



### 저작자표시-비영리-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

권 정 윤 교수지도  
석사학위 청구논문

신체 게임 활동이 중일반 유아의  
일상적 스트레스 및 친사회적 행동에  
미치는 영향

2013

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 유아교육전공

김 설 아

신체 게임 활동이 종일반 유아의  
일상적 스트레스 및 친사회적 행동에  
미치는 영향

권 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2012년 11월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 유아교육전공

김 설 아

# 인 준 서

김설아의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 \_\_\_\_\_ ⑩

심사위원 \_\_\_\_\_ ⑩

심사위원 \_\_\_\_\_ ⑩

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 효과를 알아보는데 목적이 있으며, 이러한 목적에 따라 설정된 연구 문제는 다음과 같다.

1. 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향은 어떠한가?
2. 신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향은 어떠한가?

본 연구는 부천시에 위치한 Y어린이집의 종일반 만 4세와 만 5세 유아 40명(실험집단 20명, 비교집단 20명)을 대상으로 실시하였다. 실험집단은 신체 게임 활동을 2012년 6월 5일부터 7월 12일까지 총 12회 실시하였으며, 비교집단은 자유선택활동에 참여하였다.

유아의 일상적 스트레스를 측정하기 위한 연구도구는 Blascovich와 Tomaka(1991)의 연구에 기초하여 우리나라 실정에 맞도록 염현경(1998)이 수정하여 개발한 KPDSS(Korean Preschool Daily Stress Scale)를 사용하였다. 유아의 친사회적 행동을 측정하기 위한 도구는 Weir와 Duveen(1981)의 Prosocial Behavior Questionnaire(PBQ)를 권연희(1995)가 번안·수정하여 사용한 교사용 친사회적 행동 질문지를 사용하였다.

신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단의 사전·사후 검사 점수를 SPSS Windows 16.0 프로그램을 사용하여 평균점수와 표준편차를 산출하고, 두 집단 간의 차이를  $t$  검증하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 신체 게임 활동을 경험한 실험집단이 비교집단보다 유아의 일상적 스트레스 점수가 유의미하게 감소된 것으로 나타났다. 이는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 감소에 효과가 있음을 의미한다.

둘째, 신체 게임 활동을 경험한 실험집단과 신체 게임 활동을 경험하지 않은 비교집단의 친사회적 행동 점수에는 유의미한 차이가 없었다.

# 목 차

## 논문개요

<b>I. 서론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 .....	1
2. 연구 문제 .....	5
3. 용어의 정의 .....	6
<b>II. 이론적 배경</b> .....	7
1. 유아교육기관의 종일반 .....	7
2. 일상적 스트레스 .....	10
3. 친사회적 행동 .....	14
4. 신체 게임 활동 .....	18
<b>III. 연구 방법</b> .....	23
1. 연구대상 .....	23
2. 연구도구 .....	23
3. 연구절차 .....	27
4. 자료 분석 방법 .....	33
<b>IV. 결과 및 해석</b> .....	34
1. 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향 .....	34
2. 신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향 .....	36

V. 논의 및 결론 .....	38
1. 논의 .....	38
2. 결론 및 제언 .....	40

참고문헌

ABSTRACT

부록

## 표 목 차

<표 1> 연구대상 유아의 집단별 구성 및 평균월령 .....	23
<표 2> 유아의 일상적 스트레스 검사의 하위영역별 문항 및 신뢰도계수	24
<표 3> 유아의 친사회적 행동 검사의 하위영역별 문항 및 신뢰도계수 ....	26
<표 4> 신체 게임 활동 내용 .....	29
<표 5> 신체 게임 활동의 사례 .....	31
<표 6> 유아의 일상적 스트레스에 대한 집단별 사전검사 결과 .....	35
<표 7> 유아의 일상적 스트레스에 대한 집단별 사후검사 결과 .....	35
<표 8> 유아의 친사회적 행동에 대한 집단별 사전검사 결과 .....	36
<표 9> 유아의 친사회적 행동에 대한 집단별 사후검사 결과 .....	37

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

현재 우리사회는 여성들의 사회진출로 인해 맞벌이 부부가 증가하고 핵가족화로 인한 가족구성원의 감소로 자녀들의 가정교육 및 양육에 많은 어려움을 겪고 있다. 그래서 영·유아를 위한 전문적 교육의 필요성이 증가되었으며, 부모를 대신하여 가정 이외의 장소에서 유아들을 장시간 맡아 교육하고 보호해 줄 수 있는 종일반 교육에 대한 관심과 요구가 날로 증가되고 있다. 이러한 시대적, 사회적 요청에 의하여 종일반 프로그램은 대부분의 유아교육기관에서 확산되어 운영되고 있다(정경숙, 2001).

이러한 종일반프로그램은 맞벌이 가정의 아이들에게 양질의 보호와 교육을 제공할 수 있다는 장점들도 있는 동시에 유아에게는 장기간 교육기관에 머무는 것이 스트레스를 주는 요인이 되기도 한다. 즉, 종일반 프로그램은 유아에게 장시간 부모와 떨어져있음으로 인해 정서적으로 불안상태를 느끼게 할 수 있으며, 제한된 공간에서 오랜 시간 많은 유아들과 생활하는데서 오는 또래간의 갈등과 신체적 피로의 가중, 그리고 반복되는 일과에 대한 지루함 등을 줄 수 있다는 점에서 스트레스 자극 요인을 갖고 있다(김희형, 2002; 신현정, 2008).

최근 종일반을 이용하는 유아의 비율이 증가하면서, 오랜 시간 교육기관에 머무는 것이 유아에게 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구들이 이루어졌다. 신현정(2008)의 유치원 오후 재편성 종일반 유아들의 스트레스에 관한 연구에서는 오후에 재편성되어 운영되는 종일반의 혼합연령반의 특성에 따라 유아들은 위계구조를 경험하게 되고 경쟁적 소유욕으로 인한 갈등으로

스트레스를 경험하게 된다고 하였다. 또한 반일반에 비하여 종일반일 때 유아의 스트레스 행동 수준이 높은 것으로 나타났으며(이선주, 2010), 이러한 스트레스 행동은 교사나 어머니 모두 동일하게 종일반 유아가 스트레스 더 빈번하게 보인다고 보고하였다(정혜경, 2008).

이렇듯 유아들은 과거보다 너무 어린 연령에 사회 속에서 적응할 것을 요구 받고 있으며, 위협과 도전의 연속선상에서 살아간다(장연집, 2001). 따라서 현대사회에서는 정상적이고 건강한 유아도 스트레스를 피할 수 없으며, 성인과 달리 유아기의 스트레스가 더 위험 할 수 있다(이정은, 1992). Chandler(1987)에 의하면 유아는 성인과 달리 유아들이 받는 스트레스 요인을 파악하고 대처하는 데에 있어서 언어적으로 미숙하고 필요한 지적 기술의 부족으로 성인에 비해 스트레스가 누적되어 위험할 수 있다고 하였다(Chandler, 1987: 진성아, 2006, 재인용). 또한 김윤희(2003)에 따르면 스트레스는 일상생활을 하는 가운데 흔히 경험하는 극히 일부분의 문제일 수도 있지만, 환경에 대한 대처 능력이나 표현력이 부족한 유아들에게는 정신건강, 적응, 문제행동 등에 의미 있는 영향을 줄 수도 있다. 김영화(1995)에 의하면 스트레스로 인한 증상은 손가락 빨기, 손톱 물어뜯기, 야뇨증, 자위행위, 반항적 행동, 지나친 불안, 먹는 데에 대한 증상, 배설에 관한 증상, 언어, 학습 등의 일시적인 증상에서부터 심한 병적 증상에 이르기까지 다양하게 나타난다고 하였다. 이처럼 유아들이 경험하는 스트레스는 다양한 스트레스 행동으로 나타나고, 직·간접적으로 유아들에게 영향을 미친다.

이상의 연구들을 종합해보면 성인과 마찬가지로 유아도 많은 스트레스를 경험하고 있으며, 유아의 스트레스는 건강한 정서발달에 부정적인 영향을 미칠 수 있다고 하였다. 그러므로 유아의 건강한 발달을 도모하기 위해서는 유아의 스트레스를 최소화 하는 것이 필요하다.

이러한 스트레스는 유아의 사회성에도 영향을 미친다. 스트레스의 관련 요인들이 유아에게 미치는 사회성에 대한 연구에 의하면 Barton 과

Zeanah(1990)은 학대받는 유아들의 경우 추후 또래에 비해 더 공격적이고 상호작용을 회피하거나 철회하는 현상, 불복종의 행동이 나타났으며 유아교육기관에서도 낮은 적응 행동과 교사에게 지나친 의존현상을 보였다고 하였다. 또한 Christie 과 Toomey(1990)에 따르면 부모와의 분리에 의한 요인으로 인해 통제의 결핍, 공격적인 행동, 대인관계 미숙등의 현상이 나타났다(Barton 과 Zeanah, 1990; Christie 과 Toomey, 1990: 김희형, 2002, 재인용). 그리고 박경자(1991)에 따르면 하루 일과 내에서 부모와 격리되는 시간의 길이가 유아의 사회 정서적 발달에 영향을 미친다고 보고 하면서 종일제 프로그램을 경험한 유아들이 더 공격적이고 또래를 거부하여 놀이집단에서 배제되었으며, 배회·방관자적 행동의 놀이형태가 유의하게 더 많이 나타났다.

이상과 같이 종일반 유아들은 많은 스트레스를 경험하게 되고 불안과 긴장 속에 있게 되면서 자신의 감정을 조절하거나 대인과의 긍정적인 관계를 형성하는 것에 어려움을 느끼게 된다. 그러므로 종일반 유아들의 건강한 발달을 위해서는 갈등을 원만하게 해결하고 대인관계를 긍정적으로 할 수 있는 친사회적 행동들이 필요할 것이다.

친사회적 행동은 또래와 협동하는 과정에서 자신의 감정을 조절하며 타인과 조화로운 삶을 살아가는데 필요한 것으로 최근 유아기에 사회적 어려움을 가진 사람이 청소년기와 성인기에 문제행동과 부적응 행동을 일으킬 수 있다는 연구결과(신애진, 2011; Hymel, Bowker 과 Woddy, 1993: 공영애, 2008, 재인용)가 보고되면서 유아기의 또래관계의 중요성이 더욱 강조되고 있다. 박지혜(2006)에 의하면 대인관계에서 자신의 감정과 욕구를 조절하고 상대방의 사고·감정·의도 등을 추리해내는 능력은 타인과 어울려 살아가는데 중요한 요소가 되므로 바람직한 관계를 형성하기 위해서는 어려서부터 친사회적 행동을 발달시켜야 한다고 하였으며, Maccoby(1980)는 아동기 사회성 발달에 있어서 친사회적 행동은 아주 중요하며, 이는 개인정서 조절 능력과 대인관계 형성능력 그리고 학교 적응 능력 등에서 나타난다고 보았

다(Maccoby, 1980: 박선영, 2010, 재인용).

그러므로 혼합연령집단 중일반 유아들에게는 연령차이가 있는 유아들 간의 상호학습을 촉진하고 집단의 경쟁관계 보다는 형제나 가족적인 집단의 협동관계를 형성할 수 있는 마음과 태도, 즉 친사회적 행동들이 필요하다(이광우, 2009).

이처럼 유아의 건강한 정서발달에 부정적인 영향을 미치는 스트레스를 최소화하고 자신의 감정을 조절하여 타인과 조화로운 삶을 살아가는데 필요한 친사회적 행동(신애진, 2011)을 증진시키는 것이 필요한데, 스트레스를 최소화하기 위해 개발된 프로그램 즉, 운동, 상담, 미술, 명상, 호흡, 훈련등과 같은 다양한 프로그램은 유아의 스트레스 수준과 대체 행동의 변화를 가져온다고 보고되었다. 그 중 유아 스트레스의 적극적인 치료 및 예방 프로그램의 일환으로 운동프로그램이 큰 관심을 모으고 있으며(오명순, 2009), 유아 교육기관에서 활용할 수 있는 적절한 운동프로그램의 하나로 신체 게임 활동이 있다. 운동프로그램의 요소가 포함된 신체 게임 활동은 유아의 스트레스를 최소화하고 대처 할 수 있는 능력을 기르기에 효과적이다. 유아들은 신체를 이용한 규칙이 있는 게임 활동에 참여하면서 자연스럽게 또래와 의견을 교환하고 협동하고, 양보하면서 친사회적 행동을 향상시킬 수 있다.

유아의 다양한 놀이 활동, 즉 신체활동의 경험은 성장·발달에 있어 운동기능의 향상뿐 만 아니라 스트레스의 최소화 및 친사회적 행동의 증진, 개인의 사회적응과 자아실현, 풍부한 정서적 경험을 통한 지적·정서적 발달에 중요한 의미를 지닌다(이광우, 2009).

지금까지 신체 게임 활동이 유아의 스트레스와 친사회적행동에 미치는 영향에 대한 최근 연구들을 살펴보면, 오명순(2010)은 게임 활동은 아동의 스트레스 감소에 의미 있는 영향을 주며, 송자영(2002)은 신체활동 놀이가 유아의 스트레스 감소에 효과가 있음을 밝혔다. 송현주(2008)는 협동신체활동이 유아의 친사회적 행동 형성에 효과가 있다고 보고하였다. 신애진(2011)은

실의협동놀이는 유아의 친사회적 행동에 긍정적인 효과가 있다고 밝혔다. 최혜윤(2010)의 친사회적 협동게임 활동이 위축정도가 높은 유아와 낮은 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 친사회적 협동게임 활동의 결과 위축정도가 높은 유아의 친사회적 행동이 향상된 것으로 나타났다.

이와 같이 국내 선행연구들은 신체활동이 유아의 스트레스 및 친사회적 행동에 긍정적인 영향을 주는 것으로 보고하고 있다. 그러나 우리나라에서는 대부분의 신체활동에 관한 연구들이 자기조절과 타인을 인식하는 놀이가 아닌 협동놀이로 이루어져왔고, 종일반 유아를 대상으로 일상적 스트레스 및 친사회적 행동과 관련하여 신체 게임 활동을 적용한 연구는 미흡한 실정이다. 신체 게임 활동은 유아의 자기조절능력 뿐 아니라 신체, 인지, 사회·정서적 발달 등 유아의 전인적 발달을 돕는다. 따라서 이러한 신체 게임 활동의 교육적 가치를 생각해 볼 때, 종일반 유아를 대상으로 신체 게임 활동을 실시함으로써 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 어떠한 영향을 미치는지 알아 볼 필요성이 있다. 이에 본 연구에서는 신체 게임 활동을 실시함으로써 유아의 일상적 스트레스와 친사회적 행동에 미치는 영향을 알아보 고자 한다.

## 2. 연구 문제

- 1) 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향은 어떠한가?
- 2) 신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향은 어떠한가?

### 3. 용어의 정의

#### 1) 신체 게임 활동

신체 게임 활동은 신체 활동성에 초점을 둔 게임으로 활발한 대 근육 활동을 포함하며, 명확한 규칙이 존재하고 신체적 기량 및 전략을 통해 승리를 추구하는 활동이다(권민혁, 2003). 본 연구에서는 유아가 규칙과 재미, 자기조절과 대인관계를 경험하도록 구성한 활동을 의미한다.

#### 2) 일상적 스트레스

유아의 일상적 스트레스는 유아가 일상생활 속에서 경험하는 사소하지만 부담스런 사건들로서, 유아에게 좌절감이나 분노심, 공포심, 우울감, 소외감, 불안감, 압박감, 거부감, 긴장감 등을 유발시키는 상태를 말한다(염현경, 1998). 본 연구에서의 일상적 스트레스는 비난-공격적 상황에 접함, 불안-좌절감 경험함, 자존감 상함으로 분류하였다.

#### 3) 친사회적 행동

친사회적 행동은 외적인 보상을 기대하지 않고 타인의 이익을 위해 자발적으로 타인을 돕거나 도우려는 행동으로 사회적으로 긍정적인 결과를 가져오게 하는 행동을 말한다. 본 연구에서의 친사회적 행동은 돕기행동, 배려하기 행동, 협동행동으로 분류하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 유아교육기관의 종일반

#### 1) 종일반 프로그램

현대사회의 급속한 변화로 핵가족화와 여성의 경제 활동이 증가하게 되면서 가정에서 담당하던 양육과 교육적 기능을 유아교육기관에서 일임하게 되었고 사회적 자원이 필요하게 되었다. 이에 따라 시간의 변수를 조정한 유아교육 프로그램으로 종일반 프로그램이 교육현장에 등장하게 되었다(김경숙, 윤기영, 2003).

유아교육기관의 종일반은 1일 8시간이상의 교육과정으로서 발달적 탁아와 종합적 탁아 그리고 질적 탁아에 기초한 건강, 영양, 사회가 포함된 종합적인 보호와 전인적 교육을 통합하여 포괄적으로 제공하는 형태로 정의한다(유아교육법, 2004; 교육부, 2002; 이진주, 2009, 재인용). 또한 이선주(2010)는 종일반 프로그램이란 유아를 종일동안 가정 이외의 장소에서 교육하거나 보호하는 서비스를 총체적으로 일컬으며 유아의 신체적, 지적, 사회·정서적, 인지적 발달을 목적으로 3시간 이상의 교육활동과 다양한 서비스, 즉 오후 활동을 위한 점심과 휴식, 낮잠시간과 교육활동이 포함된다고 하였다.

이러한 종일반 프로그램은 최근 정부에서 부모를 대신하여 낮 시간에 양육하고 교육할 수 있는 사회적 지원체제로 반일제 보다는 종일반의 운영에 초점을 맞추기 시작하여, 어린이집의 경우 1991년 영유아 보육법이 제정·공포되어 탁아에서 보육으로 확대·발전하였고, 2004년 영유아보육법의 개정안으로 보육서비스의 질적 수준 향상과 다양화 프로그램을 시도하였으며, 2007년 시간 연장 어린이집을 확대하고자 하였다(여성가족부, 2007).

이처럼 정부의 지원으로 종일반 프로그램은 대부분의 유아교육기관에서 보편화 되어 운영되고 있다. 하지만 많은 어린이집에서 오후 시간은 상당부분 교사의 자율에 맡겨져 있어서 유아의 발달에 적합한 체계적인 교육프로그램이 운영되고 있지 않고 있는 실정이다. 어린이집은 영유아보육법에 의한 표준화된 보육과정으로 오전과 연계된 과정이나 휴식 등의 형식을 취하고 있는데, 이는 유치원이 특기, 적성을 고려한 교육적 프로그램을 취하고 있는데 비해 어린이집에서는 영양, 건강 등에 초점을 두어 자유놀이시간 및 휴식 등을 하고 있는 것이다(김문정, 문무경, 2008; 신한임, 2003).

이러한 선행연구를 종합하여 볼 때, 유아교육 기관의 종일반은 유아에게 교육과 함께 보호하는 서비스를 총체적으로 이르는 것으로 이는 종일반이 단순한 보호나 시간 연장의 의미가 아니라는 것을 의미하며(김혜진, 2005), 어린이집 종일반의 체계적인 교육프로그램이 필요하다는 것을 알 수 있다.

## 2) 종일반 프로그램의 운영 현황

유아교육기관의 집단 구성은 유아의 발달에 중요한 요소 중의 하나이며 프로그램의 효과를 결정하는 주요 변인 중의 하나이다. 유아를 집단으로 구성하는 것은 집단생활에서 개개인의 발달을 돕기 위한 것으로 아동을 더욱 다루기 쉽고 효과적으로 가르치며 돌보는데 그 목적이 있다(Decker 과 Decker, 1997; 박형란, 2003, 재인용).

현재 우리나라 유아교육기관에서 운영되는 종일반 프로그램은 프로그램을 운영하는 방식과 연령, 운영시간에 따라 두 가지 형태로 분류하고 있다.

첫째, 연령별 학급 구성에 따라 동일연령학급구성과 혼합연령학급구성으로 분류할 수 있다.

동일연령학급은 한 학급에 같은 연령의 유아들로만 구성되는데, 유아들의 발달수준과 요구가 유사하기 때문에 또래 간 상호작용이 활발할 뿐만 아니라 유아들 간의 요구 및 발달수준이 유사하여 교사가 유아들의 연령에 적합

한 교육활동을 계획하고 운영하는데 용이하다(교육부, 2000).

혼합연령학급은 여러 연령의 유아들을 혼합하여 구성되는데, 혼합연령 학급에서는 나이가 많은 유아는 동생들을 도와주고 가르쳐 주는 가운데 자신의 지식과 능력을 보다 정교화 할 수 있으며, 나이가 어린 유아들은 형이나 언니의 행동을 보면서 자극을 받고 배우기도 한다(김은혜, 2005). 반면에 혼합연령학급의 교사는 다양한 연령을 고려하여 계획을 세워야 하기 때문에 어려움이 따른다.

종일반 프로그램을 실시하는 우리나라 전국 유아교육기관 937개소를 대상으로 종일반 프로그램의 연령별 집단구성을 조사한 정미라, 엄정애, 이순영, 홍용희(2000)의 연구에서 동일연령학급(14.3%)보다 혼합연령학급(85.7%)으로 운영되는 유아교육기관이 많았으며, 동일연령학급일 경우 만 5세 학급이 68.2%로, 그리고 혼합연령 학급일 경우 3·4·5세의 혼합학급이 72.6%로 가장 많이 운영되고 있음을 보고 하였다.

둘째, 운영형태에 따라 독립된 종일반학급과 오후 재편성 종일반학급으로 분류된다.

독립된 종일반학급은 오전부터 오후까지 같은 유아들을 대상으로 종일반을 원하는 유아들을 모아서 오후에 연장하여 총 8시간 이상 운영하는 형태이다. 이러한 독립된 종일반 프로그램은 교사와 유아들이 장시간 함께 지내면서 유아와 교사간의 소속감이 가족만큼이나 돈독해서 서로에 대한 깊은 정을 쌓게 되지만, 교사의 업무가 과중하여 부담을 느끼게 되며, 장시간 유아들과 함께 지내야 하므로 교재의 활용법을 연구하거나 교구를 제작하는 시간의 부족함을 경험하는 것으로 나타났다(고지민, 2003; 김은혜, 2005).

오후 재편성 종일반학급은 오전에는 기존의 반일반 학급에서 오전 일과를 보내고, 오후에는 종일반에 참여하는 유아들로만 별도로 학급을 구성하여 오후 일과를 보내도록 운영되는 형태이다. 이러한 오후 재편성 종일반 학급은 오전에는 각기 다른 반에서 활동을 하다가 오후에 종일반에 참여하기 때

문에 유아들은 새로운 환경에 다시 적응해야 하고, 교사의 경우 오전과 오후 활동이 겹치지 않으면서도 일관성 있게 계획하고 운영하기가 어렵다(백은혜, 2012).

정미라 외(2000)의 연구 결과 오후에 모여 학급을 재편성하는 경우는 63.3%이고, 독립된 학급으로 구성되어지는 경우는 36.7%로 오후에 학급을 재편성하는 경우가 많은 것으로 나타났다.

이상의 선행연구를 종합하여 볼 때 우리나라 대부분의 유아교육기관에서 혼합연령 집단으로 구성된 오후 재편성 종일반 학급으로 종일반 프로그램을 운영하는 것을 알 수 있다.

## 2. 일상적 스트레스

### 1) 유아의 일상적 스트레스

유아의 일상적 스트레스란 유아가 일상생활 속에서 경험하게 되는 기분 나쁜 일, 속상했던 일, 놀랐던 일로서 어느 어린이에게나 흔히 일어날 수 있는 일들을 말한다.

엄현경(1998)은 유아의 일상적 스트레스는 유아가 일상생활을 할 때 경험하는 사소하지만 부담스러운 사건들로서 유아로 하여금 좌절감이나 분노심, 공포심, 우울감, 소외감, 불안감, 압박감, 거부감, 긴장감 등을 유발시키는 상태라고 정의하였으며, 최혜경(2005)은 유아가 일상생활 속에서 흔하게 경험하는 기분 나쁜 일, 속상한 일, 슬펐던 일, 놀랐던 일 등 유아에게 일어날 수 있는 사소한 일이라고 개념화 했는데 이 같은 맥락에서 볼 때 모든 것이 새롭고 낯선 유아로서는 오히려 어른보다 스트레스 정도가 높을 수 있음을 시사한다(이선주, 2010).

이처럼 유아가 일상 속에서 경험하는 스트레스는 극적이지는 않지만 반복

적으로 발생하므로 이를 지각하는 것이 중요하다. 그러나 유아들은 아직 발달 단계에 있어 도움을 필요로 하는 시기이며, 스트레스 환경에 대한 대처 능력이나 표현력이 부족하기 때문에 유아의 스트레스 요인을 파악하는 것이 중요하다.

유아의 스트레스 요인을 살펴보면 다음과 같다(김희형, 2002).

첫째, 급속한 사회변화로 가정과 사회에서 부모들이 받는 스트레스가 유아들에게 영향을 주게 되었다.

둘째, 유아에게 부모를 만족 시켜야 한다는 압력이 증가되었다. 유아들을 더 빨리 성공할 수 있도록 주변의 환경이나, 성인들의 압력이 증가되어 유아들에게 성공에 대한 부담감을 갖게 한다.

셋째, 과거에 비해 유아들이 활동하고 생활하는 교실과 외부의 환경에서 과도한 경쟁이 일어나고 경쟁적인 태도가 요구된다. 성인에 비해 유아들은 경쟁에 대처하기 위한 경험과 기술이 부족하기 때문에 유아들은 경쟁자체가 스트레스가 된다.

넷째, 유아 자신들도 미래에 대한 불확실성과 환경적인 위협으로부터 두려움이 있다. 특히 성공을 강조한 사회일수록 스트레스는 생애 초기부터 시작되므로 스트레스로 인한 해로운 영향을 유아초기에 나타낼 수 있다.

또한, 이정은(1992)은 유아는 가족관계, 자아 통제, 또래 관계, 높은 기대 수준, 안정감, 자아감, 책임감 등에서 스트레스를 받는다고 하였다. 이 밖에도 장영화(2000)는 유아에게 흔히 일어나는 일상적 스트레스는 친구와 헤어지는 일, 병원에서 주사 맞는 일, 학교에서 나쁜 성적을 받는 일, 친구가 놀리는 일 등이라고 하였으며, 이런 일상적인 문제로 인해 누적된 스트레스가 심리적 건강에 더 많은 영향을 미친다고 하였다(장영화, 2000; 김옥경, 2006, 재인용).

이처럼 스트레스는 성인뿐만 아니라 유아들에게 보편화 되어 있으며, 유아의 스트레스는 다양하고 빈번하게 반복적으로 발생하고 있음을 알 수 있다.

## 2) 유아 스트레스 행동유형

오늘날의 유아스트레스 행동은 과거의 아이들이 자랄 때보다 경험하고 있는 스트레스 원의 종류가 증가하여, 그만큼 다양한 행동으로 나타난다. 그러나 유아는 스트레스에 대한 이해와 대처능력이 부족하기 때문에, 부모와 교사는 유아가 어떤 스트레스를 경험하고 있는지 이해하고 인식하는 것이 중요하다(이준화, 2011).

Elkind(1984)는 유아의 스트레스 반응으로 안정감이 없는 증세, 성급해지는 것, 주의집중을 할 수 없는 것, 우울증 등이 나타나고 경쟁적인 성취력이 강하며 잘 다루고, 인내심이 없고, 공격적인 행동을 보이며, 학교 도피증과 학습된 무기력증을 나타낸다고 하였다. 또한 무기력 등의 정서적 반응과 남을 다치게 하거나 파괴적 행동을 보이게 되며, 유아교육기관에서 스트레스를 받는 유아는 손톱을 물어뜯거나, 신체적 적대행위, 경련, 신경증적 웃음을 보인다고 한다(Elkind, 1984: 김옥경, 2006, 재인용).

염현경(1998)은 스트레스 행동을 공격성, 퇴행과 주의 끌기 행동, 사회적 철회의 세 가지 범주로 나누었는데, 각각의 구체적 반응행동을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 공격성은 다른 대상에게 유해한 자극을 주는 반응(Buss, 1961) 또는 제 3자에게 신체적 물리적 피해를 주려는 시도(Zillmann, 1971)라고 정의하였다(정금숙, 2011). Coie와 Dodge(1998)는 유아의 공격성은 내적인 요인인 애착관계, 부모의 양육태도, 처벌, 학대등을 그 요인으로 들었다. 공격적인 아동은 충동적이고 주의 산만한 모습을 보이며, 좋은 부모-자녀의 상호관계를 맺지 못하고 부모로부터 비 일관적인 훈련을 받으며 처벌적·학대적 대우를 받게 된다고 하였다. 그러한 공격성은 더 증가하게 되고 정서적 문제를 지니게 되는데, 이러한 유아가 학교에 입학하게 되면 학업적인면 뿐만 아니라 사회적인 면에서도 문제를 일으키고, 이러한 학업적, 사회적 실패는 또다시 공격성을 야기 시키게 되며 또래로부터 거부당하는 결과를 초래한다

(Coie와 Dodge, 1998: 박선영, 2009, 재인용).

둘째, 퇴행과 주의 끌기 행동은 유아의 스트레스 반응으로 흔히 보고하는 것이 퇴행현상인데 이는 미성숙하고 무질서한 행동을 뜻한다(Barton & Zeanah, 1990). Maccoby(1983)는 나이가 어릴수록 강한 스트레스를 인하여 무질서한 행동을 더 많이 나타내고, 스트레스에 대하여 유아는 피로의 반응을 나타낸다고 보고 하였다. 지친 유아가 자주 울고 조르는 반응을 보이는 것이 그 예라고 할 수 있다. 유아 스트레스 반응 중 퇴행현상 이외에 또 한 가지는 성인의 주의를 끌고자 하는 행동이 증가하는 것인데, 여아의 경우 수줍음, 집착, 억제의 행동이 나타나고, 남아의 경우 공격성과 불응의 모습을 나타낸다.(Maccoby, 1983: 염현경, 1998, 재인용).

셋째, 사회 접촉으로부터 철회는 유아 스트레스에서 가장 힘든 반응 중에 하나로, 스트레스를 경험하는 유아는 무관심과 우울한 증상을 보인다. Spiz(1946)는 매우 심한 스트레스를 경험한 유아에게 나타나는 반응으로서, 심한 외상적 사건을 경험한 아동 뿐 아니라 학대나 무시를 경험한 아동에서 이러한 반응이 나타난다고 하였다. 지속적인 사회적 철회 현상은 외상 후 스트레스 장애의 한 증상이며 부적응 패턴으로 볼 수 있으며, 대표적인 예로 모든 것을 부정하고 마비된 듯한 표정과 행동을 보이며, 경우에 따라서는 심한 분노, 발작, 자해행동을 보이기도 한다(Spiz, 1946: 김희형, 2002, 재인용).

이처럼 스트레스에 대한 반응들은 유아의 다양한 문제 행동을 야기 시킨다. 이에 대해, 신체놀이 즉, 신체 게임 활동의 활용은 유아의 스트레스의 대처 방안으로 접근할 수 있을 것이다.

### 3. 친사회적 행동

#### 1) 친사회적 행동의 개념

친사회적 행동의 본질과 요소에 관한 논쟁은 지금까지 계속되고 있어, 학자에 따라 그 개념이 다양하게 정의되고 있다.

친사회적 행동이란 용어는 Wispe(1972)에 의해 처음 사용하였는데, 그는 사람이 하는 행동 중에서 외적인 보상에 대한 기대와는 관계없이 타인에게 도움을 주기 위해 수행되는 자발적인 행동이라고 하면서 친사회적 행동에서 자발성과 동기를 중시하였으며, 홍대식(1986)은 친사회적 행동을 타인을 돕거나 도우려는 어떤 행위를 포괄하는 폭넓은 개념을 의미하는 것이라 정의하였다(김희형, 2002).

Bar-Tal(1976)은 친사회적 행동을 사회적으로 긍정적인 결과를 가져오게 하는 행동을 함으로써 외적으로 보상을 기대하지 않고 다른 사람을 유익하게 하기 위해 자발적으로 수행하는 행동이라고 정의하였다(공영애, 2008).

이원영(1993)은 친사회적 행동을 사회구성원들이 옳다고 여기는 행동을 수행함으로써 사회집단의 일원이 될 수 있는 행동이라고 정의하였으며, 양성은(1994)은 어려움에 처한 타인에게 도움을 주는 다양한 형태의 행동이 친사회적 행동이며, 도와주기, 나눠주기, 기부, 위안, 협동 등이 있다고 하였다(공영애, 2008).

한국 유아교육학회 유아교육사전(1996)에서는 친사회성을 다른 사람과의 관계를 형성하고 유지하기 위해 나타내는 긍정적 측면의 사회적 행동을 의미한다고 정의하면서, 이 행동은 대개 돕기, 나누기, 위로하기, 협력하기 등의 형태로 나타난다고 하였다. 유아는 누구를 돕고, 보살피고, 위로하며, 누구와 협력하고, 합의할 것인지는 대상의 사회적 위치, 나이, 성, 우정, 필요의 정도, 공평성, 가치성, 등의 복합적 변인들을 고려하여 판단하며, 이러한 판단은 유아의 나이, 도덕적 추리능력, 다른 사람의 요구나 감정에 대한 민

감성에 따라 다르게 나타난다. 친사회적 행동의 발달은 부모의 양육방식, 아동이 속한 집단의 분위기, 남을 도와주는 바람직한 사회적 행위를 관찰할 수 있는 기회의 정도, 친사회적 행동을 위한 훈련이나 프로그램 등에 영향을 받는다(임형아, 2004).

이와 같이 친사회적 행동에 대한 정의는 학자마다 다양하지만, 여러 학자들의 견해를 종합하면 친사회적 행동은 타인을 이롭게 하기 위해 보상을 기대하지 않고 자발적으로 다른 사람을 돕거나 도우려는 행동이라고 정의할 수 있다.

## 2) 유아의 친사회적 행동 유형과 영향을 미치는 요인

친사회적 행동의 개념이 여러 학자에 의해 다양하게 정의되는 것만큼이나 친사회적 행동 유형의 구분도 다양하다.

Bar-Tal(1976)은 협동·이타성·동정·자선·기부·교환 등으로 구분하였고, Walsh(1980)는 나누어 갖기(sharing), 협동하기(cooperating), 돕기(helping), 감정이입(empathizing), 우정 나누기(showing friendships), 바르게 행동하기(behaving morally) 등으로 구분하였다(공영애, 2008).

또한 서봉연(1985)은 친사회적 행동유형을 돕기, 나누기, 위로하기, 참여하기, 우정 등으로 구분하였으며, Huang(1990)은 구조하기, 돕기, 나누기, 돌보아주기, 희생하기, 양보하기, 위로해주기, 협동하기 등 8가지 유형으로 구분하였다. 이은화·김영옥(1993)은 돕기, 나누기, 위로하기, 협력하기 등으로 구분하였다(정경숙, 2000).

양성은(1995)에 따르면 친사회적 행동 유형은 도와주기, 나눠주기, 기부, 위안, 협동행동으로 나누었다. 그리고 Moccoby(1980)는 유아의 사회성 발달에 있어서 친사회성이 가장 중요하여 이는 개인정서조절 능력, 대인관계 형성 능력, 학교적응 능력 등으로 나타냈다.

본 연구에서는 권연희(1995)의 유아의 친사회적 행동검사로 돕기 행동, 배

려하기, 협동하기로 나누어진다. 돕기 행동은 또래의 어려운 상황을 인식하고 실제로 도움을 줄 수 있는 능력을 말하며, 배려하기 행동은 또래와의 친밀한 관계형성 및 유지를 위해 유아가 타인을 배려하는 능력을 말한다. 그리고 협동하기 행동은 또래를 도우면서 함께 하는 능력으로 정의된다.

이러한 유아의 친사회적 행동은 여러 가지 요인에 의해 결정되며, 다양한 변인에 영향을 받는다. 친사회적 행동과 관련된 변인은 연령, 성, 기질 등이 있다.

친사회적 행동이 연령과 밀접한 관련이 있음을 밝히는 많은 연구들이 있으며, 김영옥(2003)은 연령이 증가함에 따라 친사회적 행동은 증가하며 만 3-4세 사이에 친사회성에 대한 발달이 급진적으로 이루어진다고 하였다(김영옥, 2005; 이혜원, 2011, 재인용). 또한 연령에 따른 친사회적 행동의 변화를 조사한 연구 결과에 의하면 대부분의 많은 연구에서 연령이 높을수록 친사회적 행동이 증가한다고 하였다(기보경, 2000).

이와 같이 연령에 따라 친사회적 행동이 증가하는 이유는 연령이 증가하면서 사회적 상호작용을 원활하게 하고 이를 통해 자기중심적인 사고가 점차 줄어들게 되어 타인의 입장을 이해하기 때문이다(류혜숙, 1986; 이혜원, 2011, 재인용).

또한 친사회적 행동이 성별과 관련이 있다는 많은 연구들이 있으나 유아의 성차에 대한 결과들은 일치된 결과를 보이지 않고 있으며, 몇몇 연구에서는 성별에 따른 유아의 친사회적 행동의 차이를 나타내지 않았다. 그러나 유아의 친사회적 행동이 성에 따라 차이를 나타낸 여러 연구들이 있다.

Bardwick과 Douvan(1971)은 친사회적 행동에 있어서 성차가 나타나는 것은 남아와 여아가 서로 다른 사회화 환경에 의해 영향을 받기 때문이라고 하였다(Bardwick과 Douvan, 1971: 박선영, 2010, 재인용). Denham과 Zoller 그리고 Couchoud(1994)는 남아와 여아는 성역할 고정관념의 정서적 측면은 이미 학습해 왔으므로 타인의 감정에 대한 친사회적 반응은 성별에 따라 다

를 수 있다고 하였다. 남아는 사회에서 남성상으로 간주되는 친사회적 행동을 많이 하는 반면 여아는 사회에서 여성상으로 규정하는 친사회적 행동을 많이 한다는 것이다(Denham과 Zoller와 Couchoud, 1994: 박선영, 2010, 재인용).

이와 같이 남아들이 사회적 기술이 부족하여 여아에 비해 친사회적이지 않으며, 여아가 남아보다 친사회적 행동을 더 잘 할 수 있다고 보았다(황선희, 1996).

그리고 유아의 기질과 친사회적 행동이 밀접한 관련이 있다는 연구결과를 살펴보면, Deinstbier(1984)는 불안을 더 잘 느끼는 기질을 가지고 있는 유아는 나쁜 행동을 한 후에 내적인 불안을 더 쉽게 강하게 경험하기 때문에 사회적인 결과에 더 반응적이라고 하였다. 반면에 기질적으로 침착하고 덜 불안을 느끼는 유아는 부모의 태도에 덜 반응적이고 사회화가 더 어렵다고 하였다(Deinstbier, 1984: 김수영·허선자, 1998, 재인용). 또한 김용희(1990)의 연구에서는 까다로운 유아는 대체로 대인관계뿐만 아니라 사회적 적응에서도 어려움을 겪는 것으로 나타났으며, 사회적 적응력이 낮은 까다로운 유아는 사회적 적응력이 높은 순한 유아에 비해 돕기 행동이 낮게 나타났다.

이처럼 유아의 기질과 친사회적 행동 발달은 밀접한 관련성이 있음을 알 수 있다.

또한 다양한 요인들로 결정되는 친사회적 행동은 연령, 성, 기질 이외에도 문화적 요소, 부모·교사·또래관계 등 유아가 접하는 모든 환경에서 많은 요인이 친사회적 행동 발달에 영향을 미친다.

## 4. 신체 게임 활동

### 1) 신체 게임 활동의 개념

신체 게임 활동이란 유아가 즐거움을 느끼며 스스로 적극적으로 참여하는 집단게임 중 재미와 자기조절, 대인관계를 강조한 실내에서 이루어지는 게임을 의미한다. 본 장에서는 신체 게임 활동의 개념을 알아보기 위해 신체 놀이와 집단 게임 활동에 대해 살펴보고자 한다.

오래 전부터 유아교육현장에서 게임을 하나의 놀이 활동으로 활용하였으며, Froebel도 유아교육기관 교육과정의 기본요소로 게임을 소개하였다. 유아들은 또래집단이 형성되면서 개인의 흥미에 따라 놀이를 선택하기 보다는 또래집단 전체가 흥미 있어 하고 그들이 함께 수용될 수 있는 놀이를 선택하는 경향이 있기 때문에 집단게임은 유아교육현장의 교사들에 의해 적극 활용되어 왔다(이봉선, 2007).

Schaefer와 Reid(2001)는 게임은 즐겁고, 규칙이 존재하여 규칙을 이해하고 따라야 하며, 게임에는 경쟁적 요소를 가지고 있으며 자아능력을 필요로 하고, 대개 두 명 이상의 사람들과 상호작용을 한다. 대부분 게임은 혼자서 즐기는 활동이기보다는 두 명 이상이 참여하는 활동이므로 사회적 기술을 요하는 대인관계과정이다(Schaefer와 Reid, 2001: 송문화, 2005, 재인용).

Kamii & DeVries(1985)은 집단게임놀이를 2명 이상 혹은 2편 이상의 유아가 함께 할 수 있으면서 달성해야 할 목표가 있는 놀이로, 유아들이 일정한 규칙에 따라 참여하며 상대방과 서로 반대되거나 또는 상호의존적이고 협력적인 역할을 하며 놀이하는 것이라고 정의하였다(강명화, 2011)

유아는 생활의 전부이며 가장 자연스럽게 자발적인 활동인 놀이를 통해 자신의 욕구를 표현하며, 유아의 지적, 신체적, 사회·정서적 발달이 이루어진다. Froebel은 놀이란 인간발달에 있어 이론 단계에 있는 유아들이 내적인 것을 외부세계에 표현한 것으로서 유아들은 놀이를 하는 동안 감각기능을

발달하고 자기표현의 충족과 외부세계의 파악이 이루어지며 놀이를 하면서 힘이 연마된다고 보고 ‘상징으로서의 놀이’, ‘생명활동으로서의 놀이’를 놀이의 교육적 특징으로 보았다(공은숙, 2009).

Piaget는 아동의 놀이는 사고발달의 필연적 산물로써, 어린이들은 놀이를 통해 사물과 사상에 대한 원시적이고도 자기중심적인 관점으로부터 성인의 객관적이고 합리적인 관점으로 발달되어간다고 하였으며, Erikson은 놀이는 아동의 성장욕에 의한 것으로 놀이의 가장 중요한 가치는 놀이를 통해 완성감(a sense of mastery)을 맛보게 되는 것이라고 하였다(조수경, 1995)

Dougherty와 Bonanno(1979)는 유아의 신체활동, 즉 놀이는 유아가 성장하는데 있어서 문제해결을 통해 최대한의 참여와 성공감을 부여하고 탐색을 통해 인간 움직임에 대한 이해를 하도록 하며, 잠재력과 창의력을 계발시키고, 긍정적인 자아개념을 발달시키는 것을 목적으로 하고 있다고 하였다(Dougherty와 Bonanno, 1979: 서의정, 2000, 재인용). 이처럼 놀이는 유아의 성장 발달에 중요한 역할을 하는 동시에 놀이는 곧 학습의 기회이자 발달의 기회라고 할 수 있다. 이러한 놀이는 유아들이 참여하며 유아들에 의해 놀이방법이 변화 될 수 있는 반면, 게임은 그 자체에 의해 부여된 규칙을 지닌다. 즉, 자유로운 놀이가 발전되어 규칙이 존재하는 게임이 되는 것이다.

이상의 견해를 종합하면 신체게임 활동이란 즐거움을 느끼며 적극적으로 참여하는 놀이의 한 형태로 규칙이 포함되고, 신체의 활발한 움직임과 동작을 포함하는 게임 활동을 의미한다.

## 2) 신체 게임 활동과 유아의 일상적 스트레스

요즘 아이들이 어른만큼 스트레스를 경험한다는 사실은 그리 놀라운 일이 아니다. 특히 가족과 오랜 시간 떨어져서 어린이집에서 생활해야 하는 종일반 유아들은 더 많은 스트레스를 경험하게 된다. 이러한 어린이집 종일

반 유아들을 위한 교육프로그램에 대한 관심이 높아지고 있으나, 현재 어린이집의 종일반 프로그램은 자유놀이시간 및 휴식 등의 형식을 취하고 있는 실정이다. 유아들의 발달과 개인차, 환경을 고려한 종일반 프로그램이 필요하다.

종일반 프로그램에 적합한 활동 중 하나가 놀이 활동이다. 놀이 활동은 과중한 요구나 책임이 없고, 자유롭게 활동하면서 다양한 경험의 즐거움과 재미를 통해서 유아들이 일상에서 겪게 되는 불안이나 어려움을 경감시켜주고 보다 편하고 안정된 생활을 할 수 있게 한다(김기숙, 2012).

정도연(1990)은 신체활동을 통해 에너지를 발산시킴으로써 인간의 기본적인 욕구인 활동욕구를 채울 수 있으며, 심신의 정화를 경험할 수 있다고 하였다. 또한 운동 시에는 자신의 움직임뿐만 아니라 외부 환경의 변화에 주의를 집중하게 되기 때문에 항상 머리에 남아 자신을 괴롭히는 문제에서 벗어나게 하는 좋은 계기를 제공한다고 하였다(정도연, 1990; 오명순, 2009, 재인용).

김미애·류경화(1999)는 유아들에게 놀이는 생활의 전부이며 가장 자연스럽고 자발적인 활동이라고 정의하며, 놀이를 통해 유아의 지적, 신체적, 정서적, 사회적 발달이 이루어진다고 하였다. 또한 신인덕(2000)은 놀이가 발전된 게임 활동은 조직적인 놀이이며, 경쟁성이 있고, 승자 결정을 위한 기준이 있고, 일치된 규칙이 있는 활동이라고 정의 하였다. Glakas(1991)은 이러한 게임은 협동성과 참여성을 증진시킴으로서 상호이해와 조절, 친구관계 형성, 사회적 상호작용 기술 등을 도모할 수 있다고 주장하였다(Glakas, 1991; 송은영, 2008, 재인용).

이상에서 살펴본 바와 같이 신체게임놀이는 유아의 일상적 스트레스의 감소를 위한 프로그램으로 적합하다고 사료된다. 현재까지 신체 게임 활동과 유아의 스트레스에 대해 이루어진 선행연구들을 살펴보면, 오명순(2008)의 연구가 있으며 아동을 대상으로 체육활동 중 게임 활동 영역이 아동들의 스

트레스에 미치는 영향을 살펴보고 분석하였다. 그 결과 게임 활동은 아동들의 스트레스 감소에 유의미한 차이가 나타났다. 송자영(2001)의 연구에서는 신체활동 놀이가 유아의 스트레스 감소에 미치는 영향을 연구한 결과 신체활동 놀이는 유아의 스트레스 감소에 효과가 있는 것으로 나타났으며, 스트레스의 하위 영역 중 가족관계와 기대수준 영역에서 신체활동 놀이가 스트레스 감소에 지속적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 박혜성(1994)은 신체활동의 시간이 증가함에 따라 유아들이 보다 즐거워하고 동시에 문제행동이 감소되었다고 하였으며, 강준호(2004)의 연구에서는 놀이중심의 유아체육활동을 실시한 이후 유아의 스트레스 점수가 낮게 나타나 놀이중심의 유아체육활동이 유아의 스트레스를 감소시키는데 효과적이라는 결과가 나타났다.

이러한 선행연구들을 종합하여 볼 때, 신체활동은 유아의 스트레스 감소에 효과적이라는 것을 알 수 있다.

### 3) 신체 게임 활동과 유아의 친사회적 행동

혼합연령집단인 중일반 유아들은 발달수준과 능력이 다양한 아동으로 구성되므로, 혼합연령집단의 유아들은 연령차가 있는 대인과의 상호학습을 촉진할 수 있도록 돕는 친사회적 행동이 필요하다.

혼합연령집단 유아의 친사회성을 향상시키기 위한 방법 중 하나가 신체놀이 활동이다. 공영애(2008)는 유아의 친사회적 행동이 생활 속에서 증진되려면 일상적인 교육활동 속의 또래와의 관계에서 타인을 배려하는 표현, 상대방을 존중하는 마음과 행동을 놀이 활동을 통하여 돕고, 나누어 주고, 협동하고, 양보하는 경험을 해야 한다고 하였다.

이용경(2000)은 인간의 성장 발달 과정에 있어서 유아기에는 놀이를 통하여 외부세계를 경험하고 이 경험을 바탕으로 사고가 형성되며, 비언어적 의사소통을 통하여 자기표현을 할 수 있는 지식을 체험적으로 경험하게 된다고 하였다.

곽정열(2005)은 집단 활동 내에서 게임을 경험하는 것은 유아가 집단에 대한 소속감을 형성하도록 도와주며 여러 가지 기술이나 개념들을 좀 더 쉽게 이해하고 수용할 수 있으며 개인적 능력 감을 키워갈 수 있는 좋은 기회가 된다고 하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 집단게임놀이는 유아의 친사회적 행동을 향상시키기 위한 프로그램으로 적합하다고 사료된다. 현재까지 신체 게임 활동과 친사회적 행동에 대해 이루어진 선행연구들을 살펴보면, 정경숙(2000)의 연구가 있으며, 협동놀이 프로그램이 혼합연령집단 중일반 유아의 친사회적 행동에 미치는 효과를 연구한 결과, 혼합연령의 집단구성은 중일반 유아들 간의 친사회적 행동을 증진시키는데 유리하며, 협동놀이는 중일반 유아의 친사회적 행동을 증진시키는데 효과적인 방법임이 밝혀졌다. 홍진주(2009)의 연구에서는 자연체험 게임 활동이 유아의 친사회적 행동과 자연친화적 태도에 미치는 영향을 연구한 결과 자연체험 게임 활동은 유아의 친사회적 행동 향상에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 친사회적 협동게임 활동이 위축정도가 높은 유아와 낮은 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향을 연구한 최해윤(2010)의 연구에서는 친사회적 협동게임 활동은 개인정서 조절능력, 대인관계형성능력, 학교 적응능력과 관련하여 위축정도가 낮은 유아보다 높은 유아에 더 큰 효과가 있음을 알 수 있었다.

이러한 선행연구들을 종합하여 볼 때, 신체활동은 유아의 친사회적 행동 향상에 효과적이라는 것을 알 수 있다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 부천시에 위치한 Y어린이집의 종일반에 재원 중인 만 4세와 만 5세 유아 40명(실험집단 20명, 비교집단 20명)을 대상으로 실시하였다. 종일반의 한 반은 실험집단(만 4세 10명, 만 5세 10명)으로 다른 반은 비교집단(만 4세 10명, 만 5세 10명)으로 연구에 참여하였다. 실험집단과 비교집단에 참여한 유아는 부모의 사회 경제적 지위가 비슷하며 성별 및 평균월령은 다음 표 1과 같다.

<표 1> 연구대상 유아의 집단별 구성 및 평균월령

집단	전체수	남	여	평균월령
실험집단	20	8	12	69.6
비교집단	20	8	12	67.7
계	40	16	24	68.7

#### 2. 연구도구

##### 1) 유아의 일상적 스트레스 척도

본 연구에서는 유아의 일상적 스트레스를 측정하기 위하여 Blascovich와 Tomaka(1991)의 연구에 기초하여 우리나라 실정에 맞도록 염현경(1998)이 수

정하여 개발한 KPDS(Korean Preschool Daily Stress Scale)를 사용하였다.

유아의 일상적 스트레스 척도는 한국의 문화적 맥락을 고려하여 구성된 23문항의 질문지와 그림 자료로 구성되어 있다. 유아의 일상적 스트레스 검사 내용은 크게 세 개의 하위 영역으로 비난·공격적 상황에 접함 5문항과 불안-좌절감 경험함 12문항, 자존감 상함 6문항으로 구성되어 있다. 이 중 비난·공격적 상황의 검사항목은 유아가 주변 인물에 의해 비난을 받는 상황에 처하거나 공격적 상황에 접하게 되었을 때와 관련된 질문으로 구성되었고, 불안-좌절감 경험함의 검사항목은 유아 자신이 원하는 행동이나 목표가 어떤 대상이나 상황에 의해 방해를 받거나, 불쾌한 감정을 경험하는 것과 관련된 질문으로 구성되었으며, 자존감 상함의 검사항목은 유아가 자신의 기대수준만큼 타인으로부터 존중받지 않았다고 느끼는 것과 관련된 질문으로 구성되었다.

검사를 위한 유아의 일상적 스트레스 검사 그림 자료는 검사 대상의 성별에 따라 구별하여 사용할 수 있는 남아용 그림 자료 23장과 여아용 그림 자료 23장으로 총 46장의 그림 자료와 일상적 스트레스의 정도를 표시할 수 있도록 크기가 다른 3개의 동그라미가 그려진 그림 카드 1장으로 구성되어 있다. 각 하위 검사 영역별 문항수 및 문항번호, 신뢰도계수는 다음 표 2와 같다.

<표 2> 유아의 일상적 스트레스 검사의 하위영역별 문항 및 신뢰도계수

하위영역	문항수	문항번호	신뢰도계수
비난-공격적 상황에 접함	5	6, 8, 9, 10, 23	.78
불안-좌절감 경험함	12	1, 2, 3, 5, 7, 11, 12, 13, 19, 20, 21, 22	.81
자존감 상함	6	4, 14, 15, 16, 17, 18	.84
일상적 스트레스 전체	23		.84

이 검사지는 만 3세에서 만 6세용으로 검사시간은 약 15분에서 20분 정도이다. 검사방법은 검사자가 유아와 일대일 개별 면접 방법으로 자유선택활동 시간에 조용한 교실에서 실시하였다.

검사자는 유아에게 각각의 일상적 스트레스 상황별 검사 문항의 질문 내용을 읽어주며, 유아의 이해를 돕기 위해 검사 대상 유아가 남아이면 '남아용' 그림 카드를 제시하고 여아이면 '여아용' 그림 카드를 제시하였다.

검사자는 일상적 스트레스 사례에 대한 유아의 경험 유무를 확인하기 위하여 질문을 한 후, 유아가 그와 같은 경험이 '없었다'라고 대답한 경우에는 1번 문항에 'X'로 표시하고 다음 문항으로 넘어 갔다. 유아가 '있었다'라고 대답한 경우에는 'O'라고 표기 한 후 스트레스 경험 당시 느꼈던 유아의 구체적 감정에 대해 개방식으로 질문하였다. 이 때 유아의 이해를 돕기 위해 크기가 다른 원 세 개를 그린 그림을 보여주고 이 중 한 개를 선택하게 함으로써 스트레스를 조금 받는 경우에는 가장 작은 동그라미를 스트레스를 많이 받는 경우에는 중간 크기의 동그라미, 스트레스를 아주 많이 받는 경우에는 가장 큰 동그라미를 손가락으로 가리키도록 하고, 기록지에 유아가 가리킨 동그라미의 번호를 기록하였다.

스트레스 받는 정도를 4점 척도로 평정하도록 구성되어 있고 총점의 범위는 0점에서 69점으로 점수가 높을수록 스트레스를 받는 정도가 높음을 의미한다.

## 2) 유아의 친사회적 행동 검사

본 연구에서는 유아의 친사회적 행동을 측정하기 위해서 Weir와 Duveen(1981)의 Prosocial Behavior Questionnaire(PBQ)를 권연희(1995)가 번안·수정하여 사용한 교사용 친사회적 행동 질문지를 사용하였다. 친사회적 행동 질문지는 18개 문항으로 구성되었으며 크게 세 개의 하위영역인 돕기 행동 5문항과 배려하기 행동 7문항, 협동하기 행동 6문항으로 구성되었다.

이 중 돕기 행동을 알아보는 검사항목은 유아가 일상생활 동안 교육기관에서 친구들을 돕고자 하는 것과 관련된 질문으로 구성되었고, 배려하기 행동은 유아가 타인을 배려하는 것과 관련된 질문으로 구성되어 있으며, 협동하기 행동은 유아가 타인과 협동하는 것과 관련된 질문으로 구성되었다. 각 하위 검사 영역별 문항수 및 문항번호, 신뢰도계수는 다음 표 3과 같다.

<표 3> 유아의 친사회적 행동 검사의 하위영역별 문항 및 신뢰도계수

하위 영역	문항수	문항번호	신뢰도계수
돕기 행동	5	4, 9, 11, 12, 17	.79
배려하기 행동	7	1, 3, 7, 8, 10, 14, 16	.81
협동하기 행동	6	2, 5, 6, 13, 15, 18	.82
친사회적 행동 전체	18		.84

본 연구에서는 교사가 유아의 친사회적 행동을 측정하도록 하며, 검사 방법은 교사가 친사회적 행동과 관련하여 유아의 평소 행동을 관찰한 후 체크하도록 하였다. 채점방법은 3점 Likert 척도로 구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’ (0점), ‘약간 그렇다’ (1점), ‘확실히 그렇다’ (2점)로 0점에서 2점까지로 채점하였다. 점수의 범위는 최저 0점부터 최고 36점까지이며, 채점된 점수의 합이 유아의 친사회적 행동의 점수이며 높을수록 친사회적 행동이 높은 것으로 해석하였다.

### **3. 연구절차**

본 연구에서는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 영향을 알아보기 위해 2012년 5월 22일부터 7월 17일까지 총 9주간 실시하였으며 문헌연구, 예비연구, 연구보조자 훈련, 사전검사, 실험처치, 사후검사 순서로 이루어졌다.

#### **1) 예비연구**

유아의 일상적 스트레스 및 친사회적행동 검사의 적절성과 문제점을 알아보기 위해 2012년 5월 22일부터 23일까지 2일 동안 예비검사를 실시하였다. 예비연구는 본 연구는 유아를 위한 신체 게임 활동을 적용하기 위하여 연구 대상이 아닌 다른 어린이집에 재원하고 있는 유아 1학급을 대상으로 신체 게임 활동을 2회 사전 실시하여, 실시결과 프로그램의 동작이나 내용이 만 4세와 만 5세를 대상으로 진행하는 것이 무리가 없음을 확인하였다.

#### **2) 연구 보조자 훈련**

연구 보조자가 본 연구방법과 검사 도구에 대해 이해하고 내용을 충분히 숙지할 수 있도록 훈련하였다. 또한 사전 · 사후검사를 실시할 연구보조자가 유아의 친사회적 행동 검사 도구를 이해하여 검사할 수 있도록 연구자가 검사자를 훈련하였다. 친사회적 행동 검사 도구에 대한 이해, 검사 실시방법, 검사 시 유의사항, 채점 방법 등을 설명한 후 익히도록 하였으며, 연구보조자가 검사 도구를 이해하는데 어려움은 없었다.

#### **3) 사전검사**

신체 게임 활동을 실시하기 이전에 실험집단과 비교집단간의 동질성을 알아보기 위해 2012년 5월 28일부터 6월 1일까지 유아의 일상적 스트레스 및

친사회적 행동 검사를 실시하였다. 유아의 일상적 스트레스 검사는 본 연구자가 하루 일과 중 자유선택활동시간 동안 교실과 떨어진 조용한 곳에서 유아와 개별면담 방식으로 실시하였으며, 친사회적 검사는 연구보조자가 하루 일과를 마친 뒤 조용한 교실에서 이루어졌다.

유아의 일상적 스트레스 검사는 본 연구자가 23개의 그림카드, 기록지, 필기도구를 준비하고 그림카드를 하나씩 제시하여 그림에 대한 설명 후 유아의 대답을 기록하였다. 또한 유아의 친사회적 행동을 알아보기 위해 친사회적 행동 검사지를 2012년 5월 28일에 실험집단과 비교집단의 담임선생님께 배부한 후 6월 1일까지 회수하였다.

#### 4) 실험처치

신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적행동에 미치는 영향을 알아보기 위한 실험 처치는 2012년 6월 5일부터 7월 12일까지 총 6주에 걸쳐 이루어졌다. 실험집단에게는 6주 동안 화요일과 목요일에 종일반 오후 프로그램 활동 시 신체 게임 활동을 총 12회를 실시하였다. 신체 게임 활동의 수업은 1회에 40분 동안 실시하였으며, 신체 게임 활동에 참여 한 뒤 기존의 종일반 학급으로 돌아가 자유선택활동에 참여하도록 하였다.

본 연구에서 적용한 신체 게임 활동은 유아 게임 활동에 관한 전문서적 및 선행연구를 바탕으로 재구성하였으며, 신체 게임 활동의 일일 활동 전개는 준비 및 게임소개(10분), 신체 게임 활동(25분), 마무리(5분)의 순서로 진행하였다.

본 연구에서 적용한 신체 게임 활동의 각 회기별 활동 내용은 표 4와 같으며, 신체 게임 활동의 사례는 표 5와 같다.

<표 4> 신체 게임 활동 내용

회기	신체 게임 활동명	활동내용	친사회적 영역
1	동물왕국	두 팀으로 나누어 각 팀에서 한 명씩 나와 공금이 상자에서 동물그림카드를 한 장씩 꺼낸다. 그림카드에 있는 동물의 모습을 흉내 내며 반환점을 돌아온다.	자기표현 자기조절
2	원숭이 꼬리를 잡아라!	백업을 이용하여 등에 꼬리를 붙인 뒤 유아들이 서로 도망을 가며 다른 유아의 꼬리를 빼앗는 게임으로 많은 꼬리를 가지는 유아가 이기는 게임이다.	자기조절 타인인식
3	물고기와 어부	모든 유아들이 함께 파라슈트로 파도를 만들고 물고기와 어부가 될 친구를 정한다. 물고기친구는 파라슈트 안에서 도망을 다니고 어부친구는 파라슈트 위에서 물고기친구를 찾는 게임이다.	대인관계 타인인식
4	신문지 골프	두 팀으로 나누어 각 팀에서 한 명씩 나와 신문지 막대를 이용하여 고깔장애물을 피해 공을 굴리며 반환점을 돌아온다.	자기조절 자기표현
5	곰 발바닥	두 팀으로 나누어 각 팀에서 한 명씩 나와 바닥의 곰 발바닥모양 판을 보고 두 개의 발바닥위에는 두 발로, 한 개의 발바닥위에는 한발로 밟아가며 반환점에 있는 보물을 가지고 돌아온다.	자기조절 타인인식 자기표현
6	강충강충 토끼	두 팀으로 나누고 각각의 유아는 다리 사이에 풍선을 끼우고 점프하며 같은 팀 친구에게까지 가서 당근 배턴을 전달하는 이어달리기 게임이다.	대인관계 타인인식 자기조절
7	날아라! 풍선아!	두 팀으로 나누어 네트로 경계선을 정한다. 많은 풍선을 각 팀에 나눠주고 풍선을 상대팀 쪽으로 정해진 시간 내에 계속해서 보낸다. 풍선이 적은 팀이 이기는 게임이다.	대인관계 타인인식 자기표현

8	등지를 찾아서!	바닥에 놓은 홀라후프등지에 노래를 부르며 원을 그리다가 호루라기 소리를 듣고 두 명씩 등지에 가서 앉는다. 점차 등지의 개수를 줄여가며 마지막 까지 남은 두 명의 유아가 이기는 게임이다.	대인관계 타인인식 자기표현
9	접시 뒤집기	두 팀으로 나누어 접시 콘을 많이 뒤집은 팀이 이기며, 접시 콘 안에 있는 보물도 함께 찾아보는 게임이다.	자기인식 타인인식 대인관계
10	지령이를 피해요!	백업을 이용하여 한 명의 유아가 백업지령이를 들고 다른 친구들을 쫓으며 지령이를 엉덩이에 뽀뽀하는 게임으로 지령이의 뽀뽀를 받은 친구는 술래가 되어 지령이를 든다.	자기조절 타인인식 대인관계
11	과수원 과일담기	두 팀으로 나누어 각 팀에서 한 명의 유아가 바구니를 들고 같은 팀의 유아들이 바닥에 떨어져 있는 신문지과일을 던져서 바구니에 많이 넣는 팀이 이기는 게임이다.	자기조절 타인인식
12	집게!집게! 아기꽃게	두 팀으로 나누어 각 팀에서 두 명씩 나와 두 명의 유아가 등을 맞대고 등과 등 사이에 풍선을 끼워서 떨어뜨리지 않고 게걸음으로 반환점을 돌아오는 게임이다.	대인관계 타인인식 자기조절

<표 5> 신체 게임 활동 사례

<b>활동명</b>		동물왕국
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 여러 동물의 그림카드를 보고 흉내 낼 수 있다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		궁금이 상자, 동물그림카드, 호루라기, 쟁반, 과자, 동물머리띠, 칠판, 책상, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;킹콩가족&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 여러 동물 그림카드를 보며 동물의 특징에 대해 이야기 나눈다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 동물의 뛰는 모습을 알아본 뒤 함께 흉내 낸다.</li> <li>- 여러 동물의 먹이에 대해 알아본다.</li> <li>- 그림 카드 속 동물들이 먹이를 먹는 방법에 대해 알아본다.</li> </ul> </li> <li>· 목적지에 빨리 도착하는 것 보다 동물을 흉내 내며 목적지까지 열심히 도착하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어서 각 팀의 이름과 응원 구호를 정한다.</li> <li>- 팀 별로 순서를 의논한 뒤, 각 팀에서 한 명씩 나와서 게임에 참여한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 출발점에서 궁금이 상자 안에 있는 동물그림 카드를 한 장씩 꺼낸다.</li> <li>- 그림카드의 동물에 해당하는 동물 머리띠를 착용하고 출발점에서 각 팀이 동시에 출발한다.</li> <li>- 각 동물의 특징에 맞게 뛰는 모습을 흉내 내면서 반환점에 가서 과자를 먹은 뒤 다시 동물의 뛰는 모습을 흉내 내면서 돌아온다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아가 각 팀에서 한 명씩 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>

	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 신체 게임 활동 참여하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 한 명씩 출발선에 나와 공금이 상자에서 동물 그림 카드를 한 장 씩 꺼낸다.</li> <li>- 꺼낸 동물그림카드에 해당하는 동물 머리띠를 착용한 뒤 교사의 신호에 맞춰 출발한다.</li> <li>- 각 유아의 동물에 맞도록 동물 흉내를 내면서 반환점으로 간 뒤, 책상위에 있는 과자를 하나씩 먹은 뒤 다시 동물의 모습을 흉내 내어 돌아온다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>
마무리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결과안내               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀의 점수판에 있는 하트의 수를 함께 세어 본 뒤 하트가 더 많은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> <li>• 평가               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

**활동 사진**



#### 5) 비교집단

본 연구에서 비교집단은 종일반 오후 프로그램 활동 시간 동안 자유선택 활동에 참여하였다. 비교집단의 집단구성은 혼합연령으로 구성된 오후 재편성 종일반 학급이다.

#### 6) 사후검사

사후검사는 2012년 7월 16일부터 7월 20일까지 5일에 걸쳐 실시하였다. 6주 동안의 실험처치 후 실험집단과 비교집단의 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 사전 검사와 동일한 도구를 이용하여 동일한 검사자가 같은 방법으로 실시하였다.

### 4. 자료 분석 방법

신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단의 사전·사후 검사 점수를 SPSS Windows 16.0 프로그램을 사용하여 통계 처리하였다. 실험집단과 비교집단의 평균점수와 표준편차를 산출한 후 두 집단 간에 유의미한 차이가 있는가를 파악하기 위하여  $t$  검증을 실시하여 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 영향을 분석하였다.

## IV. 결과 및 해석

본 연구에서는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 본 연구의 연구문제에 따른 연구결과는 다음과 같다.

### 1. 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향

신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향을 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단 간 일상적 스트레스 척도 차이를 분석하였다. 실험처치에 앞서 두 집단 간의 동질성을 파악하기 위하여 실시한 사전검사의 결과는 표 6과 같다.

표 6에 제시된 바와 같이 전체 유아의 일상적 스트레스 사전검사 점수 결과는 실험집단( $M=22.8$ ,  $SD=10.47$ )보다 비교집단( $M=23.15$ ,  $SD=8.79$ )의 평균이 .35 높게 나타났지만, 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 또한 일상적 스트레스의 세 가지 하위요소에서도 두 집단 간에 유의한 차이를 보이지 않았다. 이를 통해 두 집단을 일상적 스트레스에 있어 서로 동질 집단임을 알 수 있었다.

표 7에 제시된 바와 같이 유아 일상적 스트레스 전체인 경우 신체 게임 활동에 참여한 실험집단( $M=16.25$ ,  $SD=7.48$ )과 참여하지 않은 비교집단( $M=26.9$ ,  $SD=12.51$ )간 전체 일상적 스트레스에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-3.27$ ,  $p<.01$ ). 이는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스를 감소시키는 데 효과가 있는 것으로 해석할 수 있다.

일상적 스트레스의 하위요인을 살펴보면 비난·공격적 상황에 접함

( $t=-2.95, p<.05$ ), 불안-좌절감 경험( $t=-2.74, p<.01$ ), 자존감 상함 영역( $t=-2.08, p<.05$ )의 모든 하위영역에서 실험집단과 비교집단간의 유의한 차이를 보였다.

<표 6> 유아의 일상적 스트레스에 대한 집단별 사전검사 결과

구분		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
비난·공격적 상황에 접함	실험집단	20	7.15	2.98	.16
	비교집단	20	7.00	3.04	
불안-좌절감 경험	실험집단	20	11.75	6.37	-.32
	비교집단	20	12.35	5.63	
자존감 상함	실험집단	20	3.90	3.24	.10
	비교집단	20	3.80	2.80	
유아 일상적 스트레스 전체	실험집단	20	22.80	10.47	-.12
	비교집단	20	23.15	8.79	

신체 게임 활동을 실시한 이후 두 집단의 사후검사를 비교한 결과는 다음 표 7과 같다.

<표 7> 유아의 일상적 스트레스에 대한 집단별 사후검사 결과

구분		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
비난·공격적 상황에 접함	실험집단	20	4.40	2.56	-2.95**
	비교집단	20	7.10	3.19	
불안-좌절감 경험	실험집단	20	7.95	4.48	-2.74**
	비교집단	20	13.85	8.51	
자존감 상함	실험집단	20	3.90	2.90	-2.08*
	비교집단	20	5.95	3.32	
유아 일상적 스트레스 전체	실험집단	20	16.25	7.48	-3.27**
	비교집단	20	26.90	12.51	

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$

## 2. 신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향

신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단 간 친사회적 행동의 차이를 분석하였다. 실험처치에 앞서 두 집단 간의 동질성을 파악하기 위하여 실시한 사전검사의 결과는 표 8과 같다.

표 8에 제시된 바와 같이 전체 유아의 친사회적 행동에 대한 사전검사 점수 결과 실험집단( $M=16.90$   $SD=8.30$ )과 비교집단( $M=18.05$   $SD=8.74$ )간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 비교집단의 평균이 1.15 높게 나타났으나 이를  $t$  검증한 결과 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 또한 친사회적 행동의 세 가지 하위요소에서도 두 집단 간에 유의한 차이를 보이지 않았다. 이를 통해 두 집단은 친사회적 행동에 있어 서로 동질 집단임을 알 수 있다.

<표 8> 유아의 친사회적 행동에 대한 집단별 사전검사 결과

구분		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
듣기 행동	실험집단	20	4.30	2.99	-.28
	비교집단	20	4.55	2.65	
배려하기 행동	실험집단	20	6.70	2.96	.05
	비교집단	20	6.65	3.72	
협동하기 행동	실험집단	20	5.90	2.85	-1.02
	비교집단	20	6.85	3.05	
친사회적 행동 전체	실험집단	20	16.90	8.30	-.43
	비교집단	20	18.05	8.74	

신체 게임 활동을 실시한 이후 두 집단의 사후검사를 비교한 결과는 다음 표 9와 같다.

<표 9> 유아의 친사회적 행동에 대한 집단별 사후검사 결과

구분		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
돕기 행동	실험집단	20	6.70	2.74	.81
	비교집단	20	6.00	2.73	
배려하기 행동	실험집단	20	9.35	3.17	.69
	비교집단	20	8.70	2.81	
협동하기 행동	실험집단	20	8.55	2.95	.21
	비교집단	20	8.35	3.00	
친사회적 행동 전체	실험집단	20	24.60	8.11	.61
	비교집단	20	23.05	8.07	

표 9에서 제시된 바와 같이 신체 게임 활동에 참여한 실험집단( $M=24.60$ ,  $SD=8.11$ )과 참여하지 않은 비교집단( $M=23.05$ ,  $SD=8.07$ )간에 친사회적행동 전체인 경우 실험집단의 평균이 1.55 높게 나타났으나 이를  $t$  검증한 결과 통계적으로 유의미한 차이는 보이지 않았다. 친사회적행동의 하위요인을 살펴보면 돕기 행동( $t=.81$ ,  $SD=p<.05$ ), 배려하기 행동( $t=.69$ ,  $p<.05$ ), 협동하기 행동( $t=.21$ ,  $p<.05$ ) 으로 모두 통계적으로 유의미한 차이는 보이지 않았다.

## V. 논의 및 결론

본 연구는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적행동에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 이를 통해 유아교육현장에서 종일반프로그램을 실시하는데 도움을 주고자 하는 목적으로 이루어졌다.

본 연구에서 얻어진 결과를 토대로 논의하고 결론을 내리면 다음과 같다.

### 1. 요약 및 논의

첫째, 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과 실험집단의 일상적 스트레스가 비교집단보다 유의미하게 감소된 것으로 나타났다. 이는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스에 긍정적인 영향이 있음을 의미한다.

일상적 스트레스의 하위 영역을 살펴보면 비난·공격적 상황에 접함, 불안·좌절감 경험, 자존감 상함 모두 실험집단의 점수가 비교집단의 점수보다 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 본 연구에서는 흥미와 규칙을 포함한 신체 게임 활동을 선정하였고, 신체 게임 활동을 실시함으로써 유아의 일상적 스트레스에 긍정적인 영향을 준 것으로 사료된다. 이러한 연구결과는 여러 가지 체육활동 중 게임 활동을 함으로써 아동들의 스트레스를 감소시킨 오명순(2009)의 연구결과와 일치한다. 그리고 신체활동놀이를 참여함으로써 유아의 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미친 것으로 나타난 송자영(2002)의 연구 결과와도 맥락을 같이 함을 알 수 있다. 또한 게임, 미술, 음악, 역할놀이를 이용한 집단놀이치료 프로그램을 통해 유아의 일상적 스트레스의 감소에 긍정적 영향을 미쳤다고 한 정혜민(2010)의 연구결과와도 같은 맥락으로 이해할 수 있다.

따라서 신체 게임 활동은 신체의 움직임을 통해 유아의 에너지를 발산하고 자기조절 및 흥미를 유발하므로 유아의 일상적 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있으며, 유아에게 재미와 규칙이 있는 놀이를 이용하여 또래와 즐거운 시간을 갖게 하는 것이 중요하다고 볼 수 있다. 그렇기 때문에 중일반 유아들을 대상으로 유아교육 현장에서 이를 적극 활용해야 할 필요가 있으며, 다양한 신체활동을 함으로써 교육의 효과를 더욱 높여야 할 것으로 생각된다.

둘째, 신체 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향을 살펴본 결과 친사회적행동 전체의 경우 실험집단의 평균이 약간 더 높게 나타났으나, 통계적으로는 유의미하지 않았으며, 모든 하위영역의 친사회적 행동 점수도 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 신인덕(2000)의 그룹게임이 유아의 사회성 발달에 효과가 있었다는 연구결과와 정혜선(1999)의 협동적 집단게임 활동이 유아에게 즐거움을 주며 사회적 능력 발달에 긍정적인 영향을 준다는 결과와 다른 결과를 나타냈다. 또한 동화를 활용한 협동적 집단게임 활동을 실시하는 것은 친사회적 행동에 긍정적인 영향을 미친다는 홍은미(2008)의 연구와 자연체험 게임 활동이 유아의 친사회적 행동에 영향을 미친다는 홍진주(2009)의 연구에서 친사회적행동의 하위영역 모두 의미 있는 차이가 나타난 것과는 다른 결과가 나왔다. 이러한 결과가 나온 것은 본 연구가 총 6주간 12회의 실험처치를 실시하였기 때문에 친사회적 행동의 효과 차이를 검증하기에는 연구기간이 다소 짧았기 때문이라고 사료된다. 따라서 유아의 친사회적 행동 형성을 위해서는 장기적으로 프로그램에 참여하는 것이 필요하며, 다양한 신체 게임 활동에 대한 연구가 계속적으로 이루어져야 할 필요가 있다고 할 수 있다.

## 2. 결론 및 제언

본 연구를 통해 얻은 결론은 다음과 같다.

첫째, 신체 게임 활동을 경험한 실험집단이 비교집단보다 유아의 일상적 스트레스 점수가 유의미하게 감소된 것으로 나타났다. 일상적 스트레스의 하위영역인 비난·공격적 상황에 접함과 불안-좌절감 경험, 자존감 상함에서 실험집단의 점수가 비교집단의 점수보다 유의미하게 낮게 나타났다. 이는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 감소에 효과적이라고 할 수 있다.

둘째, 신체 게임 활동을 경험한 실험집단과 신체 게임 활동을 경험하지 않은 비교집단의 친사회적 행동 점수가 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 친사회적 행동의 하위영역인 돕기 행동과 배려하기 행동, 협동하기 행동에서 실험집단의 점수와 비교집단의 점수가 통계적으로 유의미한 차이가 없었다.

이상의 결과는 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 효과적인 방법임과 동시에 친사회적 행동을 향상시키기 위해서는 장기간의 프로그램 참여의 필요성을 시사한다. 본 연구의 결과를 토대로 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 종일반 유아 만 4세, 만 5세를 대상으로 어린이집에서 실시하였다. 따라서 종일반 유아와 반일반 유아 모두를 대상으로 만 2세, 만 3세, 만 4세, 만 5세 유아를 대상으로 하는 후속연구를 통해 신체 게임 활동의 연령 간에 교육적 효과의 차이에 대해 비교해 보는 것도 의미가 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 6주간 주 2회씩, 총 12회의 신체 게임 활동을 실시하였다. 후속 연구에서는 장기간의 신체 게임 활동을 실시하여 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동의 변화를 알아보는 후속 연구가 요구된다.

셋째, 본 연구는 어린이집에서 신체 게임 활동이 유아의 일상적 스트레스 및 친사회적 행동과의 관계를 연구하였다. 후속연구에서는 가정에서 유아와 부모가 함께 신체 활동을 경험하는 후속활동을 함으로써 부모가 유아의 변화를 관찰하는 것도 의미가 있을 것이다.

넷째, 본 연구는 어린이집의 실내에서 신체 게임 활동을 실시하였다. 후속 연구에서는 최근 누리과정에서 바깥놀이 활동의 중요성이 강조 되고 있는 만큼 실외에서 이루어지는 다양한 신체 게임 활동 프로그램을 개발하고 그 영향을 분석할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 고희정(1998). 유아의 기질과 스트레스 행동과의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 공은숙(2009). 신체활동 놀이가 유아의 정서지능 및 친사회성에 미치는 영향. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 곽정열(2005). 집단게임이 유아의 사회적 능력과 대인문제 해결 사고에 미치는 영향. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 교육과학기술부(2008). **유치원 교육과정 해설 1. 총론**.
- 교육부(2000). **유치원 교육활동 지도자료 12 종일반**. 서울: 교육부
- 권민혁(2003). 또래의 신체활동 게임에서의 권력관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경숙, 윤기영(1993). 유치원 오후 연장 프로그램의 기본 방향. **유아교육연구**, 12(1), 151-170.
- 김기숙(2012). 놀이식 신체체험 미술활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김문정, 문무경(2008). **유치원 종일반 운영실태 조사**. 육아정책개발센터.
- 김보경(2000). 어머니의 양육태도와 유아의 친사회적 행동에 관한 연구. 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김옥경(2006). 어린이 요가활동이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 변인 연구. 동국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김용희(1990). 유아의 기질에 따른 놀이영역 선택 및 놀이형태 : 4세아를 중심으로. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김윤희(2003). 유치원 종일제 유아들의 환경변인별 일상적 스트레스 행동연구. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김은미(2009). 그림책을 활용한 신체활동게임이 유아의 주의집중 및 자아존중 감에 미치는 영향. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은혜(2006). 종일제 프로그램 운영형태에 따른 유아의 정서지능 및 유아교육기관 적용. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김혜진(2005). 유치원 오후 재편성 종일반 담당 교사의 직무스트레스에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김효정(2002). 그룹게임이 유아의 사회, 정서 발달에 미치는 영향. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노은호, 김정주(2011). 유치원과 어린이집의 종일반 운영관리 비교 연구. **한국보육학회, 11(3), 107-125.**
- 박선영(2009). 달크로즈 기법을 적용한 음악치료가 유아의 일상적 스트레스에 미치는 효과. 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위논문.
- 박선영(2010). 유아의 놀이성과 친사회적 행동과의 관계. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박지혜(2006). 집단게임놀이가 학령전기 유아의 정서지능과 친사회적 행동 향상에 미치는 효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박찬숙(2008). 초등교사의 체육수업 스트레스 요인 분석. 한국체육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박형란(2003). 유아교육기관 종일제 운영의 실태와 활성화 방안. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 배수진(2009). 부모의 양육스트레스, 유아의 일상적 스트레스와 문제행동의 분석. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백은혜(2012). 어린이집 오후 재편성 종일반 운영 실태와 교사의 어려움, 개선점. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서의정(2000). 신체활동놀이가 유아의 체력 향상과 사회적 능력 발달에 미치는 영향. 우석대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 성숙란(2007). 유아의 성별, 연령에 따른 어머니의 양육태도와 유아의 친사회적 행동에 관한 연구. 대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 손혜련(2011). 합리·정서·행동치료를 바탕으로 한 독서치료가 아동의 일상적 스트레스와 스트레스 대처행동에 미치는 효과. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 송문화(2005). 집단 게임놀이가 주의력결핍-과잉행동 장애 아동의 실행기능, 충성, 자기통제력에 미치는 효과. 덕성여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 송자영(2002). 신체활동 놀이가 유아의 스트레스 감소에 미치는 영향. 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신애진(2011). 실외협동놀이가 유아의 기본운동능력 및 친사회적 행동에 미치는 영향. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신인덕(2000). 그룹게임이 유아의 사회성발달에 미치는 영향. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신한임(2002). 어린이집 종일반의 오후 프로그램 운영에 관한 연구. 조선대학교 정책대학원 석사학위논문.
- 신현정(2008). 유치원 오후 재편성 종일반 유아들의 스트레스에 관한 문화기술적 연구. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안은정(2002). 그룹게임이 유아의 문제해결력에 미치는 영향. 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 여성가족부(2007). 영유아보육법령집.
- 염현경(1998). 유아의 일상적 스트레스 척도 개발 및 타당화 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 오명순(2005). 게임 활동이 아동의 스트레스에 미치는 영향. 춘천교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이광우(2009). 신체활동게임에서 유아의 사회적 활동에 관한 문화기술적연구.

- 울산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이봉선(1998). 어린이집 실외놀이터 질적 수준에 따른 유아의 놀이행동 비교.  
성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이상연(2006). 실외놀이 유무에 따른 유아의 스트레스 행동 차이. 중앙대학교  
대학원 석사학위논문.
- 이용경(2000). 협동놀이가 초등학생의 사회성 발달에 미치는 영향. 한국교원대  
학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이용자, 이종숙, 신은수, 권미경, 권신숙(2005). **그림책 이야기를 활용한 집단  
게임 놀이 프로그램**. 서울 : 창지사.
- 이정은(1992). 유치원과 초등학교 저학년 어린이의 일상적 스트레스. 이화여자  
대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이준화(2011). 종일반 프로그램 유형에 따른 유아의 스트레스 행동에 대한 연  
구. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이혜원(2011). 친사회적 행동과 관련된 변인들의 영향력에 관한 연구. 경희대  
학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임형아(2004). 부부갈등과 부모역할 만족도가 유아의 공격성과 친사회성에 미  
치는 영향. 가톨릭대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장연집(2001). **아동기의 스트레스**. 서울 : 다음세대.
- 전남련(2001). **유아와 함께하는 창의적 신체 게임 활동**. 서울 : 창지사.
- 정경숙(2001). 협동놀이 프로그램이 혼합연령집단 종일반 유아의 친사회적 행  
동에 미치는 효과. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정금숙(2011). 유아의 기질과 어머니의 양육태도가 유아 공격성에 미치는 영  
향. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정미라, 홍용희, 엄정애, 이순영(2000). 유치원 종일제 프로그램 운영에 대한  
연구. **유아교육연구**, 20(1), 59-79.
- 정혜경(2008). 유치원 운영시간유형, 연령 및 성별에 따른 유아의 스트레스에

- 대한 교사 및 어머니의 지각 연구. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조수경(1995). 신체활동놀이가 유아의 창의성 발달에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 진성아(2006). 유치원의 반일반, 종일반 운영에 따른 만 5세아의 스트레스 행동 차이에 관한 연구. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍진주(2009). 자연체험 게임 활동이 유아의 친사회적 행동과 자연친화적 태도에 미치는 영향. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍현실(2006). 유아의 일상적 스트레스에 영향을 미치는 유아-어머니 변인에 관한 연구. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 황선희(1995). 유아의 연령, 성 및 기질에 따른 친사회적 행동 훈련효과분석. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- Burriss, K. G.(2000). All-day kindergarten. *Childhood Education*, 76(4), 228-231.
- Dodge, K.(1982). Social information processing variables in the development of aggression. Paper presented at the society for research in child development and foundation for child development. Conference on aggression and altruism. MD: Bethesda.
- Roth, S & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress, *American Psychologist*, 41, 813-819.
- Selye, H. (1956). The stress of life. New york : McGraw-Hill.
- Wellhouseen, K.(2002). Outdoor play every day : Innovative play concepts for early childhood. Albany, NY: Delmar.

# **Abstract**

## **Effects of Physical Game Activities on full time class Childhood's Daily Stress and Pro-Social Behavior.**

**Kim, seol-a**

**Department of Early Childhood Education  
The Graduate School of Education  
Sungshin Women's University**

A purpose of this study is to identify the effects of physical game activities on childhood's daily stress and pro-social behavior. The questions made on the basis of this purpose are as follows.

1. does the physical game activities have an effect on childhood's daily stress ?

2. does the physical game activities have an effect on childhood's pro-social behavior ?

This study was carried out with 50 children aged 4 and 5 childhood(20 in experimental group and 20 in comparative group) in all-day-class at Y child care center in Bucheon. An experimental group implemented the physical game activities for 6 weeks from 5, June to 12, July, 2012) and the comparative group did not implement it at all.

On the basis of KPDSS(Korean Preschool Daily Stress Scale) designed by Blascovich and Tomaka(1991) that is a study tool for measuring the childhood's daily stress, KPDSS(Korean Preschool Daily Stress Scale) that Hyeon Kyeong Yeom(1998) modified to meet Korean atmosphere and emotion was utilized and a tool to measure the childhood's pro-social behavior is Pro-Social Behavior Questionnaire for Teachers that was used by Yeon Hee, Kweon(1195) after adopting and modifying Prosocial Behavior Questionnaire(PBQ) designed by Weirand Duveen(1981).

In order to identify the effects of the physical game activities on childhood's daily stress and pro-social behavior the average point and standard deviation were computed by the points gained from pre-test and pro-test between experimental group and comparative group using SPSS Windows 16.0 program and a difference between two group was examined by t-test.

The results in this study is summarized as follows.

First, the experimental group that experienced the physical game activities has more reduction in childhood's daily stress point than the comparative group. It implies that the physical game activities is effective in reducing the childhood's daily stress.

Second, there is no significant difference in pro-social behavior point between the experimental group with experience in the physical game activities and the comparative group with no experience.

## 부 록

1. 유아의 일상적 스트레스 검사도구(유아용)
2. 유아의 친사회적 행동 검사도구(교사용)
3. 신체 게임 활동 계획안

<부록 1> 유아의 일상적 스트레스 검사도구

1. 유아의 일상적 스트레스 질문지

유아의 일상적 스트레스 질문지

검사일 :

검사자:

반명 :	이름 :			
1. 이런 일이 있었던 적이 있었니? 아니면 한번도 없었니?				
2. 이런 일이 있을 때 너의 기분은 어땠니? (화나거나 짜증나거나 싫거나 불안하거나 우울하거나 무섭거나 속상하거나 기분이 나쁘거나 울고 싶니?)				
3. 그렇다면 얼마 만큼? (동그라미의 크기에서 고르세요.)				
	받지 않음	조금 받음	보통 받음	많이 받음
1. oo가 갖고 싶은 물건을 엄마, 아빠가 사주지 않을 때 (예; 장난감, 과자, 옷, 신발 등)	0	1	2	3
2. 집에 혼자 있는 것	0	1	2	3
3. 어두운 곳에 있는 것	0	1	2	3
4. 친구들이 놀이에 끼워주지 않을 때	0	1	2	3
5. 친구들이 놀릴 때	0	1	2	3
6. 친구가 때리거나 꼬집을 때	0	1	2	3
7. 가족이 내가 좋아하는 TV프로(예: 만화)를 못 보게 하거나 보고 있는 채널을 바꿀 때	0	1	2	3
8. 엄마, 아빠께 야단맞을 때	0	1	2	3

9. 엄마, 아빠께 매 맞을 때	0	1	2	3
10. 선생님께 야단맞을 때	0	1	2	3
11. 밖에서 놀고 싶은데 못 나가게 하는 것	0	1	2	3
12. 친구나 동생이 장난감을 빼앗아 갈 때	0	1	2	3
13. 먹고 싶은데 먹지 못하게 하거나 먹을 수 없 을 때	0	1	2	3
14. 엄마나 아빠가 나에게 어떤 것(예: 그림 그린 것, 만든 것, 공부)에 대해 못한다고 말할 때	0	1	2	3
15. 친구들은 잘하는데 나는 잘하지 못했다고 생 각할 때	0	1	2	3
16. 엄마나 아빠가 친구나 형제보다 내가 더 못한 다고 말 할 때	0	1	2	3
17. 선생님이 나를 예뻐하지(사랑하지) 않을 때	0	1	2	3
18. 엄마나 아빠께 칭찬받고 싶은데 칭찬받지 못 할 때	0	1	2	3
19. 내 얘기를 엄마, 아빠가 제대로 들어주지 않을 때	0	1	2	3
20. 엄마, 아빠가 함께 놀아주지 않을 때	0	1	2	3
21. 잘못된 일을 했다고 생각하여 엄마, 아빠한테 혼날 것 같을 때	0	1	2	3
22. 엄마가 듣기 싫은 소리(잔소리) 할 때	0	1	2	3
23. 친구와 싸울 때	0	1	2	3

2. 유아의 일상적 스트레스 그림카드

1. OO가 갖고 싶은 물건을 업마, 아빠가 사주지 않을 때



여아용



남아용

2. 집에 혼자 있는 것



여아용



남아용

3. 어두운 곳에 있는 것

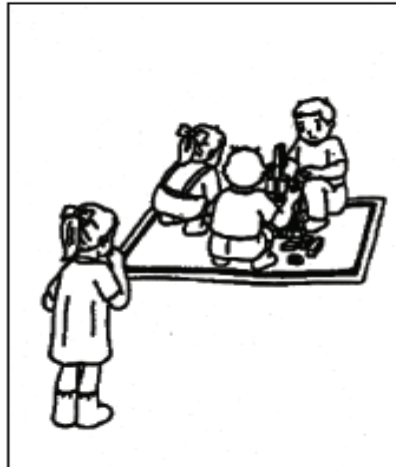


여아용

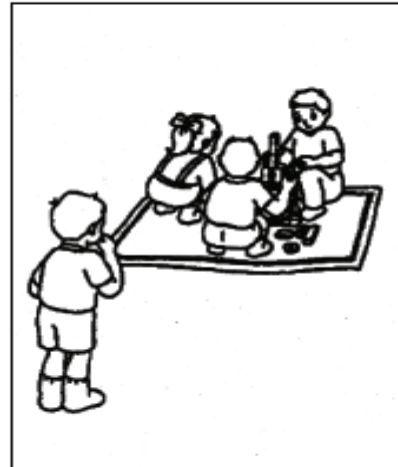


남아용

4. 친구들이 놀이에 끼워주지 않을 때



여아용



남아용

6. 친구들이 놀릴 때



여아용

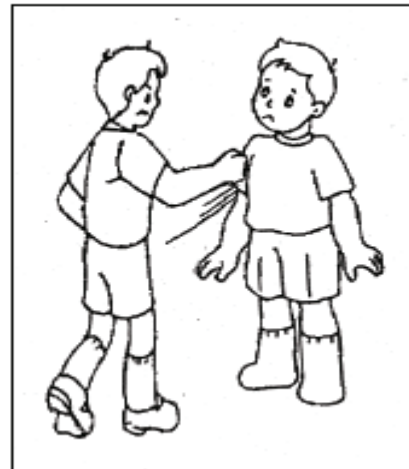


남아용

6. 친구가 때리거나 꼬집을 때



여아용



남아용

7. 가족이 내가 좋아하는 TV프로(예: 만화)를 못 보게 하거나 보고 있는 채널을 바꿀 때



여아용



남아용

8. 얼마, 아빠께 야단 맞을 때



여아용



남아용

9. 엎다, 아빠께 매 맞을 때



여아용



남아용

10. 선생님께 야단 맞을 때



여아용

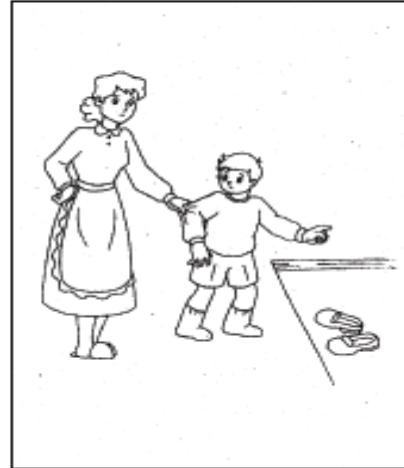


남아용

11. 밖에서 놀고 싶은데 못 나가게 하는 것



여아용



남아용

12. 친구나 동생이 장난감을 빼앗아갈 때



여아용



남아용

13. 먹고 싶은데 먹지 못하게 하거나 먹을 수 없을 때



여아용



남아용

14. 엄마나 아빠가 나에게 어떤 것(예: 그림 그린 것, 만든 것, 공부)에 대해 못 한다고 말할 때



여아용

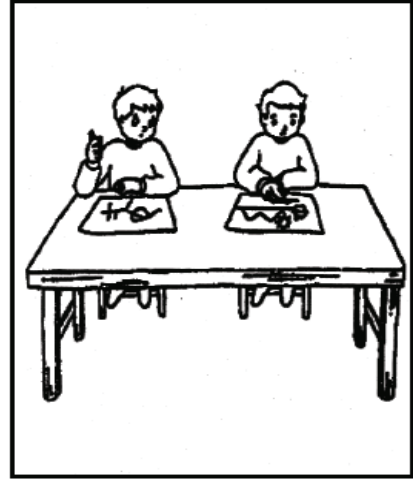


남아용

15. 친구들은 잘하는데 나는 잘하지 못했다고 생각할 때



여아용



남아용

16. 얼마나 아빠가 친구나 형제보다 내가 더 못한다고 말할 때



여아용



남아용

17. 선생님이 나를 예뻐하지(사랑하지) 않을 때



여아용



남아용

18. 얼마나 아파게 칭찬받고 싶은데 칭찬받지 못할 때



여아용



남아용

19. 내 얘기를 엄마, 아빠가 제대로 들어주지 않을 때



여아용

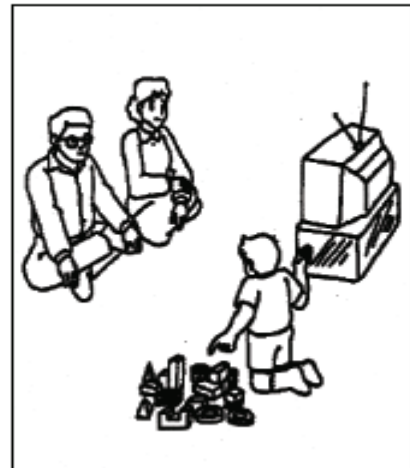


남아용

20. 엄마, 아빠가 함께 놀아주지 않을 때



여아용



남아용

21. 잘못된 일을 했다고 생각하여 엄마, 아빠한테 혼날 것 같을 때



여아용



남아용

22. 엄마가 듣기 싫은 소리(잔소리) 할 때



여아용



남아용

23. 친구와 싸울 때

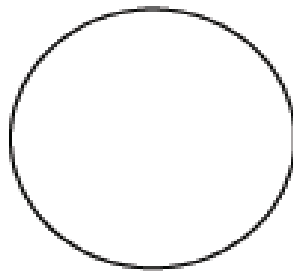
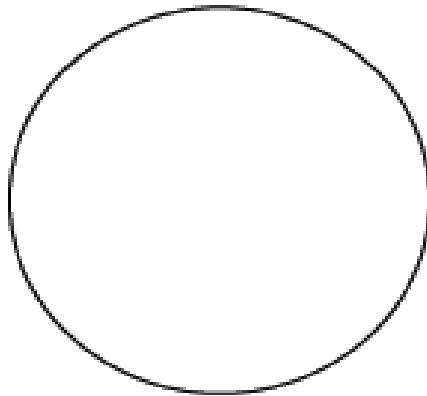
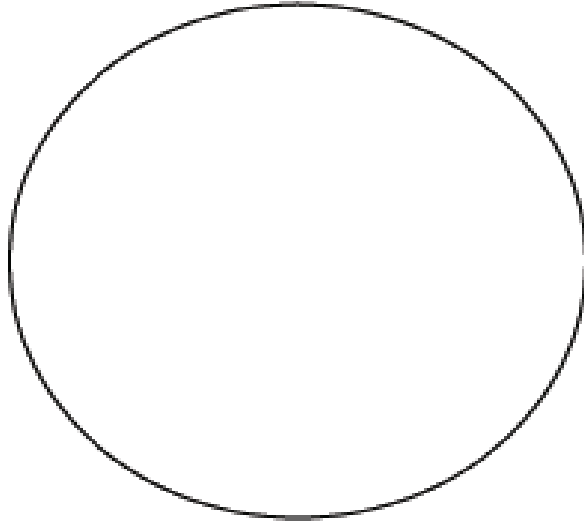


여아용



남아용

3. 유아의 일상적 스트레스 정도 평정 척도



#### 4. 유아의 일상적 스트레스 검사 실시 절차

- 1) 유아의 상태를 살피고 평소와 크게 다르지 않다고 생각되면 검사에 임한다.
- 2) 질문지와 그림 자료를 함께 준비한다. 남아를 대상으로 실시할 때는 그림 자료의 ‘남아용’을, 여아를 대상으로 할 때에는 그림 자료의 ‘여아용’을 준비한다.
- 3) 그림 자료를 유아에게 1번부터 번호 순서대로 해당 번호의 문항을 천천히 읽어준다. 유아가 문항내용을 이해하지 못할 경우에는 유아의 이해 수준에 맞게 설명한다. 그러나 유아의 응답 방향을 교사가 유도하듯이 물어보아서는 안 된다.
- 4) 각 문항에 대해 다음과 같은 방식으로 검사를 실시한다(1번 문항 예).
  - ① 유아에게 그림 검사 자료의 1번 그림을 보여 주면서 “엄마가 원하는 물건, 예를 들어 장난감이나 과자 등을 사주지 않을 때가 있었니? 그런 적이 한 번도 없었니? 라고 물어 보아 “없었다”라고 대답하면 ‘받지 않음’인 ‘0’으로 표기한다. “그런 일이 전혀 없었다”라고 응답한 경우에는 그 문항에 대해서는 더 이상 물어보지 말고 그 다음 문항으로 넘어간다. (그러나 대부분의 문항이 일반적으로 유아들에게 일상적으로 흔히 있는 상황이므로 이 점에 유념하여 유아가 올바르게 정확한 응답을 할 수 있도록 한다)
  - ② ①에서 “있었다”라고 대답한 경우, “그러면, 그런 일이 있을 때 너는 어때니?”라고 유아에게 묻는다. 유아가 그 질문에 대해 “화가 나요”, “짜증이 나요”, “싫어요”, “기분이 나빠요”, “울고 싶어요” 등과 같이 질문지의 2번 괄호 안에 있는 표현 중 한 표현을 했거나 스트레스를 나타내는 유사한 표현을 했다면 ③과 같이 정도를 물어보는 질문을 하여 표시한다. 유아가 그 질문에 대해 “괜찮아요”, “아무렇지도 않아요”, “상관없어요”, “좋아요” 등과 같이 스트레스를 받지 않는 내용으로 응답하면 ‘받지 않음’에 표시한다.
  - ③ ②에서 스트레스와 관련된 표현을 한 경우에는 유아에게 “그렇다면 얼마만큼 화가 나니?” (또는 “얼마만큼 짜증이 나니? 싫으니? 기분이 나쁘니? 울고 싶니?” 등)와 같이 그 정도에 대해 물어보면서 동그라미의 크기를 달리하여 순서대로 그려놓은 그림 자료를 함께 제시하여 유아로 하여금 크기가 다른 세 개의 동그라미 중 하나를 선택하도록 한다.

<부록 2> 유아의 친사회적 행동 검사도구

1. 친사회적 행동 검사지

- 기관명 : \_\_\_\_\_ 어린이집 \_\_\_\_\_ 반
- 유아이름 : \_\_\_\_\_ ( 남, 여 )
- 출생년도 : \_\_\_\_\_ 년 \_\_\_\_\_ 월 \_\_\_\_\_ 일
- 검사날짜 : 2012 년 \_\_\_\_\_ 월 \_\_\_\_\_ 일

다음은 유아가 일상생활 동안 유아교육기관에서 보이는 친사회적 행동에 관한 항목들입니다. 각 항목을 읽으신 후, 유아의 행동에 가장 일치된다고 생각되는 정도를 보기와 같이 √ 표 해주십시오.

< 보 기 >

- 처음 보는 아이를 만나면 자연스럽게 행동하지 못한다.



1. 놀이실에서 싸움이나 다툼이 있을 때 이를 말리려고 한다.



2. 사용하는 크레용이나 색연필을 다른 유아와 나누어 쓴다.

전혀  
그렇지 않다

약간  
그렇다

확실히  
그렇다

--	--

3. 구경하는 또래에게 게임을 하자고 한다.

--	--

4. 상처 입은 사람을 도와주자고 한다.

--	--

5. 잘못된 행동을 하고 나서 스스로 사과한다.

--	--

6. 놀잇감을 또래와 나누어 쓴다.

--	--

7. 교사의 감정을 잘 살핀다.

--	--

8. 교사가 그만 하라고 하면 금방 말을 멈춘다.

--	--

9. 다른 아동이 떨어뜨린 물건 줍는 것을 스스로 도와준다.

--	--

10. 실수한 사람에게 동정심을 보인다.

전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	확실히 그렇다
<input type="text"/>		

11. 어떤 과제에 어려움을 겪고 있는 다른 유아를 도와준다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

12. 아파 보이는 다른 유아를 돕고자 한다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

13. 소규모의 또래집단에서 잘 지낼 수 있다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

14. 울고 있거나 기분이 상해있는 유아를 위로하고자 한다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

15. 간식준비 돕기와 같은 일상적인 일을 잘한다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

16. 학급에서 다른 유아가 잘한 일에 대해 박수를 치거나 웃어준다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

17. 다른 유아가 어지럽혀 놓은 것을 치우는 일에 스스로 돕는다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

18. 게임에서 공정하고자 노력한다.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

### <부록 3> 신체 게임 활동 계획안

#### 활동 1 : 동물왕국

<b>활동명</b>		동물왕국
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 여러 동물의 그림카드를 보고 흉내 낼 수 있다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		궁금이 상자, 동물그림카드, 호루라기, 쟁반, 과자, 동물머리띠, 칠판, 책상, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;킹콩가족&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 여러 동물 그림카드를 보며 동물의 특징에 대해 이야기 나눈다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 동물의 뛰는 모습을 알아본 뒤 함께 흉내 낸다.</li> <li>- 여러 동물의 먹이에 대해 알아본다.</li> <li>- 그림 카드 속 동물들이 먹이를 먹는 방법에 대해 알아본다.</li> </ul> </li> <li>· 목적지에 빨리 도착하는 것 보다 동물을 흉내 내며 목적지까지 열심히 도착하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어서 각 팀의 이름과 응원 구호를 정한다.</li> <li>- 팀 별로 순서를 의논한 뒤, 각 팀에서 한 명씩 나와서 게임에 참여한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 출발점에서 궁금이 상자 안에 있는 동물그림 카드를 한 장씩 꺼낸다.</li> <li>- 그림카드의 동물에 해당하는 동물 머리띠를 착용하고 출발점에서 각 팀이 동시에 출발한다.</li> <li>- 각 동물의 특징에 맞게 뛰는 모습을 흉내 내면서 반환점에 가서 과자를 먹은 뒤 다시 동물의 뛰는 모습을 흉내 내면</li> </ul> </li> </ul>

		<p>서 돌아온다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아가 각 팀에서 한 명씩 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 한 명씩 출발선에 나와 공금이 상자에서 동물 그림 카드를 한 장 씩 꺼낸다.</li> <li>- 꺼낸 동물그림카드에 해당하는 동물 머리띠를 착용한 뒤 교사의 신호에 맞춰 출발한다.</li> <li>- 각 유아의 동물에 맞도록 동물 흉내를 내면서 반환점으로 간 뒤, 책상위에 있는 과자를 하나씩 먹은 뒤 다시 동물의 모습을 흉내 내어 돌아온다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>
마무리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 결과안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀의 점수판에 있는 하트의 수를 함께 세어 본 뒤 하트가 더 많은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

활동사진



활동 2 : 원숭이 꼬리를 잡아라

<b>활동명</b>		원숭이 꼬리를 잡아라
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자기조절을 통해 타인을 인식한다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		그림자료, 백업, 테이프, 칠판, 보드마카, 지우개, 동요CD, 핸드벨
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;원숭이가족&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 원숭이 그림카드를 보며 동물의 특징에 대해 이야기 나눈다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원숭이의 꼬리를 찾아보고 꼬리의 특징을 알아본다.</li> </ul> </li> <li>· 게임에 승리하는 것보다 친구들과 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 만 5세반과 만 4세반으로 나누어서 연령별로 게임에 참여한다.</li> <li>- 만 4세반 유아들이 게임에 참여 할 때는 만 5세반 유아들은 매트에 앉아 응원하고, 만 5세반 유아가 게임에 참여 할 때도 반대로 만 4세반 유아들은 매트에 앉아 응원한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 유아 당 하나의 백업을 유아의 허리에 테이프를 이용하여 붙인 뒤 자유롭게 이동한다.</li> <li>- 친구와 부딪치지 않도록 주의한다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아가 각 팀에서 세 명씩 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체	· 신체 게임 활동 참여하기

	<p>게임 활동 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 한 명의 유아 당 한 개의 꼬리(백업)를 등 뒤에 테이프로 고정한 뒤 자유롭게 이동하며, 다른 유아들의 꼬리(백업)를 빼앗는다.</li> <li>- 다른 유아에게 꼬리(백업)를 빼앗기지 않고 많은 꼬리를 가지는 유아가 이긴다.</li> </ul>
<p>마무리</p>	<p>평가 및 정리</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 결과안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 만 4세반과 만 5세반의 각 팀에서 가장 많은 꼬리를 가진 유아를 함께 찾아본다.</li> <li>- 꼬리를 많이 가진 유아에게 박수로 칭찬하고 함께 포옹한다.</li> </ul> </li> <li>· 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

활동 사진



활동 3 : 물고기와 어부

<b>활동명</b>		물고기와 어부
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친구들과 협동하여 활동한다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		파라슈트, 동요CD, 호루라기
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도 입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;물고기&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 어부와 물고기 게임은 승·패 없이 즐겁게 참여하는 협동 놀이라고 안내한다.</li> </ul>
	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 역할 및 순서정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 어부와 물고기의 역할과 순서를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 어부는 파라슈트 위에서 물고기는 파라슈트 아래에서 움직이며, 친구와 부딪히지 않도록 주의한다.</li> <li>- 어부와 물고기를 제외한 다른 유아들은 교사의 지시에 따라 파도를 만든다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
전 개	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 유아가 협동하여 파라슈트로 파도를 만들면서 물고기 역할을 하는 유아가 파라슈트 아래에서 잘 피해 갈 수 있도록 돕는다.</li> <li>- 어부 역할을 하는 유아는 이동하면서 물고기를 잡는다.</li> </ul> </li> </ul>
	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>
마 무 리	평가 및 정리	

활동 사진



활동 4 : 신문지 골프

<b>활동명</b>		신문지 골프
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 눈과 손의 협응력 및 집중력을 향상시킨다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		신문지막대, 고깔, 핸드벨, 공, 칠판, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;작은내손&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 목적지에 먼저 도착하는 것 보다 규칙을 잘 지키고 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 팀 이름과 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신문지 막대만을 이용하여 공을 조절하여 반환점까지 이동한 뒤 공과 막대를 들고 뛰어서 돌아온다.</li> <li>- 공이 다른 곳으로 굴러가게 되면 출발선에 돌아와 다시 출발한다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 한 명씩 출발선에 나와 신문지 막대를 잡고 공을 준비한다.</li> <li>- 교사의 지시에 따라 출발하여 고깔을 피해서 신문지 막대로 공을 굴리며 이동하여 반환점에 도착한 뒤 신문지 막대와 공을 들고 뛰어서 돌아온다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>
마무리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 결과안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀의 점수판에 있는 하트의 수를 함께 세어 본 뒤 하트가 더 많은 팀을 알아본다.</li> </ul> </li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가           <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

**활 동 사 진**



활동 5 : 곰 발바닥

<b>활동명</b>		곰 발바닥
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 순발력을 향상시키고 성취감을 느낀다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		발바닥스티커, 호루라기, 과자, 쟁반, 책상, 칠판, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도 입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;발바닥&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 그림카드를 보며 곰의 특징과 좋아하는 음식을 알아본다.</li> <li>· 목적지에 먼저 도착하는 것 보다 규칙을 잘 지키고 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 팀 이름과 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 바닥에 붙어 있는 발바닥을 보고 발바닥의 수에 맞게 두 발 혹은 한발로 반환점으로 이동한다.</li> <li>- 반환점에 도착하여 꿀(과자)을 입으로 먹은 뒤 뛰어서 돌아온다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
전 개	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 한 명씩 출발선에 나와 출발선에 선다.</li> <li>- 교사의 지시에 따라 출발하여 바닥에 있는 발바닥을 보고 발바닥의 수에 맞게 두발 혹은 한발로 반환점으로 이동한다.</li> <li>- 반환점에 있는 꿀(과자)을 입으로 먹은 뒤 뛰어서 돌아온다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>

마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결과안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀의 점수판에 있는 하트의 수를 함께 세어 본 뒤 하트가 더 많은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

**활 동 사 진**



활동 6 : 강충강충 토끼

<b>활동명</b>		강충강충 토끼
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 타인을 인식하여 협동할 수 있다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		풍선, 당근배턴, 호루라기, 칠판, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도 입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;주먹 가위 보&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 그림카드를 보며 토끼의 특징과 좋아하는 음식을 알아본다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 토끼가 음식을 먹으러 이동할 때 모습을 알아보고 함께 흥내 낸다.</li> </ul> </li> <li>· 목적지에 먼저 도착하는 것 보다 규칙을 잘 지키고 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 팀 이름과 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 다리 사이에 풍선을 끼우고 강충강충 뛰어 같은 팀 유아에게 당근배턴을 전달한다.</li> <li>- 풍선이 다리에서 빠지지 않도록 하며, 빠지게 되면 풍선을 다시 가져와 출발한다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
전 개	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 한 명씩 출발선에 나와 다리 사이에 풍선을 끼우고 출발선에 선다.</li> <li>- 교사의 지시에 따라 출발하여 반대편에 대기 하고 있는 같은 팀 유아에게 강충강충 뛰어 이동하여 당근배턴을 전달한다.</li> </ul> </li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 당근배턴을 받은 유아는 다시 반대편에 있는 유아에게 같은 방법으로 이동하여 당근배턴을 전달하고 마지막으로 당근배턴을 받은 유아는 교사가 있는 곳으로 이동한다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul>
마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결과안내</li> <li>- 두 팀의 점수판에 있는 하트의 수를 함께 세어 본 뒤 하트가 더 많은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가</li> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul>

**활동 사진**



활동 7 : 날아라! 풍선아!

<b>활동명</b>		날아라! 풍선아!
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 에너지를 발산하고 협동심을 기른다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		파라슈트, 동요CD, 호루라기
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;풍선호흡&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 배구 그림 자료를 보며 배구의 규칙에 대해 알아본다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 팀 이름 및 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 손을 이용하여 네트 위로 풍선을 넘긴다.</li> <li>- 네트 아래로 이동한 풍선을 무효처리 된다.</li> <li>- 교사의 정지신호 시 풍선을 이동시키지 않는다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 네트를 가운데에 두고 두 팀으로 나누어서 게임에 참여한다.</li> <li>- 바닥에 있는 풍선을 교사의 시작지시와 함께 손으로 쳐서 상대팀으로 보낸다.</li> <li>- 정해진 시간 내에 계속해서 풍선을 상대팀으로 보내고 풍선이 적은 팀이 승리한다.</li> </ul> </li> </ul>
마무리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

활동 사진



활동 8: 등지를 찾아서!

<b>활동명</b>		등지를 찾아서!
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 에너지를 발산하고 순발력을 기른다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		홀라후프, 호루라기, 동요CD
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;동그라미마음&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 그림 자료를 보며 새와 새집을 관찰한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 만 4세반 유아와 만 5세반 유아로 나누어 연령별로 게임에 참여한다.</li> <li>- 만 4세반 유아들이 게임에 참여 할 때는 만 5세반 유아들은 매트에 앉아 응원하고, 만 5세반 유아가 게임에 참여 할 때도 반대로 만 4세반 유아들은 매트에 앉아 응원한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 동요에 맞춰 큰 원을 그리며 이동하다가 교사에 지시에 맞춰 등지(홀라후프) 안으로 두 명의 유아가 앉는다.</li> <li>- 등지(홀라후프)에 먼저 앉은 유아에게 늦게 온 유아는 양보하며, 동시에 들어왔다고 판단되는 경우 가위, 바위, 보를 한다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 네 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 동요에 맞춰 큰 원을 그리며 즐겁게 이동하다가 바닥에 놓인 10개의 등지(홀라후프)안에 교사의 지시에 맞춰 두 명의 유아가 앉는다.</li> <li>- 점점 등지(홀라후프)의 수를 줄여서 앉지 못한 유아는 매트로 돌아가 앉고 남은 유아들은 응원한다.</li> <li>- 가장 마지막까지 남은 유아가 게임에서 이긴다.</li> </ul> </li> </ul>

마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>
-------------	---------------	---

**활동 사진**



활동 9 : 접시 뒤집기

<b>활동명</b>		접시 뒤집기
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 성취감을 느끼고 순발력을 기른다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		홀라후프, 호루라기, 동요CD
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;작은내손&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 같은 팀 유아와 협동하여 게임에 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 팀 이름 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 팀의 이름과 응원 구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀의 접시 콘의 모양을 정한다.</li> <li>- 교사의 끝나는 신호가 울리면 더 이상 접시 콘을 뒤집지 않는다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 네 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 교사의 시작 신호와 함께 이동하면서 바닥에 있는 접시 콘을 정해진 각 팀의 접시모양으로 뒤집는다.</li> <li>- 정해진 시간 내에 많은 접시를 뒤집고 교사의 끝나는 신호에 맞춰 정지 한다.</li> <li>- 교사와 함께 각 팀의 접시 콘을 모양대로 정리하여 키를 재어본 뒤 더 많은 접시 콘을 가진 팀이 이긴다.</li> </ul> </li> </ul>
마무리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 결과 안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 접시 콘의 키를 비교해본 뒤 수를 함께 세어본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

활동 사진



활동 10 : 지렁이를 피해요!

<b>활동명</b>		지렁이를 피해요!
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 에너지를 발산하고 타인을 인식한다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		백업, 핸드벨, 동요CD
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;막대하나&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 게임에서 이기는 것 보다 친구들과 즐겁게 참여하는 것이 중요하다고 안내한다.</li> </ul>
전개	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 응원구호 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 한 팀씩 게임을 진행한다.</li> <li>- 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 한 팀씩 게임을 진행하며, 게임에 참여하지 않는 팀은 매트 위에 앉아서 다른 팀을 응원한다.</li> <li>- 한 명의 유아가 지렁이(백업)를 들고 친구들 엉덩이에 지렁이(백업)로 뽀뽀한다.</li> <li>- 다른 유아는 지렁이(백업)를 피해서 이동한다.</li> <li>- 지렁이(백업)의 뽀뽀를 받은 유아는 지렁이(백업)를 들고 술래가 된다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 한 명의 유아가 술래가 되어 지렁이(백업)로 다른 유아의 엉덩이에 뽀뽀를 한다.</li> <li>- 뽀뽀를 받은 유아는 술래가 되어 다시 다른 유아를 같은 방법으로 잡는다.</li> <li>- 정해진 시간 내에 게임에 참여하며 교사의 끝나는 신호가 울리면 정지한다.</li> </ul> </li> </ul>

마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>
-------------	---------------	---

**활 동 사 진**



활동 11 : 과수원 과일담기

<b>활동명</b>		과수원 과일담기
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자기조절 및 눈과 손의 협응력을 돕는다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		신문지, 바구니, 동요CD, 호루라기, 칠판, 보드마카, 지우개
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도 입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;휴지&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 신문지를 이용하여 함께 작은 공을 만들어 본다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 재활용 신문지로 공을 만들고 즐거운 놀이를 할 수 있다고 안내한다.</li> </ul> </li> </ul>
	규칙 및 시범 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 응원구호 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 한 팀씩 게임을 진행한다.</li> <li>- 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 바닥에 떨어져 있는 신문지 공(과일)을 같은 팀 유아가 들고 있는 바구니에 많이 넣는 팀이 이긴다.</li> <li>- 지정 된 라인을 넘어서 신문지 공(과일)을 던지지 않는다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
전 개	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 양 팀 모두 협동하여 신문지를 이용하여 공(과일)을 만든 뒤 정해진 라인 안의 바닥에 자유롭게 내려놓는다.</li> <li>- 각 팀에서 바구니를 들고 있을 유아를 한 명씩 정한다.</li> <li>- 정해진 라인 안에서 신문지 공(과일)을 정해진 시간 내에 바구니에 던져서 골인시킨다.</li> <li>- 교사의 끝나는 신호와 함께 정지하고, 바구니 안에 들어 있는 신문지 공(과일)의 수를 함께 세어본다.</li> <li>- 바구니 속에 많은 신문지 공(과일)이 들어 있는 팀이 이긴다.</li> </ul> </li> </ul>

마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결과 안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀의 바구니 속에 있는 신문지 공(과일)을 함께 세어 본 뒤, 더 많은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양팀 모두 칭찬박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

**활 동 사 진**



활동 12 : 집게! 집게! 아기 꽃게

<b>활동명</b>		집게! 집게! 아기 꽃게
<b>활동목표</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 협동하여 목적지에 도착한다.</li> <li>· 제시된 규칙에 따라 즐겁게 게임에 참여한다.</li> </ul>
<b>활동자료</b>		풍선, 칠판, 보드마카, 지우개, 책상, 쟁반, 과자
<b>활동단계</b>		<b>활동내용</b>
도 입	게임 소개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 주의 집중을 위한 손유희 &lt;주먹 가위 보&gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 주제와 관련된 손유희를 배워본다.</li> </ul> </li> <li>· 꽃게 그림 자료를 보며 꽃게의 특징을 알아본다. <ul style="list-style-type: none"> <li>- 꽃게가 걷는 모습을 흉내 내어 본다.</li> </ul> </li> </ul>
	전 개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단구성 및 응원구호 정하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 두 팀으로 나누어 한 팀씩 게임을 진행한다.</li> <li>- 응원구호를 정한다.</li> </ul> </li> <li>· 규칙 만들기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 두 명의 유아가 등을 맞대고 풍선을 끼워서 떨어뜨리지 않고 이동한다.</li> <li>- 풍선이 떨어졌을 경우에는 재빨리 풍선을 가져와 등과 등 사이에 끼우고 출발한다.</li> <li>- 함께 이동하는 친구가 넘어지지 않도록 주의한다.</li> <li>- 꽃게처럼 옆으로 걸어서 이동한다.</li> </ul> </li> <li>· 시범활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 원하는 유아 두 명이 나와서 게임을 실제로 해본다.</li> </ul> </li> </ul>
	신체 게임 활동 실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신체 게임 활동 참여하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 팀에서 두 명의 유아가 등을 맞대고 풍선을 끼운 뒤 출발선에 선다.</li> <li>- 교사의 시작 신호에 맞춰서 꽃게처럼 옆으로 걸어서 반환점으로 이동하여 쟁반에 있는 과자를 서로 먹여준 뒤 돌아온다.</li> <li>- 두 팀이 모두 돌아온 뒤 약속을 잘 지키며 먼저 들어온 팀을 논의하여 결정 한 뒤 점수판에 하트로 표시한다.</li> </ul> </li> </ul>

마 무 리	평가 및 정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결과 안내 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 질관의 하트의 수를 세어본 뒤 하트를 더 많이 받은 팀을 알아본다.</li> <li>- 양 팀 모두 칭찬 박수를 치며 포옹한다.</li> </ul> </li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체 게임 활동에 대해 함께 이야기 나눈다.</li> <li>- “게임을 하면서 어떤 점이 재미있었니?”</li> <li>- “게임을 하면서 속상한 점이 있었니?”</li> </ul> </li> </ul>

**활 동 사 진**

