
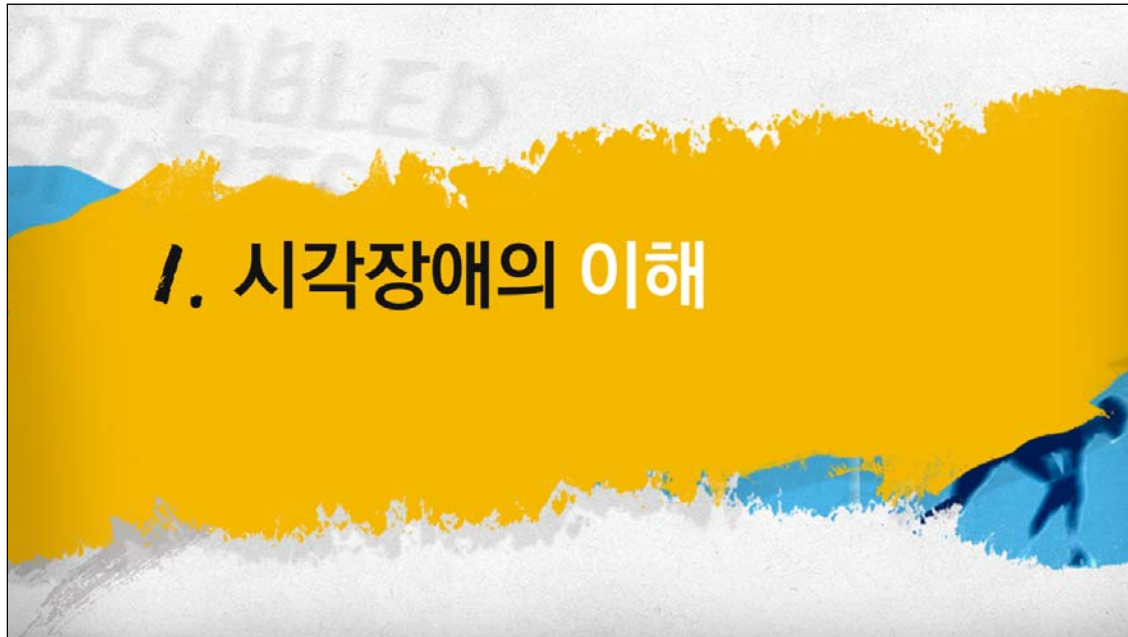


## 시각장애의 이해 및 지도

### 오늘의 주제

<p><b>특수체육론</b></p> <p>오늘의 주제</p> <p><b>학습내용</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>① 시각장애의 이해</li><li>② 시각장애의 체육활동 지도</li></ul>	
<p>Memo</p>	

## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해



### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

##### 1 정의 (1/2)

▷ '장애인복지법' 시행령(2014)에서 규정하고 있는 시각장애의 기준

가. 나쁜 눈의 시력(만국식 시력표로 측정한 것을 말하며 굴절 이상이 있는 사람의 경우에는 교정시력을 기준으로 한다.)이 0.02 이하인 사람

나. 좋은 눈의 시력이 0.2 이하인 사람

다. 두 눈의 시야가 각각 주시점에서 10도 이하로 남은 사람

라. 두 눈의 시야 2분의 1 이상을 잃은 사람

Memo

## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

##### 1 정의 (2/2)

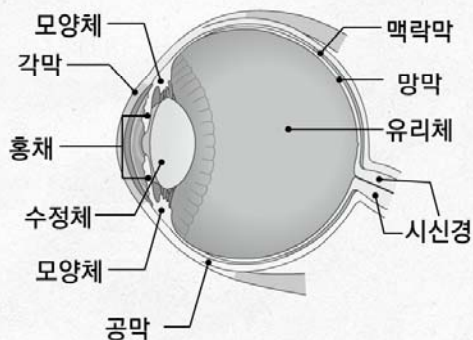
▷ 「장애인 등에 대한 특수교육법」의 시각장애 기준

구분	기준
시각장애	시각에 의한 학습 수행이 곤란하여 특정의 광학기구, 학습 매체 등을 이용하거나 촉각이나 청각을 학습의 주요 수단으로 이용하는 사람으로 맹과 저시각을 포함
맹	시각계의 손상이 심하여 시각 기능을 전혀 이용하지 못하는 상태
저시각	보조공학기기의 지원 등을 받아야만 시각적 과제를 수행할 수 있는 상태

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

##### 2 안구의 주요 기능 (최승권, 2015)



- **각막** 눈의 초점작용, 빛을 굴절시킴
- **동공** 안구 안으로 들어가는 빛의 양 조절
- **홍채** 빛의 양 조절
- **방수** 각막에 영양 공급
- **수정체** 망막에 빛의 초점을 맺게 함
- **망막** 빛 에너지를 신호로 바꾸어 뇌에 전달함

Memo

## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

#### 3 시각장애인의 분류

▷ 국제시각장애인 등급분류 (IBSA)

등급	설 명
B1	어느 쪽으로도 빛을 감지하지 못하는 경우
B2	시력이 2m/60m 이하 혹은 시야가 5도 이하로 물체나 그 윤곽을 인식하는 경우
B3	시력이 2m/60m ~ 6m/60m 혹은 시야가 5도에서 20도 사이인 경우

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

#### 4 시각장애인의 특성

▷ 인지 특성

- 사물의 영속성, 인과관계, 공간개념, 신체개념 발달에 지체를 보임
- 지능이나 개념발달이 지체되는 것은 제한된 환경 경험이 주요 원인

Memo



## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

#### 4 시각장애인의 특성

##### ▷ 언어 특성

- 의사소통 기술, 언어 능력, 추상적인 표현에 어려움을 나타냄
- 말하는 동안 억양, 몸짓, 얼굴표정, 입술모양 등에 변화 없음

### 특수체육론

#### 1. 시각장애의 이해

#### 4 시각장애인의 특성

##### ▷ 사회적 특성


- 사회적 상호작용을 하는데 어려움 있음
- 불안이나 공포, 긴장감이 일반인보다 높음
- 사람들과 상호작용이 미흡하여 사회적 고립이 초래됨

Memo

## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해

	<p><b>특수체육론</b></p> <p><b>1. 시각장애의 이해</b></p> <p><b>4 시각장애인의 특성</b></p> <p>▷ 행동 특성</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 시각손상으로 움직임 기회가 제한되고 습관적 행동이 나타남</li><li>○ 바른 자세를 취하기 어렵고 경직된 자세를 취하는 경향이 있음</li></ul>
	<p><b>특수체육론</b></p> <p><b>1. 시각장애의 이해</b></p> <p><b>4 시각장애인의 특성</b></p> <p>▷ 신체상</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 시각이 아닌 촉각, 청각, 운동감각 등을 활용하여 제한적인 신체상을 형성함</li></ul> <p>▷ 체력 특성</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 건강체력과 운동체력이 비장애인보다 낮음</li></ul>
Memo	

## 본 학습 | 1. 시각장애의 이해

<p><b>특수체육론</b></p> <p><b>1. 시각장애의 이해</b></p> <p><b>5 시각장애인의 일상생활 특성</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▷ 사시(짹눈)가 나타남</li><li>▷ 구부정하고 경직된 자세 보임</li><li>▷ 지나치게 깜박임, 가려움, 다래끼, 강한 빛을 피하는 행동 보임</li><li>▷ 물체를 더듬거나 가까이에서 관찰하는 행동 보임</li></ul>	
<p>Memo</p>	

## 본 학습 | 2. 시각장애인의 체육활동 지도



### 특수체육론

#### 2. 시각장애의 체육활동 지도

##### 1 신체활동 지도 (1/4)

- ▷ 시각장애인에게 체육활동을 지도할 때 보행훈련, 방향정위, 이동훈련, 안내법 등을 사전에 충분히 수행해야 함
- ▷ 방향정위 훈련
  - 시각장애인이 특정 환경에서 주변에 있는 물체와의 관계를 파악하여 자신의 위치를 알아가는 과정



시각장애 아동의 걷기 훈련

Memo



## 본 학습 | 2. 시각장애인의 체육활동 지도

<div><b>특수체육론</b></div> <div><b>2. 시각장애의 체육활동 지도</b></div> <div><div>1 신체활동 지도 (2/4)</div><div>▷ 이동 훈련<ul style="list-style-type: none"><li>◦ <b>자기보호법</b> 손을 앞으로 뻗어서 손바닥이나 손등으로 자신의 신체를 보호하며 전면의 사물을 탐지해가면서 이동하는 방법</li><li>◦ <b>트레이링 방법</b> 벽이나 난간 등의 사물을 따라가면서 목표지점까지 이동하는 방법</li></ul></div><div>▷ 안내법<ul style="list-style-type: none"><li>◦ 일반인의 팔꿈치를 잡고 걷기</li></ul></div></div>	<div><b>특수체육론</b></div> <div><b>2. 시각장애의 체육활동 지도</b></div> <div><div>1 신체활동 지도 (3/4)</div><div>▷ 시각장애인의 신체활동 지도 전략<ul style="list-style-type: none"><li>◦ 언어적 설명, 시범, 신체보조, 시·청각 단서 활용</li><li>◦ 잔존능력 활용법 참고</li><li>◦ 건강체력 요소를 바탕으로 운동 프로그램 구성</li><li>◦ 보조자(가이드)와 함께 달리기 연습</li></ul></div></div>
Memo	

## 본 학습 | 2. 시각장애인의 체육활동 지도

### 특수체육론

#### 2. 시각장애인의 체육활동 지도

##### 1 신체활동 지도 (4/4)

▷ 시각장애인의 신체활동 지도 시 고려 사항 (Winnick, 2011)

- 무엇을 어느 정도 볼 수 있는가?
- 시력 손상 시기와 현재 진행 정도는 어떠한가?
- 잔존시력을 어떻게 활용할 수 있는가?
- 선호하는 교수법이나 지도법은 무엇인가?

### 특수체육론

#### 2. 시각장애인의 체육활동 지도

##### 2 시각장애인의 달리기 시 안전 고려 사항 (Winnick, 2011) (1/2)

▷ 보조자와 함께 달리기: 보조자의 팔꿈치, 어깨, 손 등을 잡고 달리기

- **보조줄(tether)**: 시각장애인과 보조자가 짧은 끈이나 수건 등을 잡고 달리기
- **가이드와이어**: 시각장애인이 체육관이나 야외 트랙에 줄이나 철선으로 설치된 가이드와이어를 잡고 달리기
- **음향장치**: 종소리, 보조자의 음성이나 박수소리 등을 들으면서 달리기
- **원형달리기**: 운동장에 설치된 말뚝에 8-10m 길이의 줄을 연결하고, 이 줄을 잡고 원을 그리며 달리기

Memo

## 본 학습 | 2. 시각장애인의 체육활동 지도

### 특수체육론

#### 2. 시각장애의 체육활동 지도

#### 2 시각장애인의 달리기 시 안전 고려 사항 (Winnick, 2011) (2/2)

- ▶ 보조자와 함께 달리기: 보조자의 팔꿈치, 어깨, 손 등을 잡고 달리기
  - 보조자의 상의를 보고 달리기: 저시력 장애인의 경우 보조자 뒤에서 눈에 잘 띄는 보조자의 상의를 보면서 달리기
  - 러닝머신: 러닝머신 위에서 자신의 수준에 맞게 기계를 조작한 후 달리기

Memo



## 마무리하기

<div><b>특수체육론</b></div> <div><b>마무리하기</b></div> <div><b>1</b> 시각장애의 이해</div> <div>시각에는 시력, 시야, 시색이 있음을 이해하기</div> <div>국제시각장애인경기연맹(IBSA)의 등급분류를 정확히 이해하기</div> <div>시각장애인의 인지, 언어, 행동, 사회성, 신체상, 체력 특성 등을 바르게 이해하기</div> <div>시각장애인의 블라인디즘(Blindism)을 이해하기</div>	
<div><b>특수체육론</b></div> <div><b>마무리하기</b></div> <div><b>2</b> 시각장애인의 체육활동 지도</div> <div>시각장애인들에게 체육활동을 수행하기 전 보행훈련, 방향정위, 이동훈련, 안내법 등을 사전에 충분히 숙지하기</div> <div>시각장애인들에게 체육활동을 지도할 때에는 언어, 시범, 신체보조, 시청각 단서, 보조자 등을 활용하기</div> <div>전맹 시각장애인의 체육활동을 지도하는 것은 매우 어려우므로 이들은 천천히, 충분한 시간을 두고 운동동작을 지도하기</div>	
Memo	

본 내용은 경기도청에서 제작한 것으로 저작권법에 보호를 받고 있어 무단으로 이용할 수 없습니다.