



월간

# 초등 체육



# '월간 초등 체육' 창간호를 발간하며

교육 현장에서 최선을 다하는 선생님께 깊은 감사를 드립니다.  
천재교육에서는 초등 체육 수업을 운영하는 선생님께 도움을  
드리고자 '월간 초등 체육'을 발간하였습니다.

2022년 3월부터 월별로 초등 체육 관련 이슈와 교수법 그리고 다  
양한 수업 자료들을 제공합니다. 초등 현장에서 체육 수업을 운영  
하는 데 적극적으로 활용하시기 바랍니다.

## '월간 초등 체육' 창간 배경

- 빠른 정보 전달
- 초등 체육 동향 소개
- 교수법 공유
- 소통, 나눔, 궁금증 해결
- 연재물을 통한 다양한 체육 관련 자료 제공

## 새 학기를 시작하는 3월,

새싹같이 어여쁜 아이들과 수업을 준비하는 선생님께 '월간 초등 체육'에서 교수·학습에 도움이 되  
는 다양한 정보를 제공하겠습니다.

앞으로 많은 관심과 애정 그리고 적극적인 참여를 부탁드립니다.



# 소개

## 월간 초등 체육 기사단 라인업



Q

기사단의 뜻은 무엇인가요?

A

월간지의 기사를 책임진다는 뜻입니다.  
Article과 Knight의 중의적 뜻입니다.

Q

기사단이 하는 일은 무엇인가요?

A

1. 기사의 방향성을 정합니다.
2. 기사를 집필하고 검토합니다.
3. 게시할 기사를 선정합니다.
4. 문의 사항이나 도움 요청 시 대응합니다.
5. 체육 수업 길잡이, 제안, 자료 제작을 합니다.
6. 현장과 현장을 이어 주는 소통의 메신저 역할을 합니다.



# 1월간 초등 체육을 이끌어 갈 선생님들을 소개합니다

## 평가원을 아는 형님



고문수 교수님

- 07, 09, 15 초등체육 교과서 집필
- 교육부 2015 5~6학년 초등체육 교수-학습 자료 개발진
- 교육부 2015 초등 1~2학년 '안전한 생활' 심의진

## 체육 수업 고수되기



김양수 선생님

- 09 초등체육 교과서 집필
- '양수쌤의 체육 수업' 유튜브 운영
- 전국 교육연수원 초등1정자 격 연수 체육과 강사

## 체육의 맥



전세명 선생님

- 09, 15 초등체육 교과서 집필
- 교육부 2015 초등체육 교수-학습 자료 개발
- 교육부 체육과 교육과정 심의 위원

## 체육에 빠지는 시간



안해룡 선생님

- 07, 09, 15 초등체육 교과서 집필
- 2020 인천교육과정 초등체육개발
- 인천 초등수업연구대회 체육 1등급 다수
- 2020 교육부 원격교육 시범 학교 운영

## 춤이 놀이다



전세홍 선생님

- 무용 교육 석사
- 전국학교체육연구대회 1등급 외 다수
- '추미노리샘' 유튜브 및 블로그 운영
- 2022 개정교육과정 현장 네트워크 광주 예체능분과장

## 체육을 스타일링하다



성기백 선생님

- 15 초등체육 교과서 집필
- '열정기백쌤 기백반 체육교실' 유튜브 운영
- 2020 학교체육대상(교육부)
- 교육부 2015 3~4, 5~6학년 초등체육 교수-학습 자료 집필진

## 힐링 체육



이두형 선생님

- 09, 15 초등체육 교과서 집필
- 2020 인천교육과정 초등체육 검토 위원
- 중앙원격교육연수원 및 티처빌 원격교육연수원 체육 원격 강사



# “ 월간 초등 체육에 탑재할 연간 기사 계획을 안내합니다 ”



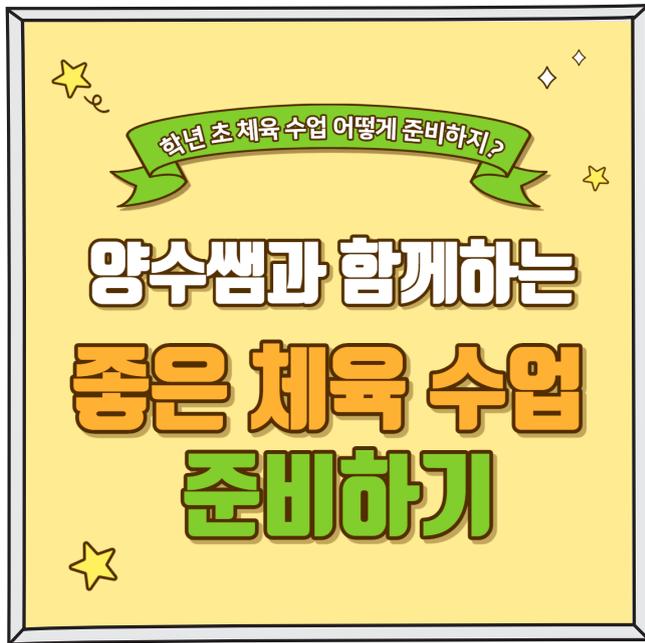
<p>4월호</p>	<p><b>특집</b> 온라인 수업 <b>연재</b> 교실 체육 <b>탐방</b> 초등체육 지역 연구회</p>	<p>9월호</p>	<p><b>연재</b> 배구형 경쟁 활동 <b>연재</b> 배구형 뉴스포츠 <b>기획 기사</b></p>
<p>5월호</p>	<p><b>특집</b> 1, 2학년 신체 활동 <b>특집</b> PAPS <b>기획 기사</b></p>	<p>10월호</p>	<p><b>특집</b> 교과 융합 수업 <b>특집</b> 블렌디드 러닝 <b>기획 기사</b></p>
<p>6월호</p>	<p><b>연재</b> 표현 활동 <b>연재</b> 영역형 경쟁 활동 <b>연재</b> 영역형 뉴스포츠</p>	<p>11월호</p>	<p><b>특집</b> 교과 융합 수업 <b>특집</b> 블렌디드 러닝 <b>기획 기사</b></p>
<p>7~8 여름방학호</p>	<p><b>연재</b> 필드형 경쟁 활동 <b>연재</b> 필드형 뉴스포츠 <b>기획 기사</b></p>	<p>12월호</p>	<p><b>특집</b> 교과 외 체육 수업 <b>특집</b> App 활용 체육 수업 <b>기획 기사</b></p>

※ 매달 편성 기획에 따라 다소 변경될 수 있습니다.

## “3월 한 달 이렇게 풀어 가요”



김양수(대전새미래초등학교 교사)



코로나19 팬데믹이 시작된 지 어느덧 2년이 지났습니다. 코로나19로 인해 2년간 정상적인 학교생활이 어려운 것도 안타까웠지만 학생들이 가장 좋아하는 체육수업, 학생들에게 가장 필요한 시기에 신체 활동을 제한적으로밖에 할 수 없었던 것은 정말 불행한 일이었습니다.

언제가 될지 기약은 없지만 코로나19가 종식되었을 때 학생들의 건강과 체력 상태를 자세히 검사, 측정했을 때 학교의 문을 닫고 방역에 열을 올렸던 감염병 예방 효과 보다 더 나쁘지 않기를 바랄 뿐입니다.

3월 신학기가 다가오고 있습니다. 체육 교과 전담 교사를 지원했거나 뜻하지 않게 체육 수업을 가르치게 되신 선생님의 고민을 덜어 드리기 위해 정상적인 체육 수업을 할 수 있다고 가정하고 신학기 준비에 필요한 내용을 알아보고자 합니다.

체육 수업에는 **왕도나 정답**이 없습니다. 오랫동안 체육 전담 교사로 근무하면서 생각해 본 것들과 소소한 노하우들 뿐이오니 교사 자신에게 필요한 것들만 체크하고 기록했다가 활용해 보시길 바랍니다.



## 선생님의 체육 첫 시간 어떻게 준비하면 좋을까요?

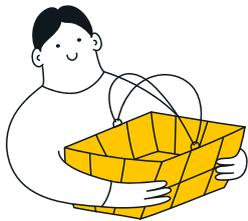
◆ **중금 01** ◆

◆ 첫 시간 수업 안내  
오리엔테이션 자료 제작 ◆

<b>01</b> 선생님의 수업 목표 알아보기	<b>02</b> 집중 & 움직임 신호 약속하기	<b>03</b> 체육 시간에 지켜야 할 규칙 알아보기
<b>04</b> 체육 수업으로 공부할 내용 알아보기	<b>05</b> 체육 활동 감상 2021년 체육 활동 사진	<b>06</b> 체육 수업 다짐하기

1년 동안 체육 수업을 할 계획을 학생들에게 안내하기  
위해서는 강당이나 운동장이 아닌  
비교적 수업 분위기가 **안정된 교실**을 추천합니다.  
안내 자료는 파워 포인트로 간단히 제작하여 활용하는  
데 자료에 들어갈 내용은 아래와 같습니다.

- 선생님 소개
- 선생님의 철학이 담긴 체육 수업 목표 안내
- 집중 약속 & 움직임 신호 안내
- 학생들이 체육 수업에서 지켜야 할 규칙 알아보기
- 1년 동안 체육 수업을 통해 공부할 내용 제시
- 전년도 체육 활동 장면이나 영상 감상
- 체육 수업의 다짐 외치기



좋은 체육 수업을 실천하기 위해 체육 전담 교사가 기본적으로 갖추어야 할 필수용품 3가지를 소개합니다.

첫 번째는 ‘전자 호각’입니다.

입으로 불어 신호를 주는 일반 호각 나름대로 장점이 있지만 코로나19로 인해 마스크를 쓰고 수업해야 하는 상황에서 ‘전자 호각’은 꼭 필요한 교사 체육 용품 중 하나입니다.

입으로 불어 신호를 주는 호각은 위생상으로도 ‘전자 호각’에 비해 단점을 가지고 있어 최근에는 ‘전자 호각’을 쓰는 것이 대세가 되었습니다. 전자 호각은 건전지를 교체하는 제품에 비해 USB 포트에 꽂아 충전해서 활용하는 제품이 최근에 출시되었기 때문에 선택할 때 참고하면 좋겠습니다.

두 번째는 ‘무선 마이크와 스피커 세트’입니다.

강당이나 운동장을 단독으로 쓸 때 활용하면 좋고, 육성으로 의사소통이 어려운 환경에서 체육 수업을 전개할 때 교사의 목을 보호할 수 있고, 학생들에게 안내를 쉽게 할 수 있으므로 추천드립니다. 무선 마이크를 선택할 때는 손에 들고 말하는 ‘핸드 마이크’ 대신 머리와 귀에 연결해 꽂고 말하는 ‘헤드셋 마이크’를 선택하는 것이 **시범이나 준비 체조** 등을 할 때 훨씬 편리합니다.

또한 체육 수업이나 체육 행사 시 음악을 활용하는 경우가 많은데 이때, 스마트폰에 음악을 다운받아 블루투스로 연결하면 강당과 운동장에서 음악을 활용할 때도 큰 도움이 됩니다.

세 번째 필수용품은 ‘빅타이머’입니다.

경기나 시합, 게임을 할 때 정해진 시간을 타이머로 맞추어 놓고 활용하기도 하고, **팀 대항 기록** 도전을 할 때 초시계로도 활용할 수도 있습니다. 최근에는 팀 간의 경쟁 대신 학급의 이전 기록에 도전해 기록을 단축하는데 도전하는 ‘클래스 레코드’ 형식의 체육 활동 전개도 좋은 아이디어 중 하나인데 이때에도 ‘빅타이머’를 요긴하게 활용할 수 있습니다.

궁금 03

◇ **명확한 수업 규칙 세우기** ◇

- 01 "규칙이야" 한마디로 상황 끝내기
- 02 말의 위력 / 규칙 설명은 한 번!
- 03 수업 규칙과 관리는 단호!  
활동은 재미, 친절!




학년 초 **명확한 수업 규칙**을 세우는 것만큼 중요한 것은 없습니다.

체육 수업을 가르칠 때 친절한 선생님과 단호한 선생님 중 어느 한쪽으로 치우치지 않는 대신 수업 규칙과 관리 면에서는 **단호함**으로 학생을 대하고, 체육 활동을 할 때는 **친절하고 재미있게** 운영하길 바랍니다. 이렇게 되기 위해서는 학년 초 체육 오리엔테이션을 할 때 선생님의 체육 수업의 철학과 목표를 설명한 후 선생님이 좋아하는 말과 싫어하는 말을 비교하며 말의 위력에 대해 이야기를 나누어도 좋습니다.

### 선생님이 힘이 나는 말들~

“선생님 체육 시간 재미있어요!”, “체육 시간이 역시 최고야!”, “저는 체육시간이 너무 좋아요!”

### 선생님을 화나게 하는 말들~

“선생님 피구 해요.”, “저는 하기 싫어요!”, “이거 왜 해야 되요?”, “우리 포기할래요.”

“여러분! 말의 위력은 대단한 거 알죠? 말로 선생님을 기분 좋게 하면 체육 활동도 1개 할 것도 2개 하고 다른 반보다 훨씬 재미있는 활동으로 준비할 거예요. 그런데 선생님을 힘이 빠지게 하고 화나게 하는 말을 하면 선생님이 상처받아 아마 여러분이 느끼는 체육 수업도 재미도 없고 힘들기만 할지 몰라요.”

학생들에게 체육 수업을 가지고 조건을 걸자는 이야기가 아닙니다. 선생님이 **자신의 심정을 솔직하게** 이야기하고 그렇게 규칙을 정한 것을 일관성을 가지고 지켜가면 학생들이 편안하게 느끼는 수업 분위기가 만들어진다는 의견을 제시하는 것입니다.

또 하나 학생들에게 어떤 체육 활동의 규칙과 방법을 설명할 때 열린 강당이나 운동장에서 주로 이루어지는 체육 활동을 교사의 설명만으로 쉽게 이해할 수 없기 때문에 학생과 교사가 질문과 답변을 계속 반복하게 되는 문제도 꺼내야 합니다.

체육 활동을 설명한 후 **70%의 학생들이 이해**를 한 것 같다고 느끼면 바로 활동으로 들어가는 것이 맞습니다. 학생들은 체육 활동을 직접 경험하면서 이해를 하게 되는 경우가 대부분이기 때문입니다. 묻고 답하는 것으로 아까운 체육 수업 시간을 낭비하는 것은 교사나 학생 모두에게 어리석은 일이 될 수 있습니다. 그래서 교사가 활동의 **규칙과 방법을 소개**한 후 필요한 질문을 받은 이후에는 질문을 받지 않는 것으로 약속하는 것이 좋습니다.

그래서 체육 수업 시간에 선생님이 말하는 **“규칙이야!”** 라고 말하는 한마디에는 위에 이야기한 여러 가지 상황에서 학생들이 나쁜 언어 사용을 금지한다는 의미와 체육 수업에 방해가 되는 행동이나 말은 선생님이 절대 받아들이지 않겠다는 단호함을 나타내는 것입니다.

---

**학생:** “선생님 이거 왜 해야 되요? 하기 싫어요!”

**교사:** “규칙이야!”

---

**짧은 한마디**지만 원활한 수업 진행을 위해 규칙과 관리에서는 단호함을 유지하고, 체육 활동을 할 때 재미있고 친절한 선생님이 되길 바랍니다.

궁금 04

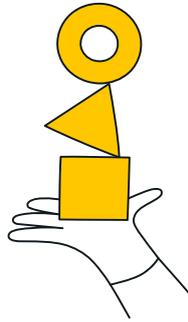
## 원활한 체육 수업 진행을 위한 체육 모둠 나누기



**01** 체육 부장 / 모둠(패)장부터 선정하기

**02** 모둠(패)은 드래프트로 정하기

**03** 체육 교과서와 패록 살펴보기



1년간 원활한 체육 수업 진행을 위해서라면 학년 초 체육 **모둠(조) 편성**을 하는 것도 중요한 일 중 하나입니다. 활동할 때마다 모둠이나 팀을 편성하는 방법도 있지만, 학생들에게 리더의 역할도 경험시키고 각자에게 **소속감, 책임감** 등을 길러 주기 위해서는 모둠에 편성하여 일정한 기간 동안 운영하는 방법도 고려해 보길 바랍니다.

제가 운영했던 방법을 소개해 보면 먼저 학년 초 학급별로 체육부장과 **모듬장(=패장)**을 먼저 정합니다.

체육부장은 여학생 중에서 자신이 원하는 학생이나 학급 **친구들의 추천**을 받아 정하는 것으로 원칙을 정합니다. 그 이유는 일반적으로 체육 활동에 관심이 높은 남학생들은 굳이 내 편으로 만들지 않아도 되지만, 고학년에 올라갈수록 신체 활동에 소극적인 여학생 중 체육 부장을 정하면 1명이라도 더 우군을 만들 수 있다는 점과 여학생들 특성상 혼자가 아닌 여러 친구들과 함께 어울려 다니기에 여러 명을 체육 수업에 더 관심을 가지고 참여하도록 하기 위함입니다.

**모듬장(=이꿈이, 패장)**도 체육에 관심이 높거나 모듬장으로 체육 시간에 봉사하고 섬길 학생 중에서 희망을 받아 남, 여 3명씩 6명을 정합니다.

학생들에게 체육 교과서와 전년도에 선배들이 작성했던 패록을 시간을 준 다음 모듬장 6명은 가위바위보로 우선권을 순서대로 가지고 출석부를 보면서 한 명씩 스카우트를 하게 됩니다.

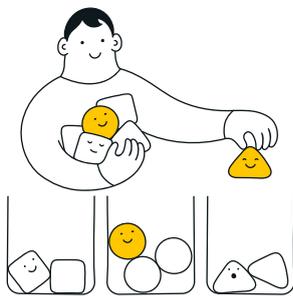
모듬(패) 이름은 6개 패를 미리 정해 두고 안내하는데 **‘하나패’, ‘믿음패’, ‘협력패’, ‘사랑패’, ‘우정패’, ‘희망패’** 등 6개 패로 나누게 되며 처음에 ‘하나패’에게 패원을 뽑을 기회를 주었다면 그 다음에는 거꾸로 ‘희망패’에서 먼저 패원 뽑을 기회를 주어 공정하게 운영하는 것이 좋습니다. 또한 각 패는 패장에 따라 남-여-남-여 순이나 여-남-여-남 순으로 패원을 뽑는 것으로 약속하여 실천하게 됩니다.

이렇게 모듬(패, 조)편성이 끝났으면 ‘패원들의 역할 분담표’를 나누어 주고, ‘이꿈이’부터 ‘꿈꿈이’까지 수업 중 할 일을 확인하면서 **역할을 분담**하게 됩니다.

궁금 05

## 소외감 ZERO 다양한 짝짓기와 팀 정하기

- 선생님 대 모둠(패)장 가위바위보
- 운동 능력이 비슷한 2명씩 짝지어 가위바위보
- 학생들에게 맡기는 모둠 정하기

이번에는 고정으로 정해 두고 활용하는 모듬이 아닌 체육 활동이나 게임, 시합을 하기 위한 짝이나 그룹, **팀 정하기 방법**입니다.

먼저 선생님과 함께하는 체육 수업 시간에는 ‘**깍두기**’ 친구가 없는 시간임을 강조합니다. 예를 들어 2명이 체육 활동을 할 때 2명씩 빨리 짝을 지으라고 지시한 후 제자리에 앉게 합니다. 그러면 짝을 이루지 못한 학생이 남아 서 있게 되는데 이때 **교사**가 빨리 가서 짝이 되어 줍니다. 그리고 학년 초에 짝이나 그룹을 못 이룬 친구가 있게 되면 “**저희가 모셔 갈게요!**”라고 먼저 손드는 친구에게 **칭찬해 주는** 것으로 약속하는 방법 등을 활용합니다. 아무리 재미있고 즐거운 체육 활동 시간이라도 혼자 남는 ‘**깍두기**’가 되면 그 학생은 체육 활동에 즐겁게 참여하지 않을 수 있다는 점도 간과하지 말아야 합니다.

그럼 소외감이 덜 드는 **짝짓기와 그룹 짓기, 팀 정하기**에는 어떤 방법이 있을까요?

먼저 6개 패로 나누었을 때 손쉽게 팀을 정하려면 선생님과 패장 6명이 가위바위보를 하여 이긴 패장 3명이 같은 팀이 되고, 진 3명이 같은 팀이 되도록 할 수 있습니다. 또한 가장 간편하게 팀을 정하려면 **운동 능력이 비슷한 2명씩** 만나 가위바위보를 해서 **이긴 팀과 진 팀**으로 팀을 정하는 방법도 활용할 수 있습니다. 단, 이때에는 운동 능력이 비슷한 친구들은 서로 가위바위보를 피해 같은 팀이 되려고 전략을 짤 수 있기 때문에 운동 능력이 우수한 학생들은 **교사**가 짝을 지어 줄 수도 있습니다.

## 가위바위보 A, B, C



시간은 들겠지만 가장 좋은 그룹 짓기나 팀 정하기 방법 중 하나는 **학생들에게 말기는 방법**이라 할 수 있습니다. 각 학급에서 학급 친구들 모두에게 불평이 나오지 않도록 최대한 공평하게 양 팀으로 정해 오도록 하는 방법입니다. 학생들 스스로가 팀을 편성했으니까 어느 팀이 '약하다', '강하다'를 쉽게 말할 수도 없고, 체육 수업 시간에 팀을 정하는 수고와 시간도 절약할 수 있는 장점이 있기 때문입니다.

두 가지 행운과 아이디어가 담긴 **그룹 짓기 방법**도 소개해 봅니다.

첫째, **'가위바위보 A, B, C'**입니다.

4명씩 만나도록 지시합니다. 자신이 원하는 친한 친구들 4명씩 만나게 됩니다. 이제 가위바위보를 하라고 한 후 1등(A), 2등(B), 3등(C), 4등(D)가 되어 자신의 알파벳을 크게 말해 같은 알파벳 친구들 4명이 만나면 빠르게 자리에 앉으라고 지시하는 방법입니다.

## 네코너



두 번째는, **'네코너'** 방법입니다.

4명씩 만나라고 지시하면 원하는 친구들 4명씩 만나게 됩니다. 가위바위보를 하도록 한 후, **강당의 네 코너**를 가리키며 1등부터 4등까지 **각 코너로 이동**하도록 합니다. 이렇게 간단히 4팀으로 나눌 수 있는데 학생들이 원하는 친구들끼리만 활동하려고 할 때 이 방법을 활용하면 4명 모두 팀이 나뉘게 되는 간단한 방법이라서 같은 학생들끼리 팀을 이루려고 할 때 잘 활용하길 추천

# “ 생존 수영 ”



이두형(인천용현남초등학교 교사)



무엇보다 초등학생의 생존 수영 능력 함양을 위해 학년 별로 매년 10시간 이상의 수영 교육을 지도하는 모든 선생님들의 노고에 감사드립니다.

하지만 교육부에서 실시한 최근 조사에 따르면 초등학교 생존 수영 교육의 만족도가 다른 사업에 비해 상대적으로 낮은 것으로 나타났습니다. 그 원인 중의 하나가 ‘지도 내용의 위계성’이라고 생각합니다. 다시 말해 생존 수영 교육은 일회성의 수영장 방문이나 체험으로 이루어지는 것이 아니라, 수준과 학년에 따라 지도 내용을 체계화하여 이론적인 부분부터 체계적으로 지도하는 것이 중요하기 때문입니다.

이에 현장의 생존 수영 수업 지도에 도움을 주려고 4차시 분량의 이론 수업 자료를 제작하였습니다. 이 자료에는 ‘초등학교 수영 교육 표준 프로그램’, ‘이론적 배경’, ‘학생 중심의 활동’에 관한 내용을 담았습니다.

학교마다 환경이 다르고 학생들의 능력도 당연히 개인차가 있을 것입니다. 따라서 본 자료는 모든 학생이 반드시 알아야 하는 필수 내용 위주로 구성하였습니다.

특히 코로나 상황에서 생존 수영을 준비하고 지도한다는 것이 얼마나 어려운 일인지 체육 업무를 15년 가까이 하는 저도 잘 알고 있습니다. 다시 한번 선생님들의 노고에 감사드립니다.

바람이 있다면 저의 자료로 초등학생이 생존 수영 교육을 체계적으로 배우고 익혀, 건강하고 안전한 삶을 살아가는 역량을 기를 수 있도록 적극적으로 활용하여 주시기 바랍니다.



유튜브나 각종 영상 도서 자료로 수업한 내용을 평가·확인할 수 있는 수업 활동 자료입니다. 오프라인뿐만 아니라 학습지 형태로 배부하여 온라인 수업에도 활용할 수 있으며 생활 기록부 기재 등의 평가 자료로 활용할 수 있습니다. 각 수업의 끝에 평가의 자료로 활용하길 바랍니다.

### 1 수영장에 가기 전에 알아보아요

**학습1** 이것만은 꼭 지켜요.

1 오늘은 생존 수영을 익히러 수영장에 가는 날이에요. 어떤 것을 준비해야 좋을지 천재의 수영 가방에서 가져가야 하는 것에는 ○표, 꼭 가져가지 않아도 되는 것에는 ×표를 해 보아요.



2 다음 중 수영장에 가기 전 내가 반드시 해야 하는 일에는 ○표, 하지 말아야 하는 일에는 ×표를 해 보아요.

- 1 수영장 가기 전에 체온을 측정하여 열이 있는지 확인한다. ( )
- 2 수영장에서 목이 마를 수 있으므로 가기 전에 최대한 물을 많이 마신다. ( )
- 3 가벼운 스트레칭 및 준비 운동으로 몸을 가열해 준다. ( )
- 4 준비물을 다시 한번 확인하여 빠진 것이 없는지 확인한다. ( )
- 5 소변·대변과 같은 용변은 가능한 수영장에 들어가기 전에 미리 한다. ( )
- 6 몸에 상처가 있는지 체크하고 있으면 선생님께 이야기한다. ( )
- 7 수영장에 들어가는 안 되는 이유가 있으면 선생님께 이야기한다. ( )
- 8 수영은 많은 에너지를 소모하므로 이동하는 버스에서 간식을 많이 먹는다. ( )
- 9 수영장에 들어가기 직전에 음식을 먹는다. ( )
- 10 수영장에 내가 제일 좋아하는 물놀이 장난감이나 튜브를 가져간다. ( )

**학습2** 이것만은 꼭 지켜요.

수영장은 재미있고 또 생존 수영을 효과적으로 배울 수 있는 곳이지만, 동시에 매우 위험한 곳이기도 합니다. 안전한 생존 수영 실습을 위해 지켜야 할 안전 수칙에 대해 알아보아요.

1 다음은 수영장에서 지켜야 하는 안전 수칙입니다. 빈칸에 알맞은 말을 **학습1**에서 골라 써 보아요.

**보기** 수영 모자 물안경 깊은 휴식 선생님 장난 준비 운동 비상 대피도 비끄럽기

- 1 수영을 하기 전에는 충분한 ( )음(탕) 실시하여 부상을 예방한다.
- 2 수영장 안에 있는 ( )음(탕) 확인하여 화재, 자연재해 등과 같은 위급 상황에 대처할 수 있도록 한다.
- 3 수영장 바닥은 매우 ( ) 때문에 걸레 찰리지 않는다.
- 4 수영장 안에서는 절대 친구와 ( )하지 않는다.
- 5 수영장 안에서는 ( )의 지도를 잘 따른다.
- 6 자유 시간에도 절대 ( ) 곳은 들어가지 않는다.
- 7 입술이 파래지거나 추위가 느껴질 때는 반드시 ( )음(탕) 취한다.
- 8 답답하다고 절대 ( )와(라) ( )음(탕) 찜지 않는다.

2 수영장에 들어가서 내가 반드시 지켜야 할 내용을 3가지 쓰고 다짐하여 보아요.

★ 나의 다짐

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 4 응급 처치에 대해 알아보아요

**학습1** 심폐 소생술에 대해 알아보아요.

1 그림을 통해 심폐 소생술의 순서를 알아보고, 빈칸에 들어갈 말을 **학습2**에서 골라 써 보아요.



**학습2** 자동 심장 충격기에 대해 알아보아요.

1 자동 심장 충격기의 생각새를 알아보아요.



2 자동 심장 충격기의 작동 방법을 알아보아요.

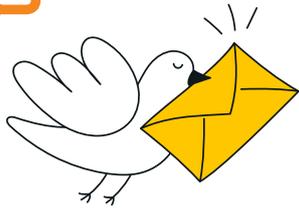


3 우리 학교 자동 심장 충격기 위치를 글로 써 보아요.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 초등 체육에서 교사의 역할을 말하다

고문수(경인교육대학교 체육교육과 교수)

‘나’는 초등 현장에서 좋은 체육을 만들기 위해 어떤 노력을 하고 있는가? 이 부분에 대해서는 교사들마다 각기 다른 답변을 내놓을 것이다. 필자는 체육 교육의 의미 이해와 교사가 해야 할 역할을 중심으로 제시하였다. 교사는 초등 체육에서 ‘교육’과 ‘교육적 경험’을 정확히 이해하고, 자신만의 아비투스(習性)와 ‘내적 힘’을 기르기 위해 노력해야 한다. 먼저, 교사는 교육의 개념을 정확히 이해해야 한다.

교육은 가르침과 배움의 상호 작용이 잘 이루어질 때 극대화할 수 있다. 여기서 ‘가르침’은 갈다, 가르다, 치다 등으로 구분된다. ‘갈다’는 학생들에게 좋은 수업 환경을 조성하는 것이다. ‘가르다’는 학생들에게 해당 차시에서 어떤 내용을 의미 있게 가르칠지를 구별하여 제공하는 것이다. ‘치다’는 학생들의 수업 내용을 교사가 긍정적 피드백을 제공하여 의지와 욕구를 북돋워 주는 것이다. 그리고 ‘배움’은 ‘익히다’와 ‘몸에 체득하게 만들다’로 구성된다. ‘익히다’는 학생들이 해당 내용을 경험하는 것이다. ‘몸에 체득하게 만들다’는 몸에 익혀 자동화 단계로 옮겨 가는 것이다. 교육은 가르치는 것과 배우는 것이 잘 어우러질 때, 그 성과를 가져올 수 있다.

초등 체육 교육도 교육과 마찬가지로 성격과 특징을 갖는다. 물론 체육 교육은 신체 활동을 매개로 한다는 점이 다르지만 의미 있게 진행된다면 학생의 전인적 성장, 즉 체육 교육이 추구하는 학습자의 심동적·인지적·정의적 측면의 통합적 접근을 가져올 수 있다. 특히 이 과정에서 교사는 교육적 경험에 관한 이해를 확장해야 한다. 교육적 경험은 교사 중심의 교육적 지도가 전부가 아니라 학습자가 재구성할 수 있는 여지를 남길 때만이 가능성을 높일 수 있다. 교사가 제공하는 신체 활동의 동작과 내용이 학습자에게 그대로 전수되기보다는 학습자의 특성과 수준에 따라 학습자가 동작과 내용을 재구성할 수 있도록 해야 한다.

교사가 학습자에게 전달하는 신체 활동의 동작들이 불변의 가치를 지닌다고 생각해서는 안 된다. 중요한 점은 학습자의 특성에 맞게 동작이 체득되어 갈 수 있는 기회와 시간을 주어야 한다. 교육적 경험은 교사의 교육에 관한 충실한 역할 수행이 전제가 되고, 학습자가 스스로 성장하는 긍정적 경험이 수반될 때 가능한 일이다. 즉 교육적 경험은 교사와 학습자와의 긍정적·적극적 상호 작용의 충실한 결과이다.

다음으로는 학습자의 성장을 지원하기 위해 교사의 역할을 고민해야 한다. 체육을 가르치는 교사는 자신만의 아비투스(習性)와 ‘내적 힘’을 기르는 데 힘써야 한다. 아비투스(HABITUS)는 세상을 사는 방식과 태도로 사회·문화적 환경에 의해 결정되는 제2의 본성으로 타인과 나를 구별 짓는 취향, 습



관, 아우라를 말한다. 도리스 메르틴은 아비투스 7가지 자원으로 구성된다고 보았다. 즉 심리 자본(어떻게 생각하고, 어디까지 상상하는가), 문화 자본(인생에서 무엇을 즐기는가), 지식 자본(무엇을 할 수 있는가), 경제 자본(얼마나 가졌는가), 신체 자본(어떻게 입고, 걷고, 관리하는가), 언어 자본(어떻게 말하는가), 사회 자본(누구와 어울리는가) 등이 그것이다. 여기서 ‘아비투스’의 구축은 교육을 통해서만 가능함을 기억해야 한다. 그리고 지식이 능력이 될 때까지 부단히 연습을 해야 한다.

아비투스는 초등체육을 하는 교사의 수업 방식과 태도라고 할 수 있다. 나와 다른 교사를 구별하는 교육에 관한 체육적 취향과 습관이다. 초등 체육에 아비투스를 적용하면 도리스 메르틴이 제시하는 7가지 자본 중 문화 자본(예 다양한 여가 활동을 하는 것), 지식 자본(예 수업 지식과 기술을 학생들에게 활용하는 것), 신체 자본(예 신체 움직임의 이해와 적용), 언어 자본(예 교사의 효율적인 설명), 사회 자본(예 학습자와의 긍정적 상호 작용) 등 5가지가 활용될 수 있다. 교사가 이 5가지의 아비투스를 어떻게 활용하는가에 따라 초등 체육에서 학습자의 수업 참여와 지속성 및 교사와 학습자와의 상호 작용은 달라질 수 있다. 또한 Hargreaves와 Fullan이 ‘교직과 교사의 전문적 자본’에서 제시한 인적 자본(예 수업 지식과 기술), 사회적 자본(예 학습자와의 상호 작용), 의사 결정적 자본(예 판단력과 결정력) 등도 교사의 아비투스로 활용될 수 있다. 초등 체육을 가르치는 교사는 자신만의 아비투스를 구축하기 위해 노력해야 한다. 물론 자신이 추구할 수 있는 자본이 있다면 그것을 더 확장하는 것도 좋은 방법이다.

다음으로 초등 체육에서 교사의 역할로 제시한 ‘내적 힘’은 체육을 바람직한 방향으로 바꾸려는 교사의 적극적인 의지와 노력을 말한다. ‘내적 힘’은 교사가 자신의 교육 비전의 수립과 달성을 위해 노력하는 끊임없는 변화 의지이다. 이는 체육 교육에서 기술과 사회 변화가 미치는 영향에 관심을 기울이는 ‘외적 힘’과는 구별된다. 초등 체육을 가르치는 교사의 ‘내적 힘’은 운동하는 삶, 교육하는 삶, 연구하는 삶의 과정을 통해 구체화해 나갈 수 있다. 교사는 운동하는 삶을 실천한다면 운동 기량과 안목의 변화, 긍정적 셀프 이미지의 형성, 삶의 활력과 그릿(grit)의 형성 그리고 역경을 넘어선 새로운 도전 등으로 체육을 바라보는 안목을 높일 수 있다.

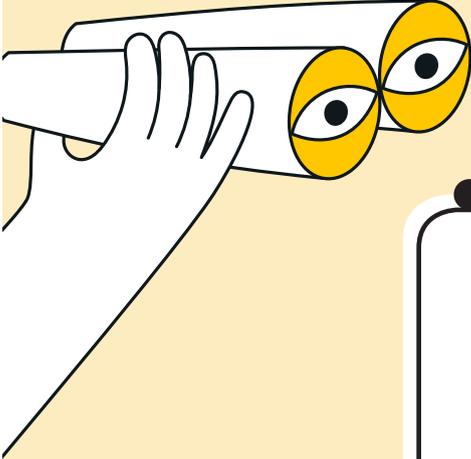
초등 체육에서 교사의 교육하는 삶은 체육 수업에서 소극적 참여자를 배려하기, 뉴스포츠에 관심 기울이기, 수업 주목하기(noticing), 체육 수업 일기 쓰기 등의 교육을 통해 학생의 수업 참여를 이끌어낼 수 있다. 특히 초등교사는 자신의 체육수업을 연구하는 삶과 연결 지을 때 자신만의 내적 힘을 강화해 나가는 방법을 습득할 수 있다. 이를 위해 교사는 수업(授業)을 연구적 관점에서 들여다볼 수 있어야 한다. 교사는 체육 수업을 수업으로만 끝마치기보다는 반드시 연구의 성과로 도출하여 교육과 연구를 통합해야 한다. 그래야만 교사는 자신의 수업 반성과 성찰을 통해 의미 있는 수업에 관한 지향점을 찾을 수 있다.

초등 체육을 가르치는 교사는 자신의 운동하는 삶, 교육하는 삶 그리고 연구하는 삶이 독립적이 아니라 연속성을 지니고 있음을 기억해야 한다. 과거, 현재, 미래가 하나의 틀 속에 존재하고 있음을 인지해야 한다. 과거는 현재에 반영되고, 현재는 과거를 교훈 삼아 미래를 설계하는 틀로 활용해야 한다. 우리가 자신이 추구하는 삶의 모습을 되돌아보고, 그것에 대한 흔적을 남기는 것은 교사 자신을 반성하고 성찰하기 위함이다. 독자들도 자신만의 교육적 삶의 기록을 남길 것을 제안한다. 물론 화려한 삶의 결과를 남기자는 것은 아니다. 운동, 교육 및 연구 그리고 살아가는 삶에 대한 생생한 기록을 타인들과 공유하고 자신만의 미래를 설계하는 작은 실마리를 제시해 보자는 것이다. 그것이 기반이 될 때, 자신은 물론 타인에게도 보람된 삶의 기저를 놓게 된다.

초등 체육에서 교사는 교육의 개념을 정확히 알고, 학습자에게 교육적 경험을 제공해야 한다. 이를 위해 교사

는 자신만의 '아비투스'와 '내적 힘'을 강구해야 한다. 예컨대, A교사가 B교사와 차별성을 드러낼 수 있는 전문적 역할은 자신만의 초등 체육 아비투스과 '내적 힘'을 강구하는 부분에서 시작된다. 여기서 말하는 아비투스과 '내적 힘'은 타인과 구별될 수 있는 엄청난 것이라기보다는 작은 아비투스과 '내적 힘'을 찾는 것부터 시작해야 한다. 우리는 주변에서 작은 노력들이 더해졌을 때, 타인이 따라 잡을 수 없는 커다란 아비투스과 '내적 힘'을 갖추어 전문가의 반열에 오르는 사례를 종종 접할 수 있다. 여기서 가장 중요한 것은 계획을 실천으로 옮기는 데 있다. 교사의 아비투스과 '내적 힘'을 강화하는 시작점은 실천이 답이다.

초등 체육 수업에 관심 있는  
선생님의 의견을 기다립니다



- 수업 사례
- Q & A
- 나누고 싶은 자료
- 홍보하고 싶은 행사

※ 천재교육 예체능부 편집팀 sunny726@chunjae.co.kr로 보내 주세요.  
기사단에서 협의하여 채택된 기사에 원고료를 드립니다.