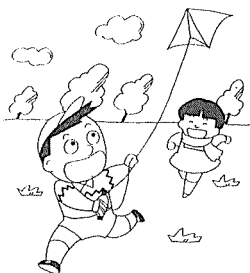




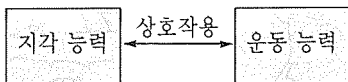
# 운동은 요람에서부터 ⑨

## 지각발달을 위한 운동프로그램



### 1. 유아의 지각발달

아이는 태어나는 순간부터 환경과 상호 작용하는 방법을 배우기 시작한다. 이 상호 작용은 운동과정일 뿐만 아니라 동시에 지각과정이기도 하다. 지각운동관계는 지각을 근거로 하여 자발적인 움직임을 행하는 것과 움직임을 근거로 하여 지각능력이 발달하는 것을 의미한다. 두 능력이 발달하려면 지각능력과 운동능력과의 통합이 이루어져야 한다.



신생아의 반응은 감각적인 자극에 대해 한계가 있고 자동적이기 때문에 저장된 정보와 감각자극을 통합하는데 어려움이 따른다. 감각적인 자극이 저장된 정보와 통합

을 이루어 의미가 부여될 때 ‘지각’이라고 부를 수 있다.

유아의 지각능력발달은 운동능력의 발달과 마찬가지로 성숙과 경험의 문제이다. 즉, 지각능력의 향상과 발달은 성숙에 의해 이루어지기도 하지만 주로 경험에 의존한다. 시각, 청각, 후각, 미각, 촉각, 운동감각 등 감각의 작용은 지각기능의 보조역할을 하기 때문에 먼저 감각기관이 완성되어야만 지각활동이 발달할 수 있다.

지각발달은 지식을 얻는 과정이며, 지적 발달의 과정이라고 볼 수 있다. 즉, 지각은 사물을 아는 인식과정 중 최초의 양식이라고 볼 수 있다. 감각이 수동적이라면 지각은 능동적이다. 그러므로 지각은 감각반응에 대한 대뇌의 이차적 반응이라 할 수 있다.

지각은 인지의 작용과 같은 과정이라고 볼 수 있다. 예를 들면 소리를 듣는 것은 청각이요, 그 소리가 어떤 종소리인지를 알아

## 지도계획표

프 로 그 램	목 표	1회	1일	실사일
		실시횟수	실시횟수	
신체부위 알아맞추기	신체부위의 명칭	3	3	월·수
듣고 움직이기	근력(다리), 방향학습	5	3	목·토
얼마만큼 달을 수 있나요	유연성, 신체구조학습	10	3	화·금

내는 것은 지각이다. 지각은 모든 인지와 지식획득에서 근본적 역할을 하는 것으로 유아의 지적 발달의 기본을 이루고 있다.

### 2. 신체지각 향상운동 프로그램

유아기는 신체 각 부분의 움직임과 기능에 대한 많은 경험과 지식을 얻는 시기이다. 그러므로 부모와 교사는 유아가 신체의 다양한 움직임을 행할 수 있는 기회를 극대화시키기 위한 프로그램을 구성하여 유아들의 신체지각을 높이는데 노력해야 한다.

#### 가. 목표

- 신체 각 부위의 위치를 알게 한다.
- 신체 각 부위의 명칭을 알게 한다.
- 신체부위의 중요성을 알게 한다.

#### 나. 프로그램

##### 1) 신체 부위 알아맞추기

##### 가) 방법

- 교사가 신체부위의 명칭을 말하면 유아는 지시된 부위를 잡거나 움직인다.
- 머리는 어디에 있습니까?
- 다리는 어디에 있지요?

- 얼굴을 만져봅시다.
- 엉덩이를 흔들어 보세요.
- 배를 내밀어 보세요.
- 선생님께 등을 보여주세요.
- 척추가 어디에 있지요?
- 한손은 코를 잡고 한손은 팔꿈치를 잡아 보세요.
- 앞 사람의 어깨에 팔을 얹어보세요.
- 원을 그리고 돌면서 실시한다.
- 나) 변형
- 유아들끼리 신체부위를 제시하고 말하게 한다.
- 다) 효과
- 신체부위의 명칭과 위치를 알게 한다.
- 협응력을 향상시킨다.





듣고 움직이기

## 2) 듣고 움직이기

### 가) 방법

- 부모나 교사가 지시를 하면 유아들은 움직이고 '그만'이라는 구령을 하면 유아들은 움직이던 것을 멈추게 한다.
- 오른발 왼발 걷기(앞-뒤-옆)
- 한발로 열발짝 이동하기(앞-뒤-옆)
- 양발로 열발짝 이동하기(앞-뒤-옆)
- 양손을 머리 위에 올리고 이동하기(앞-뒤-옆)
- 앉아서 양손을 뒤로 하여 바닥에 대고 이동하기(앞-뒤-옆)
- 양손으로 무릎을 잡고 이동하기(앞-뒤-옆)
- 양손, 양무릎을 땅에 대고 이동하기(앞-뒤-옆)

### 나) 효과

- 방향에 대해 학습한다.
- 팔과 다리의 근력을 향상시킨다.



얼마만큼 닿을 수 있나요?

## 3) 얼마만큼 닿을 수 있나요?

### 가) 방법

- 부모나 교사가 신체의 부분을 구부리는 시범을 보여준 후 유아들에게 지시
- 턱을 가슴에 닿게 해 보세요.
- 귀를 양쪽 어깨에 닿게 해 보세요.
- 어깨를 무릎에 닿게 해 보세요.
- 코를 무릎에 닿게 해 보세요.
- 팔꿈치를 허벅다리애 닿게 해 보세요.
- 발가락을 무릎에 닿게 해 보세요.
- 발가락을 턱에 닿게 해 보세요.

### 나) 효과

- 신체구조에 대하여 학습한다.
- 유연성을 발달시킨다. <계속> 22

