

## 부사관 후보생 체력단련프로그램운영을 통한 국가안보에 적합한 인력양성

송준화\*

### 요 약

부사관 으로서 요구되는 여러 가지 중 가장 중요하며 기본이 되는 것이 체력이라고 판단하여, 최근 부사관 선발시험 결과를 바탕으로 연구를 진행하고자 한다. 부사관 선발과정은 1차 필기, 2차 체력 및 면접을 통해 최종합격자를 발표하는 과정으로 이루어진다. 최근 지원자들의 두드러진 변화는 체력검정부분에 대한 준비가 많이 부족하며 기초체력 자체가 많이 부족한 학생들이 증가하는 추세이다. 초급간부의 기본이라고 할 수 있는 기초체력 그 중에서 오래달리기에 준비가 많이 필요해 보인다. 따라서 부사관 준비생들의 기초자료분석 및 효과적인 수업적용을 통해 우리 군이 요구하는 정신적, 신체적 소양을 갖춘 우수한 인재 양성 모형을 제시하고자 한다.

## NCO candidates through fitness programs Appropriate staff training to national security

jun-hwa Song\*

### ABSTRACT

Recent changes made lack of volunteers is ready for a lot of the black students lack basic physical fitness and to increase this by itself is a lot to announce the final selection from the first notes, the secondary Fitness NCO selection process and interview process The trend of course, but also to life as a career soldier passed the sergeant exam showed the important need is ready to run out of the old basic fundamentals that can be said that a lot of beginners executives. Therefore, we propose an appropriate national security with the mental and physical knowledge that our military needs the basic data ingest through analysis of model train to make excellent ㄷ체 personnel by fitness programs

**Key words : basic fundamentals, National Security.**

---

접수일(2014년 10월6일) 수정(1차:2014년 10월20일)  
게재확정일(2014년 10월21일)

\* 경북전문대학교

## 1. 서론

북한의 끊임없는 무력도발 과 핵개발은 우리나라와 주변국 들 뿐 만 아니라 전 세계적으로 심각한 국가 안보문제로 대두되고 있다.

특히 우리나라의 경우 북한의 연평도 포격, 천안함 폭침, NLL 미사일 발사 등 직, 간접 적인 도발을 당하고 있어 우리군의 대비태세가 어느 때 보다 더 철저하게 이루어 져야 할 것이다. 이런 국가적 안보위기 상태에서 참으로 다행스러운 현상은 우리나라의 국가 안보위기상황을 인지하고 부사관 으로 입대하여 국가 안보에 힘쓰려고 하는 많은 학생들이 있다는 점이며, 매마침 국방부가 발표한 국방개혁 기본계획 2013-2030에 따르면 상비병력 수준은 63만 3천에서 52만2천명으로 11 만 명이 감축하는 대신, 간부의 비율을 29.5%에서 42.5%로 증가, 특히 부사관 을 대폭 증가한다는 것이다.[1]

부사관 선발인원은 대폭 증가 함께 전문대학교 군사관련학과 급증(2012년 전국 141개 전문대학 중 51 개교 군사관련학과 운영하고 선발 인원 4250명), 부사관 학군단 시범운영사업을 통한 부사관 자원 획득, 고등학교 졸업생들의 민간 부사관 지원자들의 증가, 부사관 학원을 비롯한 직업전문학교 부사관 학과들도 많이 생겨나고 있는 상황이다.

이에 본 연구는 지속적으로 증가하는 부사관 인력 양성에 있어 가장 절실히 필요한 부분은 무엇이며 이에 따른 새로운 교수학습모형을 제시하고자한다.

부사관 에게 필요한 소양은 크게 정신적, 신체적 소양을 들 수 있다. 정신적인부분은 가장먼저 투철한 국가관과 안보의식, 리더십이며 신체적인 부분은 강인한 체력을 들 수 있겠다. 신체적 정신적 소양을 모두 견비 한다면 우리 군이 필요로 하는 국가안보의식이 뛰어난 초급간부를 양성할 수 있을 것으로 판단한다.

이를 위해 현재 육군교육사령부의 지침에 따라 부사관 과에서 시행하고 있는 과목들을 분석해볼 필요가 있을 것 같다.

<표 1>

### 부사관과 교육 목표·중점, 과목 선정 결과

\*교육목표·중점, 필수과목 및 권장과목(공통/일반)은 부사관과 운영협의회와 협의한 결과임.

교육목표	간부 기본소양 및 군사 기본지식 함양		
교육중점	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 국가관 · 안보관 · 대적관 정립</li> <li>• 군사 전문지식 및 기술 이해</li> <li>• 리더로서의 품성과 자질 함양</li> <li>• 강인한 정신력 및 체력 구비</li> </ul>		
필수과목	• 한국사	• 군대윤리	• 리더십
공통/일반 (16)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 국가안보론</li> <li>• 국민군인론</li> <li>• 군사영어</li> <li>• 인명구조학</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 북한학</li> <li>• 정보과학기술</li> <li>• 군사사상</li> <li>• 무기체계</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 교수법</li> <li>• 군사법</li> <li>• 관공론</li> <li>• 전경사</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 상담심리</li> <li>• 응급처치</li> <li>• 전산학</li> <li>• 체육</li> </ul>

위의 교육과정표를 보면 부사관 으로서 정신적인 소양과 신체적인 소양을 구분하여 구성하였음을 알 수 있으며, 교육중점목표와 필수, 공통 과목들의 구성이 정신적인 소양인 국가관, 안보관, 대 적관 을 중심으로 구성되어 있음을 알 수 있다.

수업진행 또한 육군본부의 추천인원으로 구성되어 있는 군 출신 교수들이 진행하고 있어, 2년간의 교육을 성실히 수행한 학생이라면 국가관 및 대 적관에 대한 개념정립이 확실히 이루어진다고 볼 수 있다.

신체적인 소양부분은 강인한 정신력과 체력구비로 명시하고 있으며 체육이라는 교과목으로 수업진행을 운영하고 있으나, 부사관 으로서의 신체적인 소양부분이 다소부족하지 않을까하는 생각이 드는 부분이다. 여기서 실제 부사관 선발 시험을 분석해 본다면 어떤 부분이 학생들에게 부족한지를 파악 할 수 있을 것 같아 최근 부사관 선발시험을 분석해 보았다. 부사관 선발과정은 1차 필기, 2차 체력 및 면접을 통해 최종 합격자를 발표하는 과정으로 이루어진다 최근 3년간 1차 합격생들의 필기성적을 보면 큰 변화가 없다. 필기평가 30점 만점에 20~22점 사이에 학생들이 합격선을 나타내고 있다. 물론 일부 병과의 경우 합격성적이 다소 높게 나타나나 평균합격선에는 큰 변화가 없다

2차 체력 및 면접평가 결과는 조금에 변화가 일어나고 있다 . 2차 체력평가는 1.5km, 윗몸일으키기, 팔굽혀펴기의 3종목을 평가 한다 . 2010년 까지 체력검정에서 1.5km 달리기에서 불합격하는 하는 학생들은 많지 않았다, 하지만 2011년부터 각 병과별 1.5km 탈락자들이 급증하여 면접에 참여하지 못하고 있다. 부

사관 지원자들의 기초체력이 해가 갈수록 떨어진다고 판단해도 무방할 것 같다

이에 부사관 준비하는 학생들에게 기초체력을 향상시키고 그 중 1.5km 능력을 향상 시킨다면 우리 군이 요구하는 정신적, 신체적 소양을 갖춘 국가안보에 적합한 부사관을 양성할 수 있을 것으로 판단한다.

## 2. 연구의 목적

이 연구는 우리 군이 필요로 하는 국가안보관이 투철한 우수 부사관을 양성하기 위한 새로운 교수학습 모형 개발과 적용을 통해 학생들의 기초체력(1.5km) 향상을 목적으로 하고 있으며 이를 통해 부사관 임관을 준비하는 학생들에게 도움을 주고자 한다. 이번 연구를 통해 다음과 같은 구체적인 목적을 두고자 한다

첫째, 관련자료 결과 분석을 통한 재학생들의 기초체력향상을(1.5km)위한 구체적인 전략과 요인분석

둘째, 기초체력(1.5km) 향상을 위한 단계적 교수학습모형개발 적용

셋째, 단계적 교수학습(인터벌 트레이닝) 모형적용을 통한 효과분석

## 3. 이론적 배경

### 3.1 체력의 정의

체력이라 함은 체격, 체위, 건강 등과 동의어로 사용되는 수도 있다. 정신력·지력(知力)에 상대되는 말로서 좁은 뜻으로 생각하면 '체력이란 운동 능력 또는 작업 능력'이라 할 수 있다. 그리고 운동의 기초적 요인인 근력(筋力), 지구성, 순발력, 민첩성, 조절력, 유연성을 조사해서 판정하는 경우가 많다. 기초적인 운동력 테스트로는, ①150m 달리기, ②멀리뛰기, ③소프트볼 던지기, ④턱걸이 등이 있다. 체력 테스트 종목으로는, ①민첩성 테스트-반복 옆으로 뛰기, ②순발력 테스트-수직으로 뛰기, ③근력 테스트-배근력(背筋力)·악력(握力), ④지구성 테스트-디딤판 승강 운동, ⑤유연성 테스트-엎드려 상체 젖히기 등이 있다[2].

### 3.2 체력의 분류

체력의 분류는 신체적 능력과 정신적 능력으로 나누어진다. 정신적 능력이라 함은 어떤 외부환경 변화에 정서적으로 대처해 나갈 수 있는 능력을 의미하며, 신체적 능력은 인간이 활동하기 위해 필요한 기본적인 활동력인 행동체력과 외부침입에 대한 저항을 할 수 있는 방위체력으로 구성되어 있다.

행동체력은 능동적인 움직임에서 비롯되며 이 행동체력에는 근력·스피드·지구력 등의 에너지적 요소와 협응성(協應性)·평형성(平衡性)·민첩성(敏捷性) 등의 조절력이 포함된다. 이들 중 체력 측정의 대상으로는 주로 신체운동을 함으로써 변하기 쉬운 항목인 좁은 뜻의 근력·지구력을 측정하여 체력 테스트나 운동능력 테스트로서 활용한다[3].

### 3.3 단계적 학습(Procedual Learning)

어린 아동들은 배움의 동급 상 먼저 배워서 안 되는 사문 짓기 따위의 일에 치중하여, 그 결과 이미 본령이 없고 다만 허다한 쓸데없는 잠동사니들만을 이해하고..." 이러한 내용은 일상 활동을 되풀이하는 가운데, 인지발달도 아울러 이루어지도록 교육하는 등, 순차적으로 사고를 전개해 가는 아동 발달단계를 고려한 단계적 학습을 강조한다[4].

단계적 학습이란 어떤 것을 배울 때 순서대로 차근차근 배우고 익히는 능력을 말한다. 예를 들어 어떤 운동이나 요리, 운전을 배울 때 혹은 수학문제를 풀거나 악기를 배울 때 단계적 학습은 중요한 역할을 한다.

물론 유아기 아이들의 기초학습에 많이 활용되는 학습법이긴 하지만, 단순 반복을 요하는 유아기 어린이들의 반복학습과 유사한 개념을 가진 기초적인 운동수행 과정에서도 활용가능성이 높다고 볼 수 있다.

### 3.4 인터벌트레이닝

인터벌연습법, 구간훈련이라고도 한다. 육상경기·수영경기의 중·장거리 연습에 쓰이는 트레이닝법이다. 운동 중간에 가벼운 운동을 하면서 불완전한 휴식을 취하거나 몸의 피로가 충분히 회복되기 전에 다시 운

동을 실시하여 운동의 지속능력을 높이고자 하는 훈련 방법을 말한다. 생리학자 라인데르는 '활동과 휴식의 교대이지만 그 휴식은 완전한 안정이 아니라 휴식기의 활동을 뜻하는 것'이라고 하였다. 연습법으로 지구력이나 스피드의 지구력을 기를 수 있다. 이전의 장거리 연습은 야외를 일정한 속도로 천천히 달리는 것만으로 내구력을 붙이는 데에 그쳤으나, 스피드화(化)된 오늘날 레이스에서는 그와 같은 연습법은 소용이 없게 되었다. 운동하는 거리와 시간, 휴식시간, 운동의 반복횟수 등을 조절함으로써 스피드, 근지구력, 심폐지구력 등 다양한 체력항상 프로그램으로 설계될 수 있는 융통성 있는 방법이다.

1930년대에 고안된 훈련 방법으로 육상경기의 장거리달리기 선수들이 맨 처음 사용하였다. 그뒤 1952년 핀란드 헬싱키에서 개최된 제15회 올림픽경기대회에서 체코슬로바키아의 에밀 자토포프가 이 훈련 방법으로 5,000m, 10,000m와 마라톤 경기에서 우승함으로써 그 효과를 증명하게 되었다. 중·장거리도 스피드화 되어 가고 있으므로 이 연습법에 의해 기록이 향상되고 있다. 육상과 수영 선수들의 훈련에 널리 채택되고 있다. [5]

## 4. 연구방법

### 4.1 연구 대상

<표 2> 연구대상

구 분	내 용
연구대상	경북전문대학교 전문사관양성과 재학생 119명
수업시간	매주 월~금요일 아침 6시30 ~7시30분

### 4.2 연구수행절차

<표 3> 수행절차



## 5. 교수학습 방법 적용 실천내용

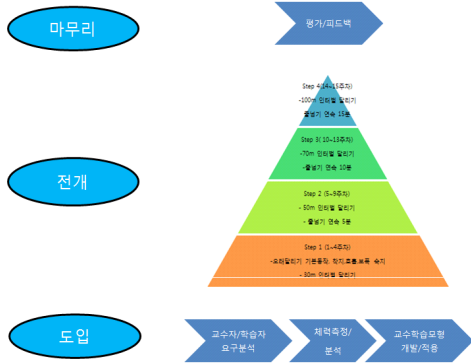
### 5.1. 교수자 와 학습자의 역할

<표 4> 교수자 학습자 역할

교수자 역할	- 효과적인 학습을 위한 측정결과에대한 분석/피드백 - 수업총괄/수업지도안 작성/학습자관리
학습자 역할	- 수업적용 이후 개인시간활용 오래달리기 연습 (2주 간격 200m 식 운동수행구간 증가) - 기록측정을 통한 오래달리기 능력 향상도 체감

### 5.2 단계적 학습법을 통한 수업 모형도

<표 5> 수업모형



육군의 민간 부서관 선발 기준을 근거로 하여 실시하기로 했다. 이를 통해 수업을 참여하는 학생들의 수업 참여도와 집중도를 높일 수 있다고 판단한다.

<표 7> 목표설정

□ 남 자

종 목	등급/점수	등급별 점수									
		1급	2급	3급	4급	5급	6급	7급	8급	9급	
1.5km달리기	25세 이하										
	26세 ~ 30세	10초	6'08"	6'18"	6'28"	6'38"	6'48"	6'58"	7'08"	7'18"	7'28" 이내

□ 여 자

종 목	등급/점수	등급별 점수										
		1급	2급	3급	4급	5급	6급	7급	8급	9급	10급	불합격
1.5km 달리기	25세 이하	7'39" 이하	7'49" 이하	7'59" 이하	8'09" 이하	8'19" 이하	8'29" 이하	8'39" 이하	8'49" 이하	8'59" 이내	9'00" 불합격	
	26세 ~ 30세	7'49" 이하	7'59" 이하	8'09" 이하	8'19" 이하	8'29" 이하	8'39" 이하	8'49" 이하	8'59" 이내	9'09" 이내	9'10" 불합격	

\*남,여 모두 육군체력측정 기준은 2등급이상으로 목표설정

### 5.3 단계적 학습 교육대상자 선발을 위한 1.5km 측정결과분석

단계적 학습을 통한 수업모형적용을 통해 기초체력을 향상 할 인원들을 선발하기 위하여 1차시 수업에 재학생들의 기초체력을 평가하여 하우그룹에 속하는 학생들을 학년 구분 없이 남,여로 나누어 선발함

\* 교육 대상자는 전체 119명 중 52명으로 43.6%

<표 6> 측정결과

1.5km 체력측정 결과											
남학생						여학생					
18	총00	7.03	21	총00	7.12	9	총00	8.09	23	총00	8.15
19	총00	7.08	22	이00	7.14	10	총00	8.21	24	총00	8.16
20	총00	7.11	23	총00	7.17	11	총00	8.26	25	총00	8.18
21	이00	7.13	24	총00	7.17	12	총00	8.27	26	총00	8.19
22	총00	7.14	25	총00	7.23	13	총00	8.28	28	총00	8.28
23	총00	7.15	26	총00	7.26	14	총00	8.31	29	총00	8.31
24	총00	7.16	27	총00	7.45	15	총00	8.48	30	총00	8.41
25	총00	7.18	28	이00	7.50	16	총00	9.07	31	총00	8.43
26	총00	7.19	29	총00	8.05	17	총00	9.07	32	총00	8.58
27	남00	7.24	30	총00	8.07	18	총00	9.11	33	총00	9.05
28	총00	7.28	31	총00	8.23						
29	총00	7.31	32	총00	8.34						
30	총00	7.41	33	총00	8.50						
31	총00	7.43									
32	총00	7.58									
33	총00	8.05									
33	총00	8.14									

1,2학년 남/여학생 하위 52명에 대한 단계적 학습법 적용

### 5.5 수업 적용

수업적용은 학생들의 개별적인 운동수행능력을 파악한 후 수업모형에 적용해야하는 집단과 비 집단으로 나누어 시행한다.

기본적으로 15차시를 진행하여 각 차시별 학생들의 운동수행능력의 변화를 파악하고 이에 따라 개인별 맞춤형 피드백을 주어 기초체력 향상에 도움이 되도록 진행한다. 1주차부터 4주차까지는 step 1 단계로 오래달리기의 기본동작 및 착지, 호흡법, 보폭 등을 숙지하는 단계로 30m를 기준으로 인터벌 달리를 실시한다.

5주에서 9주차는 step 2단계로 step 1단계를 반복 적용하며 인터벌 거리를 30M에서 50M로 20m 늘려서 적용하며 이 단계에서는 심폐력 향상을 위해 줄넘기를 5분간 연속으로 병행하여 실시 한다. 10에서13주차는 step 3단계로 운동수행능력 완성단계로 인터벌 달리기 거리를 50m에서 70m로 줄넘기를 5분에서 10분으로 연장하여 실시하며 마지막 step 4에서는 100m 인터벌달리기와 줄넘기 연석 15분을 수행한다. step1에서는 인터벌트레이닝을 통한 기본적인 운동수행을 실시하며 특히 이 기간에는 학생들의 흥미가 떨어지지 않도록 측정 기록에 대해 학생들에게 칭찬과 독려를 지속적으로 해주어야 한다. step 3부터는 지금까지

### 5.4 목표설정

부서관의 신체적인 소양부분인 기초체력을 어떤 기준에 맞추어 준비하는 것은 쉬운 일이 아니다, 그 기준이 체력의 완성을 나타낸다고 보기 힘들기 때문이다.

하지만 목표 설정 없이 어떤 과정이 진행 되는것은 교수자 학습자 모두에게 혼란을 가져다 줄 수 있다, 그래서 이번연구에서 부서관의 신체적 소양 기준은

수행한 운동수행에 대한 전반적인 설명과 앞으로 15주차까지의 운동수행의 진행상황을 설명하며 단계적으로 강도를 높혀 15주차 수업종료시 체력검정 2등급 안에 모두 들어올수 있도록 다시한번 동기 유발과 명확한 목표설정을 해주는 시점이다.

<표 8> 단계적 학습 수업지도안 (7주차)

수업 목표	단계적 학습을 통해 기초체력을(오래달리기) 향상할 수 있다			
세부 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 개인측정 기록을 통해 본인의 체력수준을 인지할 수 있다</li> <li>- 단계적 학습을 통한 개인체력 향상을 인지할 수 있다</li> <li>- 기초체력 향상을 위해 개인운동 병행의 필요성을 인지할 수 있다</li> </ul>			
단계	교수-학습자 활동		시간	유의점
	교수자	학습자		
도입	-수업진행 환경분석 -출석확인/환자과약	-수업진행 복잡정검 -몸 상태 파악	5분	학습자상태 파악
전개 (동기유발)	-아침운동의 중요성 강조 -부사관 입관 시험 체력평가 기준확인(1.5km)	-기초체력의 중요성 인지	5분	
활동 (스트레칭)	-운동상해방지를 위한 스트레칭지도	- 스트레칭 중요성 인지	5분	
수업 적용	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 능력별 반구성</li> <li>- 상위 67명 기준 코스구보(5km)</li> <li>- 하위 52명 인터벌트레이닝</li> <li>* 50m 전력 질주 후 50m 도보</li> <li>10명 5개조</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 상위그룹 구보 간 안전거리유지</li> <li>-하위그룹 인터벌 트레이닝 전 충분한 warm up</li> </ul>	30분	구보 간 안전거리확보 인터벌 트레이닝 간 부상자 확인

	개당 10회 반복 -주차별 단계적으로 전력질주 구간과 도보구간을 늘려나간다			
정리	-운동간 피로 회복과 운동효과 증대를 위해 스트레칭 실시	-정확한 자세로 스트레칭 실시	5분	스트레칭 자세교정
피드백	- 오래달리기 시선/호흡법/보복교육(지속적) -4주 단위 오래달리기 거리 단계적으로 증가	- 올바른 자세로 달리기 위해 수업 종료 후 공개자료 확인 및 자기 체득화	5분	오래달리 방법자료지

### 5.6 수업적용 후 학생들의 1.5km 측정 기록

수업적용 후 3차례의 1.5KM 측정 결과는 수업지도자 참여자 모두 놀랄 정도의 결과를 나타내었다, 아래 표는 남녀 하위 7명의 기록향상과 완성도를 나타낸 표다.

물론 이 결과가 단계적 학습법만으로 이루어진 결과라고 보기에는 다소 문제가 있어 보인다, 여기에는 개인적인 노력 예를 들어 체중감량이나 개인 운동 등을 통해 기록단축을 한 부분이 있기 때문이다, 하지만 아래 결과를 분석해보면 단계적 학습 특히 인터벌 트레이닝을 통한 개인운동수행능력이 향상되었음은 의심 할 여지가 없는 부분이다.

<표 9> 측정기록

종목	1.5km				
	수업전	6주차	12주차	15주차	완성도
김00	8' 23"	8' 11"	7' 53"	7' 05"	상
장00	8' 34"	8' 20"	7' 59"	7' 03"	상
천00	8' 50"	8' 15"	8' 00"	7' 15"	상
조00	9' 14"	9' 05"	8' 30"	7' 10"	상
정00	9' 05"	8' 50"	8' 15"	7' 23"	상
김00	9' 11"	8' 55"	8' 10"	7' 45"	상
조00	9' 07"	8' 50"	8' 23"	7' 36"	상

또한 수업 진행 한 본인 스스로에 대한 평가는 보통이상으로 나타났으며, 특히 기록단축이 많이 된 학생을 수록 본인에 대한 만족도가 높게 나타났다.

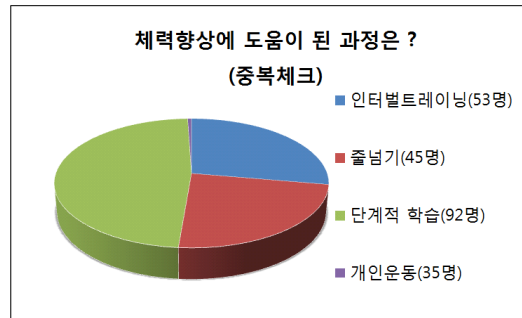
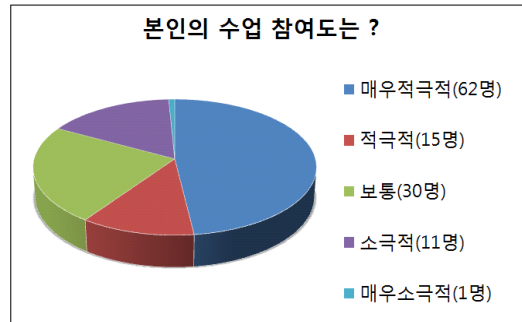
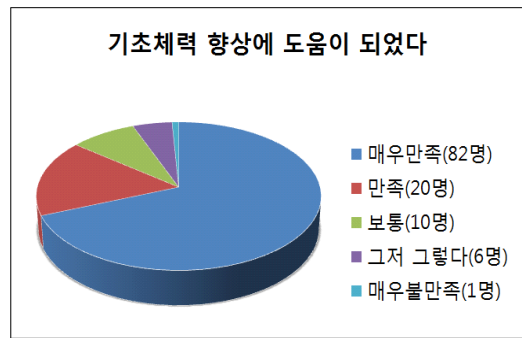
<표 10> 만족도

종목	1.5km		평가 성명	자기평가				
	15주차	완성도		매우 만족	만족	보통	실망	매우 실망
김00	7' 05"	상	김00			○		
장00	7' 03"	상	장00		○			
천00	7' 15"	상	천00	○				
조00	7' 10"	상	조00		○			
정00	7' 23"	상	정00		○			
김00	7' 45"	상	김00			○		
조00	7' 36"	상	조00	○				

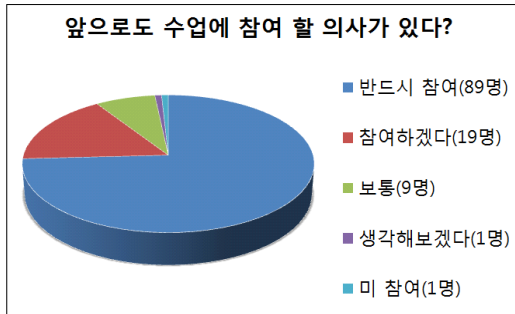
모든 학생들이 이 프로그램에 지속적으로 참여하진 않았지만, 인터벌트레이닝은 모든 학생들을 대상으로 시행해보았다. 그 결과 학생들은 오래달리기 특히 기초체력향상을 위한 새로운 방법을 접하고 상당히 만족 해 하는 것을 느낄 수 있었다.

설문조사결과 대부분의 학생들이 수업참여를 희망하며 특히 인터벌트레이닝을 통한 단계적 학습에 대한 만족도가 상당히 높게 나타났다.

<표 11> 설문조사 결과



### 5.7 프로그램 운영에 대한 재학생 설문조사 결과



## 6. 결론 및 제언

북한의 끊임없는 무력도발 과 핵개발은 우리 나 라와 주변국 들 뿐만 아니라 전 세계적 으로 심각한 국 가안보문제로 대두되고 있다.

특히 우리나라의 경우 북한의 연평도 포격, 천안함 폭침, NLL 미사일 발사 등 직·간접적인 도발을 당하고 있어 우리군의 대비태세가 어느 때보다 더 철저하게 이루어져야 할 시기이다. 다행히 현재 우리의 안보 적위기를 파악하고 우리군의 중추인 부사관 으로 생활하며 내나라 내 가족은 내 손으로 지키고자하는 부 사관 준비생들이 많이 있다. 이들의 부사관 임관도 중 요한 부분이지만 부사관 으로서 필요한 정신적, 신체 적 소양을 갖춘 국가안보에 적합한 인력양성이 더 절 실한 시기인 것 같다.

앞에서 살펴본 것처럼 투철한 안보의식과 대적관은 육군교육사령부의 교육과정편성에 따른 수업진행과 군 경력이 풍부한 군 출신 교수님들이 지도로 2년간 의 교육과정을 성실히 수행한 자원이라면 누구나 부 사관 으로서의 정신적 소양을 갖추 것으로 판단된다, 하지만 신체적인 소양은 이번연구를 통해 알 수 있듯 이 지속적이고 체계적인 준비와 개인노력이 동반되어 야 할 부분이다.

이에 부사관 을 양성하는 모든 기관에서는 부사관 으로서의 신체적 정신적 소양을 갖춘 국가안보에 적합한 부사관 양성을 위해 새로운 교수학습방법 개발과 적용을 제언하는 바이다.

## 참고문헌

- [1] 국방부, 국방개혁 기본계획 2013-2030, 2012
- [표1] 육군교육사령부, 부사관과 교육과목 선정, 2013
- [2] 이태신, 체육학대사전, 민중서관, 2000.
- [3] 이태신, 체육학대사전, 민중서관, 2000
- [4] 문미옥·류칠선, “소학에 나타난 아동 교육론”, 아 동학회지21-1, 2001.
- [5] 두산대백과사전, 인터벌 트레이닝
- [표7] 육군본부 , 육군본부 부사관 모집 계획 ,2014

### [저자소개]

#### 송 준 화 (jun-hwa Song)



2000년 2월 학사  
2004년 9월 석사

email : gahoosong@hanmail.net.