

# 코로나 시기의 여학생 건강영역 체육수업 실천에 관한 사례연구

한동수<sup>1</sup>, 김윤상<sup>2</sup>, 이주욱<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>대전태평중학교 교사, <sup>2</sup>충남대학교 체육학과 박사수료, <sup>3</sup>충남대학교 사범대학 체육교육과 교수

## A Case Study on the Practice of Health Domain in Physical Education Classes for Female Students during COVID-19

Dong-Soo Han<sup>1</sup>, Yun-Sang Kim<sup>2</sup>, Joo-Wook Yi<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>Teacher, Daejeon Taepyeong Middle School

<sup>2</sup>Ph.D candidate, Dept. of Physical Education at Chungnam National University

<sup>3</sup>Professor, Dept. of Physical Education, The College of Education at Chungnam National University

요 약 본 연구의 목적은 온라인에서도 활용이 가능한 여학생 건강영역 체육수업 실천과정의 경험과 의미를 탐색하는데 있다. 이 연구를 통해 체육 교사들에게 여학생 체육 활성화를 위한 시사점을 제공하고자 한다. 연구 방법은 사례연구를 사용했다. 자료구성 및 분석은 설문지를 통한 집단 면담, 심층 면담, 현장 자료를 활용했다. 연구 결과는 첫째, 코로나-19 이후 수업과 학교체육의 변화는 현실의 자화상, 코로나-19와 학교체육으로 구분했다. 둘째, 새로운 도전에서는 새로운 온라인 체육수업의 실천과정, 자신을 위한 움직임의 변화로 범주화했다. 논의는 위기에서 기회로 가는 길을 코로나-19 시기에서 공감적 배려와 소통의 필요성을 제시했다. 후속 연구로는 체육수업 참여 여학생의 다양한 경험에 관한 연구, 여학생 수업을 운영하는 교사 학습공동체의 협력 연구, 여학생 체육수업에 동기부여를 할 수 있는 플랫폼과 ICT 활용 방법에 관한 연구를 지속해야 할 것이다.

주제어 : 여학생, 코로나-19, 건강영역, 온라인 체육수업, 경험, 사례연구

Abstract The purpose of this study is to explore the experience and meaning of health domain in physical education practice process for female students, which can be used online. This study would like to provide physical education teachers with implications to revitalize female students' physical education. The research method used case study. Data composition and analysis used group interviews, in-depth interviews and field data. The results of study was first, the changes in classes and school sports after COVID-19 were divided into self-portraits of reality and school sports in COVID-19. Second, the new challenge was categorized into the practice process of the new online class in physical education and the change of movement for oneself. The discussion suggested the need for sympathetic consideration and communication in Corona-19, a path from crisis to opportunity. Follow-up studies should continue to study about girls' various experience participated in physical education classes, collaboration of the teacher learning community that teaches girls' classes and utilizing method of platforms and ICT that can motivate girls' physical education classes.

Key Words : Female students, COVID-19, Health domain, Physical education class, Experience, Case study

\*Corresponding Author : Joo-Wook Yi(joowookyi@cnu.ac.kr)

Received January 5, 2021

Accepted February 20, 2021

Revised February 1, 2021

Published February 28, 2021

## 1. 서론

2019년 12월 중국 후베이성 우한시에서 처음 확인된 코로나-19 바이러스 감염증(이하 코로나-19)은 전 세계로 확산하였다. 국내도 예외는 아니었다. 지역사회 전반에 걸쳐 빠른 속도로 코로나-19가 확산함에 따라, 3월 개학을 앞둔 유치원 및 초·중·고등학교가 개학을 연기하는 사상 초유의 사태가 발생했다[1]. 학생들의 학습 공백을 방지할 수 없게 되자, 정부에서는 4월 초부터 고3, 중3을 시작으로 차츰 온라인 개학을 시작하였으며, 5월 20일 이후 고3 학생의 등교 개학을 시작으로 순차적 등교 개학을 시행했다.

우리는 이러한 어려운 시기가 조속히 끝나기를 바랐지만, 현재까지도 감염병과 사투를 벌이고 있다. 12월 초부터 확진자 수가 500명을 넘어섰고, 12월 13일 0시를 기준으로 1,000명을 돌파했다[2]. 이러한 실태는 주로 등교 수업을 경험하던 교사와 학생들에게 원격수업이라는 무거운 과제를 안겨주었다.

원격수업에서 주로 사용하는 온라인 수업은 코로나-19 발생 이전부터 제4차 산업 혁명 도래와 함께 미래 교육의 발전을 위한 연구가 활발하게 이루어지고 있다. 연구 초기에는 교수-학습 방법 개선 및 창의적 수업을 위한 정보통신기술(Information & Communication Technology, 이하 ICT) 활용에 대한 필요성을, 이후 연구에서는 플립러닝(flipped learning)<sup>1)</sup>, 혼합수업(blended learning), 대규모 무료 온라인 강좌(Massive Open Online Course, 이하 MOOC)<sup>2)</sup> 등과 같은 온·오프라인 병행 수업에 중점을 두고 있다[5-11]. 이러한 연구는 학교라는 공간을 뛰어넘어 교사와 학생의 실시간, 쌍방향, 콘텐츠 활용, 과제 제시형 수업 등 다양한 형태로 이루어지는 비대면(On-tact)<sup>3)</sup>이 일상이 되었음을 나타낸다.

하지만, 이에 따른 문제점도 드러나고 있다. 지역 여건, 학교 현황 등에 따른 차이가 수업 운영 방식을 변화 무쌍하게 만들었다. 교사와 학생은 수업 전 이루어지는

학교 일과의 시작부터 마찰을 빚는다. 연구자의 학교는 교사가 자율로 실시간 쌍방향 수업을 운영한다. 생활 습관의 불균형으로 인해 학생들은 수업 전 조회부터 지각이나 결석을 하고, 실시간 쌍방향 수업에 불편함을 토로하는 등 나태해지는 모습을 보인다. 아침부터 실시간 수업을 운영하는 학교는 이러한 문제점을 덜 느낄 수 있지만, 기존 학교 일과를 실시간 온라인 시스템에 안착시키지 못한 학교는 수업 운영에 어려움을 겪는다.

코로나-19 이후의 체육수업은 어떻게 운영하고 있을까? 교사들은 온라인 수업에 관한 서적을 출간하기도 하고[13], ICT 활용 능력으로 SNS를 활용해 교사 학습공동체 간 정보를 공유하려는 노력을 기울이고 있다[14-16]. 일부 교사들은 공유받은 자료를 토대로 체육수업 운영에 도움을 받고 있지만, 디지털 리터러시<sup>4)</sup> 전문성 부족과 심리적인 부담감으로 인한 어려움 등이 발생하고 있다[17,18].

체육수업에 대해 느끼는 어려움은 학부모에게서도 나타난다. 온라인 수업으로 인해 가정이라는 교육환경에서는 위험요인이 상존한다는 것이다. 학부모들은 학생들이 학교에 가지 않아서 학습 능력 및 체력이 다른 지역이나 다른 학교에 비해 감소할 것 같다고 걱정한다. 이는 영양 불균형과 운동 부족으로 비만 학생이 많아짐에 따라 학생들이 건강한 학교생활과 가정생활을 할 수 있도록 학교와 관계기관들의 책무성 강화가 요구되고 있음을 알 수 있었다[19].

학생들의 신체활동 감소로 인한 문제는 이전부터 우려해 왔다. 세계보건기구에 의하면 한국은 운동 부족으로 분류된 학생 비율이 94.2%로 146개국 중 가장 높았으며, 교육부의 전국 초·중·고등학생 건강 검사 결과분석에서 비만은 13.6%(2017년)에서 15.1%(2019년)로 꾸준히 증가하고 있다[19]. 특히, 여학생의 운동 부족 비율은 97.2%로 여자 청소년의 신체활동이 필요하다고 보도했다[20]. 이에 더해, 코로나-19로 움직임이 최소화된 일상 생활과 온라인 수업은 학생들의 생활 습관 불균형을 야기하고, 학교 체육활동 축소로 인한 학생 비만도가 높아질 가능성을 키우고 있다.

이러한 어려움을 극복하기 위해 체육 교사의 역할은 더욱 강조되고 있다. 관련 선행연구인 여학생의 체육활동 참여 실태 조사 및 활성화 방안에 관한 연구[21]에서는 여학생 체육활동에 대한 질적 개선 및 학교체육 내 여학

1) 온라인을 통해 학습자가 개별적으로 학습 내용에 대해 사전학습을 수행하고, 이어지는 교실 수업에서는 학생들 간의 토론 및 협력 학습을 수행하는 수업을 의미한다[3].

2) 원격교육의 진화된 형태로 소셜네트워크의 연결, 각 분야 전문가의 참여, 무료로 제공되는 온라인 자원의 수집을 통합해 놓은 것이다[4].

3) 사람과 사람이 직접 만나지 않고 온라인을 통해 소통하는 방식을 말하며, '영상 대면', '화상 대면'이라 부른다[12].

4) '디지털 문해력'으로, 디지털 기기를 활용하여 원하는 작업을 수행하고 필요한 정보를 획득하고 생산할 수 있는 지식과 능력을 의미한다[13].

생 체육 활성화를 위한 제도, 정책이 마련되어야 한다고 재차 강조했다. 전용진[22]의 여학생 체육수업과 관련된 사례는 학교 현장에서 여학생 체육 활성화 방안에 대한 구체적 경험을 제시했다. 이러한 시대적 흐름에도 불구하고, 여학생의 운동 부족 비율은 감소할 가능성을 보여주지 못하고 있다.

이는 여학생 체육 활성화를 위해 정책이나 제도적 개선을 위한 노력을 하고 있지만, 학교 현장에 실질적으로 적용할 수 있는 구체적 사례 또는 활용성 높은 프로그램이 부족하다는 것을 보여준다[23,24]. 또한, 그동안 여학생 체육 활성화를 위해 노력해왔던 교사들에게도 ‘코로나-19’라는 질병으로 인한 제약이 너무 많다. 이러한 상황에 본 연구자는 등교수업 때에도 움직임을 싫어하는 몇몇 여학생들을 지도하고 있으며, 온라인 체육수업에서도 여학생들의 신체활동을 어떻게 활성화할지 동기유발과 실천적 측면에서 고민하게 되었다.

이에 본 연구의 목적은 온라인 체육수업으로도 활용이 가능한 여학생 신체활동 실천사례를 구체적으로 제시하고, 코로나-19시기의 학교 현장에서 패널티박스 트레이닝(Penalty Box Training, 이하 PBT) 프로그램 실천으로 여학생 체육수업의 경험과 의미를 탐색하는 데 있다. 이 연구를 통해 현장에 있는 체육 교사들에게 여학생 체육 활성화를 위한 다양한 프로그램의 현장 적용 가능성에 관한 시사점을 제공하고자 한다.

## 2. 연구방법

본 연구를 위해 질적 연구 방법 중 사례연구(case study)를 사용하였다. 사례연구는 다양한 정보원들을 포함하여 상세하고 심층적인 자료를 수집하며, 사례 기술과 주제를 보고한다[25]. 따라서 연구자는 연구 현장과 연구 참여자를 선정하여 상세하고 심층적으로 자료를 수집 및 구성하고 실천과정을 분석했다.

### 2.1 연구 현장의 이해

전 세계의 사회적, 정치적, 경제적 여건은 코로나-19로 인해 혼란에 빠졌다. 이는 곧바로 교육적 환경에도 예외 없이 영향을 미쳤다. 3월 개학을 연기하게 되었고, 온라인 개학을 시작한 것이다. 본 연구의 현장인 D 광역시 미래중학교는 EBS로 온라인 수업을 진행했다. 열심히 온라인 수업을 시청하는 학생들도 있었으나 마우스 클릭만으로 수업을 듣고 자신의 여가를 즐기는 학생들도 있었

다. 여학생들은 온라인 수업을 하게 되면서 기존에 해 온 신체활동까지 감소했다고 말했다. 이를 배경으로, 본 연구자는 학생들의 건강을 지키기 위해 움직임을 유발할 수 있는 새로운 수업이 필요했다. 건강영역 수업으로 1학기에는 음악과 체육을 융합한 스포츠 리듬 트레이닝 수업을 촬영했고, 2학기에는 등교수업과 온라인 수업을 병행하기 위해 여름 방학부터 동료 교사와 협의 끝에 PBT 프로그램의 영상 촬영과 수업 도구를 만들기 시작했다. 또한, 미래중학교에서 어떤 교과에서도 실천하지 않은 쌍방향 수업을 최초로 시행한 수업이었다.

### 2.2 연구자 및 연구참여자의 이해

본 연구자는 2018년에 D 광역시 교육청에서 진행한 ‘두런두런 프로젝트’라는 여학생 체육 활성화 사업을 운영했으며, 2019년에 여학생 체육 활성화라는 주제로 연구학교를 운영한 경험이 있다. 또한, 2017학년도 학교혁신 사업으로 진행한 수업 사례를 네이버 커넥트 재단이 제공하는 온라인 강좌(MOOC:)교육 플랫폼의 ‘edwith’에 체육교과로는 유일한 수업으로 소개되었다[24]. 그 이후로도 대학교 시간강사를 하면서 대학생들과 온라인 수업을 만드는 작업을 진행하고 있으며, 여학생들의 건강 증진을 위해 연구를 지속하고 있다.

본 연구의 연구참여자는 2020년 D 광역시 미래중학교의 PBT 체육수업에 참여한 중학교 2학년 여학생들과 PBT 체육수업 영상을 관찰한 교사로 선정했다. 체육수업은 PBT 프로그램을 활용한 등교수업, 온라인 수업, 실시간 쌍방향 수업으로 이루어졌으며, 참여한 교사는 6명, 학생은 23명 중 3명이 제외되어 총 20명이 각각 집단 면담에 참여했다. 이 중에 연구회나 협의회를 통하여 라포(rapport)를 형성하고 지속적인 만남을 가진 교사 3명, 수업소감문과 활동 기록지를 꾸준히 작성하여 본 연구의 목적에 부합한다고 판단된 학생 6명을 유목적 표집을 통해 선정했다. 연구참여자의 배경은 Table 1과 Table 2와 같다.

Table 1. Background of study participants(Teacher)

name (age/career)	real-time online class(Yes/No)	kind of exercise implemented
Teacher A (46age/20Ys)	yes	table tennis, volleyball, juggling, etc
Teacher B (30age/5Ys)	yes	cheerleading, badminton, disc golf, etc
Teacher C (38age/3Ys)	no	penalty box training, speed stacks, cpr, etc

Table 2. Background of study participants(Students)

name (age/career)	performance of exercise	degree of participation about physical education class
Student D (15age/2Ys)	high-middle	high
Student E (15age/2Ys)	middle	high
Student F (15age/2Ys)	low	middle
Student G (15age/2Ys)	high-middle	high
Student H (15age/2Ys)	middle-low	high
Student I (15age/2Ys)	middle	high

### 2.3 자료구성 및 분석

질적 연구에서는 자료의 수집(collection)을 구성(construction)이라는 말로 표현하기도 한다[26]. 이유는 자료를 찾아 모은 ‘결과’ 뿐만 아니라 연구자와 연구참여자가 함께 만들어가는 ‘과정’ 또한 중요하기 때문이다. 본 연구는 2020년 5월부터 12월까지 약 8개월 기간의 자료로 구성했다. 구체적으로 집단 면담(교사, 학생)은 구글 설문지로 반 구조화된 질문(코로나로 인한 온라인 수업의 인식, 온라인 체육수업의 인식, 패널티박스 트레이닝 수업에 관한 인식 등)을 통해 온라인 체육수업과 PBT 프로그램이 학교체육에서 어떠한 의미가 있는지를 물었다. 추가로 시행한 집단 면담(학생)은 11월에 1시간씩 2회 동안 자신이 만든 운동기구, 소감문, 사진, 체육수업 영상 등을 활용해 각 장면의 상황에 대한 것들을 설명하고 이해하는 시간을 가졌다. 심층 면담은 교사 3명, 여학생 6명을 대상으로 12월에 각 3회(온라인 화상 면담 포함) 45분씩 실시했다. 현장 자료는 연구자와 연구참여자가 작성한 개인 문서, 각종 인공물과 온라인 형태의 문서 등을 토대로 연구참여자와 함께 자료화하는 과정을 거쳤다.

자료 분석은 연구 문제의 해답을 연구 자료 안에서 찾는 과정으로 수집된 자료를 분석하기 위해 범주화를 실시했다. 1차 범주는 ‘코로나-19 이후 수업과 학교체육의 변화’, ‘새로운 도전’으로 나뉘었으며, 심층 면담과 해석학적 순환과정을 통해 반복적으로 해체 후 재구성했다. 구체적인 범주로는 ‘현실의 자화상’, ‘코로나-19와 학교체육’, ‘새로운 온라인 체육수업의 실천과정’, ‘자신을 위한 움직임의 변화’로 구분했다.

연구의 진실성 확보와 연구윤리를 지키기 위해 연구참여자들에게 연구의 목적을 설명하고, 연구참여자들의 수

업 영상, 사진, 면담 등의 자료를 수집하는 데 동의를 받아 진행했다. 또한, 개인 면담을 통해 사실을 기록 후 이해의 소지가 있는 부분이나 자신이 원하지 않는 부분은 수정하거나 삭제하였다.

본 연구자는 2020년 11월부터 2020년 12월까지 연구참여자 검토를 통해 연구참여자와 프로그램을 진행하고 성찰하면서 경험한 내용을 재확인했다. 그리고 미래중학교 체육교과협의회를 통해 경험을 공유하는 동료 간 협의를 했으며, 2020년 9월부터 월 2회씩 전문가 협의(스포츠교육학 교수 1명, 스포츠교육학 박사 1명, 박사과정 대학원생 1명, 동료 교사 2명)를 실시하여 연구자의 편견을 최소화하고 연구의 타당성을 높였다. 구체적으로 자료구성과 분석에서 연구자, 연구참여자, 동료 및 전문가 협의를 통해 오류를 확인하고 수정했다.

## 3. 연구결과

본 연구의 결과는 코로나-19 이후 교육의 패러다임 변화와 함께 교사와 학생이 생각하는 수업에 관한 배경을 살펴보고, 새로운 온라인 체육수업 실천과정의 경험을 분석했으며, 실천과정 속에서 여학생 체육 활성화를 위한 체육수업의 의미를 탐색했다.

### 3.1 코로나-19 이후 수업과 학교체육의 변화

코로나-19 이후 모든 교과는 온라인 수업을 기본으로 진행되고 있다. 지역 및 학교 여건에 따라 오프라인 수업을 진행하거나 온라인 수업과 병행하기도 한다. 학교 현장에서 교사와 학생이 체감하는 온라인 수업과 학교체육에 관한 인식을 분석했다.

#### 3.1.1 현실의 자화상

서론에서 말했듯이, 코로나-19가 사회적, 경제적, 교육적으로 우리에게 준 현실을 바라보자. 그중에서 교육적인 부분은 교사와 학생에게 어떠한 경험을 주었는지 알아볼 필요가 있다. 새로운 교육환경 변화에 교사와 학생은 설렘보다 어려움을 먼저 느끼기 시작한다.

<1>

A 교사: 원격수업에서 어떠한 어려움이 있었나요?

C 교사: 학생들이 제대로 듣지 않는다는 것이 문제죠! 제가 열심히 준비해서 영상도 찍고 자료를 올렸는데, 반에서 2~3명만 제대로 시청하고 나머지 학생은 전멸

이라니. 정말 좌절감이 느껴졌어요!

B 교사: 체육에서는 학생들에게 고정적 피드백과 조차 단서가 반드시 제공되어야 하는데, 학생 간 상호작용, 학생과 교사 간 상호작용의 측면과 공간적·물리적 환경의 제한이라는 측면에서 온라인 수업은 한계가 있죠. 그래서 오프라인 수업이 필수적으로 병행되어야 할 것 같아요.

- 체육교과 연구회 회의(2020.5.22.) 내용 중에서 -

인용문 <1>에서 C 교사는 소수를 제외한 학생들이 열심히 준비한 수업 콘텐츠도 제대로 시청하지 않고 그냥 클릭만 하는 것에 좌절감을 느꼈다. B 교사는 학생들이 온라인 수업을 열심히 시청할 방안을 마련하기 위해 동료 교사와 함께 플랫폼과 피드백에 관해 고민하는 모습을 보였다.

<2>

D 학생: 학교에서는 뭔가 앞에 선생님이 있으니까 열심히 하려고 하는데, 온라인에서는 그냥 영상만 보니까 자세도 흐트러지고 누워있어도 아무도 지적을 안 해주니까 그냥 편하게 아무렇게나 있는 것 같아요! 또, EBS 온라인클래스 강의는 지루하고 재미없어서 집중이 안 돼요!

E 학생: 맞아요! 온라인 수업으로 수업을 열심히 듣기가 힘들어요. 약간 집중력이 떨어진다고나 할까?

F 학생: 저는 환경이 갖춰지지 않아서 수업 듣는 것이 불편했어요.

(중략)

E 학생: 집에서 혼자 있으니까 수업을 챙기지 못하고 까먹을 때가 있어요!

- 학생 집단 면담(2020.11.24.) 내용 중에서 -

인용문 <2>는 학생들이 온라인 수업에 대해 어떻게 생각하고 있는지 답변한 내용이다. 학생들은 온라인 수업이 지루하고 재미가 없어서 집중력을 감소시킨다고 느꼈다. 자신의 생활 습관을 부정적으로 변화시킨다고 말했다. 또한, 온라인 수업을 열심히 듣기 위해서는 공간적, 시설적 교육환경이 뒷받침되어야 한다. 인용문 <1>과 <2>는 교육 현장의 어려움을 보여준다. 하지만 이러한 위기를 서로 극복하려는 모습을 보이기도 한다.

<3>

B 교사: 온라인 수업 시에는 정보망에 존재하는 많은 자료를 활용하여 현장에서의 부족함을 보완할 수 있다는 장점도 있어요.

A 교사: 시공을 초월하여 어디서나 가능하고 다양한 수업내용을 제시할 수 있어서 좋았어요!

C 교사: 학생들이 자기 주도적으로 수업에 참여할 가능

성이 크다는 점이 좋은 것 같아요.

- 교사 집단 면담(2020.11.19.) 내용 중에서 -

인용문 <3>은 온라인 수업이 어떤 점에서 학생들에게 도움이 되는지 생각해본 면담내용이다. B 교사는 온라인에 존재하는 다양한 자료를 학생들에게 제공하고, 체육교과에서 인문학적인 교육 경험을 더 많이 제공하는 기회가 되었다고 기뻐했다. A 교사는 언제 어디서나 가능한 수업이라고 했으며, C 교사는 온라인 수업이 학생들에게 바라는 기대 효과를 말했다. 그렇다면 학생들은 온라인 수업의 어떤 점이 좋았는지 살펴보고자 한다.

<4>

E 학생: 피곤한 날에는 늦게 일어나서 들어도 돼서 좋았어요. 시간 관리가 가능하다는 점은 좋은 것 같아요. 그리고 수업을 집에서 실시간으로 한다는 것이 신기하고 재미있었어요.

F 학생: 온라인클래스 저는 다 좋았는데, 집에서 자율적으로 학습을 할 수 있어서 좋았어요. 온라인 수업이 자기 주도적으로 할 수 있어서 저는 좋았어요.

G 학생: 학교에 안 가서 좋아요. 편하고 습관이 돼버려서 집에서 뒹굴뒹굴해요!

- 학생 집단 면담(2020.11.26.) 내용 중에서 -

인용문 <4>는 학생들이 온라인 수업에 대해 좋게 생각하는 점이지만, 시간 관리에 관한 생각과 자기 주도적인 수업 활동을 장점으로 생각하는 사람을 제외하고 실제 교육의 목적을 달성하기 위한 학생들에게 도움이 될 수 있는 사항은 찾아보기 힘들었다. 교사와 학생이 마찬가지로 수업에 참여하면서 편안하게 단일함만을 추구하고 있지 않은가 반추해봐야 한다.

### 3.1.2 코로나-19와 학교체육

코로나-19로 인하여 교육계의 어려움과 함께 수업의 질이 떨어진다는 학부모들의 인성이 있었다. 특히 체육수업은 EBS 교육프로그램으로 편성된 자료가 없어서 교사들이 직접 콘텐츠를 제작하거나 제작된 자료를 활용하는 수업으로 진행되었다. 지역적인 문제로 본다면, 디지털 교육이 보편화된 곳은 온라인 수업도 무리가 없어 보인다. 그러나 지역이나 학교마다 온라인 수업에 관한 운영 방법과 내용 수준이 차이가 나기도 한다. 교사와 학생들은 체육수업 운영에 관해 어떻게 생각하고 있을까?

<5>

코로나-19로 인해 교육계가 힘들어하는 상황입니다. 생

전에 경험하지 못한 원격수업을 하게 되어 교사들에게도 디지털 전문성이 필요하고, 온라인 체육수업에도 한계점이 많아졌습니다. 학생들의 스트레스를 발산할 수 있는 곳이 사라졌습니다. 이런 상황에서 활동적으로 움직여 에너지를 소모하고 스트레스를 발산할 수 있는 유일한 교과인 체육의 활동 부재는 가벼운 문제가 아닐 것입니다. 신체활동을 통해 학생들의 감정, 태도, 운동의 가치 등을 다루고 가르치는 교과이기에 단체활동을 통해 협동 및 배려를 배우는 기회도 사라졌습니다.

- C 교사의 면담(2020.5.22.) 내용 중에서 -

인용문 <5>에서 C 교사는 학교 현장에서 교사들의 어려움을 말하며, 체육수업을 듣는 학생들의 신체활동도 감소해서 걱정하는 모습을 보였다. 이는 C 교사만의 생각이 아니라, 모든 체육 교사의 걱정일 것이다. 또한, 코로나-19로 인해 평가를 변경하면서 모둠 활동을 예정했던 체육수업도 갑작스럽게 개별 활동으로 전환할 수밖에 없었다. 여기에서 학생들이 서로 협동하고 배려하는 체육수업의 한계에 마음이 아팠지만, 여러 요소를 바탕으로 학교체육의 필요성을 강조했다. 학생들은 온라인 체육수업에 대해 어떻게 생각하는지 궁금해졌다.

<6>

E 학생: 시기도 시기인데 평소에 각자 운동할 경우가 드물잖아요. 운동을 안 하고 살 수는 있어도 고등학교에서 움직임이 더 적어질 텐데, 건강을 위해 온라인이라도 체육수업이 필요한 것 같아요. 특히 수업을 집에서 실시간으로 한다는 것이 재미있었어요!

I 학생: 등교하면 학교를 5일 동안 나오는데 체육이 3번이라 조금 밖에 없다고 생각해요.

G 학생: 맞아! 나도 그래!

연구자: 왜 3번이 적다고 생각하지?

I 학생: 그때 아니면 공부하거나 앉아 있어야 하는데, 체육은 친구와 다 같이 하고 서로 대화하고 좀 더 친해줄 수 있어서 좋아요. 또 몸을 움직이면 몸이 좀 가벼워지고 교실에 갇혀 있는 게 아니라 넓은 운동장에서 땀 수 있어서 좋아요.

H 학생: “나의 끈기는 어느 정도일까?” 그리고 다른 이들의 체력도 파악할 수 있었어요. 혼자 하면 포기했을 텐데 끝까지 할 수 있었던 것은 다 같이 하니까!

- 학생 집단 면담(2020.12.3.) 내용 중에서 -

인용문 <6>은 여학생들이 평소에도 부족한 운동을 온라인 체육수업이라도 실천할 수 있어야 한다고 체육의 필요성을 말했다. 구체적으로 온라인 수업으로 움직임이 감소한 자신의 건강을 지키기 위해 실시간 쌍방향 수업이 필요하다고 말했다. 또한, 온라인 체육수업으로도 친구들과 대화하고 친구들이 하는 모습을 보고 경쟁심을

느껴 더 열심히 하려고 노력한다는 인내심 향상을 엿볼 수 있었다. 연구자는 여학생 학교스포츠클럽을 지도하면서 “학생들의 열정 속에 교사들은 숨을 쉰다.”라고 지금까지 마음속에 새기고 있다. 이렇게 여학생들도 체육수업을 목말라하고 열심히 노력한다는 것을 깨닫게 해줘서 고마울 뿐이었다.

### 3.2 새로운 도전

새로운 체육수업인 PBT 프로그램을 실행하는데 수업 배정 및 목적, 계획, 실천, 성찰의 과정을 거쳤다. 이는 교육과정-수업-평가-기록의 일체화를 따르는 실천과정을 경험하면서 교사와 학생에게 어떠한 의미가 있는지를 보여준다.

#### 3.2.1 새로운 온라인 체육수업의 실천과정

본 연구는 여학생의 신체활동을 활성화하기 위한 건강영역 체육수업을 PBT(Penalty Box Training)라는 프로그램으로 실천하였다.

앞서 말한 ‘코로나-19 이후의 수업과 학교체육의 변화’가 연구자가 PBT 프로그램 수업을 진행하게 된 배경 및 목적이라 할 수 있다. 1학기부터 온라인 수업이 진행됐기 때문에 다른 학교의 수업을 살펴봤다. 홈트레이닝, 건강 체조, 타바타 운동 등 건강영역이 1학기 수업 중심이라고 해도 과언이 아니었다. 미래중학교는 1학년 1학기 수업으로 스포츠 리듬 트레이닝을 했다. 건강영역과 표현영역을 함께 하는 수업으로 연구자가 촬영하고 3명의 교사가 수업을 진행했다. 음악과 함께 하는 체육수업이라 학생들의 동기부여에 효과적이라고 생각했다. 교과협의회에서 다른 교사들도 이 수업을 적극적으로 찬성하여 진행했다. 이를 계기로 2학년 2학기 수업에도 새로운 수업을 시도해보고 싶었다. 각종 SNS와 웹을 검색하다가 만난 프로그램이 PBT 프로그램이었다. 온라인으로 학생들이 혼자서 할 수 있다는 점에서 연구자 또한 동기부여가 됐다. 또한, 운동기구의 운반이 쉽다는 점도 좋았다.

Table 3. PBT program implemented in Mirae middle school

Name of exercise
1. High Knee Sprint
2. Squat Jumps
3. Lateral Agility
4. High Knee Hurdle Jumps
5. Crisscross Agility

6. Lateral Tap Agility
7. Moving High Plank
8. Mountain Climber Evolution
9. Forward & Back Agility
10. Forward Jumps & Backpedal
11. U-Line Bear Crawls
12. Out & In Agility
13. U-Line Shuffle
14. L-Hops Agility
15. Mountain Climber & Hurdle Jumps
16. Switch Kick
17. AB Evolution
18. Plus Sign Agility
19. Half Court Squat
20. Baseball Diamond ABS
21. Crisscross Hurdle Jumps

프로그램을 간단히 소개하자면, 체육이나 스포츠에서 필요로 하는 민첩성, 순발력, 심폐지구력 등을 향상하기 위해 우리는 스텝이나 점핑 운동을 지도한다. 그러나 이것을 동시에 안전하게 지도할 수 있는 운동기구는 없었다. 이점을 보완하기에 최적화된 운동기구가 패널티박스(Penalty Box)다. 다만, 해외 배송으로 구입하기가 어렵고 가격도 저렴하지 않다는 단점이 있다. 우선 개인적으로 구매하여 시도해보고 동료 교사들에게 보여주면서 자문을 부탁했다.

수업 준비 및 계획 단계에서 PBT 프로그램은 교과협의회를 통해 동료 교사와 여름 방학하는 동안 촬영을 하고 편집을 하여 'edwith<sup>5)</sup> 플랫폼에 탑재했다. 별도로 온라인클래스에도 수업을 올렸다. 학생들이 실천한 프로그램은 Table 3과 같다. 평가는 개별평가로 기본 동작 외우기, 운동 과정 실천하기, 수업소감문을 활용한 수업 성찰하기였다. 온라인 수업으로 수행과정은 4주 동안 일주일에 한 번씩 영상을 평가했다.

수업 실천 단계는 등교수업과 온라인 수업을 병행하므로 학교에서는 기본 동작 외우기를 먼저 실시했다. 총 21개 동작을 2조로 나누어 마스크를 착용하고 수업했다. 본 프로그램은 동작마다 1분씩 자신의 최대치를 수행하고 8초 동안 휴식 시간을 갖는 것으로 구성했다. 그러나 수업 초기에 학생들에게 어려운 도전이었기 때문에 30초씩 운동하고 10초씩 휴식 시간을 제공했다. 그렇게 수업을 진행하다가 문제점이 발생했다. 연구자와 동료 교사는 학교에서는 운동기구가 있어 수업에 무리가 없는데 집에서

PBT 프로그램을 어떻게 수행할지가 고민이었다. 그래서 연구자는 학생들과 종이로 운동기구를 제작하게 되었다. 또한, 운동기구에 인성 요소를 추가하여 앞쪽에 내가 듣고 싶은 말(나의 꿈, 부모님께 드리는 말, 미래의 남자친구에게 등)과 뒤쪽에 내가 듣기 싫은 말을 작성하게 하였다. 제작 초기에 학생들은 어색하고 부끄러워했으나 완성품은 Fig. 1.과 같이 자신을 소개하는 모습을 보였다.



Fig. 1. Exercise equipments made by students

학생들이 제작한 운동기구는 실시간 쌍방향 수업을 시작하면서 내가 듣고 싶은 말과 내가 듣기 싫은 말을 공개하고 진행하기로 했다. 이것은 학급에서 학생들이 서로의 마음을 이해하도록 해주며 인성교육에 도움이 되리라는 교육적 의도였다.

연구자는 Fig. 2.처럼 등교수업에서 학생들에게 기본 동작을 지도하면 온라인 수업에서 학생들이 열심히 연습할 것이라고 기대했다. 그러나 연구자 혼자만의 착각이었다. 학생의 대다수가 배운 동작마저 까먹고 있었다. 이러한 문제가 미래중학교에서 최초로 실시간 쌍방향 수업을 시도한 계기를 마련해주었다. 미래중학교 학생들은 실시간 쌍방향 수업을 경험한 적이 없어서 등교수업 때에도 실시간 쌍방향 수업을 연습해야만 했다. 연습하지 않으면 실시간 쌍방향 수업이 정착하기까지 너무 많은 시간을 소비할 것 같았다. 이후로 일주일에 적어도 한 번씩 실시

5) <https://www.edwith.org/penaltyboxfit>

간 쌍방향 수업을 진행했고, 2학년 여학생 전체 67명과도 같은 시간에 수업을 시도해봤다.



Fig. 2. Scenes of practicing PBT program in school class

Fig. 3.은 실시간 쌍방향 온라인 수업을 하는 장면이다. 잠결에 일어나 허겁지겁 준비하고 수업에 들어온 학생들도 있었다. 기존 수업의 틀을 깨는 수업이므로 학생들은 초반에 어리둥절하기도 했으나 주가 지날수록 빠르게 적응하고 동작을 열심히 실천했다. 또한, 실시간 쌍방향 수업에 흥미를 느끼는 학생도 있었고, 자신이 수행한 활동을 꾸준히 기록했다. 가끔은 불균형한 생활 습관으로 수업에 참여하지 못하는 학생도 있었다. 이런 학생에게는 운동프로그램의 빈도와 시간을 변경했으며 지각없이 전원 참석했을 경우 보상도 제공했다. 몸이 불편하거나 수업 참여가 어려운 학생도 출석하여 동작을 외우도록 권유했다. 실시간 쌍방향 수업은 수시로 즉각적인 피드백을 제공할 수 있지만 많은 학생을 동시에 지도하기 때문에 중요한 부분을 놓칠 수도 있다.

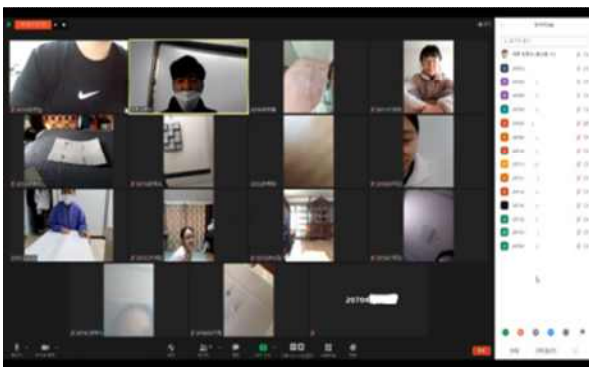


Fig. 3. Scenes of practicing PBT program in real-time interactive class

마지막으로 수업 성찰 단계에서는 소감문을 통해 서로 소통하고 성찰하는 시간을 가졌다. 그동안 PBT 프로그

램을 실천하면서 느꼈던 점들을 고스란히 담기 위해 진행했다. 이 단계에서는 학생들의 변화와 만족감을 느낄 수 있었고, PBT 프로그램의 문제점을 파악하게 되어 개선할 방법을 찾는 시간이었다. 이러한 성찰은 학생뿐만 아니라 교사에게도 필요한 평가로서 다음 체육수업을 위한 수업 개선의 밑거름이 될 것이다.

### 3.2.2 자신을 위한 움직임의 변화

여기에서 ‘움직임’이란 ‘체육은 전인(심동적, 인지적, 정의적 요소의 결합)을 육성하는 것이 목표다’라는 말에서 신체적인 활동만을 말하는 것이 아니라, 인지적, 정의적 움직임까지 포함하여 말하고자 한다. 연구자와 동료 교사는 코로나-19시기에 PBT 프로그램을 실천하면서 교과학의회의 중요성과 서로 간의 대화가 많이 필요하다는 것을 다시 한번 느꼈다. 또한, 체육교과 수업 연구회를 통해 서로 정보나 의견을 공유하고 개선할 점을 모색하는 자세는 이전보다 자신의 지식을 확장하는 변화를 가져왔다.

<7>

연구자: 온라인 체육수업이 우리에게 어떤 영향을 줬을까?

A 교사: 새로운 시대에 빨리 적응하기 위해 여러 가지 시도해봤고, 시행착오를 통해 나에게 가장 적합한 수업 플랫폼과 수업 형태를 찾았다고 생각해.

연구자: 많은 것을 찾는 시간이 됐구나! PBT 프로그램 수업은 어떻게 생각하는지?

A 교사: 표현과 건강영역을 함께 수행할 수 있어서 좋을 것 같아! 올해는 학생들의 체력이 많이 저하되었는데 이 활동을 통해 다양한 체력이 향상되고 신체활동의 부족을 보완할 수 있을 것 같은데?

연구자: 또 다른 점은?

A 교사: 수업내용이 새로워서 좋았고, 학생들이 직접 운동기구를 만들어 참여하는 것이 인상 깊었어. 운동기구에 인성 요소와 관련하여 만들고 신체활동뿐만 아니라 그림과 글로 표현한 활동지 내용도 좋았어.

- A 교사 심층 면담(2020.12.23.) 내용 중에서 -

인용문 <7>에서 A 교사는 온라인 체육수업이 교사에게 어떤 의미가 있고, PBT 수업의 가능성에 대하여 답변했다. 온라인 수업을 위해 많은 시도를 해보고 시행착오를 경험한 A 교사는 자신에게 가장 적합한 온라인 수업 플랫폼과 운영 방법을 모색하였다. 이렇게 교사의 디지털 리터러시 전문성이 향상된 모습은 연구자에게도 자극을 준다. 또한, PBT 수업에 대하여 새로운 프로그램과 학생이 운동기구를 자체 제작하는 부분이 인상 깊었다고 말



했으며, 신체활동의 부족을 보완할 건강영역뿐만 아니라 표현영역으로도 확장하길 기대하고 있다. 이외에도 연구회의 교사들은 피드백을 주고받을 수 있는 현실적 대응 방안으로 실시간 쌍방향 수업을 시도하려고 노력하였다. 그렇다면 학생들은 어떤 움직임의 변화가 있었을까? 온라인 체육수업으로 인한 자신의 변화와 PBT 수업에 관한 내용을 이야기하고자 한다.

<8>

연구자: 온라인 체육수업이 우리에게 어떤 영향을 줬을까요?

H 학생: 온라인클래스보다 Zoom으로 수업한 것이 좋았던 것 같아요. 수업하면서 영상 통화 식이니까 외우는 것보다 움직이니까 신나고! 매일 늦게 일어나다가 아침에 일찍 일어나서 운동하고 개운해서 좋았어요. 약간 바른 생활을 하는 것처럼 느꼈어요.

연구자: 힘들었던 점은 없었나요?

H 학생: Zoom으로 수업을 하면서 인터넷이 불안정하여 소통이 느려지는 게 아쉬웠어요.

연구자: 그랬구나! PBT 프로그램 실천은 자신에게 어떤 의미가 있었나요?

H 학생: 운동기구는 자기가 직접 제작하니 재미있었고, 나를 관찰하는 시간이 있어서 좋았어요. PBT 수업을 할 때 처음에는 평소에 하지 않은 동작 때문에 힘들었는데 하고 나면 뭔가 개운하고 뿌듯한 느낌이라고 할까! 그리고 매주 1회~2회 운동하니까 체력도 좋아지고, 살도 빠지는 느낌이었어요.

연구자: 또 다른 점은?

H 학생: 집에서 하다 보니, 공간이 좁아서 불편해하는 학생도 있었어요. 그리고 우리가 만든 Penalty box도 팬찮긴 한데 미끄러워서 불편한 점이 있었어요!

연구자: 그럼, 다음 수업을 위해 PBT 프로그램을 개선해야겠구나! 개선사항이 더 있으면 같이 의논해봅시다.

- H 학생 심층 면담(2020.12.31.) 내용 중에서 -

인용문 <8>에서 H 학생은 온라인 체육수업이 변화하여 힘들었으나 자신의 생활 습관도 변한 것 같아 좋아했다. 그러면서도 인터넷의 불안정으로 인한 온라인 수업의 한계점을 제시해줬다. PBT 프로그램 수업의 영향은 운동기구 제작 시, 듣고 싶은 말과 듣기 싫은 말을 적으면서 자신을 조금 더 알게 되었다고 말했다. 또한, 프로그램을 실천하면서 힘든 점도 있었지만, 체력이 향상되고 뿌듯한 만족감을 얻어 기뻐했다. 마지막으로 층간 소음과 운동기구의 문제점도 말해줘서 추후의 수업 개선을 위해 많은 도움이 될 것이다.

#### 4. 논의: 위기에서 기회로 가는 길

본 장에서는 연구 결과를 바탕으로 ‘코로나-19’라는 상황이 우리에게 위기로 다가와 어떠한 경험을 했는지 알아보고, 이 어려움을 극복하기 위해서 어떻게 노력하고 도전해 나아갈지, 기회로 가는 길을 논의하고자 한다. 구체적으로 개인만 생각하는 것이 아니라, 우리를 생각하는 공감적 배려가 필요하며, 여러 가지 정보와 생각을 나누고 공유하는 소통을 실천해야 하는 이유를 제시했다. 이는 학교체육과 관련하여 여학생 체육 활성화를 위한 시사점을 제시해준다.

##### 4.1 코로나-19: 예고 없는 속삭임

연구 결과와 같이 소리 없이 찾아온 코로나-19로 인해 교육계에는 큰 이슈가 등장했다. 학교와 관련된 온라인 개학 및 수업이었다. 교사들은 접해보지 못한 원격수업이라는 디지털 교육을 경험하게 되었고, 주입식 교육에 길들여진 학생들은 자신이 스스로 하는 자기 주도적 학습이 필수가 되었다. 구체적으로 교사들은 인용문 <1>과 <5>에서 원격(온라인) 수업에 관한 부정적 견해, 학생과 상호작용의 부재, 체육수업의 한계로 어려움을 토로했다. 이는 선행연구[13-18]에서 제시한 갑작스러운 수업 및 교육환경의 변화로 수업 준비부터 수행까지 체육의 신체 활동 가치 구현의 어려움, 학생과 소통의 어려움 등으로 나타났다. 또한, 학생들은 인용문 <2>에서 불균형한 생활 습관의 형성, 집중력의 저하와 인터넷 연결이 원활하지 못하고 집에서 활동할 수밖에 없는 교육환경의 부재 등으로 어려움을 표출했다. 이렇게 교사와 학생의 어려움을 극복하고 기회를 찾기 위해 교사와 학생이 어떤 노력을 해가는지 두 가지 방안으로 알아보려고 한다.

##### 4.2 공감적 배려: 나, 너 말고 우리

간혹 뉴스의 소식에서 자가격리 대상자가 너무 이동을 많이 해서 동선의 진실성이 떨어지는 것을 보곤 한다. 그리고 이것은 곧바로 이들의 인성 부족의 문제로 치부된다. 개인의 인성 문제로 말하기 전에 확진자의 이쁨을 공감한다면 누구의 잘못, 지역의 문제가 아닌 환경의 문제로 인식할 것이다.

“배려는 소통에 앞선다.”라는 말을 강조하고 싶다. 자가격리 상태에서도 자신의 자유를 위해 평상시처럼 돌아다니고 여행 다니는 것이 바로 ‘자신을 위한 소통’일 것이다. 혁신을 위해 도전하지 않는 지역과 다른 지역의 성공

을 기다리는 눈치만 보는 지역의 교육정책도 ‘자신을 위한 소통’이라 생각한다. 이러한 잘못된 소통이라는 문제를 미리 예방할 수 있는 인성은 배려이다. 자신만을 위한 삶이 아니라 자신과 가족, 그 이상의 행복한 삶을 위해 배려했다면 지금의 상황처럼 되지는 않았을 것이다. 또한, 현재 어려움도 배려로 극복할 수 있다고 믿는다. 이와 같은 배려를 '공감적 배려'라고 생각한다. 자신 혼자만이 생각하는 배려가 아닌, 모든 사람이 공유하고 공감할 수 있는 배려가 필요할 때이다.

공감적 배려는 교사 간의 배려, 교사와 학생 간의 배려, 학생 간의 배려로 생각할 수 있다. 첫째, 교사 간의 배려는 본 연구에서처럼 학교 내에서도 체육교과 협의회를 통해 자신이 생각한 수업계획과 방법 등을 결정하는데, 서로 도움이 필요한 시점이다. 영상 촬영부터 편집까지 교사 한 명이 할 수 있는 능력의 한계를 넘어선다. 이럴 때, 옆에서 동료 교사가 작은 부분이라도 배려하여 도와준다면, 교사가 새로운 도전을 하는데 용기를 얻을 수 있다[17]. 둘째, 교사와 학생 간의 배려다. 인용문 <1>에서 교사들은 온라인 체육수업의 어려움을 말하면서 어떻게 학생들이 잘 들을 수 있도록 할 것인지 고민하는 모습을 보였다. 여학생들은 친구들이 가득한 수업공간에서 신체적 능력이 부족하거나 과제수행이 어려우면 포기하기 쉽지만, 온라인 체육수업에서는 교사의 공감과 배려로 과제수행에 도전하여 노력하는 모습을 보였다. 이처럼 학생과 교사가 서로의 필요성을 존중하는 수업은 교사와 학생 모두를 성장시키는 수업이다[22,23]. 마지막으로 학생 간의 배려다. 교사가 코로나-19 이전의 체육수업에서는 팀 활동을 수행하면서 학생간의 배려를 지도하기 수월했으나 신체활동을 통한 온라인 수업에서는 배려와 같은 인성 요소를 지도하기 어려웠다. 따라서, Fig. 1., Fig. 3. 과 인용문 <8>처럼 운동기구 제작을 통해 자신을 다시 한번 돌아보는 계기를 마련했다. 또한, 학생들은 온라인 수업 전에 자신의 마음을 친구들에게 공개하고 다른 사람의 마음도 공감할 수 있는 시간을 가졌다. 이렇듯 공감적 배려로 여학생들이 수업에서 느끼는 긍정적 정서 경험은 수업 실천에 큰 자리를 차지한다[22,24].

#### 4.3 소통: 나눔 및 공유

소통은 동전의 양면과도 같다. 연구자가 생각할 때, 소통의 긍정적인 면은 공유나 공감과 비슷하고 부정적인 면은 위에서 말한 ‘자신만을 위한 소통’이라고 할 수 있다. 인용문 <7>과 <8>의 교사와 학생 심층 면담을 보면, 서로의 의견을 주고받는 것이 긍정적인 소통에 가깝다는

것을 알 수 있다. 이와 같은 교사 간의 소통과 교사와 학생 간의 소통은 수업을 개선하는데 필수적인 요소이다. 선행연구들[14-18]과 같이 동료와의 협력 관계가 중요하다는 것은 교사 간의 소통으로 설명할 수 있다. 동료와의 협력 관계로 새로운 도전을 하는데 용기를 얻고, 실시간 쌍방향 화상수업의 장단점[15]과 피드백은 어떻게 하는 것이 효과적인지를 알게 됐다[17]. 교사와 학생 간의 소통은 층간 소음과 운동기구의 문제로 프로그램과 운동기구 제작을 개선할 수 있도록 도와준다. 또한, 학생들의 PBT 프로그램 수업소감문에서 다음과 같은 내용을 찾아볼 수 있었다.

<9>

D 학생: 새로운 수업이라서 재미있어 열심히 했던 것 같아요.

E 학생: 집에서 가능한 편리성과 체력이 좋아진 것 같아요. 그리고 실시간으로 수업을 하니, 실제 등교수업과 비슷했어요.

F 학생: 간단한 도구로 운동할 수 있었던 것과 그런 운동이 있었다는 것 자체가 좋아요.

G 학생: 저는 운동기구를 제작해서 들고 싶은 말을 친구와 공유하고 듣기 싫은 말은 발로 밟으면서 스트레스를 해소하는 게 좋았어요.

H 학생: 첫날 운동을 하고 서로 근육통이 와서 이야기를 나눈 것이 기억나요. 꾸준히 하다 보니, 근육통도 사라지고 체력이 좋아지는 것을 느낄 수 있었어요.

I 학생: 등교수업 시 마스크 착용 때문에 너무 힘들었어요. 오히려 집에서 Zoom 수업을 하는 게 좋았어요.

- 학생 소감문(2020.11.31.) 내용 재구성 -

인용문 <9>에서 대부분 학생은 소감문에 PBT 프로그램의 효과와 자신의 변화를 제시했다. 그중에 학생 간의 소통으로 운동기구의 인성 요소가 눈에 띄었다. 연구자가 운동기구에 자신이 듣고 싶은 말과 듣기 싫은 말을 작성하고 학급 친구와 공유하도록 한 이유다. 나 자신만을 생각하는 것이 아니라 친구의 마음을 헤아리고 듣기 싫은 말들을 하지 않으면 좋은 학급 분위기를 만들 수 있기 때문이다. 연구자가 참여한 ‘2020년 대한민국 체육교육 촉진’에서 교사 간의 수업 나눔과 공유는 여학생 학교체육 활성화에 크게 이바지할 것이다. 또한, 인용문 <9>와 같은 소감문은 글로 소통하는 융합 수업의 틀을 마련해준다[24]. 이는 여학생들이 체육수업에 관한 인식을 긍정적으로 변화시켜줄 것이다.

지금까지 시간적 흐름에 걸쳐 코로나-19로 인한 위기와 기회를 찾기 위한 공감적 배려와 소통을 제시했다. 이러한 실천사례들[22-24]이 여학생 체육 활성화를 위한

수업 나눔 및 공유자료가 되기를 바란다. 또한, 체육 교사들은 SNS나 연구회, 학회 등을 통해 새로운 아이디어를 공유하고, 미래 체육수업에 관한 열정과 도전을 지속해야 할 것이다.

### 5. 결론 및 제언

본 연구는 여학생 건강영역 체육수업 실천에 관한 사례연구로 온라인 체육수업으로 활용이 가능한 여학생 신체활동 실천사례를 구체적으로 제시하고, 코로나-19 시기의 학교 현장에서 PBT 프로그램 실천과정의 경험과 의미를 탐색했다. 첫째, 코로나-19 이후 수업과 학교체육의 변화는 현실의 자화상, 코로나-19와 학교체육으로 구분했다. 둘째, 새로운 도전에서는 새로운 온라인 체육수업의 실천과정, 자신을 위한 움직임의 변화로 범주화했다. 논의에서는 시간적 흐름에 따라 위기에서 기회로 가는 길을 코로나-19에서 공감적 배려와 소통의 필요성을 제시했다. 이러한 실천사례는 여학생의 체육 활성화를 위한 기초자료와 미래를 대비한 온라인 체육수업에 관한 가능성에 시사점을 제공할 것이다.

본 연구에서 다루지 못한 부분은 다음과 같은 후속 연구에서 활발히 진행되길 바란다. 첫째, 건강영역 체육수업 실천에 관한 여학생의 경험을 문화적, 정서적 측면을 고려하여 탐색해야 한다. 이는 수업 과정에 따른 여학생의 수업 경험을 다양한 측면에서 탐색하는 연구가 될 것이다. 둘째, 여학생 수업을 운영하는 교사 학습공동체의 협력 연구가 필요하다. 학교의 환경에 따라 여학생이 체육수업을 받아들이는 인식에 차이가 있다. 이는 여학생 체육 활성화를 위해 필요한 교육환경 개선에 기초자료를 제공해줄 것이다. 셋째, 여학생 체육수업에 동기부여를 할 수 있는 플랫폼과 ICT 활용 방법에 관한 연구를 지속하여야 할 것이다. 시대적 요구에 적합할 뿐만 아니라 여학생이 체육에 관심을 보이도록 하는 것이 체육 교사의 역할이다. 여학생 체육이 활성화되면 학교체육은 더욱 성장하는 계기가 될 것이다.

### REFERENCES

[1] J. Y. Namgung. (2020). *The actual condition of remote teaching in school due to the outbreak of COVID-19*. Issue Statistics of Korea Education Statistics Service(Online).

[2] Korea Disease Control and Prevention Agency. (2020). *Domestic occurrent status of COVID-19*(Online). [http://ncov.mohw.go.kr/tcmBoardView.do?brdId=&brdGubun=&dataGubun=&ncvContSeq=361637&contSeq=361637&board\\_id=140&gubun=BDJ](http://ncov.mohw.go.kr/tcmBoardView.do?brdId=&brdGubun=&dataGubun=&ncvContSeq=361637&contSeq=361637&board_id=140&gubun=BDJ)

[3] D. Y. Lee & J. H. Park. (2016). Exploring new directions of flipped learning with a focus on teachers' perceptions. *Journal of Digital Convergence*, 14(8), 1-9. DOI : 10.14400/JDC.2016.14.8.1

[4] M. N. Choi & H. L. Roh. (2015). A study about a convergence development plan of MOOCs based e-learning in university. *Journal of Digital Convergence*, 13(7), 9-21. DOI : 10.14400/JDC.2015.13.7.9

[5] EBS. (2020). *Online Education and Future education part 3 - changing the paradigm of class*. Future Education Plus(Online). <https://home.ebs.co.kr/futureedu/main>

[6] M. S. Ko. (2020). Sports education research and practice in preparation for future educational environment changes. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 27(4), 1-18. DOI : 10.21812/kjsp.2020.10.27.4.1

[7] S. D. Kim & M. S. Cho. (2019). Influence of flip learning prior learning on the task gaze in elementary physical education class. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19(4), 471-491. DOI : 10.22251/jlcci.2019.19.4.471

[8] J. Y. Kim & E. J. Lee. (2020). The analysis of ict-related research trends in school physical education and the exploration of their orientation. *Journal of The Korean Society For The Study Of Physical Education*, 24(4), 111-125. DOI : 10.15831/JKSSPE.2020.24.4.111

[9] J. J. Park & C. W. Yu. (2017). A study on the direction of physical education based on the changes of school education in the future society. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 24(2), 1-17. DOI : 10.21812/kjsp.2017.04.24.2.1

[10] Y. T. Lim, M. H. Lee, Y. S. Park & S. M. Kwon. (2009). Implementation of blended learning in PE class: focusing on the exploration of the middle school students` experiential meaning. *Korean Journal of Sport Science*, 20(4), 885-899.

[11] J. S. Jung. (2008). An action research project on ICT using for middle school students to participate in physical education classes. *Korean Journal of Sport Pedagogy* 15(1), 137-157.

[12] C. Kim. (2020). *'Net zero' is a 'Zeroing pure emissions'*. Ministry of Culture, Sports and Tourism(Online). <https://www.mcst.go.kr>

- [13] Teacher Learning Community. (2020). *The online class that the teacher is really curious about*. Seoul : Journal of School Library co., Ltd.
- [14] D. S. Yang, G. S. Cho, & E. H. Yoo. (2020). The reality and improvement plan of elementary school physical education class to deal with COVID-19. *The Korean Journal of Elementary Physical Education*, 26(2), 131-144.  
DOI : 10.26844/ksepe.2020.26.2.231
- [15] H. C. Jeong & H. S. Youn. (2020). A study on cases and assignments of secondary school online physical education class in the Corona19 Pandemic. *Asian Journal of Physical Education and Sport Science*, 8(3), 159-175.  
DOI : 10.24007/ajpess.2020.8.3.014
- [16] Korean Association of Sport Pedagogy. (2020). *Current status of domestic and foreign physical education according to the COVID-19 situation*. Seoul : rainbowbooks.
- [17] S. H. Kim & S. M. Cheon. (2020). A case study of online class operation and instructor's difficulties in physical education as a liberal arts in university due to COVID-19. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 81, 9-26.
- [18] E. J. Lee, S. J. Zae & H. S. Youn. (2020). Exploring the difficulties and strategies of practicing online classes experienced by high school veteran physical education teachers in the Corona19 Pandemic. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(14), 339-362.  
DOI : 10.22251/jlcci.2020.20.14.339
- [19] S. G. Park. (2020. November.). Increasing obesity students, need for systematic and continuous management, *Happy Education*. 460, 46-49.
- [20] T. H. Kwon. (2019). *Lack of Korea youth's movements is ranked world's worst...female student's movements are 'the last' of 146 countries*. SBS News(Online). [https://news.sbs.co.kr/news/endPage.do?news\\_id=N1005534121&plink=SEARCH &cooper=SBSNEWSSEARCH](https://news.sbs.co.kr/news/endPage.do?news_id=N1005534121&plink=SEARCH &cooper=SBSNEWSSEARCH)
- [21] E. J. Lee & Y. K. Jin. (2018). A self-study on operation experience in leading school for female students' physical education revitalization. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 25(1), 25-51.  
DOI : 10.21812/kjisp.2018.01.25.1.25
- [22] Y. J. Jeon. (2020). *Students and teachers, ask the class*. Seoul: Salim-ter.
- [23] D. S. Han, W. K. Kim, Y. S. Kim & J. W. Yi. (2019). A case study on the female students' experience in camping class. *Journal of the Korean Society for The Study of Physical Education*, 23(4), 63-76.  
DOI : 10.15831/JKSSPE.2019.23.4.63
- [24] D. S. Han, Y. S. Kim & J. W. Yi. (2020). A case study on the connection of volleyball classes for middle school girls. *Journal of Digital Convergence*, 18(2), 463-473.

DOI : 10.14400/JDC.2020.18.2.463

- [25] J. W. Creswell. (2013). *Qualitative Inquiry and research design: choosing among five approaches*(3rd ed.). CA: Sage.
- [26] Y. H. Jo.(2018, Aug). Qualitative data and its composition. *summer workshop of the Korean society for the study of anthropology of education*. (pp. 3-13). Seoul: The Korean Society for the Study of Anthropology of Education.

## 한 동 수(Han, Dong Soo)

[중신회원]



- 2001년 2월 : 충남대학교 사회체육학과(체육학사)
- 2010년 2월 : 충남대학교 교육대학원 체육교육전공(교육학석사)
- 2019년 8월 : 충남대학교 체육학과(체육학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 대전태평중학교

교사

- 관심분야 : 학교체육, 학교스포츠클럽, 캠핑, 질적 연구
- E-Mail : gugudak@naver.com

## 김 윤 상(Kim, Yun Sang)

[장학원]



- 2013년 2월 : 충남대학교 체육교육과(체육학사)
- 2018년 2월 : 충남대학교 체육학과(체육학석사)
- 2020년 8월 : 충남대학교 일반대학원 체육학과 박사수료
- 관심분야 : 학교체육, RC, 질적 연구

· E-Mail : 8811p@cnu.ac.kr

## 이 주 옥(Yi, Joo Wook)

[장학원]



- 2002년 2월 : 명지대학교 체육학과(체육학사)
- 2004년 2월 : 고려대학교 체육학과(체육학석사)
- 2008년 2월 : 고려대학교 체육학과(체육학박사)
- 2010년 2월 ~ 현재 : 충남대학교 체육

교육과 교수

- 관심분야 : 학교체육, 야외교육, 캠핑, 질적 연구
- E-Mail : joowookyi@cnu.ac.kr