



운동은 요람에서부터 ⑪

감각발달을 위한 운동프로그램



1. 시각 발달 운동 프로그램

유아기의 시력은 출생 직후 현저하게 발달하고, 성숙과 다양한 시각적 경험의 과정은 시각능력을 정교하게 발달시키는데 기여한다.

유아기의 시각적 인지는 사물을 관찰하고, 판단하는 능력 뿐만 아니라 학습능력에도 큰 영향을 미친다. 특히 시각능력은

<지도계획표>

주로 깊이, 거리, 형태, 인지로 구성되는데 다양한 운동의 경험을 통하여 발달시킬 수 있다.

가. 목표

- 신체의 기본 움직임을 학습한다.
- 거리를 판단하는 능력을 향상시킨다.
- 깊이와 높이의 판단능력 향상
- 형태를 재생하고 인식하며 분별하는 능력을 학습한다.

프로그램	목 표	1회 실시횟수	1일 실시횟수	실시일
평균대를 걸어보자	평형성	3	3	월, 수
어떤 놀이가 적당할까	거리감각학습 근력(팔, 다리)	5	3	화, 금
다시 만들어 보자	높이개념학습 협응력 시각기억능력	10	3	목, 토



평균대를 걸어보자



어떤 높이가 적당할까?

나. 프로그램

1) 평균대를 걸어보자

가) 방법

- 벽을 향해 평균대를 비스듬히 놓는다.
- 평균대에서 균형을 유지하며 걸어서 벽쪽으로 걷는다.
- 벽에 손을 뻗어 닿을 수 있는 위치까지 간다.

- 손을 뻗어 벽을 짚는다.

나) 변형

- 벽에서부터 점차적으로 멀어지도록 평균대를 놓고 걸어본다.

- 빠르게 또는 느리게 걸어보고 손을 뻗어 닿을 정도의 거리를 이야기한다.

다) 효과

- 평형성을 향상시킨다.
- 거리감각을 학습한다.
- 공간 지각능력을 향상시킨다.

라) 유의점

- 안전을 위하여 평균대 바닥에 매트를 깔아 두도록 한다.

- 유아가 공포심을 느끼지 않도록 연령에 알맞는 평균대를 설치하여야 한다.

2) 어떤 높이가 적당할까?

가) 방법

- 방 한 가운데에 높이가 다른 상자를 여러개 놓는다.

- 인형, 카드 등을 다양한 높이로 벽에 부착시킨다.

- 원하는 물건을 가져올 수 있도록 알맞은 높이의 상자를 고른다.

- 상자 위에 올라가 손을 뻗어 닿는 위치의 물건을 가져온다.

나) 변형

- 교사나 부모가 지정하는 물건을 가져오도록 한다.

- 상자와 벽에 같은 숫자나 글자를 써두고 일치시키도록 한다.

다) 효과

- 높이의 개념을 학습한다.
- 다양한 물건의 형태를 익힘으로써 물체의 분별 능력을 향상시킨다.



- 협응력을 향상시킨다.

라) 유의점

- 상자의 무게는 유아의 근력을 고려하여 너무 무겁지 않도록 한다.

- 유아의 흥미를 끌 수 있는 물체를 부착시킨다.

3) 다시 만들어 보자

가) 방법

- 교사나 부모는 여러가지 줄을 이용하여 숫자나 문자를 표시한다.

- 유아들이 주의깊게 살펴보도록 제시하고 형태를 흐트러 뜨린다.

- 형태를 기억해서 선으로 다시 그 모양을 만들어 본다.

나) 변형

- 줄 대신에 블럭이나 짧은 막대, 나무토막을 이용한다.

- 굵고 긴 줄을 사용하여 여러 명이 협조하여 형태를 만들어 본다.

다) 효과

- 시각에 의한 기억능력을 기른다.

- 움직임을 통하여 문자와 숫자를 학습한다.

- 물체의 형태를 인식하여 공간지각을 학습한다.

- 협응력을 향상시킨다. ㉞

건협 검진자 불편 상담전화

여러분의 불편사항을

전화로 들려 주십시오

◎이용전화 : 080-024-8572(수신자부담)

◎주소 : 서울특별시 강서구 화곡6동 1097

한국건강관리협회 검진자 불편상담소 앞

(157-016)