The Influence of 'Music Jump Rope Exercise' on The Problematic Behavior of High School Students With Intellectual Disabilities

2013년 8월

조선대학교 교육대학원

특수교육전공

박 수 진

음악줄넘기 운동이 지적장애 고등학생의 문제행동에 미치는 영향

지도교수 김 정 연

이 논문을 교육학석사(특수교육)학위 청구논문으로 제출함

2013년 4월

조선대학교 교육대학원

특수교육전공

박 수 진

박수진의 교육학석사(특수교육)
학위논문을 인준함

심사위원장　조선대학교 교수　허유성　(인)

심사위원　조선대학교 교수　정은희　(인)

심사위원　조선대학교 교수　김정연　(인)

2013년　6월

조선대학교 교육대학원

목 차

표 목차 ····· Ⅲ
그림 목차 ····· Ⅳ
국문초록 ····· Ⅴ

Ⅰ. 서론 ····· 1
1. 연구의 필요성 및 목적 ····· 1
2. 연구문제 ····· 3
3. 용어의 정의 ····· 4

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 6
1. 지적장애학생의 정의와 특성 ····· 6
2. 지적장애학생의 문제행동 ····· 7
3. 음악줄넘기 운동 ····· 10
4. 선행연구 ····· 12

Ⅲ. 연구방법 ····· 15
1. 연구참여자 ····· 15
2. 실험 장소 및 기간 ····· 17
3. 측정 도구 ····· 18
4. 연구 설계 및 절차 ····· 21
5. 관찰 및 측정 ····· 32
6. 관찰자간 신뢰도 ····· 32
7. 중재충실도 ····· 33

Ⅳ. 연구 결과 ····· 34
1. 외현화 문제행동에 미치는 효과 ····· 34
2. 내재화 문제행동에 미치는 효과 ····· 36

Ⅴ. 논의 및 제언 ····· 38

1. 결론 및 논의 ····· 38
2. 연구의 제한점과 제언 ····· 41

참고문헌 ····· 43

ABSTRACT ····· 46

부록 ····· 48

표 목 차

<표 1> 선행 연구 분석
<표 2> 연구 참여자들의 구체적 특성
<표 3> 연구의 내용 및 기간
<표 4> 연구 대상 학생의 문제행동 점수
<표 5> 연구 대상 학생들이 나타내는 문제행동에 대한 조작적 정의
<표 6> 문제행동 관찰 기록표(빈도측정)
<표 7> 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용
<표 8> 중재 Ⅰ기간에서의 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용
<표 9> 음악줄넘기 운동 프로그램의 수업지도안 - 1차시의 예
<표 10> 중재 Ⅱ기간에서의 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용
<표 11> 음악줄넘기 운동 프로그램의 수업지도안 - 8차시의 예
<표 12> 관찰자간 신뢰도의 평균과 범위(%)
<표 13> 중재충실도의 평균과 범위(%)
<표 14> 외현화 문제행동의 평균 빈도수(범위)
<표 15> 내재화 문제행동의 평균 빈도수(범위)

그 림 목 차

<그림 1> 학생 A와 학생 B의 행동의 빈도 변화
<그림 2> 학생 C와 학생 D의 행동의 빈도 변화

국문초록

음악줄넘기 운동이 지적장애 고등학생의 문제행동에 미치는 영향

박 수 진
조선대학교 교육대학원
특수교육전공

본 연구는 음악줄넘기 운동 프로그램이 일반 고등학교에 통합된 지적장애 학생들의 공격성, 비행, 충동성과 같은 외현화 문제행동과 소극적 행동, 불안, 우울 등의 위축된 행동과 같은 내재화 문제행동에 미치는 효과를 밝히려는 실험연구이다. 이 연구의 참여자는 인천광역시의 A고등학교의 특수학급에 재학 중인 학생들 중 특수학급 담당교사, 일반학급 담당교사가 외현화 문제행동과 내재화 문제행동을 나타낸다고 의뢰된 학생 4명을 대상으로 선정하였다. 중재 프로그램의 구성은 음악줄넘기 지도자 자격증을 가지고 있는 연구자가 음악줄넘기 운동 프로그램을 체육교사들의 검증과 재구성을 통해 15회기로 구성하였다. 이 프로그램을 바탕으로 반전설계를 적용해 25회기의 실험을 구성하였으며, 문제행동 빈도수를 측정하여 결과를 산출했다. 이 실험을 통해 얻은 결론은 다음과 같다.

첫째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 외현화 문제행동을 감소시키는데 효과적이다. 음악줄넘기 운동은 음악으로 하여금 학생들의 흥미를 자극시키고 심리적으로 안정을 가져다준다. 또한 리듬에 맞추어 줄을 넘으며 여러 춤 동작들을 같이 함으로써 에너지를 분출하게 해주고 체력향상을 할 수 있게 한다. 짝 줄넘기를 통한 협동학습으로 대인 관계 능력도 향상시킬 수 있다. 따라서 친구를 때리는 시늉을 하거나 물건을 던지는 행동, 쉽게 흥분을 하며, 흥분을 가라앉히지 못해 착석조차 하지 못하는 행동, 교사에게 반항을 하거나 큰 소리로 언성을 높여 주변 친구들이 상대적으로 위축되게 만드는 언어적 공격행동 등의 외현화 문제행동들을 감소시킨 것으로 나타났다.

둘째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 내재화 문제행동을 감소시키는데 긍정적인 영향을 준다. 음악줄넘기 운동이 줄이라는 장애물을 뛰어넘어야 하는 운동으로, 변화 있는 동작을 하며 줄에 걸리지 않고 뛰기를 계속 도전하기 때문에 의지력과 인내심을 기를 수 있게 된다. 따라서 말을 할 때 말꼬리를 흐리며, 목소리를 과도하게 작게 내는 경우, 특이한 행동을 반복적으로 보이는 상동적인 행동, 사람들 앞에서 말을 해야 할 때 말을 하지 못하고 안절부절 하는 행동 등의 내재화 행동을 감소시킨 것으로 나타났다. 하지만 내재화 문제행동을 보이는 학생 중 한명은 기초선 Ⅰ과 중재Ⅰ, 기초선 Ⅱ기간에 문제행동 평균 빈도수가 거의 비슷하였고, 마지막 중재 Ⅱ기간에서만 문제행동 빈도수가 급격히 감소하여 음악줄넘기 운동 프로그램만을 통해 문제행동이 감소했다고 결론내리기는 어려울 것이다. 그 이유는 학생에게 다른 심리적인 변화나 환경적인 변인들이 영향을 주어 내재화 문제행동이 감소될 수 있음을 고려한다면 결과는 달라질 수 있기 때문이다.

따라서 본 논문을 통해 음악줄넘기 운동 프로그램은 외현화 문제행동을 감소시키는데 단기간의 중재만으로도 효과적으로 나타났으며, 내재화 문제행동에도 긍정적인 영향을 미치지만 지속적인 연구가 필요하다는 결론을 얻을 수 있었다.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대 사회와 같이 빠르게 변화하는 사회에서 한 인간이 그 사회에 적응해 나간다는 것은 생각처럼 쉬운 일이 아니다. 사회에 적응해 나간다는 것은 인간이 사회의 한 구성원으로서 남들과 더불어 살아가는 능력을 익히고 그것을 실현해 나가는 과정을 의미한다. 인간이 살아가는 과정 중 질풍노도의 시기인 청소년기에 사회의 한 구성원으로서 적응하기 위한 많은 것들을 배운다. 하지만 정서적으로나 신체적으로도 예민한 이 시기의 많은 학생들은 여러 가지 문제로 인해 사회와 학교에 적응하지 못해 많은 문제행동들을 나타낸다.

적응은 부적응과 상대되는 개념인데 개인과 환경과의 관계를 나타내는 것으로 개인이 대인관계에 있어서는 사회의 규범에 대하여 적절하고 조화있는 행위를 하며, 정상적인 사회생활을 하고 자기 자신도 만족하는 경우를 말한다(전국교육대학 아동발달과 생활지도 연구회, 1984). 부적응은 적응과 반대되는 개념으로 Bower(1970)은 특히 학교생활의 부적응은 친구 또는 교사와 바람직한 대인관계를 이룩하고 이를 유지하는 능력이 부족하거나, 항상 불행하고 억압된 기분에 빠져 매사에 의기소침하고 소극적이며 자신감이 결여되어 나타나는 현상이라고 나타냈다.

이러한 부적응으로 인해 학생들이 나타내는 문제행동들을 다섯 가지로 분류하면 다음과 같다. 첫째, 학업과 관련된 유형으로 학업부진, 무단결석, 수업태도, 불량 및 잦은 지각 등을 포함한다. 둘째, 약물남용과 관련된 유형으로 흡연, 음주, 각성제 복용, 환각 물질 사용 및 약물남용 등을 포함하였다. 셋째, 타인과 관련된 유형으로 낙서, 반항, 기물파손, 흉기소지, 금품갈취, 도벽 등을 포함한다. 넷째, 성과 관련된 유형으로 이성교재, 성경험, 임신경험, 성폭행 및 성 등과 관련된 고민이 포함된다. 다섯째, 정서와 관련된 유형은 무기력, 불만, 이상행동, 불안, 지나친 수줍음, 시험이나 학교에 대한 공포 및 자살기도 등을 포함한다.(이경은, 1998: 이선옥, 2000. 재인용).

K-CBCL(아동·청소년 행동평가척도)에 의하면 학생들이 나타내는 문제행동들에는 우울·불안, 위축된 행동, 사회적 미성숙, 공격성, 비행, 주의집중문제 등을 나타낼 수 있다. 학교에서 학생들이 이러한 문제행동들을 나타나게 되면 또래와 교사와의 관계에서 어려움을 겪게 되고, 더 나아가 사회에 적응하는데 더 많은 어려움을 겪게 된다. 이러한 문

제행동은 지적장애 학생들의 특성 중 하나인 적응행동의 결함과 연관될 수 있다. 적응행동의 결함은 지적장애 학생들의 특성 중 하나이지만, 최근에 통합교육이 많이 일반화되면서 일반 고등학교에 통합된 지적장애 학생들이 일반 학교에 적응을 하지 못해 이러한 문제행동을 더 많이 나타내는 경향이 있다.

이러한 문제행동들을 감소시키거나 다른 대체행동으로 옮기기 위하여 다양한 중재프로그램들이 연구되어왔다. 자기표현중심 공예활동(김영지, 2010), 대화식 저널쓰기(김윤희, 2007), 체육수업(라한주, 2005), 사회성 기술 훈련(문영옥·김형일, 2004), 자유즉흥연주(free improvisation therapy)(민윤정, 2005), 구체물을 활용한 수학활동(박현옥·김정연, 2009), 원예치료(이민선 외, 2008), 과학놀이활동(인소영, 2011), 원예치료 프로그램 모형(최중옥·이동원, 2000) 등 여러 프로그램들이 연구되어 왔고 대부분의 중재 프로그램은 문제행동 개선에 긍정적인 영향을 주었다.

여러 중재 프로그램들 중 최근 음악줄넘기를 활용한 중재 프로그램에 대한 연구가 이루어지고 있다. 음악줄넘기 운동을 통해 알아보고자 한 종속변인들을 제시하면 지적장애 학생의 협응력 향상에 대한 효과(정유진, 2011), 학교부적응 학생의 학교적응 및 공격성 완화에 대한 효과(함승연, 2011), ADHD 아동의 내적·외적 부적응행동에 대한 효과(곽상훈, 2010), 초등학교 아동들의 사회성발달에 대한 효과(이대형, 2010), 중학교 학생들의 신체조성과 체력에 미치는 영향(배용정, 2008), 학생들의 즐거움 및 자아실현에 미치는 효과(이주호·민현주, 2008) 정신지체 학생들의 체력향상에 미치는 영향(최만주, 2007), 남자 중학생의 집단에 대한 응집력 및 사회성 발달에 미치는 영향(조한범·김미향·최성은, 2002) 등에 대한 선행연구가 이루어졌다. 이러한 선행연구들을 통해 음악줄넘기가 학생들의 문제행동 개선과 사회성 향상, 체력향상에 긍정적인 영향을 준다는 것을 알 수 있었다. 또한 음악줄넘기를 활용하여 학교 수업이나 방과 후 수업 또는 여러 프로그램에 적용할 수 있다는 것을 나타내고 있다.

음악줄넘기 운동은 음악 리듬에 맞추어 뛰기, 춤동작, 게임 등을 적절하게 혼합하여 만든 새로운 줄넘기 운동의 형태로서, 학생들에게 지속적인 흥미와 관심을 불러일으킬 수 있다(윤상흔, 1999). 음악줄넘기는 별다른 도구가 없이 줄 하나만으로 누구나, 어디에서나 즐겁게 할 수 있는 스포츠이며, 리듬에 맞추어 뛰고 춤추면서 게임을 즐기는 운동이다. 따라서 음악줄넘기를 학생들에게 교육할 경우 음악줄넘기를 통해 신체 운동능력을 향상시킬 수 있으며, 일반 줄넘기를 가르칠 때보다 흥미도가 높을 것이다.

정순우(2001)에 의하면 음악줄넘기 운동이 초등학교 아동에게 있어서 책임성과 자율성, 활동성, 사교성 그리고 사회성 발달에 영향을 미친다고 하였다. 이는 짝 줄넘기와 단체 음악줄넘기를 하며 타인에 대한 이해와 배려를 하는 마음을 배울 수 있기 때문일 것이다.

문제행동을 보이는 학생들에게는 자기 자신을 바람직한 방법으로 표출하는 기회가 필요하지만 그러한 기회가 많지 않아 다른 부적절한 방법으로 자기표현을 하게 된다. 운동은 이러한 행동을 대체할 수 있는 좋은 방법 중의 하나이기 때문에 신체활동을 이용한 중재방법이 아동들의 문제행동을 감소시키는데 적합하다고 할 수 있다. 또한 음악줄넘기 운동은 간단한 줄 도구로 지적장애인의 발달정도에 따라 신체단련 운동으로 즐길 수 있고, 심폐기능 향상에도 효과가 커서 건강증진으로도 권장되며, 음악을 통한 흥미유발로 지속적인 참여와 더불어 리듬감각과 체력을 기르는 데 도움이 될 것이다(최만주, 2007).

이 논문에서는 이러한 음악줄넘기의 특성과 기대되는 긍정적인 효과면에서 일반 고등학교에 통합된 경도의 지적장애 학생들이 흥미를 가지고 적극적으로 참여할 것으로 보여 지고, 이 학생들이 나타내는 문제행동 감소에 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것이라 판단하여 중재방법으로 선정하였다.

따라서 이 논문의 목적은 음악줄넘기 운동 중재 프로그램을 적용하였을 때 지적장애 고등학생들에게 나타나는 여러 가지 문제행동들에 어떠한 영향을 미치는가에 대해 알아보고자 한다.

2. 연구 문제

본 논문은 일반 고등학교에 적응하지 못하고 문제행동들을 나타내는 지적장애 고등학생들에게 음악줄넘기 운동 프로그램을 적용하여 공격성, 비행 등과 같은 외현화 문제행동과 불안, 우울, 위축 등과 같은 내재화 문제행동에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 한다. 이에 따른 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 공격성, 비행과 같은 외현화 문제행동에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 불안·우울, 위축된 행동과 같은 내재화 문제행동에 어떠한 영향을 미치는가?

3. 용어의 정의

1) 지적장애학생

지적장애의 정의는 미국 정신지체협회(AAMR)의 정의를 전통적으로 많이 사용하고 있다. 정신지체를 규정하는 정의에 있어서 가장 중요한 점은 유의하게 평균 이하인 지적기능과 적응행동상의 결함이 동시에 존재해야 한다는 것과 이러한 두 가지가 모두 발달기간인 18세 이전에 일어날 경우를 말한다는 것이다(이소현·박은혜역. 2010).

최근에 AAIDD(2010)에서는 정신지체라는 명칭을 지적장애로 바꾸고, 지적장애란 '지적 기능성과 개념적, 사회적, 실제적 적응 기술로 표현되는 적응행동에서 유의미한 제한성을 가진 장애로 특징 지워진다. 이 장애는 18세 이전에 발생한다.'라고 조작적 정의를 하였다(박정식, 2010).

2) 문제행동

본 연구에서 말하는 문제행동 중 첫째, 외현화 문제행동이란 타인에게 해를 끼치거나 공격적인 행동, 싸움, 비행, 충동성 등 외현화되고 과소통제된 행동을 말한다. 둘째, 내재화 문제행동이란 소극적이고 사회적으로 위축된 행동, 우울·불안, 신체적 증상 등 내재화되고 과잉 통제된 행동을 말한다.

본 연구에서 학생들이 나타내는 문제행동 검사를 위해 K-CBCL(아동·청소년행동평가척도)를 통해 연구대상 학생들의 문제행동이 나타나는지 확인하였다. K-CBCL의 문제행동 하위척도에서 외현화 문제행동과 내재화 문제행동을 구분하여 정의하고 있지만, 연구대상 학생들의 문제행동을 관찰하여 K-CBCL 문제행동의 하위영역 구성내용에서 연구대상 학생들이 보이는 몇 가지 문제행동들을 추가하여 정의하였다.

3) 음악줄넘기

음악줄넘기는 원래 장애물을 뛰어넘는 도약의 즐거움과 줄이라는 생활 도구가 어울러져 자연적으로 발생한 즐거운 놀이였다. 음악줄넘기는 이러한 줄넘기 본래의 모습으로 돌아가 음악에 맞춰 다양한 줄넘기와 댄스적인 흔들기 및 줄로 하는 체조 동작을 엮어

즐겁게 뛰는 것을 목적으로 하는 줄넘기 운동을 말한다(한국음악줄넘기운동연구회, 2005).

이 연구에서의 음악줄넘기 운동이란 선정된 음악에 맞추어 동작을 구성하고, 그 동작들을 몸에 익숙하도록 연습하여 음악에 맞추어 줄넘기를 하는 운동을 의미한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 지적장애학생의 정의와 특성

지적장애의 용어와 정의는 과거부터 현재까지 조금씩 변화되어 왔다. 미국의 AAIDD에서 최근에 내린 정의로는 '지적장애는 지적기능과 개념적, 사회적, 실제적 적응기술로 표현되는 적응행동에서 유의미한 제한성을 가진 장애로 특징지어진다. 이 장애는 18세 이전에 발생한다' 라고 11차 정의를 내렸다(Schalock et al, 2010). 이것은 생태학적 접근과 인간의 기능성 재고 측면이 지적장애 용어를 사용하는데 영향을 준 것이며, AAIDD에서 지적장애 용어의 채택한 것은 생태학적이고 인간기능성의 다차원적인 관점에 따라 지적장애를 이해해야 한다는 것에 의의를 두고 있다(박정식, 2010).

정신지체의 중요한 특성은 그 정의에 기술되어 있다: (1) 낮은 IQ, (2) 적응행동의 결함. 그러나 IQ 측정은 주의, 이해, 기억, 언어 능력, 공간 인지, 학습, 일반화 및 문제해결을 포함하는 기술과 능력을 반영한다(정동영, 김주영, 김형일, 김희규, 유장순, 정동일, 최혜승 역. 2009). 지적장애아들의 특성을 인지적, 사회적, 신체적 영역으로 다양하게 나눌 수 있다. 하지만 일반학급에 통합된 지적장애아들의 신체적 특성은 일반 학생들과 많은 차이를 보이지 않는 경우가 많기 때문에 논하지 않고, 문제행동과 관련되는 인지적, 사회적 특성 영역에 대해 신종호 외(2009)는 다음과 같이 말하고 있다.

경도 지적장애아들의 동기 및 사회적 특성을 크게 네 가지로 나누어 제시하고 있다.

첫째, 외적통제소를 들 수 있는데, 이는 긍정적인 그리고 부정적 사건들을 주로 운명, 요행 혹은 다른 사람들 등과 같은 외적인 힘에 의해 통제되는 것을 말한다.

둘째, 외부지향성을 가지고 있다. 외부지향성이란 실패를 회피함으로써 생기는 또 다른 결과로 이런 경향을 가진 사람들은 문제해결에 있어 스스로의 힘에 의해 의존하기 보다는 상황적 혹은 외부 단서들을 길잡이로 잡는 것을 말한다.

셋째, 실패에 대한 기대를 들 수 있다. 이것은 구체적인 보상이나 사회적 수용과 같은 특정 형태의 강화에 대한 예상/특정 형태의 문제해결 활동들에 대한 과거의 경험들의 결과로부터 일반화된 예상을 말한다.

넷째, 더 제한된 자기조정 행동을 한다. 여기서의 자기조정행동이란 모든 사람들이 자신들의 삶에 대한 통제력을 발휘하는 것을 말한다. 정신지체 학생들에게 사회성과 행동문제가 더 많은 경향을 나타나고 어떤 학생들은 정신적 문제도 보인다. 이러한 여러 동기 및 사회적 특성들로 인해 지적장애 학생들은 일반 학생들과 잘 어

울리지 못하고 문제행동들을 나타내는 경향이 있다.

또한 지적장애 학생들은 학습적 능력에도 문제를 갖고 있다. 학습특성을 살펴보면 지적장애아들은 주의, 중개전략, 기억 등 학습과 관련되어 있는 다양한 과정들에 문제가 있을 수 있다. 정의에 따르면 지적장애아들은 인지영역에 문제가 있다. 그러나 인지발달이 비정신지체인들의 인지발달과 질적으로 차이가 있는지 양적으로 차이가 있는지에 대해서는 의견 차이가 있다.

홍양자(2004)는 정상아와 지적장애아의 주요 차이점은 받아들이는 정보의 총량과 그것의 학습 속도에 있다고 말하고 있다. 그리고 또 다른 학습의 특징으로는 주의집중 시간이 짧고, 추상적인 것들의 이해가 어려우며, 정보를 일반화시키기 힘들다는 것이다. 학문적 또는 사회적인 전이 불능도 또 다른 학습상의 난점이라고 말했다. 이러한 학습특성 또한 일반 통합 수업에서 여러 가지 문제를 야기할 수 있으며, 지적장애아들이 실패를 반복하고, 자신감을 잃어가면서 다른 내재화 문제행동들을 보일 수 있다.

2. 지적장애학생의 문제행동

1) 문제행동의 정의

문제행동의 포괄적인 의미는 대다수의 사람들에 의해 기대되거나 인정되는 행동으로부터 일탈을 지칭한다. 구체적인 정의는 지배적인 사회집단에 의해서 인정되지 않는 행동, 특히 개인이나 정신적, 또는 사회적으로 악영향을 주는 것으로 인정되는 행동으로 보고 있다(김명식, 1988). AAMR은 정신과적 그리고 행동적 문제들의 치료를 다루는 특집안내 시리즈들에서 문제행동의 다양한 영역들을 나열하였다. 이러한 문제들로는 자해, 신체공격, 재산파괴, 충동/과잉행동, 자살에 대한 상상/행동, 성적으로 공격적인 행동, 성적인 자기노출/공공장소에서의 자위행위, 사회적 위축, 과도한 의존, 불복종/반대행동, 심인성 구토 등이 있다(서성숙, 2008).

문제행동은 전 생애에 걸쳐 누구에게나 나타나지만 특히 질풍노도의 시기에 있는 청소년기에 많이 나타난다. 청소년기의 문제행동에는 자신에게 영향을 끼치는 자해적인 행동, 사회에 적응하지 못해 나타내는 비사회적인 행동들을 포함하여 다양한 문제행동을 나타낸다. 이러한 청소년기의 문제행동의 원인으로는 개인적 요인, 가족적 요인, 또래관계, 학교환경, 지역사회, 사이버 환경 등이 원인이 되고 있다(김진화 외, 2002).

2) 지적장애 학생이 지닌 문제행동의 원인 및 특성

지적장애의 정의에서 낮은 지능과 적응행동의 결함을 지적장애아의 중요한 특성으로 나타내고 있는데, 여기서의 적응행동은 역사적으로 지적장애의 판단에서 사회적 능력(social competence)이란 용어의 전신으로 전통적인 관심을 받아왔다. 이와 유사하게 사용되는 용어로는 사회성, 사회적 기술 등이 있다. 적응행동은 1959년 Heber에 의해 처음으로 규정되었으며, Grossman(1983)에 의해 정의되었다.(이재신, 2007) 적응행동은 자신을 돌보기 위해, 그리고 일상생활에서 타인과 관계를 맺기 위해 행하는 행동을 지칭한다. 또한 일반적으로 연령 및 문화 집단 내에서 기대하는 개인적 독립과 사회적 책임의 수준에 미치는 능력 또는 정도를 의미한다(강원심, 2008).

이와 유사한 개념으로 사용되는 용어 중 첫째, 사회성은 출생 시부터 가지고 태어나는 기질과는 달리 후천적으로 획득되는 것이며 성장과정에서 형성된다. 그러므로 사회성 없는 개인이란 있을 수 없고 사회성을 얻어가는 과정이 곧 사회적인 존재로서 한 개인이 독립되는 과정이므로 사회성이란 개체가 사회적 상황에 적응하는 능력이다(최문희, 1999). 둘째, 사회적 기술이란 대인관계 및 사회적으로 수용되기 위해 필요한 사회적 지식을 이해하고 이를 실제 상황에 적용하고 응용하는 기술을 말하며, 일반적으로 사회적 구성원들이 사회적 기술을 습득하는 과정을 사회화라고 한다. 또한 사회적 기술은 주어진 상황에서 상대방에 대해 긍정적인 영향을 주고, 유지하며 제고할 수 있는 가능성을 극대화하는 반응으로 정의되고 있다(Foster & Ritchey 1979; Gresham, 1981).

따라서 지적장애아가 지니고 있는 낮은 지능은 물론이거니와 적응행동 및 사회성의 결함은 지적장애아들이 사회에 적응할 수 없게 하는 중요한 요인이 된다. 이로 인해 사회 부적응을 겪게 되어 여러 가지 문제행동들을 일으킬 수 있는 원인이 된다. 특히 대부분의 경도 지적장애 학생들도 청소년기 시기에는 일반 학생들처럼 2차 성징이 나타나고 예민한 성격을 가질 수 있기 때문에 사회부적응으로 인한 문제행동들이 더 빈번하고 과도하게 나타날 수 있다.

또한 최근 통합교육이 이루어지면서 많은 경도의 지적장애 학생들이 일반학교에 통합되어 같은 또래의 일반학생들과 지내며 그들을 모방하고 사회에 적응하기 위한 여러 사회기술들을 배우지만, 이로 인해 다른 문제점들도 많이 나타나고 있다. 많은 지적장애 학생들이 일반 학교에 적응하지 못하고 소외되거나 청소년기의 또래들에게 집단 따돌림을 당하는 등 여러 부정적인 이면도 나타난다. 이러한 상황들로 인해 지적장애 학생들이 위축되거나 공격적 성향을 가지게 되어 자신의 의견이나 생각을 제대로 표현하지 못

하고 이를 대체하는 많은 문제행동들을 보이기도 한다.

이러한 지적장애아의 문제행동의 주된 특징을 보면 고립, 위축, 함묵, 도벽, 싸움, 발작 등을 들 수 있다. 특히, 지적장애아는 고립, 위축, 함묵적 행동을 나타내기 때문에 다른 학습에도 지장을 가져온다. 이것은 지적 능력이 낮거나 집단에 적응하지 못하는 경우도 있고 흥미의 범위가 협소하고 상황요인의 부족, 또는 학습이나 작업의 흥미 결여, 자폐증 등 여러 가지 요인 때문에 고립, 위축행동을 나타낸다고 보여 진다(이상춘, 조인수, 1989).

또한 지적장애아는 일반적으로 새로운 경험을 획득하려는 욕구가 결여되어 있어, 그 경험에 대한 관심과 흥미가 적다. 따라서 의욕이 부족하기 때문에 전반적으로 의존적이거나, 자극이 없는 경우 일에 무관심하며, 혼자서 멍하니 있을 때가 많다. 게다가 미래를 예견하는 능력이 부족해 일의 일정 요구 수준을 설정한다던지 자기발전을 위해 노력하지 않으며, 어려운 일을 맡기면 성실하고 근면하게 일을 수행하지 않는다. 가정에서는 이러한 노력의 부족으로 질책이나 비난을 받게 되며, 이로 인해 정서가 불안정하여 경솔한 행동 및 충동적인 행동을 하는 경우도 있다.

지적장애아들은 자기통제나 자율성도 약하며 특히, 사회성 발달이 늦은 지적장애아는 규칙을 이해하고 준수하는 정신이 희박하고 자기중심적으로 행동하는 경우가 많다. 게다가 의사소통 능력과 집단생활의 참가 능력, 이동능력이 부족하며, 자기의지와 정서적 표현을 조절하는 능력이 뒤떨어져 욕구불만을 사회적으로 수용하는 행동으로 바꾸지 못해 의존심이 지나치게 많아지며 소극적이게 된다(박경숙, 1985).

이렇게 지적장애아들은 낮은 지능과 특히 적응행동의 결함으로 인해 집단생활에 적응하지 못하고 사회생활에 어려움을 겪어 많은 문제행동들을 보인다. 이 논문에서는 이러한 여러 문제행동들을 K-CBCL에서 제시하고 있는 문제행동 하위유형의 특성에 따라 외현화 문제행동과 내재화 문제행동으로 제시하고 있다. 다만 연구 학생 대상자의 특성을 고려하여 외현화 문제행동의 하위영역으로 비행, 충동성, 공격성을 포함시키고 있고 내재화 문제행동의 하위영역으로 위축, 우울/불안, 소극적 행동을 포함시켜 이 연구의 문제행동으로 정의내리고 있다.

3) 지적장애 학생이 지닌 문제행동의 감소를 위한 중재방안

지적장애 학생들이 지닌 많은 문제행동들을 감소시키기 위해서는 이러한 문제행동이 나타내는 원인을 파악하고 여러 중재 프로그램들을 적용해 문제행동을 나타내는 횟수를

줄이고 다른 행동으로 대체하도록 해야 한다. 이를 위해 최근에는 여러 중재 프로그램을 적용하기 위한 많은 연구들이 이루어지고 있지만 본 논문에서는 음악줄넘기 프로그램을 활용해 지적장애 학생들의 문제행동에 긍정적인 영향을 미치기를 기대해 본다.

3. 음악줄넘기 운동

1) 음악줄넘기의 유래와 역사

음악줄넘기는 우리나라에 1996년 보급되었으며, 일본에는 1970년대 후반 보급되어 리듬줄넘기로 불려왔고, 미국에는 1980년대 초반에 들어와 미국과 유럽에 줄넘기 에어로빅이라고 불리면서 인기 있는 사회체육으로 자리 잡고 있다(함승연, 2011).

우리나라 줄넘기의 역사를 보면 우리나라에서는 조선 말엽에 최영연이 '해동죽지' 중편에 여러 가지 민속놀이를 소개한 데서 줄넘기의 유래를 찾을 수 있다. 이 놀이는 새끼줄을 꼬아 줄 양쪽 끝을 한 사람씩 잡고 돌려 줄을 여러 명이 차례로 이쪽에서 저쪽으로 뛰어 넘어가는 놀이로 오늘날 줄넘기의 모체가 된다(손형구, 1998). 이렇게 줄넘기는 우리나라 전통 놀이로 전승되어 왔으며, 옛날 우리나라의 노래와 함께 여러 명이 같이 즐길 수 있는 놀이로 오늘날까지 이어져 왔다. 현재 음악줄넘기 운동은 학교체육에 있어서도 체육시간, 방과 후, 동아리 활동시간에 음악에 맞추어 체력을 향상하는 운동으로 잘 알려져 있다.

2) 음악줄넘기의 개념

음악줄넘기란 본래 장애물을 뛰어 넘는 도약의 즐거움과 줄이라는 생활 도구가 어우러져 자연적으로 발생한 놀이를 말한다. 이러한 음악줄넘기는 줄넘기 운동의 새로운 형태로서 음악의 리듬에 맞추어 줄넘기 운동의 특성을 살려 뛰기, 춤동작, 게임을 적절하게 혼합하여 만든 줄넘기의 새로운 운동을 말한다(한국음악줄넘기연구회, 2002).

김수열(2004)은 음악줄넘기는 곁에서 보면 마치 줄을 이용한 에어로빅처럼 역동적이며 동작이 다양하다고 말하며, 배경음악은 가요, 동요, 디스코 등 다양하고 음악을 들으면서 뛸 경우 그냥 뛰는 것보다 30% 이상 기능이 향상되며 힘은 훨씬 덜 든다고 말한다. 또 다른 장점으로는 초보자도 쉽게 흥미를 느껴 빨리 배울 수 있다는 점을 들고 있다. 장명숙(2003)은 음악줄넘기 운동은 음악 리듬에 맞추어 뛰기, 춤동작, 게임 등을 적

절하게 혼합하여 만든 새로운 줄넘기 운동의 형태로서, 아동들에게 지속적인 흥미와 관심을 불러일으킬 수 있다고 말하고 있다.

이렇게 음악과 줄넘기 운동의 결합으로 아이들의 흥미와 관심을 이끌어내며, 여러 가지 다양한 음악에 맞추어 힘을 덜 들이고 할 수 있는 신나고 즐거운 음악줄넘기 운동은 요즘 시대에 적용될 수 있는 퓨전 운동이라고 할 수 있다.

3) 음악줄넘기의 특성과 효과

음악줄넘기의 특성을 한국음악줄넘기 운동연구회(1997)에서는 다음과 같이 설명하고 있다. 음악줄넘기 운동은 손과 발의 협응운동이며, 줄을 가지고 음악에 맞추어 신체 표현하는 것으로 수직 상하이동으로 뛰는 특수한 운동 구조를 갖고 있다. 또한 음악줄넘기 운동은 다양한 스텝의 반복, 춤동작, 되돌려 뛰기 등으로 안무하는 강도 높은 에어로빅 운동이다.

김수열(2005)에 의한 음악줄넘기의 특성은 다음과 같이 나타나 있다.

첫째, 줄넘기 운동은 언제 어디서나 손쉽게 할 수 있는 전천후 운동으로 10분간만 뛰어도 충분한 운동효과를 얻을 수 있으므로 이상적인 생활체육이다.

둘째, 줄넘기 운동은 주로 발바닥 앞부분으로 뛰는 특수한 상하운동으로 발목, 장단지, 무릎, 허리 등 강도 높은 자극으로 각 신체의 기능을 강화 시켜준다.

셋째, 줄넘기 운동은 강도 높은 에어로빅스 운동을 심장과 폐를 튼튼하게 하고 지구력을 길러준다.

넷째, 줄넘기 운동은 리드미컬한 작은 도약의 연속운동으로 뼈의 증골세포에 자극을 주어 청소년의 성장을 촉진하고 성인들의 골다공증을 예방 할 수 있다.

다섯째, 줄넘기 운동은 손과 발의 타이밍이 맞아야 하는 협응성 운동이므로 순발력, 유연성, 민첩성, 지구력 등 고도한 신체지배력이 길러진다.

여섯째, 줄넘기 운동은 풍부한 레크레이션으로서의 요건을 갖추고 있기 때문에 스트레스 해소에 효과적이다.

일곱째, 단체 줄넘기 운동은 서로 호흡이 맞지 않으면 계속 뛸 수가 없으므로 공동체 의식 속에서의 일체감이나 협동심이 저절로 길러진다.

이러한 여러 가지 특성을 갖고 있는 음악줄넘기 운동은 음악에 맞추어 뛰기 동작과 춤동작, 게임 등을 같이 하기 때문에 학생들이 지루해 하지 않고 지속적으로 할 수 있고 그로 인해 여러 가지 효과를 보인다.

음악줄넘기 운동은 건강한 신체를 형성해 준다. 이것은 뛰기와 춤동작을 통해 탄력과

유연성을 길러주며, 전신근육을 전·후, 좌·우, 상·하로 율동시킴으로써 건강인의 체격을 형성해준다(김수열, 2004). 또한 인체 내부기관을 튼튼하게 만들고 제 기능을 원활하게 해 주며, 혈관계통의 기능강화로 혈압과 맥박수가 전보다 낮으면서도 보다 많은 양의 혈액을 공급할 수 있게 하여 심장을 튼튼하게 해 준다(손형구, 외 1995).

또 다른 효과로 음악줄넘기 운동은 질병에 대한 저항력을 높여준다. 호흡기 계통의 질병이나 천식, 폐렴 등에 대한 저항력을 높이며 인체의 신진대사를 활발하게 촉진하여 고혈압, 동맥경화, 당뇨병, 심장질환 등의 순환기 및 혈관계통의 질병에 대한 위험성을 현격히 감소시킨다(한국음악줄넘기연구회, 2005). 게다가 음악줄넘기 운동은 줄이라는 장애물을 뛰어 넘어야 하는 운동으로 도전 의지력과 인내심을 길러주고, 성취감을 증가시켜 자신감을 갖게 해주며, 율동과 리듬으로 정서를 순환시키고 스트레스를 해소하여, 심리적으로 안정을 가져오게 해 준다. 음악줄넘기 운동은 자신의 삶을 보다 적극적으로 이끌며, 매사에 성실하고 진취적이며 창의적인 생활인이 되도록 한다(손형구, 외 1995). 또한 음악줄넘기 운동은 여럿이 함께 어울려 운동함으로써 공동체 의식과 협동심을 길러 준다(장명숙, 2004).

이렇게 음악줄넘기 운동은 우리 몸의 신체적으로나 심리적으로 다방면에서 이로운 점이 많으며, 음악줄넘기 운동을 여가 활동으로나 동아리 활동으로 활용해 삶의 질을 높여줄 수 있는 등 다양한 긍정적 효과를 보여준다.

4. 선행연구

최근에 음악줄넘기 운동을 중재 프로그램으로 적용하여 학생들의 문제행동이나 학교생활에서의 부적응 문제, 체력향상, 사회성, 공격성 등을 완화시키고자 한 연구들이 꾸준히 이루어지고 있다. 이에 본 연구자는 2002년부터 2011년 까지 이루어진 음악줄넘기 운동 프로그램에 대한 선행연구들을 살펴보았다.

최근에 이루어진 위의 선행연구들을 분석해 본 결과 음악줄넘기 운동 프로그램을 통해 지적장애 학생의 협응력과 신체능력 향상에 긍정적인 영향을 미쳤으며, 음악줄넘기 운동이 학교부적응으로 다양한 문제 행동을 보이는 학생에게 학교 친구나 교사관계 향상에 기여하고 학교적응력을 향상시켜 타인에 대한 의심이나 공격성을 감소시켰다는 결과를 볼 수 있었다. 또한 음악줄넘기 운동은 ADHD 아동의 내적·외적 부적응행동을 감소시키는데 효과적인 것으로 나타났다.

이대형(2010)의 연구를 통해서 음악줄넘기 운동 프로그램을 적용하였을 때 음악줄넘기 운동이 사회성발달과 그 하위영역에도 효과가 있다는 것이 증명되었다. 이러한 결과는 동료들과 음악줄넘기 운동을 하면서 서로 상호작용하는 시간이 많아지고, 서로 협동하는 가운데 인간관계가 원활하게 형성된 결과라는 것을 알 수 있었다.

이주호·민현주(2008)의 연구에 의해서 음악줄넘기 운동을 실시한 집단의 아동들이 일반 정규 체육수업을 실시한 집단의 아동들보다 신체활동의 즐거움이 높게 나타났고, 자아실현의 참여도가 더 높게 나타난 것으로 보아 체육수업에서의 음악줄넘기 운동 활용에 있어서 긍정적인 효과가 있을 것으로 예상할 수 있었다.

여러 연구들에 의해 음악줄넘기 운동은 일반 아동들과 지적장애 학생들의 체력향상에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있었고, 학생들의 사회성이나 집단응집력을 높여주며, 문제행동의 감소에도 긍정적인 영향이 있음을 알 수 있었다.

이러한 선행연구의 분석을 통해 음악줄넘기가 지적장애 학생의 문제행동 감소에 긍정적인 영향을 미칠 것을 기대할 수 있어 본 연구의 중재방법으로 활용하여 실제 현장에서의 음악줄넘기 운동 활용도를 높이고자 하며, 지적장애 학생들의 문제행동 감소에 긍정적 영향을 주고자 하는데 목적이 있다. 선행연구들을 종합해 보면 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 선행 연구 분석

연구자	연구방법	연구목적	연구대상	종속변인	연구결과
정유진 (2011)	실험연구 (사전-사후)	지적장애 학생에게 적절한 음악줄넘기 운동 프로그램을 개발하여 지적장애 학생의 협응력 향상에 미치는 영향을 분석	만 12세부터 14세 학생	실험집단과 통제집단의 협응력의 차이	음악줄넘기 프로그램이 지적장애 학생의 협응력(균형잡기, 외발뛰기, 좌우뛰기, 옆으로 이동하기, 종합운동지수)향상에 효과가 있음
함승연 (2011)	실험연구 (사전-사후)	음악줄넘기가 학교부적응 학생의 학교적응 및 공격성 완화에 미치는 효과에 대한 고찰	중학교 학생	학교부적응 학생의 학교적응과 공격성 완화에 대한 변화	음악줄넘기 활동이 학교부적응 학생의 학교적응(학교친구, 학교교사, 학교생활)과 공격성감소에 긍정적인 효과가 있음
곽상훈 (2010)	실험연구 (대상자간 중다기초선)	음악줄넘기 운동이 ADHD아동의 부적응행동에 미치는 효과에 대한 고찰	초등학교 5학년 학생	내적부적응행동과 외적부적응행동에 대한 변화	음악줄넘기 운동이 ADHD아동의 외적부적응행동과 내적부적응행동을 감소시키는데 긍정적인 영향을 줌
이대형 (2010)	실험연구 (사전-사후)	음악줄넘기 운동이 초등학교 아동의 사회성 발달에 미치는 영향연구	초등학교 5학년 학생	실험집단과 비교집단의 사회성 발달의 차이	실험집단이 비교집단보다 사회성 발달의 모든 하위영역에서 더 우수하게 나타남. 성별에서 차이는 없었으나 '자율성'부분에서는 남학생이 여학생보다 높게 발달함
배용정 (2008)	실험연구 (사전-사후)	음악줄넘기 운동을 실시하였을 때 학생들의 신체 조성 및 체력요인의 변화에 미치는 영향 연구	중학교 학생	학생들의 신체조성과 체력에 대한 변화	음악줄넘기 운동이 학생들의 신체조성과 체력에 긍정적인 영향을 미침
이주호·민현주 (2008)	실험연구 (설문지 통계분석)	음악줄넘기 운동이 아동 신체활동의 즐거움 및 자아실현에 어떤 영향을 미치는지 실험적으로 검증	초등학교 학생	실험집단과 비실험집단의 신체활동의 즐거움 및 자아실현의 차이	인구사회학적 특성에서 신체활동의 즐거움은 남학생과 5학년에게 , 자아실현은 여학생과 6학년에게 긍정적인 영향을 미침. 참여수준에서는 즐거움 과 자아실현에서 긍정적 영향을 미침
최만주 (2007)	실험연구 (사전-사후)	음악줄넘기 운동이 정신지체 학생의 체력에 미치는 영향을 규명	중학교 학생	음악줄넘기 운동프로그램 적용 전·후 체력 비교	음악줄넘기를 통해 정신지체 학생의 체력은 전체적으로 향상되었고, 유연성·평형성에는 효과가 나타나지 않았으나 순발력·근지구력·전신지구력에 효과가 있음
조한범·김미향·최성은 (2002)	실험연구 (사전-사후)	음악줄넘기를 통해 남자 중학생 집단에 대한 응집력 및 사회성 발달의 변화에 대한 고찰	중학교 남학생	실험집단과 통제집단간의 집단응집력 수준과 사회성 수준의 차이	실험집단의 집단응집력과 사회성의 향상 정도가 통제집단보다 높게 나타남

Ⅲ. 연구방법

1. 연구참여자

본 연구의 참여자는 인천광역시의 A고등학교에 통합된 지적장애 학생 중 문제행동을 보이는 네 명의 남학생을 대상으로 하였다. 이 학생들은 담임교사와 특수교사로부터 외현화·내재화 문제행동이 나타난다고 의뢰된 학생 네 명을 선정하였다. 선정된 학생들은 지적장애를 지니고 있으며, 두 명의 학생은 외현화 문제행동을 보이는 학생이고, 다른 두 명의 학생은 내재화 문제행동을 보이는 학생이다.

학생 A는 초등학교 저학년 수준의 인지능력을 지니고 있으며, 평소에 잘 웃고 사회성이 좋은 학생이다. 줄넘기 운동을 하는데 큰 어려움은 없으나, 소근육 사용기능이 낮아 줄넘기를 가볍게 넘지 못하고 빠른 동작을 할 때에 어려움이 있었다.

학생 B는 학업능력이 낮고 집중력이 낮아 산만하지만, 운동신경이 매우 발달되어 있으며 운동을 좋아해 줄넘기를 하는데 전혀 어려움이 없었다.

학생 C는 소극적이며 집중력이 조금 떨어지고 상동행동을 보이는 학생이다. 신체적 특성으로는 모든 줄넘기 동작을 할 수 있지만, 공간 지각 능력이 떨어지며 줄넘기 동작을 쉽게 익히지 못해 줄넘기를 하는데 조금 어려움이 있었다.

학생 D는 학업능력이 조금 떨어지며, 소극적인 태도를 보이고 위축되어 있는 학생이다. 신체적 특성으로는 비만이며, 비만으로 인해 걷는데 어색하지만 모든 줄넘기 동작을 할 수 있는 능력이 있다. 하지만 소극적인 태도로 인해 줄넘기 동작을 배우는데 시간이 걸리며, 비만으로 인해 줄넘기를 하는 동작이 어색하였다.

연구 대상 학생들의 구체적인 특성은 <표 2>와 같다.

<표 2> 연구 참여자들의 구체적 특성

구분 \ 대상		학생A	학생B	학생C	학생D
성별		남	남	남	남
나이		16세	17세	16세	17세
학년		1학년	2학년	1학년	2학년
IQ (KISE-KIT)		39	38	49	53
SQ (사회성숙도 검사)		53	28	44	8.83
가족관계		부, 모, 형1	부, 모, 누나 2	부, 모	부, 모, 누나 2
장애진단명		지적장애 1급 (다운증후군)	지적장애 2급	지적장애 2급	지적장애 (미등록)
특성	학업 특성	초등학교 저학년 수준의 인지능력을 갖고 있음. 수업시간에 집중하는 시간이 매우 짧으며, 수업이 길어지면 힘들어 함. 자신이 좋아하는 수업에서는 오랫동안 한 가지 일을 잘 수행하기도 함.	학업능력이 현저히 낮으며, 수업시간에 집중도가 많이 떨어짐. 수업시간에 혼자 돋보이고 싶어 하고 이를 위해 과장된 행동을 자주 함.	수업시간에 집중도가 많이 떨어지며 교사나 친구들을 오래 쳐다보지 못하고 시선이 분주함. 수업시간에 질문 시 얼버무리거나 대답을 하지 못하는 경우가 많음.	학업능력이 일반 또래 학생들에 비해 떨어지며, 수업시간에 질문 시 대답을 잘 하지 못함. 말을 할 때 목소리가 작아 다시 질문해야 하는 경우가 많음.
특성	신체 운동 특성	말할 때 발음이 부정확하며, 소근육 사용기능이 낮은 수준임. 다리에 근력이 모자라 걷는 모양이 어색하며, 잘 넘어짐. 두발로 줄넘기하기와 외발뛰기, 다른 줄넘기 동작	장애가 있다는 것을 인식할 수 없을 정도로 외모나 언어능력에 결함이 없음. 운동능력이 뛰어나며 축구를 좋아함. 모든 줄넘기 동작들이 가능하며,	공간지각 능력이 떨어지며, 소근육 사용기능이 낮은 수준임. 체력이 약함. 신체 기능상 모든 줄넘기 동작들이 가능하나 동작들을 쉽게 익히지	상체와 하체 비만이며, 특히 하체 비만으로 인해 걷는 모양이 어색함. 체력이 약하고 운동 할 때 소극적인 태도를 보임. 모든 줄넘기 동작들이 가능하나 소극적인 태도로 인해 동

		들을 하는데 큰 어려움은 없으나 줄넘기를 할 때 허리가 구부러지며 가볍게 뛰어넘기가 어려움.	응용 동작 또한 쉽게 익히고 수월하게 할 수 있음.	못하며, 체력이 약해 쉽게 지치고 힘들어 함.	작을 익히는데 시간이 걸리고, 비만으로 인해 쉽게 지치고, 줄넘기를 하는 동작이 조금 어색함.
	행동 특성	평소 잘 웃고 사회성이 좋으나, 고집이 세고 주변에서 자신의 잘못을 지적하면 아이처럼 칭얼거리거나 짜증을 쉽게 냄. 교사의 관심을 받기 위해 아이같은 행동을 많이 함.	사회성이 좋고 보통 친구들과의 관계가 원만함. 하지만 충동성과 공격성을 보이고 성격이 매우 급함. 이로 인해 일반학급에서 친구들과의 다툼이 잦음. 상황에 따라 거짓말을 잘 하며, 교사의 눈치를 많이 살핌.	평소 잘 웃고 특수학급 친구들과 잘 지내나 소극적이며 위축된 행동을 많이 보임. 다리나 몸을 흔들거나 손톱이나 입술을 뜯는 행동을 반복적으로 보임. 보행시 혼자 중얼거리는 경우가 많음.	전체적으로 위축되어 있지만 특수학급 친구들과의 관계와 사회성이 나쁘지 않음. 반면에 알고 있는 사실을 자주 되물으며 확인하고 싶어 함. 혼자 교실 구석에서 앉아있는 경우가 많음. 친구가 마음에 들지 않는 행동을 했을 때 언어적 공격행동을 보이거나 교사에게 고자질을 잘 함.

2. 실험 장소 및 기간

중재 프로그램이 이루어진 장소는 인천광역시 A고등학교의 강당을 활용하였다. 이 강당은 학생들이 줄넘기 운동을 할 시에 활동에 전혀 지장을 받지 않고 조용하고 쾌적한 장소로 적합하였기에 선정하였다.

중재 프로그램 실시 기간은 9월 17일부터 10월 26일까지 실시하였다. 기초선 A1기간은 9월 17일부터 21일까지, 중재 B1기간은 9월 24일부터 10월 5일까지, 기초선 A2기간은 10월 8일부터 10월 12일까지, 중재 B2기간은 10월 15일부터 10월 26일까지 연구를 실시하였다. 연구의 구체적인 일정은 다음과 같다.

<표 3> 연구의 내용 및 기간

연구내용	연구기간
연구계획서 작성	2012. 06. 01 ~ 2012. 06. 30
연구대상선정 및 자료수집	2012. 07. 01 ~ 2012. 07. 20
문헌연구 및 자료분석	2012. 07. 21 ~ 2012. 08. 30
중재프로그램 계획 및 작석	2012. 09. 01 ~ 2012. 09. 16
중재프로그램 실행	2012. 09. 17 ~ 2012. 10. 26
실험 연구 및 분석	2012. 10. 27 ~ 2012. 12. 31
논문작성	2013. 01. 02 ~ 2013. 04. 15

3. 측정 도구

1) 연구대상 선정용 검사도구

본 연구는 대상 학생들이 어떠한 문제행동을 나타내는지 알아보기 위해 K-CBCL(아동·청소년 행동평가척도)를 사용하였다. K-CBCL은 크게 사회능력 척도(Social Competence)와 문제행동증후군 척도(Behavior Problem Scale)로 나뉘는데, 본 연구에 필요한 항목은 문제행동증후군 척도이기 때문에 사회능력 척도를 제외하고 문제행동증후군 척도만 측정하였다. 문제행동증후군 척도의 하위 구성 내용으로는 위축, 신체증상, 불안/우울, 사회적 미성숙, 사고의 문제, 주의집중 문제, 비행, 공격성, 내재화문제, 외현화문제, 총문제행동, 성문제, 정서불안정으로 나타난다.

K-CBCL의 모든 하위 척도들의 원점수들은 표준화된 T점수와 백분위로 환산하여 임상범위를 판단한다. 임상범위는 대체로 8개의 문제행동증후군 척도들에 대해 70T점, 즉 상위 98%에 해당하는 점수로 이를 기준으로 그 아래에 해당하는 점수들은 정상범위에 해당하는 것을 볼 수 있다. 98% 이상의 점수들은 각 척도들에 대해 임상적으로 유의한 수준으로 점수가 상승되어 있는 것으로 해석한다. K-CBCL의 문제행동증후군 척도들 중 본 연구에서 알아보고자 하는 외현화 점수와 내재화 점수를 측정하여 연구 대상 학생들의 원점수를 T점수와 백분위로 환산해보면 다음과 같다.

<표 4> 연구 대상 학생의 문제행동 점수

학생 / 점수	학생A		학생B		학생C		학생D	
	외현화	내재화	외현화	내재화	외현화	내재화	외현화	내재화
T점수	77	53	75	47	60	72	51	74
백분위(%)	100	62	99	38	86	99	55	99

위 표를 통하여 학생 A는 외현화 행동의 T점수가 77, 백분위 점수가 100%로 나타났고, 학생 B는 외현화 행동의 T점수가 75, 백분위 점수가 99%로 나타났다. 두 학생의 외현화 문제행동의 점수가 70T점수, 98%을 넘었기 때문에 임상적으로 유의하다는 결과가 나왔다. 따라서 두 학생은 외현화 행동에 문제가 있음을 알 수 있으며 내재화 문제행동의 점수는 두 학생 모두 70 T점수, 98%을 넘지 않은 것으로 보아 내재화 행동에 문제가 없다는 것을 알 수 있다.

학생 C는 내재화 행동의 T점수가 72, 백분위 점수가 99%로 나타났고, 학생 D는 내재화 행동의 T점수가 74, 백분위 점수가 99%로 나타났다. 두 학생의 내재화 문제행동의 점수가 70T점수, 98%을 넘었기 때문에 임상적으로 유의하다는 결과가 나왔다. 따라서 두 학생은 내재화 행동에 문제가 있음을 알 수 있으며 외현화 문제행동의 점수는 두 학생 모두 70 T점수, 98%을 넘지 않은 것으로 보아 외현화 행동에 문제가 없다는 것을 알 수 있다.

2) 관찰행동의 조작적 정의

대상 학생들이 나타내는 문제행동 중 외현화 문제행동과 내재화 문제행동을 측정하기 위하여 평소에 학생들이 나타내는 문제행동들에 대한 조작적 정의를 특수담당교사와 연구자가 6개월 이상 관찰한 결과 다음과 같이 정의하였다.

<표 5> 연구 대상 학생들이 나타내는 문제행동에 대한 조작적 정의

문제행동	표적행동의 내용	
외현화 문제행동	학생 A	• 친구에게 목조르기, 주먹으로 치기 또는 이러한 행동을 하려고 하는 의도가 보이는 행동 • 교사의 지시를 바로 따르지 않고 반항을 하는 행동 • 거짓말을 하는 행동 • 수업시간에 계속 자리에서 일어나거나 돌아다니는 행동 • 자신이 원하는 방향으로 일이 이루어지지 않을 때 벽을 때리거나 물건을 던지는 행동
	학생 B	• 친구를 밀거나 때리는 행동을 하거나 이러한 행동을 하려고 하는 의도가 보이는 행동 • 거리나 복도에서 남에게 방해가 될 만큼 큰 목소리로 이야기하거나 소리지르는 행동 • 교사의 지시를 바로 따르지 않고 반항을 하는 행동 • 거짓말을 하는 행동
내재화 문제행동	학생 C	• 자신이 하고 싶은 말을 할 때에도 목소리를 작게 내고, 말을 끝까지 하지 못하고 얼버무리는 행동 • 몸을 흔들거린다거나 다리를 계속 떠는 불안정한 행동 반복 • 수업시간에 질문 시 대답하지 못하고 우물쭈물하는 행동 • 혼자 중얼거리는 행동 • 손톱이나 입술 등 신체부위를 뜯는 행동 • 수업시간이나 쉬는 시간에 교사의 눈치를 자주 살피는 행동
	학생 D	• 혼자 구석에 앉아 한동안 말을 하지 않고 위축된 모습을 보이는 행동 • 자신이 하고 싶은 말을 할 때에도 목소리를 작게 내고, 말을 끝까지 하지 못하고 얼버무리는 행동 • 이미 알고 있는 내용을 다시 여러번 질문하는 행동 • 수업시간에 질문 시 대답하지 못하고 우물쭈물하는 행동 • 사소한 일에 지나치게 많은 주의를 기울이며 신경을 쓰는 행동

3) 문제행동 관찰기록표

이 연구에서는 중재를 시작하기 전 기초선과 음악줄넘기 운동 전,후를 관찰한 20분 동안을 2분 간격으로 나누고, 그 중 최초 1분을 20초 간격으로 학생들의 표적행동을 등간기록법으로 총 25회에 걸쳐 발생 빈도를 측정하였다. 표적행동의 발생여부를 외현화 문제행동은 ○로, 내재화 문제행동은 △로 기록하여 문제행동 발생 횟수를 관찰기록표에 기록하였다.

<표 6> 문제행동 관찰 기록표(빈도측정)

날짜 : 2012년 (　　) 월 (　　)일 (　　)요일 (　　)회기															
대상자 이름: 관찰자 이름:															
시간	2분			4분			6분			8분			10분		
	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초
문제행동															
시간	12분			14분			16분			18분			20분		
	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초	20초
문제행동															
외현화 문제 행동의 빈도							내재화 문제 행동의 빈도								

4. 연구 설계 및 절차

1) 실험설계

이 연구는 음악줄넘기 운동이 지적장애 학생들의 여러 가지 문제행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 단일대상연구를 실행하였다. 본 연구는 여러 단일대상연구 중 반전설계(ABAB)를 적용하여 실험을 실시하였다. 반전설계는 중재의 반복된 소개와 제거를

통해 목표행동과 중재와의 기능적 관계를 강력하게 입증할 수 있는 설계이다. 이는 독립변인과 종속변인간의 인과관계를 보여줄 수 있으며, 동일한 대상자의 동일한 행동에 대한 결과를 직접적으로 반복하는 연구이다.

반전연구는 종속변인의 변화가 즉각적이면서도 급격히 나타나며, 두 번째 기초선의 자료가 첫 번째 기초선의 수준으로 완전히 반전될 때 내적 타당도가 더욱 강화된다. 또한 한 대상자에 대하여 입증된 인과관계가 동일한 실험조건에서 유사한 대상자에게 반복해서 나타날 때에 연구결과의 외적타당도가 증명된다고 할 수 있다(이소현·박은혜·김영태 역. 2010). 본 연구의 참여자들이 보이는 문제행동들에 긍정적인 영향을 줄 수 있는 음악줄넘기 운동 프로그램 중재의 긍정적인 효과를 반복 입증함으로써 내적 타당도를 강화시킬 수 있다. 또한 네 명의 유사한 참여자들에게 나타나는 긍정적인 효과를 반복적으로 증명해 보임으로써 외적 타당도를 높일 수 있어 본 연구에 반전설계를 적용하였다.

2) 중재 프로그램의 내용

중재 프로그램은 음악줄넘기 지도자 3급, 2급 자격증을 가지고 있는 연구자가 직접 구성하였으며 체육 중등 2급 자격증을 가지고 있는 체육교사 두 명이 검토하고 재구성하였다. 음악줄넘기 운동 프로그램은 3단계인 도입, 전개, 정리 단계로 구성하여 실시하였다. 도입부분에서 동기유발을 위해 음악줄넘기의 동영상을 시청한 뒤, 학생들이 선택한 '앞으로'의 동요음악에 맞게 구성된 음악줄넘기를 교사의 시범으로 보여주고 음악줄넘기의 기본동작들을 익히도록 한다. 전개 단계에서는 학생들에게 '앞으로' 동요음악에 맞추어 구성한 음악줄넘기의 동작들을 회기마다 배우고 익힌다. 매 회기마다 주어진 동작을 연습할 시 박자를 맞추기 위해 '앞으로'의 빠르기에 맞춘 메트로놈에 맞추어 주어진 동작을 연습하게 하였다. 마지막 정리단계에서는 그동안 익힌 동작들을 전체적으로 정리하여 '앞으로'의 동요음악에 맞추어 완성하도록 연습한다. 마지막 회기에서는 음악줄넘기의 한 작품을 완성하여 성취감을 느낄 수 있도록 실시하였다.

음악 줄넘기 운동 프로그램은 개인 줄넘기와 짝 줄넘기로 구성하여 기본동작과 응용동작의 난이도를 고려하여 계획 하였다. 음악의 선정은 음악줄넘기 운동 프로그램을 실시하기 전 음악줄넘기 운동에 맞는 리듬과 박자를 고려하고 학생들이 좋아하는 동요와 가요 중 몇 곡을 뽑아 직접 고르게 하였다. 동요 중에서는 '조개껍질 묶어', '검은 고양이 네로', '앞으로', '작은 세상'을 제시하였고, 가요 중에서는 '사랑은 move', '반짝반짝', '러비더비' '붉은 노을'을 제시해 주었다. 학생들이 제시된 음악들 중 '앞으로' 동요를 가

장 많이 선택하여 학생들의 흥미도를 높이기 위해 음악줄넘기 운동의 음악으로 선정하였다.

반전 설계를 이용해 음악줄넘기 운동 프로그램을 4단계인 기초선 Ⅰ, 중재 Ⅰ, 기초선 Ⅱ, 중재 Ⅱ로 큰 틀을 구성한 뒤 중재를 15차시로 프로그램화 하였다. 기초선은 5회로 관찰하였으며, 중재는 2주에 7회, 8회로 20분씩 수업이 이루어 질 수 있도록 차시별 내용을 구성하여 적용하였다. 실험 시기는 학생들이 점심을 먹고 지루해 하는 20분을 활용하여 중재를 하였다. 관찰은 중재 후 5교시를 시작하는 시간부터 20분까지 학생들의 문제행동을 관찰하고 관찰기록표에 기록을 하였다. 매 회기의 구체적인 음악줄넘기 운동 프로그램의 구성을 보면 다음과 같다.

<표 7> 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용

단계	차시	주요내용	지도 유형
도입	1	음악줄넘기에 대해 설명하기 음악줄넘기 동영상 시청 교사의 시범 - '앞으로'에 맞춘 동작 시범	감상
	2	음악줄넘기의 기본동작 익히기 · 줄넘기 잡는 방법과 자세 익히기 · 양발 모아서 좌우, 전후로 뛰어보기 · 줄 바닥에 놓고 건너 뛰기	개인줄넘기
	3	음악줄넘기 기본도약 익히기 · 1회선 1도약으로 양발 모아 뛰기	개인줄넘기
전개	4	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 1회선 1도약, 1회선 2도약 양발 모아 뛰기	개인줄넘기
	5	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 외발로 뛰기 - 오른발, 왼발	개인줄넘기
	6	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 제자리에서 구보로 뛰기	개인줄넘기
	7	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 좌우, 전후로 벌렸다 오므리며 뛰기	개인줄넘기
	8	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 앞으로 옆으로 흔들어 뛰기	개인줄넘기
	9	음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 8자 돌리기 익히기 · 8자 돌리기 하며 뛰기	개인줄넘기
	10	음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · x자로 뛰기	개인줄넘기

	11	음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · 2인 맞서서 뛰기	짝 줄넘기
	12	음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · 2인 앞으로 옆으로 나란히 뛰기	짝 줄넘기
정리	13	음악줄넘기 '앞으로'의 기본+응용동작 음악에 맞추어 연습하기	개인+짝 줄넘기
	14	음악줄넘기 '앞으로'의 기본+응용동작 음악에 맞추어 연습하기	개인+짝 줄넘기
	15	'앞으로'의 음악에 맞추어 음악줄넘기 완성하기	개인+짝 줄넘기

(1) 기초선 Ⅰ

외현화·내재화 문제행동을 보이는 연구 참여자들의 기초선 측정을 위해 특수교사와 연구자가 6개월 이상 관찰하여 작성한 문제행동 조작적 정의 리스트를 가지고 5회기 동안 연속적으로 관찰하여 문제행동 관찰기록표에 기록하였다. 기초선 Ⅰ에서 수집된 자료가 안정된 경향을 보인 후에 중재를 시작하였다.

(2) 중재 Ⅰ

(가) 중재 Ⅰ기간에서의 중재 프로그램의 구성

기초선 Ⅰ 측정 후 학생들에게 음악줄넘기 중재 프로그램을 실시하였다. 점심시간을 중재 시간으로 적용하였기 때문에 중재를 시작한 초기에는 학생들이 조금 산만하고 들떠 있어 중재를 적용하기 쉽지 않았으나 점차 안정된 모습을 보였다. 시간이 지나자 학생들이 점차 음악줄넘기 운동에 대한 흥미를 가지는 것을 볼 수 있었다. 7회기에 걸쳐 중재를 실시한 뒤 기초선 Ⅱ 측정을 위해 중재를 중단하였다.

1회기의 중재 프로그램의 내용은 음악줄넘기 운동이 어떤 운동인지 설명하고, 음악줄넘기를 하는 동영상을 시청하며 학생들의 흥미를 높이고자 한다. 앞으로의 곡에 맞춘 음악줄넘기 시범을 연구자가 직접 보여주어 학생들이 앞으로 배울 동작들을 눈으로 익히게 한다. 2회기에는 음악줄넘기의 기본동작을 익히고, 줄 없이 양발을 모아 좌우, 전후로 뛰어보고 난 후 줄을 바닥에 놓고 양발로 줄을 넘어보는 기초적인 연습을 한다. 3회기에는 2회시에서 배운 줄을 바닥에 놓고 양발로 줄을 넘어보는 동작을 복습 한 후, 줄넘기의 기본동작인 양발 모아 1회선 1도약으로 줄을 넘어보는 연습을 한다. 4회기에

서는 3회기에 배웠던 1회선 1도약을 다시 연습하고, 응용동작인 1회선 2도약을 연습하도록 한다. 5회기에는 4회기에 배웠던 1회선 1도약, 1회선 2도약을 해보고 난 후, 외발로 뛰는 연습을 오른발, 왼발 모두 연습하도록 한다. 6회기에서는 5회기에서 배웠던 외발뛰기를 복습한 후, 제자리에서 줄을 넘으며 구보로 뛰는 연습을 한다. 7회기에는 6회기에 배운 제자리에서 구보로 뛰기를 복습한 후, 양발을 좌우, 전후로 벌렸다가 오므리며 뛰는 연습을 한다.

<표 8> 중재 Ⅰ기간에서의 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용

단계	차시	주요내용	지도 유형
도입	1	음악줄넘기에 대해 설명하기 음악줄넘기 동영상 시청 교사의 시범 - '앞으로'에 맞춘 동작 시범	감상
	2	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기의 기본동작 익히기 · 줄넘기 잡는 방법과 자세 익히기 · 양발 모아서 좌우, 전후로 뛰어보기 · 줄 바닥에 놓고 건너 뛰기	개인줄넘기
	3	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 기본도약 익히기 · 1회선 1도약으로 양발 모아 뛰기	개인줄넘기
전개	4	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 1회선 1도약, 1회선 2도약 양발 모아 뛰기	개인줄넘기
	5	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 외발로 뛰기 - 오른발, 왼발	개인줄넘기
	6	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 제자리에서 구보로 뛰기	개인줄넘기
	7	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 좌우, 전후로 벌렸다 오므리며 뛰기	개인줄넘기

(나) 중재 Ⅰ기간에서의 중재 프로그램 수업지도안

① 도입

이 단계에서는 학생들의 흥미와 주의를 끌어내기 위해 학생들이 직접 선택한 '앞으로'의 음악을 틀어주어 흥미를 이끌어내고, 수업 시 더 활동적으로 운동할 수 있도록 하였다. 또한 '앞으로' 음악의 박자와 리듬을 충분히 익힐 수 있도록 하였고, 전 시간에 배웠던 동작들을 복습해보면서 음악줄넘기 동작들을 익히도록 하였다.

② 전개

이 단계에서는 '앞으로'에 맞춘 여러 동작들을 하나씩 구체적으로 익히도록 하였다. 점차 응용된 동작들이 나오므로 동작을 빨리 익힌 학생들이 동작을 잘 익히지 못하는 학생들을 도와주며 서로 협력하도록 하였다. '앞으로'의 박자에 맞춘 메트로놈을 사용하여 학생들이 리듬감을 잃지 않도록 구체적으로 동작들을 지도하였다.

③ 정리 및 평가

이 단계에서 학생들은 오늘 배운 동작들을 한 번씩 해보며, 오늘 배운 동작에 대해 서로 얘기해보면서 어떤 점이 즐겁고, 어떤 점이 어려웠는지에 대해 정리해보는 시간을 갖도록 하였다. 다음 차시에 어떠한 동작을 배우게 될지 교사가 시범을 보여주며 설명해주어 학생들로 하여금 흥미를 갖도록 하였다.

<표 9> 음악줄넘기 운동 프로그램의 수업지도안 - 1차시의 예

대 상	고등학교 특수학급		차시	1차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'			
학 습 목 표	·음악줄넘기가 어떠한 운동인지 감상하고 느낌을 말해 볼 수 있다. ·'앞으로'의 동요에 맞춘 안무를 선생님의 시범을 통해 보고 동작에 대해 자신의 생각을 말 해 볼 수 있다.			
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 빔 프로젝트, 줄넘기 학생: 줄넘기			
단계 (시간)	학습 내용	교사·학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	·본 수업의 학습 목표를 제시한다.	·학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT

	동기유발	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 간단히 설명해주고 교사의 줄넘기 시범을 보여준다.	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 설명을 듣고 교사의 시범을 유심히 관찰한다.	줄넘기 & 음악CD
전개 (13분)	음악줄넘기 동영상 시청하기	· 재미있는 음악으로 선정되고 여러 동작들이 잘 조화된 음악줄넘기 동영상을 보여준다.	· 잘 숙련된 음악줄넘기를 하는 학생들과 선생님의 음악줄넘기 동영상을 흥미롭게 시청한다.	컴퓨터 & 빔 프로젝트
	동요 '앞으로'에 맞추어 구성한 음악줄넘기 동작 보여주기	· 음악줄넘기를 교사의 시범으로 보여주기 - 동요 '앞으로'의 음악에 맞게 교사가 미리 구성한 동작들로 쉽고 학생들이 익숙한 동작들로 구성하였다.	· 동요 '앞으로'에 맞게 구성된 음악줄넘기의 시범을 보여주시는 선생님의 동작을 잘 보고 그 동작들에 대해 얘기해본다.	줄넘기 & 음악CD
정리 및 평가 (4분)	형성평가	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 질문한다. · 음악줄넘기에 나왔던 동작들이 어떠한 동작이 있었는지에 대해 질문한다.	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 각자의 생각을 말해본다. · 음악줄넘기에 어떠한 동작들이 나왔는지 생각나는 동작들에 대해 말해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 내용을 간단하게 설명해준다.	· 다음시간에 배울 동작에 대해 생각해본다.	

(3) 기초선 Ⅱ

중재를 7회기 실시한 뒤 다시 측정한 기초선 Ⅱ에서는 학생 별로 차이가 있었다. 학생 A는 오히려 중재를 실시하기 전 측정한 기초선 Ⅰ보다도 문제행동의 빈도수가 더 높아졌고, 학생 B는 기초선 Ⅰ보다 높아지지는 않았지만 중재를 중지 한 후 다시 문제행동의 빈도수가 높아졌다. 학생 C도 역시 중재를 중지하고 난 후 문제행동의 빈도수가 높아졌으나 학생 D의 경우는 기초선 Ⅰ, 중재 Ⅰ, 기초선 Ⅱ 모두 비슷한 빈도수의 문제행동이 나타났다. 기초선 Ⅱ에서도 역시 5회기를 연속적으로 관찰하였다.

(4) 중재 Ⅱ

(가) 중재 Ⅰ기간에서의 중재 프로그램의 구성

중재를 다시 시작한 중재 Ⅱ기간에서는 중재를 처음 실시한 중재 Ⅰ기간보다 학생들이 음악줄넘기 운동을 실시하는데 있어서 매우 안정적인 모습을 보였다. 음악과 함께 동작을 하는 경우에는 참여도가 매우 높았으며, 즐거워하는 모습을 볼 수 있었다. 학생별로 조금씩 다른 결과를 보였지만 이 구간에서는 네 명의 학생 모두 문제행동의 빈도수가 줄어드는 결과를 얻을 수 있었으며, 앞으로 음악줄넘기를 계속 배우고 싶어 하는 의지도 볼 수 있었다. 중재 Ⅱ기간에는 8회기를 연속적으로 실시하였으며, 8회기 동안 학생들이 점차 안정되는 모습을 볼 수 있었다.

8회기에서는 3회기부터 7회기까지 배운 내용을 한 번씩 복습하는 것으로 시작해서, 다리를 앞으로 옆으로 흔들어 뛰기를 지도한다. 9회기에는 8회기에서 배운 앞으로 옆으로 흔들어 뛰기를 복습하고 난 후, 줄넘기의 손잡이를 잡고 8자 모양을 하며 돌리는 8자돌리기와 8자돌리며 뛰기 동작을 지도한다. 10회기에서는 9회기에 배운 8자돌리기와 8자돌리며 뛰기 동작을 해보고 난 후, 줄넘기를 X자 모양으로 하며 그 사이를 뛰어 넘는 X자로 뛰기를 연습하도록 한다. 11회기에는 10회기에 배운 X자로 뛰기를 복습 한 후, 두 명이 짝을 지어서 줄넘기를 하는 짝 줄넘기를 지도한다. 즉, 두 사람이 맞서 보며 한 사람이 줄넘기의 줄을 돌리며 뛰고 다른 한 사람이 같이 그 줄을 같이 넘는 2인 맞서서 뛰기를 연습하도록 한다. 이 때 줄을 돌리는 학생은 줄을 같이 넘는 다른 학생보다 줄넘기에 익숙하고 실수가 적은 학생으로 선정하여 짝을 구성하였다. 12회기에서는 11회기에 배운 2인 맞서서 뛰기를 복습하고 난 후, 한 사람이 앞을 보며 줄을 넘을 때 다른 한 사람은 옆에서 줄을 잡아 준다. 줄을 잡아준 한 사람이 앞을 보며 줄을 넘을 때 이 전에 줄을 넘었던 사람이 옆에서 줄을 잡아주는 2인 앞으로 옆으로 뛰기를 연

습하도록 한다. 이 때 짝 구성은 11회기에 짝 줄넘기를 했던 짝 구성과 동일하게 하도록 하여 호흡을 맞춰본 학생들끼리 동작을 더 쉽게 익히도록 한다. 13회기에서는 '앞으로'의 모든 동작을 음악에 맞추어 연습해보도록 하였다. 이 때 연구자는 좋은 모델로서 '앞으로'의 곡을 부분으로 나누어 시범을 보여주고 학생들이 리듬에 맞추어 따라하도록 수업을 진행한다. 14회기에서는 13회기에 부분적으로 나누어 연습해본 것을 복습하고 난 후 '앞으로'의 곡을 처음부터 끝까지 연속적으로 연습할 수 있도록 지도한다. 마지막 15회기에서는 학생들의 일반학급 담임교사들과 특수교사를 관객으로 모시고, 학생들이 '앞으로'에 맞추어 음악줄넘기 공연을 한다. 공연을 하는 모습을 동영상으로 찍어 학부모들이 시청할 수 있도록 하였으며, 일종의 소공연처럼 설정하여 학생들로 하여금 성취감과 자신감을 가질 수 있도록 구성하였다.

<표 10> 중재 II기간에서의 음악줄넘기 운동 프로그램의 차시별 지도 내용

단계	차시	주요내용	지도 유형
전개	8	3-7차시에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 앞으로 옆으로 흔들어 뛰기	개인줄넘기
	9	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 기본동작 익히기 · 8자 돌리기 익히기 · 8자 돌리기 하며 뛰기	개인줄넘기
	10	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · x자로 뛰기	개인줄넘기
	11	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · 2인 맞서서 뛰기	짝 줄넘기
	12	전 시간에 배운 내용 복습하기 음악줄넘기 '앞으로'의 응용동작 익히기 · 2인 앞으로 옆으로 나란히 뛰기	짝 줄넘기
정리	13	음악줄넘기 '앞으로'의 기본+응용동작 음악에 맞추어 연습하기-부분별로 연습	개인+짝 줄넘기
	14	음악줄넘기 '앞으로'의 기본+응용동작 음악에 맞추어 연습하기-전체 연습	개인+짝 줄넘기
	15	'앞으로'의 음악에 맞추어 음악줄넘기 완성하기 -음악줄넘기 공연하기	개인+짝 줄넘기

(나) 중재 Ⅱ기간에서의 중재 프로그램의 구성

① 도입

이 단계에서는 중재 Ⅰ기간과 마찬가지로 학생들의 흥미와 주의를 끌어내기 위해 학생들이 직접 선택한 '앞으로'의 음악을 틀어주어 흥미를 이끌어내고 수업 시 더 활동적으로 운동할 수 있도록 하였다. 또한 전 시간에 배웠던 동작들을 복습해보면서 음악 줄넘기 동작들을 익히도록 하였다.

② 전개

이 단계에서도 중재 Ⅰ기간과 마찬가지로 '앞으로'에 맞춘 여러 동작들을 하나씩 시범을 보여주고 구체적으로 충분히 연습하도록 하였다. 점차 응용된 동작들이 나오므로 동작을 빨리 익힌 학생들이 동작을 잘 익히지 못하는 학생들을 도와주며 서로 협력하도록 하였다. 또한 짝 줄넘기를 할 때 짝을 정할 때에는 줄넘기를 더 쉽게 익히고 운동신경이 있는 학생과 그렇지 않은 학생을 같이 할 수 있도록 하였다. 줄넘기를 더 잘 익힌 학생이 그렇지 않은 학생을 자연스럽게 도와줄 수 있도록 구성하였다. 마지막 3회기에서는 직접 음악에 맞추어 연습하여 충분히 곡을 익히고 리듬에 맞추어 줄넘기를 할 수 있도록 하였다.

③ 정리 및 평가

이 단계에서도 중재 Ⅰ기간과 마찬가지로 오늘 배운 동작들을 한 번씩 해보며, 오늘 배운 동작에 대해 서로 얘기해보면서 어떤 점이 즐겁고, 어떤 점이 어려웠는지에 대해 정리해보는 시간을 갖도록 하였다. 또한 다음 차시에 어떠한 동작을 배우게 될지 교사가 시범을 보여주며 설명해주어 학생들로 하여금 흥미를 갖도록 하였다. 마지막 회기에서는 음악줄넘기를 완성할 수 있도록 하여 학생들이 성취감과 자신감을 가질 수 있도록 하였다.

<표 11> 음악줄넘기 운동 프로그램의 수업지도안 - 8차시의 예

대 상	고등학교 특수학급	차시	8차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	·3-7차시에 연습한 동작들을 할 수 있다. ·앞으로 옆으로 흔들어 뛰기 동작을 메트로놈에 맞추어 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사·학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	·본 수업의 학습 목표를 제시한다.	·학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	·3-7차시에 연습했던 동작들을 시범을 보여주고 해 볼 수 있도록 한다.	·교사의 시범을 보고 3-7차시의 동작들을 해 보도록 한다.	줄넘기
전개 (13분)	앞으로 옆으로 흔들어뛰기 하기	·앞으로 옆으로 흔들어 뛰기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	·교사의 시범을 유심히 관찰한 후 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 직접 해 본다.	줄넘기
	메트로놈에 맞추어 앞으로 옆으로 흔들어뛰기 하기	·앞으로 옆으로 흔들어 뛰기를 할 수 있도록 앞으로 흔들어 뛰기와 옆으로 흔들어 뛰기를 한 가지씩 지도한다. ·메트로놈을 틀어주고 리듬에 맞게 앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 할 수 있도록 지도한다.	·앞으로 흔들어뛰기를 먼저 해 보고 옆으로 흔들어뛰기를 해 본다. 연습이 충분히 되면 번갈아 가며 연습한다. ·앞으로 옆으로 흔들어 뛰기를 메트로놈의 박자에 맞게 연습한다.	줄넘기 & 메트로놈

정리 및 평가 (4분)	평가	· 앞으로 옆으로 흔들어뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. · 앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· 앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. · 앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

5. 관찰 및 측정

실험은 기초선 기간과 중재 기간의 전 25회기에 걸쳐서 중재가 끝난 후 20분을 2분 간격으로 등간기록법을 사용하여 학생들의 문제행동 빈도수를 측정하였다. 관찰자와 특수교사의의 관찰기록표에 나타난 문제행동별의 빈도의 신뢰도를 90% 이상으로 하여 얻은 결과를 회기별 표로 나타내었고, 반전설계 그래프를 그려서 전체 연구 기간 중의 전반적인 문제행동을 비교하였다.

6. 관찰자간 신뢰도

관찰기록의 신뢰도를 확보하기 위해 관찰자간 신뢰도를 산출하였다. 관찰은 제 1관찰자(연구자)와 제 2관찰자(특수교육 10년 경력 이상의 특수학급 담당교사)가 하였다. 연구자는 제 2관찰자에게 실험의 목적과 방법, 관찰의 요점 등을 구두로 설명하였다. 실험이 끝난 후부터 20분 동안 제 1관찰자와 제 2관찰자가 학생들을 관찰하며 문제행동 관찰기록표에 표시하였다. 제 1관찰자와 제 2관찰자의 의견이 다른 경우에는 대화를 통해 측정 대상 학생의 행동에 대한 의견 일치를 하였으며, 관찰자간의 신뢰도는 90%가 넘도록 하였다. 구체적인 내용은 <표 12>와 같다.

<표 12> 관찰자간 신뢰도의 평균과 범위(%)

조건 / 학생	기초선 Ⅰ	중재 Ⅰ	기초선Ⅱ	중재Ⅱ	평균(범위)
학생 A	94.3	90.2	95.1	97	94.2(90.2-97)
학생 B	100	92.5	94.6	95.5	95.7(92.5-100)
학생 C	91.2	93.4	95.7	92.5	93.2(91.2-95.7)
학생 D	97.7	94.6	92.5	93	94.5(92.5-97.7)

7. 중재충실도

중재를 실시하는 동안 연구자가 중재를 충실하게 실행하였는가를 측정하기 위해 자가 충실도를 측정하였다. 실험이 끝난 후 평가지를 작성하는 방법으로 평가하였으며, 평가지의 내용은 중재 전반에 대한 연구자의 실험을 위한 준비 및 중재 과정에서의 전략, 피드백 등을 충실하게 실행하였는지를 평가하는 것으로 총 10문항으로 구성하였다.

평가는 '매우 그렇다' 5점, '그렇다' 4점, '보통이다' 3점, '그렇지 않다' 2점, '매우 그렇지 않다' 1점으로 계산하여 총점을 합산하여 백분율로 평균처리 하였다. 평균이 80% 이상인 경우 중재에 충실한 것으로 평가하였다. 평균의 결과가 80% 이상이 되어 중재에 충실한 것으로 나타났으며, 구체적인 내용은 <표 13>과 같다.

<표 13> 중재충실도의 평균과 범위(%)

조건 / 학생	기초선 Ⅰ	중재 Ⅰ	기초선Ⅱ	중재Ⅱ	평균(범위)
학생 A	100	88	100	89	94.3(88-100)
학생 B	98	93	100	95	96.5(93-100)
학생 C	100	86	100	92	94.5(86-100)
학생 D	100	91	96	88	93.8(88-100)

Ⅲ. 연구결과

1. 외현화 문제행동에 미치는 효과

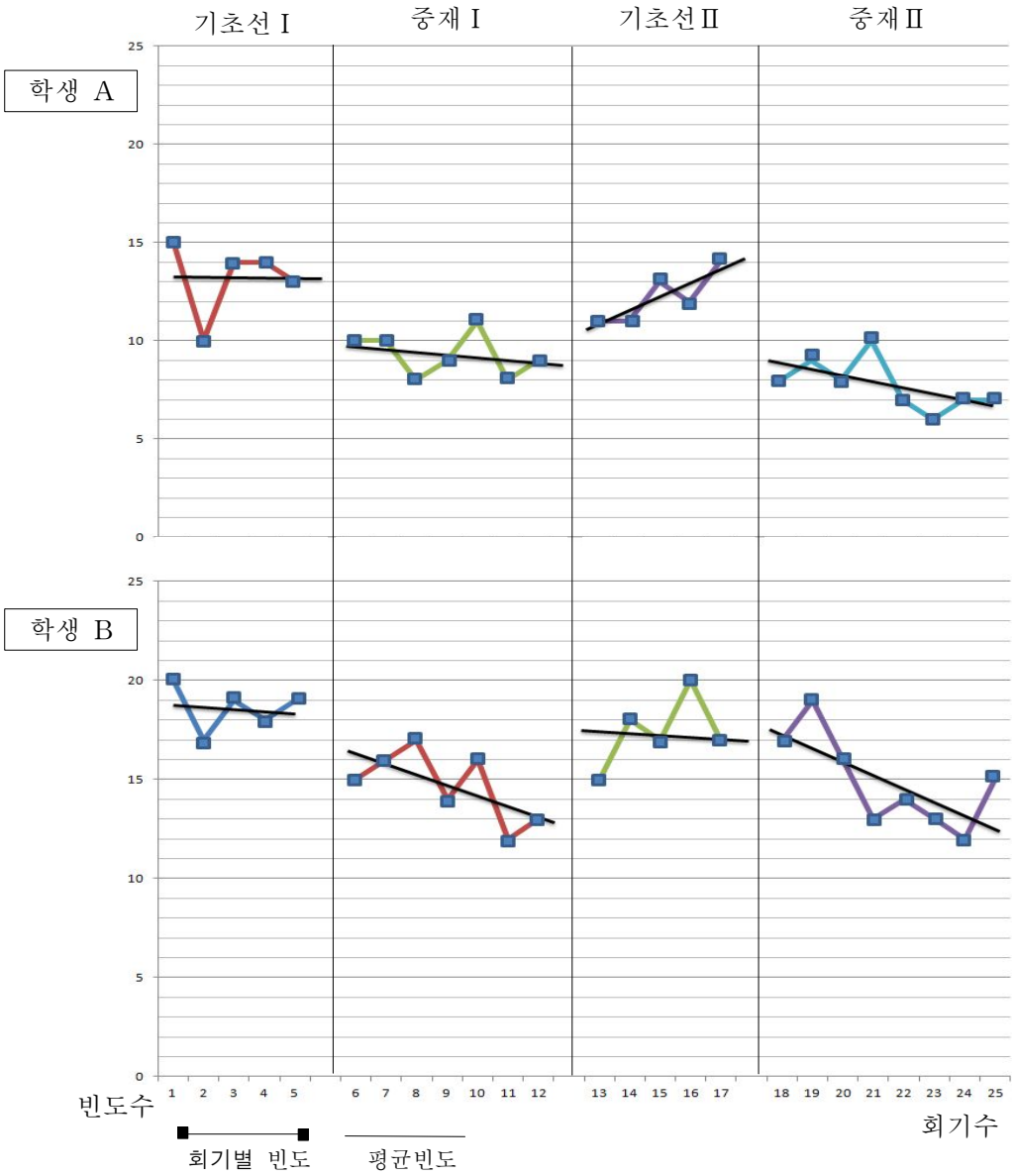
음악줄넘기 활동이 지적장애 학생들의 외현화 문제행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 외현화 문제행동을 보이는 학생 A와 학생 B의 기초선 Ⅰ기간, 중재 Ⅰ기간, 기초선 Ⅱ기간, 중재 Ⅱ기간 동안 관찰한 외현화 문제행동 빈도의 결과는 <표 14>와 같다.

<표 14> 외현화 문제행동의 평균 빈도수(범위)

구분	기초선 Ⅰ	중재 Ⅰ	기초선 Ⅱ	중재 Ⅱ
	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)
학생A	19.2 (18-21)	15.1 (12-20)	19.8 (17-23)	15.3 (13-18)
학생B	18.6 (17-20)	14.7 (12-17)	17.4 (15-20)	14.8 (12-19)

<표 14>에서 볼 수 있듯이 중재를 시작하기 전 기초선 Ⅰ기간을 보면 학생 A는 19.2, 학생 B는 18.6 평균 빈도수를 나타내 짧은 20분 동안 상당히 빈번하게 문제행동을 나타낸다는 것을 알 수 있었다. 음악줄넘기 운동을 활용한 중재 Ⅰ기간의 평균 빈도수를 보면 학생 A는 15.1이며 학생 B는 14.7의 평균 빈도수로 나타나 음악줄넘기 운동을 통해 외현화 문제행동이 줄어든 것을 알 수 있었다. 중재를 멈추고 기초선으로 돌아가 평균 빈도수를 관찰한 기초선 Ⅱ기간에서 학생 A는 19.8, 학생 B는 17.4의 평균 빈도수를 얻었다. 중재가 이루어지지 않아 다시 외현화 문제행동을 더 빈번하게 보이는 것으로 나타났다. 다시 중재를 시작한 중재 Ⅱ기간에서 학생 A는 15.3, 학생 B는 14.8로 평균 빈도수가 다시 줄어든 것을 볼 수 있었다. 결과를 종합해보면 음악줄넘기 운동 프로그램이 학생 A와 학생 B의 외현화 문제행동에 긍정적인 영향을 미친 것으로 해석 할 수 있다.

학생 A와 학생B의 외현화 문제행동의 빈도 변화를 그래프로 나타내면 <그림 1>와 같다.



<그림 1> 학생 A와 B의 행동의 빈도 변화

2. 내재화 문제행동에 미치는 효과

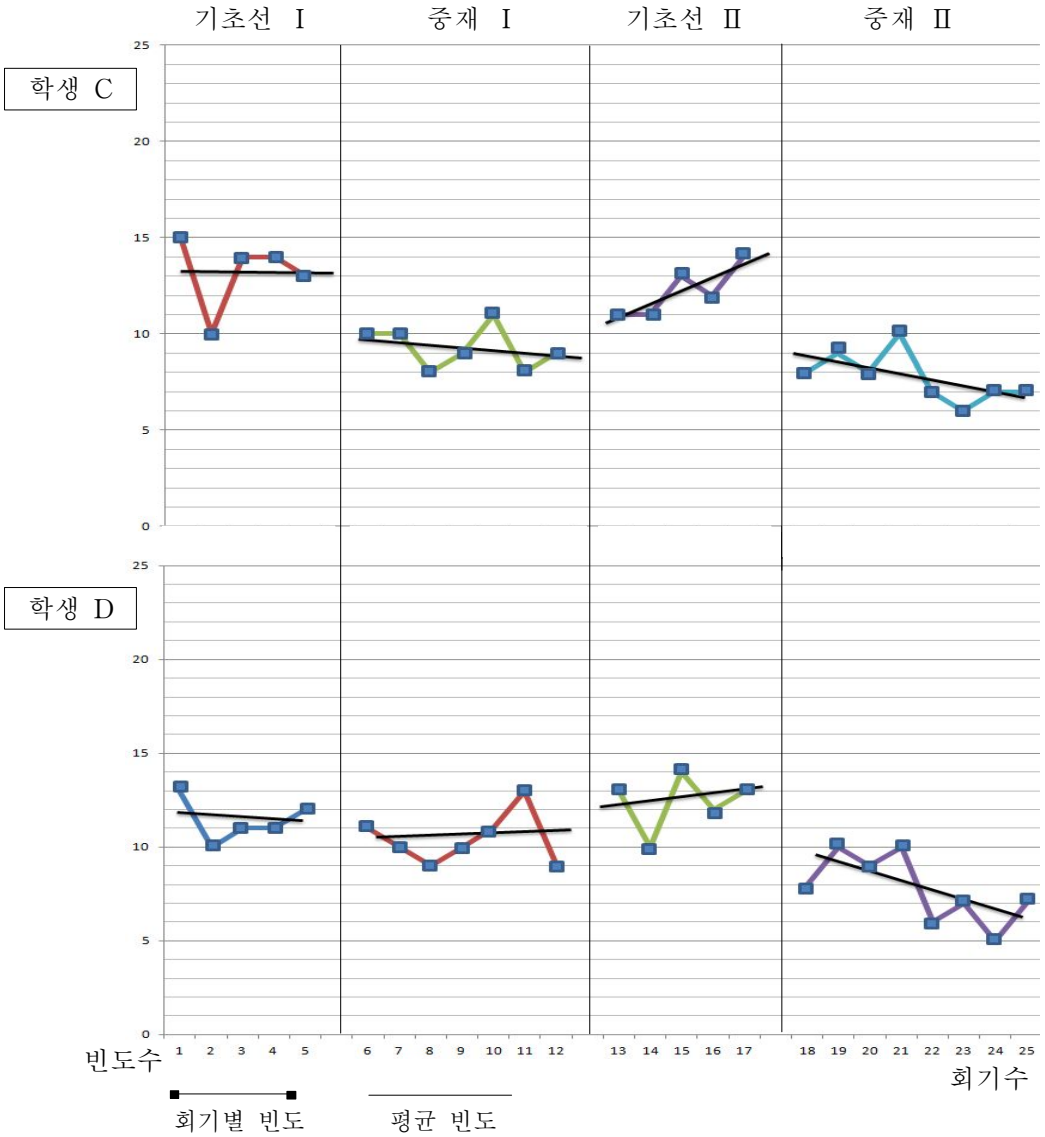
음악줄넘기 활동이 지적장애 학생들의 내재화 문제행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 내재화 문제행동을 보이는 학생 C와 학생 D의 기초선 Ⅰ기간, 중재 Ⅰ기간, 기초선 Ⅱ기간, 중재 Ⅱ기간 동안 관찰한 내재화 문제행동 빈도의 결과는 <표 15>와 같다.

<표 15> 내재화 문제행동의 평균 빈도수(범위)

구분	기초선 Ⅰ	중재 Ⅰ	기초선 Ⅱ	중재 Ⅱ
	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)	평균빈도수(범위)
학생C	13.2 (10-15)	9.2 (8-11)	12.2 (11-14)	7.6 (6-10)
학생D	11.4 (10-13)	10.4 (9-13)	12.4 (10-14)	7.8 (5-10)

<표 15>에서 볼 수 있듯이 중재를 시작하기 전 기초선 Ⅰ기간을 보면 학생 A는 13.2, 학생 B는 11.4의 평균 빈도수를 나타내고 있다. 외현화 문제행동을 가진 학생 A와 학생 B보다는 적은 횟수를 나타내지만, 짧은 20분 동안 꾸준히 문제행동을 나타낸다는 것을 알 수 있었다. 음악줄넘기 운동을 활용한 중재 Ⅰ기간의 평균 빈도수를 보면 학생 C는 9.2의 빈도수를 보여 이 전보다 내재화 문제행동이 줄어든 결과를 얻을 수 있었다. 학생 D는 10.4의 평균 빈도수를 얻어 미비하지만 내재화 문제행동이 줄어들었으나, 이 결과로 중재가 효과가 있다는 결론을 얻을 수 없었다. 중재를 멈추고 기초선으로 돌아가 평균 빈도수를 관찰한 기초선 Ⅱ기간에서 학생 C는 12.2로 다시 내재화 문제행동을 더 보였다. 학생 D는 12.4의 평균 빈도수를 얻어 이전보다 조금 더 내재화 문제행동이 늘어난 것을 알 수 있었다. 다시 중재를 시작한 중재 Ⅱ기간에서 학생 C는 7.6의 평균빈도수 결과를 얻은 것으로 보아, 학생 C에게 음악줄넘기 운동 프로그램이 긍정적인 영향을 주고 있다는 결론을 얻을 수 있었다. 학생 D 또한 7.8로 평균 빈도수가 줄어든 것으로 보아 음악줄넘기 운동 프로그램이 영향을 주었다고 볼 수도 있지만, 심리적 요인이나 환경적인 다른 변인이 있을 수 있음을 고려해 보아야 한다. 이는 단지 중재만으로 학생 D의 내재화 문제행동의 표출 빈도수가 감소했다고 결론을 내리는 것은 성급한 일반화의 오류이기 때문에 차후 중재를 지속적으로 적용해 볼 필요가 있다고 결론을 내렸다.

학생 C와 학생D의 내재화 문제행동의 빈도 변화를 그래프로 나타내면 <그림 2>와 같다.



<그림 2> 학생 C와 학생 D의 행동의 빈도 변화

Ⅳ. 논의 및 제언

1. 결론 및 논의

이 연구는 음악줄넘기 운동 프로그램이 일반 고등학교에 통합된 지적장애 학생들의 공격성, 비행, 충동성과 같은 외현화 문제행동과 소극적 행동, 불안, 우울 등의 위축된 행동과 같은 내재화 문제행동에 미치는 효과를 밝히려는 실험연구이다. 이 연구는 인천광역시의 A고등학교의 특수학급에 재학 중인 학생들 중 특수학급 담당교사, 일반학급 담당교사가 외현화 문제행동과 내재화 문제행동을 나타낸다고 추천한 학생 4명을 대상으로 선정하였다. 이 학생들을 대상으로 음악줄넘기 운동 프로그램을 15회기로 구성하고 중재를 하여 반전설계로 25회기 실험하였다. 학생별로 조금씩의 차이는 있었지만 이 연구를 통해 음악줄넘기 운동 프로그램이 학생들에게 긍정적인 영향을 준다는 결과를 얻을 수 있었다.

학생 A는 음악줄넘기 운동 프로그램을 시작하기 전 매우 산만하며 말이 굉장히 많았고, 소리를 잘 지르는 등 외현화 문제행동이 상당히 빈번히 나타났다. 중재를 시작하면서 이러한 문제들이 쉽게 줄어들지는 않았다. 그러나 중재 Ⅰ기간에서 2회기 중재를 할 때부터 집중력이 강화되는 것을 볼 수 있었으며, 말 수는 많았으나 소리를 지르며 말하는 횟수가 점점 줄어들었다. 중재를 멈추고 다시 기초선을 측정하는 기초선 Ⅱ기간에서는 예전처럼 산만해지며 집중하지 못하고, 소리를 지르거나 고집을 피우는 행동들이 점점 빈번하게 나타났다. 기초선 측정 후 중재가 다시 시작된 중재 Ⅱ기간에서는 중재 Ⅰ기간에서처럼 서서히 외현화 문제행동들이 감소하는 것을 관찰 할 수 있었다.

학생 B는 평소에 교사의 눈치를 항상 살피며 주목받기를 원하고, 쉽게 흥분을 하여 수업시간 분위기를 띄우는 반면에 굉장히 산만한 분위기를 조성하는 학생이다. 또한 친구들과의 관계가 원만하지만, 충동적이고 공격적인 성향을 보여 작은 일에 화를 잘 내는 성격이다. 가끔은 친구들에게 폭력적인 행동을 가하여 상대방을 위축되게 하는 경우도 있었다. 기초선 Ⅰ기간에는 평소에 보였던 행동들을 빈번히 보이며 수업 분위기를 산만하게 조성하였지만, 중재가 시작된 중재 Ⅰ기간 동안 쉽게 흥분을 하고 교사의 주의를 끄려는 행동들의 빈도수가 점점 줄었다. 4회기부터 점차 안정적으로 수업에 임하는 모습을 보였다. 중재를 멈추고 다시 기초선을 측정하는 기초선 Ⅱ기간에서는 외현화 문제행동들이 조금씩 빈번하게 발생되는 모습을 관찰 할 수 있었다. 다시 중재를 시작한 중재 Ⅱ기간에서는 처음 중재를 시작했을 때보다 더욱 빨리 안정감을 되찾는 모습을

볼 수 있었다.

이 두 학생들의 음악줄넘기 운동 중재 프로그램의 25회기에 따른 빈도수와 관찰 결과로 보아 음악줄넘기 운동 프로그램이 외현화 문제행동을 가진 학생들의 행동 변화에 긍정적인 영향을 준다는 것을 알 수 있었다. 앞으로 지속적으로 중재 프로그램이 이루어진다면 지금의 문제행동들을 감소하여 다른 긍정적인 행동들로 대체할 수 있을 것이라 보아졌다.

학생 C는 평소에 소극적이며 자신의 의견을 정확히 표현하지 못하고, 말을 할 때에 우물쭈물하며 대답을 잘 하지 못한다. 또한 다리나 몸을 흔들거나 입술을 깨무는 등 특정 불안 행동을 보이기도 하고 수업시간에 대답도 잘 하지 못하는 위축된 모습을 많이 보이는 경향이 있다. 하지만 특수학급 친구들과의 교우관계는 좋으며, 잘 웃고 교사의 지시를 잘 따르는 학생이다. 이 학생의 내재화 문제행동들을 처음 관찰한 기초선 Ⅰ기간에는 평소에 보이는 위축되고 소극적인 태도와 행동들을 그대로 보여주고 있었다. 중재를 시작한 중재 Ⅰ기간에서는 이전 보다는 덜 위축된 행동들을 보였으며, 음악줄넘기에 흥미를 보이며 나름대로 적극적으로 배우려는 시도들이 보여 졌다. 중재를 멈추고 관찰한 기초선 Ⅱ기간에는 서서히 내재화 문제행동의 빈도가 늘기 시작하였으며, 중재 프로그램을 적용하던 점심식사 후의 20분 동안 지루해 하는 것을 느낄 수 있었다. 이로 인해 교실 안을 돌아다니거나 의자에 앉아 다리나 몸을 흔드는 행동들을 볼 수 있었다. 다시 중재를 시작한 중재 Ⅱ기간에는 중재 Ⅰ기간보다 조금 더 적극적으로 중재 프로그램 활동에 참여하려는 의지가 보였으며, 연구자가 질문할 때에도 이전 보다 조금 더 빠르고 정확하게 대답하는 모습을 볼 수 있었다. 또한 다리나 몸을 떠는 행동이 줄어 내재화 문제행동의 빈도수가 줄어들었다. 이를 통해 음악줄넘기 운동 프로그램이 학생 C에게 긍정적인 영향을 주는 것을 알 수 있었다.

학생 D는 전체적으로 위축된 모습을 보이는데, 얼굴 표정에서 웃음을 숨기려들거나 화난 표정을 숨기는 등 자기의 감정표현에 대해 소극적인 모습을 보이는 학생이다. 평소에 친구들과 사이가 좋은데도 불구하고 구석자리에 혼자 앉아 위축된 모습을 보이고, 말을 할 때에도 목소리가 작아 다시 물어봐야 하는 경우가 많으며 말을 끝마치지 못한다. 또한 이미 알고 있는 사실이나 정보에 대해서 다시 질문하여 자신이 듣고 싶은 대답을 들으려하는 불안 증세를 보인다. 때로는 친구들이 잘못한 행동들을 교사에게 잘 고자질 하는 경향을 보이는 학생이다. 학생 D를 기초선 Ⅰ기간에서 관찰한 결과 다른 학생들보다 문제행동을 빈번히 보이지는 않지만 꾸준히 내재화 문제행동을 나타내는 것을 알 수 있었다. 중재가 시작된 중재 Ⅰ기간에서는 다른 학생들과는 달리 큰 변화가 보이지 않았고, 여전히 내재화 문제행동이 평소처럼 나타났다. 중재를 마치고 관찰한 기초선 Ⅱ기간에서도 이전과 같이 소극적이고 위축된 모습들이 꾸준히 나타났다. 하지만 다시 중재를 시작한 중재 Ⅱ기간에서는 그 전보다

잘 웃고 중재 프로그램에 조금씩 흥미를 보이며, 교사의 지시를 잘 수행하는 등 서서히 내재화 문제행동의 빈도수가 줄어든 것을 볼 수 있었다. 하지만 중재 Ⅰ기간에서 내재화 문제행동의 빈도가 감소하지 않았던 결과를 고려해볼 때 중재 Ⅱ시기에 어떠한 심리적인 변화나 환경적 변인들이 있을 수 있는 가능성을 생각해보아야 한다. 이러한 가능성을 생각해본다면 학생 D에게 음악줄넘기 운동 중재 프로그램으로 인해 내재화 문제행동의 빈도수가 줄었다고 말하기는 어려울 것이다. 따라서 학생 D에게 더 많은 회기의 중재를 적용해보고 지속적으로 관찰해 볼 필요가 있다.

이 실험을 통해 얻은 결론은 다음과 같다.

첫째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 외현화 문제행동을 감소시키는데 효과적이다. 음악줄넘기 운동은 음악으로 하여금 학생들의 흥미를 자극시키고 심리적으로 안정을 가져다준다. 또한 음악 리듬에 맞추어 줄을 넘으며 여러 춤 동작들을 같이 함으로써 에너지를 분출하게 해주고 체력향상을 할 수 있게 한다. 짝 줄넘기를 통한 협동학습으로 대인 관계 능력도 향상시킬 수 있다. 따라서 친구를 때리는 시늉을 하거나 물건을 던지는 행동, 쉽게 흥분을 하며, 흥분을 가라앉히지 못해 착석조차 하지 못하는 행동, 교사에게 반항을 하거나 큰 소리로 언성을 높여 주변 친구들이 상대적으로 위축되게 만드는 언어적 공격행동 등의 외현화 문제행동들을 감소시킨 것으로 나타났다.

둘째, 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생의 내재화 문제행동을 감소시키는데 긍정적인 영향을 준다. 음악줄넘기 운동이 줄이라는 장애물을 뛰어넘어야 하는 운동으로, 변화 있는 동작을 하며 줄에 걸리지 않고 뛰기를 계속 도전하기 때문에 의지력과 인내심을 기를 수 있게 된다. 따라서 말을 할 때 말꼬리를 흐리며 목소리를 과도하게 작게 내는 경우, 특이한 행동을 반복적으로 보이는 상동적인 행동, 사람들 앞에서 말을 해야 할 때 말을 하지 못하고 안절부절 하는 행동 등의 내재화 행동을 감소시킨 것으로 나타났다. 하지만 학생 D의 경우에는 기초선 Ⅰ와 Ⅱ 기간의 내재화 문제행동의 빈도수와 중재 Ⅰ 기간의 문제행동의 빈도수가 거의 차이가 나지 않았다. 따라서 다시 중재가 이루어진 중재 Ⅱ기간에서 학생 D의 내재화 문제행동 평균빈도수가 급격히 감소했다고 하더라도 음악줄넘기 운동 프로그램만을 통해 문제행동이 감소했다고 결론내리기는 어려울 것이다. 그 이유는 학생에게 다른 심리적인 변화나 환경적인 변인들이 영향을 주어 내재화 문제행동이 감소될 수 있음을 고려한다면 결과는 달라질 수 있기 때문이다.

따라서 이 논문에서는 음악줄넘기 운동 프로그램은 외현화 문제행동을 감소시키는데 단기간의 중재만으로도 효과적으로 나타났으며, 내재화 문제행동에도 긍정적인 영향을 미치지만 지속적인 연구가 필요하다는 결론을 얻을 수 있었다.

본 연구의 결과는 함승연(2011)의 연구에 의해 음악줄넘기 운동이 학교부적응 학생의 공격성 완화에 긍정적인 영향을 주었다는 결과와 곽상훈(2010)의 연구에 의해 음악줄넘기 운동이 ADHD 아동의 부적응행동에 긍정적인 영향을 주었다는 결과와 유사하며, 이 연구들은 본 연구의 결과를 직·간접적으로 뒷받침해주고 있다.

음악줄넘기 운동은 체력향상에도 탁월한 효과가 있다고 선행 연구들에 의해서도 증명되었지만, 이외에도 협동심, 사회성을 길러주며 음악과 함께 여러 동작들을 하며 스트레스를 해소할 수 있는 유익하고 즐거운 운동이다. 이러한 유익한 운동을 통해 부적응행동들과 문제행동들을 감소시키고 다른 긍정적인 대체행동으로 전환시킬 수 있다면 음악줄넘기 운동은 지적장애 학생들뿐만 아니라 일반학생들, 다른 장애를 지니고 있는 학생들에게도 좋은 운동 프로그램으로 자리 잡을 수 있을 것이다. 향후 음악줄넘기 뿐만 아니라 학생들에게 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 다른 유익한 프로그램들에 대한 효율적인 연구가 필요하다고 생각된다.

2. 연구의 제한점과 제언

이 연구의 제한점으로 먼저 지적장애 학생들의 지능이 낮다는 것을 고려하지 않고, 학생들의 문제행동을 K-CBCL으로만 문제행동 척도를 측정한 점이다. 지적장애 학생들의 공통된 특성 중 하나는 지적기능이 낮은 것이다. 낮은 지능으로 인해 자신이 하고 싶은 말이나 행동을 표현하는 방법을 잘 알지 못하거나 잘못 표현될 수 있다는 것을 고려하여 다른 진단도구를 병행해 문제행동을 측정하였다면, 더 정확한 문제행동을 알아낼 수 있었을 것이다. 향후 연구에서는 이러한 부분도 고려하여 연구가 이루어져야 할 것을 제안한다.

다음으로 음악줄넘기 운동의 음악을 선정할 때 생활연령을 고려하여 생활연령에 맞는 음악만을 학생들에게 제시했더라면 학생들의 연령에 맞는, 조금 더 수준있는 음악줄넘기 운동이 될 수 있었다는 점이다. 학생들이 선택한 음악을 중재 음악으로 선정한 점이 오히려 학생들의 생활연령을 덜 고려한 제한점이 되었다. 향후 연구에서는 학생들의 생활연령을 고려한 음악들을 제시하여 그 중 학생들이 선호하는 음악을 선정하는 것이 연구에 질을 높여줄 것이라 고려된다.

앞으로 이 연구의 결과를 심화하고 발전시키기 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 이 연구에서는 음악줄넘기 운동을 고등학교에 재학 중인 지적장애 학생들을 대상으로 적용해 보았으나, 이후 연구에서는 다른 장애 영역과 다른 학년의

학생들에게도 확대 적용해 볼 필요가 있다. 둘째, 이 연구에서는 음악줄넘기만을 프로그램으로 구성하였지만, 이후 연구에서는 대상 학생들에게 적합하고 다양한 운동 프로그램을 구성하여야 한다. 또 구체적으로 어느 종목이 지적장애 학생들의 문제행동 개선에 적합한지를 분석해 볼 필요가 있을 것이다. 셋째, 이 연구는 4명의 지적장애 학생을 대상으로 실시한 연구결과로 일반화하기 어려우므로, 다수의 학생을 대상으로 연구할 필요가 있다.

앞으로 음악줄넘기 운동과 같이 학생들의 문제 행동을 감소시킬 수 있는 여러 가지 중재를 통해 많은 학생들이 조금 더 나은 삶을 살 수 있도록 더 많은 연구가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

강원심(2008). 무용동작치료가 정신지체아의 기초체력과 적응행동에 미치는 영향. 공주대학교 대학원, 석사학위논문.

곽상훈(2010). 음악줄넘기 운동이 ADHD 아동의 부적응 행동에 미치는 효과. 대구교육대학교 대학원, 석사학위논문.

곽찬근·신현기(2001). 웹기반 협력학습이 정신지체아동의 사회적 기술 및 문제행동에 미치는 효과. 단국대학교 교과교육연구소: **교과교육연구, 5,** 65-84.

권인순·박지연(2008). 자기관리전략을 이용한 학교 적응행동교수가 지적장애 초등학생의 수업참여행동에 미치는 영향. **특수교육저널 : 이론과 실천, 9**(2)

김은화·체세민(2011). 통합예술치료가 지적장애 아동의 적응행동과 부적응행동에 미치는 영향. **예술심리치료연구, 7**(1)

김진화, 송병국, 고운미, 이채식, 최창욱, 임형백, 이창식, 김경준, 김진호, 권일남, 양승춘(2002). **청소년 문제행동론**. 서울 : 학지사

남상욱(2008). 고등부 정신지체 학생을 위한 음악줄넘기 지도방법 연구. 단국대학교 대학원, 석사학위논문.

문영옥·김형일(2004). 사회성 기술 훈련이 고등부 정신지체 학생의 사회적 적응능력에 미치는 효과. **특수교육연구, 11**(2), 377-399.

박경숙(1985). **특수아동의 판별과 교육적 조치**. 서울 : 한국교육개발원

박정식(2010). AAIDD 11차 지적장애 정의와 분류체제의 함의. **지적장애연구, 12**(4) 1-19.

배용정(2008). 음악줄넘기 운동을 통한 중학생의 신체조성 및 체력에 미치는 영향. 신라대학교 대학원, 석사학위논문

배주옥(2006). 무용동작교육이 정신지체아의 사회적응 향상을 위한 문제행동 감소에 미치는 영향. **대한무용학회,** 47.

서성숙(2008). 정신지체아동의 문제행동 감소를 위한 집단게임놀이치료. 명지대학교 대학원, 석사학위논문.

손형구(1998). **줄넘기 트레이닝법.** 서울 : 명진당

신선영·이동규(2008). 음악줄넘기 프로그램이 초등학생의 체력과 자기효능감에 미치는 영향. **한국초등체육학회지, 14**(1).

신종호·김동일·신현기(2009). **정신지체.** 서울 : 시그마프레스.

신현기(2004). **정신지체아 교수방법론**. 서울 : 교육과학사.

여광응·이점조·이명화(2006). 자기표현 미술활동이 주의력결핍 과잉행동(ADHD) 아동의 주의산만·공격성 행동 감소에 미치는 효과. **특수교육저널 : 이론과 실천, 7**(1)

유연경(2009). 중학교 일반학교에 통합된 장애학생교육을 위한 통합학급교사가 지각하는 지원실태와 요구. 대진대학교 대학원 석사학위논문.

이대형(2010). 음악줄넘기운동을 통한 초등학교아동의 사회성발달 효과. **학습자중심교과 교육연구, 10**(2).

이상춘·조인수(1989). **정신지체아 교육.** 전주 : 신아출판사

이선옥(2000). 학교사회사업 서비스 욕구에 관한 연구-학교생활 부적응 유형과 요인을 중심으로. 단국대학교 대학원 석사학위논문.

이소현·박은혜·김영태(2010). **단일대상연구.** 서울 : 학지사.

이소현·박은혜(2010). **특수아동교육.** 서울 : 학지사.

이왈규(1995). **줄넘기 지도의 실제.** 한국음악줄넘기연구회.

이주호·민현주(2008). 음악줄넘기 운동이 아동 신체활동의 즐거움 및 자아실현에 미치는 영향. **한국무용학회지, 8**(1).

이재신(2007). 일반학급에 통합된 정신지체아동의 학교생활과 적응행동양상. 인제대학교 대학원, 석사학위논문.

장혜경·최외선(2005). 게슈탈트 집단미술치료가 학교부적응 청소년의 자아가치관과 부적응 행동에 미치는 효과. **상담학연구, 6**(2).

전국교육대학 아동발달과 생활지도 연구회(1984) **아동발달과 생활지도.** 서울 : 교육 출판사.

정유진(2011). 음악줄넘기 운동프로그램이 지적장애 학생의 협응력에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원, 석사학위논문.

조한범·김미향·최성은(2002). 음악줄넘기운동이 남중생의 집단응집력 및 사회성에 미치는 영향. **한국체육학회지, 41**(2).

지종민(2011). 행동계약에 의한 초인지 전략 실천 효과성에 관한 연구 : ADHD아동을 중심으로. **특수교육저널 : 이론과 실천, 12**(1).

최만주(2007). 음악줄넘기 운동이 정신지체 학생의 체력향상에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원, 석사학위논문.

최원철(2010). 배드민턴 운동프로그램이 지적장애 청소년의 문제행동에 미치는 영향. 충남대학교 대학원, 석사학위논문.

함승연(2011). 방과 후 음악줄넘기 활동이 학교부적응 학생의 학교적응 및 공격성 완화

에 미치는 효과. 영남대학교 대학원, 석사학위논문.

Lynda Crane(2009). **정신지체: 지역사회 통합을 위한 접근**(정동영 외 역). 서울: 박학사.

Bandura, A.(1977). *Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2).*

Chen, Chao-Chien·Lin, Yi-Chun(2012). *Jumping rope intervention on health-related physical fitness in students with intellectual impairment. The journal of human resource and adult learning, 8*

E. M. Bower. Springfield. and C. C. Thomas(1970). *Early Identification of Emotionally Disturbed Children School.*

Gresham, F. M.(1981). *Social skills training with handicapped children: A review. Review of Educational Research, 51. pp.139-176*

Abstract

The Influence of 'Music Jump Rope Exercise' on The Problematic Behavior of High School Students With Intellectual Disabilities

Park soo-jin
Advisor : Prof. Jeong youn Kim, Ph.D
Major in Special Education
Graduate School of Education, Chosun University

The purpose of this study is to reveal the effects of 'Music Jump Rope' to the problem behavior in both external behavior problems such as aggression, juvenile delinquency, impulsiveness and internal behavior problems like passive behavior, anxiety, depression. The participants of this study are four handicapped students from a High School. They were selected by special education teachers and non special education teachers who made their decision based on the student's external and internal behavior problems.

Music Jump Rope Exercise Program was designed by a researcher, licensed in Music Jump Rope; which was also verified and restructured by Physical Education teachers. For this group of students 15 sets of the exercise will be conducted. This study will use a reversal design, and a total of 25 sets will be conducted, in which the frequency of behavior problems will be calculated. The final conclusion of this experiment is as follows:

Music Jump Rope exercise successfully helps intellectually disabled students with decreasing their external behavior problems. The beneficial effects of Music Jump Rope were that: music used in the program enhanced their interest and stabilized their psychological behavior; students were able to spend their energy while jumping and dancing, while also gaining some physical strength; and through the cooperative learning, students enhanced their ability to have better personal relationships.

Students with external behavior problems were also positively affected, after taking part in the Music Jump Rope program. These changes showed that Music Jump Rope can help them decrease the frequency in which bad behaviors occurred. For example: hitting or throwing objects at fellow classmates and teachers; getting upset easily and unable to settle down for a period of time; and intimidating students by raising their voice, saying bad words, and disobeying their teachers.

Music Jump Rope Exercise Program also had positive effects on decreasing the internal problematic behavior of intellectually disabled students. Students were able to improve their willpower and patience since they had to keep challenging themselves by jumping while also changing their poses. Therefore, the results showed a decrease on following behaviors: repeating an action constantly; mumbling the end of sentences and/or lowering their voices down excessively; and the inability to speak in front of people and being excessively nervous.

However, there was an exceptional result from one student. The frequency of his problematic behavior during the stage of base line 1, intervention 1, and base line 2 were quite similar. During his second intervention set his problematic behaviors started to decrease in frequency. Considering that the change of one's mentality and environment could affect the decrease of their internal behavior problem, it is hard to conclude that his problematic behavior got better only from the Music Jump Rope Exercise.

In conclusion, Music Jump Rope Exercise can possibly influence students who have external behavior problems to behave positively within a short period of time after starting the exercise program; students with internal behavior problems also showed improvements after taking part in the program. Though there were improvements conclusive results will not be possible until a longer study is conducted.

부 록

1. 음악줄넘기의 1차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	1차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 감상하고 느낌을 말해 볼 수 있다. · '앞으로'의 동요에 맞춘 안무를 선생님의 시범을 통해 보고 동작에 대해 자신의 생각을 말 해 볼 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 빔 프로젝트, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	동기유발	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 간단히 설명해주고 교사의 줄넘기 시범을 보여준다.	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 설명을 듣고 교사의 시범을 유심히 관찰한다.	줄넘기 & 음악CD
전개 (13분)	음악줄넘기 동영상 시청하기	· 재미있는 음악으로 선정되고 여러 동작들이 잘 조화된 음악줄넘기 동영상을 보여준다.	· 잘 숙련된 음악줄넘기를 하는 학생들과 선생님의 음악줄넘기 동영상을 흥미롭게 시청한다.	컴퓨터 & 빔 프로젝트
	동요 '앞으로'에 맞추어 구성한 음악줄넘기 동작 보여주기	· 음악줄넘기를 교사의 시범으로 보여주기 - 동요 '앞으로'의 음악에 맞게 교사가 미리 구성한 동작들로 쉽고 학생들이 익숙한 동작들로 구성하였다.	· 동요 '앞으로'에 맞게 구성된 음악줄넘기의 시범을 보여주시는 선생님의 동작을 잘 보고 그 동작들에 대해 얘기해본다.	줄넘기 & 음악CD
정리 및 평가 (4분)	평가	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 질문한다. · 음악줄넘기에 나왔던 동작들이 어떠한 동작이 있었는지에 대해 질문한다.	· 음악줄넘기가 어떠한 운동인지 각자의 생각을 말해본다. · 음악줄넘기에 어떠한 동작들이 나왔는지 생각나는 동작들에 대해 말해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 내용을 간단하게 설명해준다.	· 다음시간에 배울 동작에 대해 생각해본다.	

2. 음악줄넘기의 2차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	2차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 줄넘기를 잡는 방법과 자세를 할 수 있다. · 양발을 모아서 좌우·전후로 뛸 수 있다. · 줄을 바닥에 놓고 건너 뛸 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	동기유발	· 교사가 줄넘기를 하며 시범을 보여준다.	· 교사의 줄넘기 시범을 자세히 관찰한다.	줄넘기
전개 (13분)	줄넘기 자세 배우기	· 줄넘기를 잡는 방법과 자세를 하는 방법을 시범으로 보여주며 가르쳐준다.	· 교사가 하는 시범을 자세히 보고 따라한다.	줄넘기
	양발을 모아 좌우, 전후로 뛰어보기	· 줄넘기 없이 양발을 모아 좌우, 전후로 뛰는 시범을 보여주고, 학생들에게 직접 해보도록 가르친다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사가 줄 없이 양발을 모아 좌우, 전후로 뛰는 시범을 자세히 관찰 한 후 직접 해본다.	줄넘기
	줄을 바닥에 놓고 건너 뛰어보기	· 줄을 바닥에 가로로 놓고 그 줄을 뛰어 넘는 시범을 보여주고, 학생들이 직접 해볼 수 있도록 한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사가 줄을 바닥에 가로로 놓고 그 줄을 뛰어넘는 시범을 유심히 관찰하고 난 후, 그 동작을 직접 해본다.	줄넘기
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배웠던 동작들에 대해 질문한다. · 오늘 여러 동작들을 배우고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작들이 어떠한 동작이었는지 자유롭게 말해 본다. · 오늘 여러 동작들을 배우고 난 후의 느낌들에 대해 자유롭게 말해 본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

3. 음악줄넘기의 3차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	3차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 줄넘기의 양발모아 1회선 1도약을 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 메트로놈 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작들을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	양발모아 1회선 1도약으로 뛰어보기	· 양발을 모아 1회선 1도약하는 시범을 보여준 후 학생들이 해보도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰한 후 1회선 1도약 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
	메트로놈에 맞추어 1회선 1도약으로 뛰어보기	· '앞으로'의 박자에 맞게 설정해 놓은 메트로놈의 박자에 맞추어 1회선 1도약하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 해보도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰한 후 메트로놈에 맞추어 1회선 1도약을 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배운 동작에 대해 질문한다. · 1회선 1도약을 해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작이 어떠한 동작인지 자유롭게 설명해본다. · 1회선 1도약을 해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

4. 음악줄넘기의 4차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	4차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 메트로놈에 맞게 양발모아 1회선 1도약을 할 수 있다. · 메트로놈에 맞게 양발모아 1회선 2도약을 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 메트로놈 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	메트로놈에 맞추어 1회선 1도약으로 뛰어보기	· '앞으로'의 박자에 맞게 설정해 놓은 메트로놈의 박자에 맞추어 학생들이 1회선 1도약을 정확하게 할 수 있도록 지도한다..	· 교사의 지도에 따라 1회선 1도약을 메트로놈에 정확히 맞추어 할 수 있도록 연습한다.	줄넘기 & 메트로놈
	메트로놈에 맞추어 1회선 2도약으로 뛰어보기	· 1회선 2도약 시범과 메트로놈에 맞추어 1회선 2도약을 하는 시범을 보여준다. 그 다음 학생들이 직접 할 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 교사의 지도에 따라 1회선 2도약을 직접 해보고 메트로놈에 맞추어서도 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배운 동작에 대해 질문한다. · 1회선 2도약을 해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작이 어떠한 동작인지 자유롭게 설명해본다. · 1회선 2도약을 해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

5. 음악줄넘기의 5차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	5차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 외발(왼발/오른발)로 줄넘기를 할 수 있다. · 메트로놈에 맞추어 외발(왼발/오른발)로 줄넘기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 메트로놈 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	외발로 줄넘기 하기	· 왼발로 줄넘기 하는 시범과 오른발로 줄넘기 하는 시범을 보여주고 학생들이 직접 해 볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사의 시범을 보고 왼발로 줄넘기를 해보고, 오른발로 줄넘기를 해본다.	줄넘기
	메트로놈에 맞추어 외발로 줄넘기 하기	· 메트로놈에 맞추어 외발(왼발/오른발)로 줄넘기 하는 시범을 보여준다. 그 다음 학생들이 직접 할 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 외발(왼발/오른발)로 줄넘기를 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배운 동작에 대해 질문한다. · 외발로 줄넘기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작이 어떠한 동작인지 자유롭게 설명해본다. · 외발로 줄넘기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

6. 음악줄넘기의 6차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	6차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 제자리에서 구보를 하며 줄넘기를 할 수 있다. · 메트로놈에 맞추어 제자리에서 구보로 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 메트로놈 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	제자리에서 구보하며 줄넘기하기	· 제자리에서 구보를 하며 줄넘기 뛰는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해 볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰한 후 제자리에서 구보하며 줄넘기 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기
	메트로놈에 맞추어 제자리에서 구보하며 줄넘기하기	· 메트로놈에 맞추어 제자리에서 구보를 하며 줄넘기 뛰는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 제자리에서 구보하며 줄넘기 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배운 동작에 대해 질문한다. · 제자리에서 구보를 하며 줄넘기 뛰기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작이 어떠한 동작인지 자유롭게 설명해본다. · 제자리에서 구보를 하며 줄넘기 뛰기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

7. 음악줄넘기의 7차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	7차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 할 수 있다. · 메트로놈에 맞추어 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 메트로놈 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기 하기	· 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰한 후 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기
	메트로놈에 맞추어 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기 하기	· 메트로놈에 맞추어 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 오늘 배운 동작에 대해 질문한다. · 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	· 오늘 배운 동작이 어떠한 동작인지 자유롭게 설명해본다. · 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기해본다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

8. 음악줄넘기의 8차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	8차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	·3-7차시에 연습한 동작들을 할 수 있다. ·앞으로 옆으로 흔들어 뛰기 동작을 메트로놈에 맞추어 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사·학습 활동 교사활동	학생활동	자료 및 유의점
도입 (3분)	학습목표 제시	·본 수업의 학습 목표를 제시한다.	·학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	·3-7차시에 연습했던 동작들을 시범을 보여주고 해 볼 수 있도록 한다.	·교사의 시범을 보고 3-7차시의 동작들을 해 보도록 한다.	줄넘기
전개 (13분)	앞으로 옆으로 흔들어뛰기하기	·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	·교사의 시범을 유심히 관찰한 후 좌우, 전후로 벌렸다 오므렸다 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기
	메트로놈에 맞추어 앞으로 옆으로 흔들어뛰기하기	·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 할 수 있도록 앞으로 흔들어 뛰기와 옆으로 흔들어 뛰기를 한 가지씩 지도한다. ·메트로놈을 틀어주고 리듬에 맞게 앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 할 수 있도록 지도한다.	·앞으로 흔들어뛰기를 먼저 해 보고 옆으로 흔들어뛰기를 해 본다. 연습이 충분히 되면 번갈아 가며 연습한다. ·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 메트로놈의 박자에 맞게 연습한다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	·앞으로 옆으로 흔들어뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. ·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. ·앞으로 옆으로 흔들어뛰기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	·다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	·다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

9. 음악줄넘기의 9차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	9차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 줄넘기를 8자 모양으로 돌릴 수 있다. · 메트로놈에 맞춰 8자 돌리며 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	8자 돌리기 해보기	· 8자 돌리기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 8자 돌리기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한다.	줄넘기
	8자 돌리기를 메트로놈의 박자에 맞춰 연습하기	· 메트로놈에 맞추어 8자 돌리기를 하며 뛰는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 8자 돌리기를 해보고, 8자 돌리기를 하며 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 8자 돌리기하며 뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. · 8자 돌리기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· 8자 돌리기하며 뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. · 8자 돌리기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

10. 음악줄넘기의 10차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	10차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 줄넘기를 X자 모양으로 만들며 뛸 수 있다. · 메트로놈에 맞춰 X자로 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	X자로 뛰기 해보기	· X자로 뛰기를 하는 모습을 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· X자로 뛰기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한다.	줄넘기
	X자로 뛰기를 메트로놈의 박자에 맞춰 연습하기	· 메트로놈에 맞추어 X자로 뛰기를 하는 시범을 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 X자로 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· X자로 뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. · X자로 뛰기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· X자로 뛰기하며 뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. · X자로 뛰기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

11. 음악줄넘기의 11차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	11차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 두 명이 짝을 맞춰서 2인 맞서서 뛰기를 할 수 있다. · 메트로놈에 맞춰 2인 맞서서 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	2인 맞서서 뛰기 해보기	· 2인 맞서서 뛰기를 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해 볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 2인 맞서서 뛰기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한다. · 주어진 짝과 함께 2인 맞서서 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기
	2인 맞서서 뛰기를 메트로놈의 박자에 맞춰 연습하기	· 메트로놈에 맞추어 2인 맞서서 뛰기를 하는 시범을 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 2인 맞서서 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 2인 맞서서 뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. · 2인 맞서서 뛰기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· 2인 맞서서 뛰기하며 뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. · 2인 맞서서 뛰기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

12. 음악줄넘기의 12차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	12차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 두 명이 짝을 맞춰서 2인 앞으로 옆으로 나란히 뛰기를 할 수 있다. · 메트로놈에 맞춰 2인 앞으로 옆으로 나란히 뛰기를 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	2인 맞서서 뛰기 해보기	· 2인 맞서서 뛰기를 시범 보여 준 후 학생들이 직접 해 볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· 2인 맞서서 뛰기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한다. · 주어진 짝과 함께 2인 맞서서 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기
	2인 맞서서 뛰기를 메트로놈의 박자에 맞춰 연습하기	· 메트로놈에 맞추어 2인 맞서서 뛰기를 하는 시범을 보여 준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다.	· 교사의 시범을 유심히 관찰 한 후 메트로놈에 맞추어 2인 맞서서 뛰기를 직접 해본다.	줄넘기 & 메트로놈
정리 및 평가 (4분)	평가	· 2인 맞서서 뛰기가 어떻게 하는 동작인지 학생들에게 질문한다. · 2인 맞서서 뛰기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· 2인 맞서서 뛰기하며 뛰기를 어떻게 하였는지 자유롭게 얘기한다. · 2인 맞서서 뛰기를 한 후의 느낌을 자유롭게 얘기한다.	PPT
	차시예고	· 다음시간에 배울 동작을 간단하게 설명해주고 시범을 보여준다.	· 다음시간에 배울 동작의 시범을 보여주는 교사를 유심히 관찰하고 동작에 대해 생각해본다.	

13. 음악줄넘기의 13차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	13차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 여러 줄넘기 동작을 음악에 맞추어 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· 전 시간에 배운 동작을 학생들이 해 볼 수 있도록 한다.	· 전 시간에 배운 동작들을 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	동기유발	· '앞으로'의 음악을 틀어주어 학생들로 하여금 박자와 리듬에 익숙해지도록 하고, 흥미를 유발한다.	· '앞으로' 음악을 들으며 따라 부른다.	
전개 (13분)	'앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기 하기	· '앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기를 시범 보여준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· '앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한 후 직접 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	'앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기 하기	· '앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기를 시범 보여준 후 학생들이 직접 해볼 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· '앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기의 시범을 보여주는 교사의 동작을 유심히 관찰한 후 직접 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
정리 및 평가 (4분)	정리	· 학생들이 '앞으로'의 음악에 맞추어 1절, 2절을 연결하여 해 보도록 지도한다.	· '앞으로'의 음악에 맞추어 1절, 2절을 연결하여 음악 줄넘기를 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	평가	· 음악에 맞추어 줄넘기를 해 보고 난 후의 느낌을 질문한다.	· 음악에 맞추어 줄넘기를 해 보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기한다.	PPT

14. 음악줄넘기의 14차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	14차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	· 여러 줄넘기 동작을 음악에 맞추어 할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사 · 학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	· 본 수업의 학습 목표를 제시한다.	· 학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	· '앞으로'의 1절, 2절 음악에 맞추어 줄넘기를 할 수 있도록 지도한다.	· '앞으로'의 1절, 2절 음악에 맞추어 줄넘기를 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
전개 (13분)	'앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기 하기	· 학생들이 '앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기를 연습할 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· '앞으로' 음악의 1절에 맞추어 줄넘기를 연습한다.	줄넘기 & 음악 CD
	'앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기 하기	· 학생들이 '앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기를 연습할 수 있도록 지도한다. - 동작을 잘 하지 못하는 학생이 있으면 집중적으로 지도한다.	· '앞으로' 음악의 2절에 맞추어 줄넘기를 연습한다.	줄넘기 & 음악 CD
정리 및 평가 (4분)	정리	· 학생들이 '앞으로'의 음악에 맞추어 1절, 2절을 연결하여 해 보도록 지도한다.	· '앞으로'의 음악에 맞추어 1절, 2절을 연결하여 음악 줄넘기를 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
	평가	· 전 시간과 이번 시간에 음악줄넘기를 연습해보고 난 후의 차이점이 어떠한지 질문한다.	· 전 시간과 이번 시간에 음악줄넘기를 연습해보고 난 후의 차이점이 어떠한지 자유롭게 얘기한다.	PPT

15. 음악줄넘기의 15차시 수업지도안

대 상	고등학교 특수학급	차시	15차시 / 15차시
제 재 곡	동요 '앞으로'		
학 습 목 표	·'앞으로'의 음악에 맞추어 음악줄넘기를 공연할 수 있다.		
학 습 자 료	교사: 컴퓨터, 음악 CD, 줄넘기, 학생: 줄넘기		

단계 (시간)	학습 내용	교사·학습 활동		자료 및 유의점
		교사활동	학생활동	
도입 (3분)	학습목표 제시	·본 수업의 학습 목표를 제시한다.	·학습목표를 보고 다 같이 읽어본다.	PPT
	전시학습	·'앞으로'의 전체 음악에 맞추어 줄넘기를 할 수 있도록 지도한다.	·'앞으로'의 전체 음악에 맞추어 줄넘기를 해본다.	줄넘기 & 음악 CD
전개 (13분)	'앞으로' 전체 음악에 맞추어 음악줄넘기 하기	·학생들이 '앞으로' 전체 음악에 맞추어 공연할 수 있도록 돕는다. - 학생들이 동작을 잊지 않도록 학생들 앞에서 함께 음악줄넘기를 한다.	·'앞으로' 전체 음악에 맞추어 공연 한다. - 동작을 잊었을 때에는 교사의 동작을 보며 따라한다.	줄넘기 & 음악 CD
	'앞으로' 전체 음악에 맞추어 앵콜 공연하기	·학생들이 '앞으로' 전체 음악에 맞추어 앵콜 공연할 수 있도록 돕는다. - 학생들이 동작을 잊지 않도록 학생들 앞에서 함께 음악줄넘기를 한다. - 다른 교사들로 하여금 앵콜 공연을 이끌어내도록 한다.	·'앞으로' 전체 음악에 맞추어 공연 한다. - 동작을 잊었을 때에는 교사의 동작을 보며 따라한다.	줄넘기 & 음악 CD
정리 및 평가 (4분)	평가	·음악줄넘기를 배우고, 공연해보고 난 후의 느낌에 대해 질문한다.	·음악줄넘기를 배우고, 공연해보고 난 후의 느낌에 대해 자유롭게 얘기한다.	PPT

16. 중재충실도

항목	번호	내용	실행여부				
			매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
			1	2	3	4	5
준비	1	학생들이 준비물을 가지고 있는지 체크한다.					
	2	학생들의 흥미를 이끌어낸다.					
교수과정	3	모델링을 충분히 보여준다.					
	4	수업지도안에 맞게 중재를 충실히 지도한다.					
	5	학생들이 집중할 수 있도록 적절한 어조로 말한다.					
	6	학생들이 이해할 수 있도록 충분히 설명한다.					
피드백	7	질문에 대답할 수 있도록 충분히 기다려준다.					
	8	학생들이 동작을 이해하지 못한 경우, 충분히 설명해주고 신체적 촉진을 제공한다.					
	9	학생들이 자유롭게 동작을 연습하거나 이야기 할 수 있도록 편안한 분위기를 조성한다.					
	10	학생들이 질문할 때 대답을 충실히 해준다.					