

태권도 자유폼새 종목 장년부 도입 방안 연구*

하명진(동아대학교, 겸임교수) · 서동균(동아대학교 박사과정) ·
강형숙**(동아대학교 교수)

국문초록

본 연구는 자유폼새 종목 장년부 도입 방안에 관한 연구로 도입의 필요성과 장점 그리고 참가 구분의 세분화에 대한 기초적인 자료를 제시하고자 태권도 품새 종목(선수, 지도자, 심판, 지도교수) 전문가 8명을 연구참여자로 선정하여 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 태권도 자유폼새 장년부 도입에 대한 심층면담 결과, 연구참여자 8명 중 6명이 찬성하였으며 반대한 2명의 참여자는 자유폼새 경기규칙에서 기술력 항목의 난이도가 조절되면 장년부 도입에 찬성한다고 하였다. 둘째, 태권도 자유폼새 장년부 도입의 장점으로는 태권도 품새 발전의 기여와 품새 기술의 발전 그리고 태권도장의 발전 및 생활체육으로의 활성화라고 얘기하였다. 셋째, 태권도 자유폼새 장년부의 부별 세부 기준으로는 10년 단위로 시행하자는 의견이 지배적이었으며, 활성화와 대중화를 통해 경기규칙을 수정 보완해 나가는 결과가 나타났다. 따라서 추후 태권도 품새의 발전과 자유폼새 장년부 도입에 관한 다각적인 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것으로 사료된다.

주제어 : 태권도, 품새, 자유폼새, 장년부

* 본 연구는 동아대학교 연구지원비에 의해 연구되었음

** sports4@dau.ac.kr

I. 서 론

1. 연구의 필요성

태권도의 수련문화는 신체적 능력을 향상시켜 주는 역할과 동시에 정신수양을 지향하는 무도로서 동양 특유의 교육적 가치가 담겨있기 때문에 전 세계인들에게 인정을 받고 있다(김현재, 2011). 이처럼 태권도가 눈부시게 발전하는 과정에는 경기분야, 즉 엄격한 경기규칙과 다양한 부별 및 종목 검증을 통한 끊임없는 연구와 변화가 많은 기여를 하였다.

태권도는 크게 상대와의 경쟁을 통해 자신을 반성하고 성취감을 느낄 수 있는 겨루기 종목과 반복적인 수련을 통해 자아의 완성을 추구하는 품새 종목, 도전과 극기를 실현하는 격과 종목으로 구성되어있으며, 태권도 겨루기 종목은 2000년 시드니 올림픽을 시작으로 2020년 도쿄 하계올림픽까지 6회 연속 정식종목으로 채택(정현도, 2015)되어 유지되고 있고, 품새 종목은 2006년 제1회 세계태권도품새선수권대회를 시작으로 현재까지 경기화가 진행되고 있다(전민우, 2017).

태권도의 모체라고 할 수 있는 품새는 옛 태권도 지도자들의 수련과 실천의 경험을 바탕으로 창조된 것으로 태권도 기술과 정신을 총체적으로 수련하는 것이라고 정의하였으며(강신철, 2005) 이는 태권도의 내면적 가치를 표면화시킨 것으로 그 우수성과 중요성은 매우 크다고 할 수 있다(임신자·곽정현, 2009).

품새의 수련 과정으로는 팔괘 품새에서 태극 품새로 발전하여 태극 1장부터 8장까지의 유급자 품새와 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태, 천권, 한수, 일여 까지의 유단자 품새로 구성 총 17개의 공인품새가 제정되어 있으며(이경명·이송학·서민학, 2008), 공인품새를 시연하여 정확도와 표현력을 판정하는 경기를 공인품새 종목이라 하며 크게 남자부, 여자부 그리고 개인전, 복

식전, 단체전으로 나뉘 경기가 진행되고 있다(대한태권도협회, 2022).

이후 품새대회의 발전과정 중 기존 공인품새 경기에서의 기술의 단조로움과 지루함 그리고 변별력에 대한 개선의 목소리를 해결하고자 자유품새 종목이 도입되었으며(류시현, 류지선, 박상균, 윤석훈, 2013), 이는 품새의 다양한 기술개발과 영역 확대를 위해 제시된 새로운 변화의 시도라고 할 수 있다.

자유품새는 기존의 공인품새와 달리 태권도 기술을 바탕으로 태권도 동작과 음악이 함께 어우러진 품새로 참가 선수들이 자유롭게 연무선을 구상하여 표현할 수 있으며, 태권도 공격기술, 방어기술, 보조기술을 자유롭게 표현하도록 음악 및 안무 또한 자율성에 중점을 두고 있다(대한태권도협회, 2022).

자유품새 종목은 국제대회에서 역으로 추진되어 발전되었으며 2011년 러시아 블라디보스토크에서 열린 제6회 세계품새선수권대회에서 시범종목으로 채택되었고, 2012년 콜롬비아 툰하에서 열린 제7회 세계품새선수권대회부터 정식종목으로 채택되어 발전하여 최근에는 2018년 제18회 자카르타 팔렘방 아시안게임에서 자유품새가 정식종목으로 채택되면서 품새 발전의 또 다른 역할을 구축하고 있다(송선영·임신자, 2020).

자유품새 종목의 채점 기준을 살펴보면 총점(10.0)에 기술력(6.0)과 연출성

채점 항목	세부 기준 항목		점수
기술력 (6.0)	발차기 난이도 (5.0)	①뛰어 옆차기(뒀높이)	1.0
		②뛰어 앞차기(발차기수)	1.0
		③회전 발차기(회전각)	1.0
		④연속발차기	1.0
		⑤아크로바틱 동작	1.0
	동작의 정확도 및 품새의 완성도		1.0
연출력 (4.0)	창의성		4.0
	조화		
	기의 표현		
	음악 및 안무		
최대점수 (10.0)			10.0

그림 1. 자유품새 배점표(대한태권도협회, 2022)

(4.0)으로 구분하고 있으며(그림 1), 기술력에 해당하는 항목으로는 발차기 난이도와 동작의 정확도 및 품세의 완성도 두 가지로 구분하고 있으나, 그중 발차기 난이도가 5.0을 차지하면서 자유품새 종목에서 비중이 제일 큰 항목이라 할 수 있다(대한태권도협회, 2022).

하지만, 발차기 난이도 항목 구성이 기존 공인품새 종목의 태권도 기본 발차기 동작이 아닌 응용 발차기와 기술 발차기, 아크로바틱 기술로 구성되어 있고 경기 종목에서도 개인전, 복식전, 단체전으로는 나뉘지만 참가부별 기준은 17세 이하 부와 17세 초과 부 2개 그룹으로만 나누어져(그림 2) 기존 공인품새 종목 장년부이상 선수들과 장년층 태권도 수련생들의 참가가 현실적으로 힘든 실정이다.

또한, 대회 참가를 해도 20대와 40, 50대가 선수가 함께 경기해야 하는 불합리한 조건과 자유품새 종목 기술의 표현 및 완성도를 높이기에는 장년부 선수들의 신체구조와 조건이 부합하지 않고 상해와 부상의 염려로 인해 점점 자유품새 종목은 젊은 선수들이 화려한 발차기를 추구하는 종목으로 인식되어가고 있다.

부별 \ 자격	17세 이하	17세 초과
개인전(남자부, 여자부)	12세~17세	18세 이상
복식전(남, 여 혼성)	12세~17세	18세 이상
단체전(혼성)	남·여 2명 이상을 포함한 5명으로 구성	

그림 2. 자유품새 부별 기준표(대한태권도협회, 2022)

자유품새에 대한 선행연구들을 살펴보면 태권도 자유품새 경기력 향상에 관한 연구로 태권도 자유품새에 적용하기 위한 뛰어 앞차기 착지 동작의 상해 예방 전략(류시현, 2020), 태권도 자유품새 창작에 관한 연구(안진영, 안근아, 2019), 음양오행으로 해석한 태권도 기술의 유형 분류에 따른 자유품새 구성방안(이동희, 전정우, 2016), 태권도 자유품새 경기력 향상을 위한 훈련

방안 탐색(안진영, 2019)에 관한 연구가 있으며, 자유품새 채점방안에 관한 연구로는 태권도 자유품새 회전발차기의 채점방안에 관한 연구(방민주, 2020), 태권도 자유품새 평가방법 개선을 위한 기초 연구(전민우, 2017)가 보고되고 있다. 또한, 자유품새 발전방안에 관한 연구로는 태권도 자유품새 도입에 따른 선수와 지도자의 품새대회 인식 및 발전방향 탐색(이승진, 전정우, 2017), 태권도 자유품새 경기의 활성화 방안(정현도, 2015)등이 다수 보고되고 있으나 자유품새 경기규칙 개정 및 장년부 도입과 참가 구분 및 세분화에 관한 연구는 전혀 없는 실정이다.

이에, 자유품새를 세계적으로 알리고 많은 장년부 선수들이 참여하는 대회 유치를 위해서는 자유품새 종목 장년부 도입 및 참가 구분의 세분화가 절실히 필요하다고 생각된다. 따라서 본 연구의 목적은 자유품새 종목의 장년부 도입에 대한 선수, 지도자, 심판, 교수들의 심층면접을 통하여 자유품새 종목 장년부 도입 의견, 자유품새 종목 장년부 도입 시 장점, 자유품새 종목 장년부 도입 부별 구성에 대해 조사 분석하여 자유품새 종목 활성화의 긍정적인 변화와 장년층 태권도 품새경기의 발전에 기초적인 자료를 제공하는 데 있다.

II. 연구방법

본 연구는 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안을 연구하고자 진행되었으며 선수, 지도자, 심판, 대학교수의 심층면접을 준비하기 위하여 품새대회 참관과 선행연구 및 문헌고찰을 실시하여 질문을 완성하였다. 2022년 1월부터 4월까지 연구자가 직접 연구참여자를 방문하여 심층면담을 실시하였으며, 연구에 관한 결과를 도출하였다.

1. 연구참여자

연구참여자의 선정은 질적 연구에서 사용되는 유목적표집을 통하여 현재 품새 경기에 직접적으로 관련이 있는 경험자로, 대한태권도협회 장년부 품새 선수로 활동하고 있는 우수선수 2인을 선정하였으며, 지도자를 대표하여 국가대표 배출 경험이 있는 지도자 2인을 선정하였다. 그리고 10년 이상의 심판 경험이 있는 대한태권도협회 품새 상임심판 2인과 대학에서 품새를 지도하고 있는 교수 2인 총 8명을 연구참여자로 선정하였다. 연구참여자들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

직위	성별	성명	소속	특성
선수	남	AAA	장년부 품새팀	장년부 국가대표 선발전
	남	BBB	장년부 품새팀	장년부 국가대표 선발전
지도자	남	CCC	품새팀 감독	품새 국가대표 배출 감독
	남	DDD	품새팀 감독	품새 국가대표 배출 감독
심판	남	EEE	상임심판	국가대표 선발전 심판
	남	FFF	상임심판	국가대표 선발전 심판
교수	남	GGG	품새 지도교수	대학 품새 지도교수
	남	HHH	품새 지도교수	대학 품새 지도교수

2. 조사도구

태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안에 대한 방향성을 제시하기 위하여 8명의 연구참여자에게 현재 품새대회의 경험을 토대로 자유품새 종목의 장년부 참가에 대한 현실적인 문제 인식 및 발전방안을 모색하기 위하여 질문 순서에 따라 반구조화된 심층면담을 실시하였다. 면담 횟수 및 시간은 참여자에 따라 상이하나 평균 2회로 회당 15분에서 20분 사이로 이루어졌다. 연구과정에서 신뢰도와 타당도를 확보하기 위해 품새 전문가와 대학교수, 본 연구자가 함께 지속적인 탐구를 통한 다각검증법을 실시하였고 심층면담 질문 내용은 <표 2>와 같다.

표 2. 심층면담 질문내용

심층면담	질문내용
질문 1	자유품새 종목 장년부 도입에 대한 귀하의 생각은 어떠하십니까?
질문 2	자유품새 종목 장년부 도입의 장점은 무엇이라 생각하십니까?
질문 3	자유품새 종목에서 장년부 부(나이)별 구분을 어떻게 하면 바람직하다고 생각하십니까?

3. 자료분석

연구참여자들의 심층면담을 통해 수집된 자료는 연구결과를 작성하기 위하여 면담내용의 의미를 분석하여 질문별로 귀납적 분석을 하여 결과를 나타내었다. 녹취록 작성 후 내적 타당도를 확보하기 위해 수집된 자료와 연구결과 간의 인과관계를 분석 수행하였으며, 외적 타당도를 확보하기 위하여 자료의 진위여부를 판단하는 절차를 수행하여 자료분석을 완료하였다(성태제, 시기자 2006).

4. 연구윤리 및 진실성

본 연구 자료의 진실성을 확보하고 윤리적으로 수행하기 위하여 첫째, 연구참여자의 선정 방식은 연구목적과 수행 절차를 설명하고 자발적으로 연구에 참여하고자 하는 대상으로 선정하였다. 둘째, 연구를 수행하기에 앞서 연구참여자들에게 동의를 구하고 인적 사항은 익명으로 처리하였다. 셋째, 수집된 자료는 연구 이외 다른 목적으로 사용하지 않았다.

Ⅲ. 연구결과 및 논의

본 연구는 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안 연구로 연구참여자들의 전문가적 지식과 경험을 토대로 심층면담을 통하여 실시하였으며, 수집된 자료는 귀납적 분석을 통해 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 자유품새 장년부 도입을 위한 의견

태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 자유품새 종목 장년부 도입은 장년층의 건강을 위해 꼭 필요하다고 생각합니다. 이미 외국에서는 다양한 장년층 선수들이 품새를 즐기고 있으며 실력도 굉장히 우수한 수준입니다. 엘리트 체육뿐만 아니라 생활체육으로도 다양한 장년층 선수들이 참가할 수 있다고 생각합니다.

BBB : 자유품새 종목에 장년부가 도입되면 태권도 발전에 좋은 영향력을 미칠 것으로 생각합니다. 특히 장년부 선수들이 공인품새와 자유품새를 통해 다양한 품새를 경험할 수 있고 경기를 준비하면서 건강과 태권도 품새의 참된 가치를 발견할 수 있을 것으로 생각합니다.

CCC : 도입이 필요하다고 생각합니다. 현재 공인품새 경기가 시작된 지 20년이 다 되어가고 있으며 그 결과 30대 이상의 품새 선수들이 많이 있는데 종목의 한정으로 인해 더 발전하지 못하는 것 같습니다. 자유품새 종목의 현재 난이도에서는 장년부 선수들이 힘들 수 있지만 조금만 수정 보완하면 장년층 선

수들의 다양한 태권도 본연의 기술을 맛볼 수 있을 것으로 생각합니다.

DDD : 장년층의 태권도 발전에 좋을 것 같습니다. 현재 자유품새 종목 30세 이하 선수들 같은 화려함은 없지만 태권도 한마당 때 경험했던 창작품새 대회처럼 다양한 작품을 볼 수 있을 것 같아 기대가 됩니다.

EEE : 자유품새 종목 장년부 도입에 찬성합니다. 하지만 상해 방지를 위해 기술의 난이도를 조절하고 아크로바틱은 제외한 후 장년부에 맞는 태권도 동작 표현과 기술을 조금 더 넓히면 태권도 발전과 품새 발전에 좋은 영향력을 미칠 것으로 생각합니다.

FFF : 현재의 난이도를 보면 저는 장년층 자유품새 종목 도입에 반대합니다. 현재 경기규칙에 나타난 기술의 난이도로 볼 때 30세 이상의 선수들이 하기에는 상해 발생과 위험을 감수해야 하며 현실적으로 장년부 출전 자체가 어려운 실정입니다. 하지만 기술의 난이도를 조절해서 경기규칙에 변화를 준다면 충분히 자유품새 종목 장년부 도입은 가능하리라 생각합니다.

GGG : 자유품새 종목 장년부 도입은 태권도 한마당대회의 창작품새 종목과 같은 맥락에서 보면 꼭 필요한 시도라 생각합니다. 하지만 장년부 선수들의 경기화를 위해서는 경기규칙에서 기술의 난이도 조절이 우선되어야 하지만 자유품새 종목에서 장년부 경기가 활성화된다면 화려함은 조금 줄어들 수 있겠지만 태권도 본연의 가치와 기술의 정수를 보여 줄 기회의 장은 되리라 생각되며 틀에 벗어난 다양한 감동을 주는 태권도 경연장이 될 것으로 생각합니다.

HHH : 자유품새 장년부 도입은 좋은 생각이지만 현재로서는 반대합니다. 현재의 경기규칙으로는 부상 위험과 장년부에 맞지 않는 난이도 기술로 인해서 현실적으로 어려움이 있습니다. 장년부 도입을 위해서는 우선 경기규칙의 개정

과 기술의 난이도 조절, 경기 시간 같은 과제들이 조절되어야 자유품새 종목 장년부 도입이 가능할 것으로 판단됩니다.

연구결과를 살펴보면 8명 중 6명이 자유품새 종목 장년부 도입에 찬성하는 것으로 나타났으며, 반대하는 2명의 연구참여자도 현재 자유품새 종목의 경기규칙에 대한 난이도가 장년부에 맞지 않아서 반대하는 것으로, 난이도를 장년부에 맞게 조절한다면 충분히 찬성한다는 의견을 나타내었다. 연구참여자들의 연구결과는 <표 3>과 같다.

표 3. 자유품새 도입을 위한 의견

성명	찬, 반	의견
AAA	찬성	장년층 생활체육의 활성화
BBB	찬성	태권도 발전에 긍정적
CCC	찬성	30대 이상 품새 선수들의 기회의 장
DDD	찬성	장년층 태권도 발전에 기여
EEE	찬성	태권도 동작 표현을 넓혀서 추진하면 좋을 듯
FFF	반대	기술의 난이도가 조절되면 찬성
GGG	찬성	태권도 본연의 기술완성에 꼭 필요함
HHH	반대	현재 경기규칙으로는 현실적으로 불가능

따라서, 자유품새 종목 장년부 도입 방안에 대한 연구결과, 찬성의 의견이 대다수를 차지했으며 이는 이승진, 전정우(2017) 연구에서 태권도 기술의 발전과 활성화 그리고 새로운 장르의 융, 복합이 이루어져야 한다는 의견과 일치하며 전민우(2017)의 연구에서도 중, 장년 선수의 자유품새 참가를 위한 제도 개선이 필요하다는 의견과 같은 결과를 나타내어 자유품새 종목 장년부 도입이 대안이 될 수 있을 것으로 판단된다.

또한, 자유품새 종목 장년부 도입을 위한 선행 과제로 장년부에 맞는 기술력 요인과 채점항목 중 발차기 기술 난이도 조절이 선행되어야 한다는 의견이 대다수를 차지하였으며 방인주, 안근아(2020) 연구에서도 현재 자유품새

경기의 문제점으로 태권도의 강하고 높이차는 발차기 및 손동작 그리고 서기 동작 표현의 미흡을 얘기하고 있고 ‘태권도 자유품새 이대로 괜찮은가?’라는 무카스(2020) 칼럼에서도 태권도가 아닌 댄스나 체조 종목으로 보인다는 논란이 일어나고 있다는 의견과 일치하는 것으로 나타났다.

선행연구가 부족한 관계로 더 이상의 논의는 힘들지만, 태권도 품새 전문가 집단의 의견을 수렴하여 보면, 연구참여자들의 의견과 같거나 유사한 대안을 제시하고 있으며 자유품새 종목 장년부 도입을 찬성하지만, 장년부 선수층에 맞는 기술체계 접목과 품새의 완성도를 높일 수 있는 경기규칙 개정이 필요하다는 의견이 지배적이었다.

따라서 자유품새 종목 장년부 도입을 통한 새로운 기술체계의 변화가 필요할 것으로 판단되며 30대 이하 선수들의 자유품새 경기에서는 화려함 속에서 태권도 기술의 접목을 통한 경기화를 추구한다면 장년부 경기에서는 태권도 본연의 기술과 공인품새 경기에서의 강하고 힘찬 발차기와 기의 표현 그리고 태권도 고유 동작을 통한 태권도 본연의 아름다움을 나타낼 수 있는 종목으로 발전해야 할 것으로 사료된다. 그리고 품새 기술 표현의 중요한 항목인 강유, 완급, 리듬을 살릴 수 있도록 강함과 부드러움 속에 내재된 태권도 기술을 완성한다면 자유품새 종목 장년부 도입은 선택이 아닌 필수 과제가 될 것이며 더 나아가 자유품새 종목이 장년부들의 태권도 기술 경연장이 되도록 규정 및 제도의 개선 그리고 현장의 목소리를 반영한 계속적인 연구가 필요한 것으로 판단된다.

2. 자유품새 종목 장년부 도입 시 장점

자유품새 종목 장년부 도입 시 장점에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 자유품새 종목에 장년부가 도입된다면 다양한 장점들이 발생하리라 생각합니다. 먼저 운동이 필요한 장년부와 노인 수련생들에게 또 다른 기회의 장

이 되리라 생각합니다. 그리고 엘리트 체육뿐만 아니라 생활체육으로도 다양한 계층의 수련생들이 참가할 수 있을 것 같습니다. 또한, 개인전뿐만 아니라 단체전에서도 자유품새 장년부 종목이 추가된다며 태권도 홍보 효과로도 큰 역할을 하리라 생각합니다.

BBB : 자유품새에 장년부에 맞는 한국 전통음악이 접목되며 태권도의 웅장함과 매력을 발산하게 되어 태권도와 품새 발전에 크게 이바지할 수 있을 것으로 생각합니다. 또한, 장년층 수련생들에게 기회의 장이 될 것이며 성인과 노인 태권도 활성화에도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 판단됩니다.

CCC : 30대 이상 선수들에게 또 다른 기회의 장이 될 것으로 생각합니다. 그리고 태권도 본연의 기술을 표현하는 동시에 젊은 선수들에게 볼 수 없는 기의 표현과 고유 동작의 이름다움을 통해 태권도 활성화에 기여 할 것으로 생각합니다. 하얀 백발의 장년부 선수가 한 동작 한 동작을 표현해 나가는 모습은 모든 대회장에서 큰 박수와 함께 존경의 대상이 되고 있기에 태권도 가치 상승에도 큰 역할을 하리라 생각합니다.

DDD : 자유품새 종목에 장년부가 도입되며 관중들에게 즐거움을 전해주며 태권도가 대중화될 수 있는 기틀이 마련되리라 생각합니다. 현재 태권도 자유품새 30세 이하 선수들과 시범단을 통해 태권도가 대중화되었다면 장년부 자유품새를 통해서 태권도의 가치와 기술의 정수를 보여주며 화려하지는 않지만, 경륜과 수련의 경지에서 나타나는 또 다른 무도 태권도를 보여 줄 수 있을 것으로 생각합니다.

EEE : 자유품새 종목에 장년부가 도입되며 태권도 성인과 노인 활성화에 도움이 될 듯합니다. 그리고 엘리트 체육이 아닌 생활체육으로서의 태권도 활성화에 기대가 크며 하얀 도복을 입은 어르신들의 시연을 통해서 관중들과 많은 태

권도 동호인들에게 올리는 감동은 그 어떤 장점으로도 설명이 안 될 것 같습니다. 그리고 수련하는 모습을 즐기면서 더욱 행복하고 즐거운 태권도를 통해 건강함과 좋은 운동으로서의 태권도 가치 상승 또한 충분한 장점이 되리라 생각됩니다.

FFF : 태권도 자유품새 종목에 장년부가 도입되면 먼저 공인품새의 틀에 벗어나 기술적인 발전요소가 생길 것으로 판단되며 생활체육의 보편화와 활성화도 기대가 됩니다. 예전에 태권도 한마당대회에서의 창작품새 경기와 흡사하며 기술의 난이도 조절과 음악과 태권도의 조화를 통해서 태권도의 또 다른 매력을 경험할 수 있으며 선수들의 몸 상태에 맞는 다양한 품새 수련을 통해 건강과 행복 그리고 개인의 만족감이 가득한 태권도 수련 환경이 조성되리라 생각됩니다.

GGG : 현재 30세 이하의 자유품새 종목을 살펴보면 겨루기 경기와 마찬가지로 태권도 기술이 변질되어 가고 있는 것을 느끼고 있습니다. 하지만 장년부에 자유품새 종목이 도입되면 화려함은 떨어지지만, 태권도 본연의 기술 위에 음악을 통해 작품성을 배가시키고 창작의 요소를 배가시키는 방식으로 실시한다면 품새의 새로운 분야의 활성화와 참여도가 넓어지는 큰 역할을 하리라 생각합니다. 또한, 각 대회의 입상 작품을 태권도장에 수련 보급함으로써 태권도의 대중화와 장년 및 노년층의 태권도 발전을 추구할 수 있을 것으로 판단됩니다.

HHH : 아직 도입되지 않아 장점을 찾기는 어려워 보이며 만약 도입된다면 많은 경기규칙의 개정이 필요한 것으로 생각합니다.

연구결과를 살펴보면 연구참여자 중 다수의 참가자가 태권도 발전과 활성화에 기여할 것이라는 기대감을 나타내었고, 성인과 노인 태권도 활성화를 통해 생활체육과 장년부 대회로도 큰 발전이 있을 것이라는 의견도 3명의 연

구참여자가 나타내었다. 그리고 태권도 보급의 활성화, 태권도 본연의 기술체계 발전, 음악을 통한 다양한 태권도를 경험할 수 있을 것이라는 의견도 제시하였다. 이상의 연구결과는 <표 4>와 같다.

표 4. 자유품새 장년부 도입의 장점

성명	장점
AAA 성인 노인층 기회의 장	생활체육 태권도 활성화
BBB 태권도 품새 발전에 기여	생활체육 태권도 활성화
CCC 태권도의 활성화	태권도 가치 상승에 기여
DDD 태권도의 대중화	태권도 기술의 발전
EEE 성인과 노인 태권도 활성화	태권도의 가치 상승
FFF 태권도 기술적 발전요소 생김	건강한 태권도 수련 환경 조성
GGG 태권도 기술체계 발전	태권도 보급 및 활성화
HHH 도입이 안 되어 장점을 찾기 힘들	경기규칙의 개정이 필수

따라서, 자유품새 장년부 도입의 장점에 대한 연구결과, 크게 세 가지로 나타났다. 첫째, 태권도 기술의 발전 및 활성화를 얘기하였다. 둘째, 생활체육으로 태권도의 활성화를 지지하였다. 셋째, 성인과 노인 태권도 활성화를 기대하는 의견도 나타났다. 이는 방인주, 안근아(2020) 연구에서도 자유품새 도입을 통해 태권도의 활성화가 나타났다는 의견을 지지하고 있으며, 송선영, 임신자(2020), 권혁정, 이정기(2019), 이승진, 전정우(2017) 연구에서도 태권도 기술의 발전과 활성화 그리고 새로운 장르의 융, 복합이 이루어져야 한다는 연구과 같은 결과를 나타내었다. 이는 자유품새 도입이 기술의 화려함과 음악적 접목을 통한 대중화 그리고 관중들의 긍정적인 호응과 함께 보고 즐기는 스포츠로 발전하는 과정에서 나타나는 긍정적인 효과로 판단되며 자유품새 종목 장년부 도입을 통해 더욱 발전할 수 있는 제도 및 경기 운영의 틀 마련이 필요할 것으로 사료된다.

그리고 현재 자유품새 종목의 문제점으로 지적되었던 태권도 본연의 동작들이 부족하다는 의견 또한 자유품새 종목 장년부 도입을 통해 태권도 고단자 선수들이 경기에 출전하여 연출, 시연함으로 해소될 수 있을 것으로 생각

되며, 특히, 장년부에 맞는 등척성 기술 및 태권도 고단자 기술 동작의 접목을 통한 채점항목의 변경을 시도한다면 자유품새의 장점은 극대화될 것으로 판단된다.

또한, 다양한 태권도 품새를 시연함으로써, 태권도 품새의 다양성과 활성화는 물론, 시니어 태권도 수련인구 활성화에도 커다란 역할을 할 것으로 판단되며 이는 세 번째 연구결과를 지지한다고 볼 수 있다. 아울러 그동안 생활체육으로 기회의 장이 부족했던 장년, 노년층 태권도 수련생들에게는 도전과 수련의 동기유발 그리고 목표의식까지 심어주며 태권도 수련을 통한 건강적인 측면에서도 웰니스의 삶을 추구할 수 있는 원동력이 될 수 있을 것으로 판단되기에 생활체육의 가치로 볼 때도 다양한 장르의 태권도 경기 종목 추가는 매우 긍정적인 요소가 될 것으로 생각된다.

이는 고령화 시대로 접어드는 현대 사회에 태권도가 나가야 할 방안을 제시하는 것으로 자유품새 종목 장년부 도입을 통해 태권도 품새대회가 이제는 관중들로부터 외면받는 종목이 아닌 즐기는 스포츠 종목으로의 시작이라 생각되며 그러기 위해서 품새에 음악(국악)을 접목하고 다양한 장르의 태권도를 경험할 수 있도록 작품성을 높이고 기대감을 가질 수 있도록 제도 개선 및 더 많은 준비와 과정 그리고 발전 방향에 대한 깊이 있는 연구가 지속하여져야 할 것으로 생각된다.

3. 자유품새 종목 장년부 도입시 부별 구성

태권도 자유품새 종목에 장년부가 도입된다면 부별 나이의 구성방식에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 세계태권도협회의 공인품새 대회와 같이 10살 단위로 시작하여 활성화 후 조정해 나가면 될 것으로 생각되며 제도가 잘못되면 선수가 나올 수가 없습니다. 최소 10살 단위의 비슷한 포래로 구성이 필요하다고 생각합니다.

BBB : 10년 차이는 크다고 생각합니다. 장년부 자유품새 경기의 다양한 연령층의 참여를 위해서 5년이 적당할 것으로 생각합니다. 그리고 부별로 필수 동작의 난이도를 조절해야 선수층이 더 많아질 수 있을 것으로 생각합니다.

CCC : 공인품새의 발전과정을 보면 10년 단위로 시작하는 것이 적절하다고 생각합니다. 공인품새 경기도 초창기에는 선수들이 없어서 인준되지 못한 대회가 많이 나타났습니다. 그래서 자유품새의 장년부 경기의 시작은 10년 단위로 시작한 후 발전과정을 보면서 조금씩 수정 보완해 나가야 할 것으로 생각합니다.

DDD : 장년부 도입을 위해서는 5년 단위는 선수층이 열약할 것으로 판단되어 어느 정도의 활성화 기간에는 10년 단위로 시작하여 선수층과 경기화를 통한 의견 수렴을 통해 조금씩 조절이 필요할 것으로 생각합니다.

EEE : 현재 17세 이하, 30세 이하에서 30대 이상 40대 이하 부, 40대 이상의 부를 만들고 50대 이상은 선수가 없을 듯하나 있으면 10년 단위로 구성하는 것이 좋을 것으로 생각합니다.

FFF : 부별 구성은 10년 단위로 시작하면 좋을 것 같습니다. 첫술에 배부를 수 없기에 선수 수급에 어려움이 있을 것으로 생각합니다.

GGG : 장년부의 부별 편성의 요소는 5년 단위나 10년 단위로 편성을 해도 전혀 무리가 없으리라고 생각합니다.

HHH : 30세 이상 부를 도입한다면 난이도 조절이 선행되어야 할 듯합니다. 기술력의 규제, 자유품새 시간 축소 등이 먼저입니다.

연구결과를 살펴보면 연구참여자들은 첫 시도는 선수층이 없는 관계로 10년 단위로 30대, 40대, 50대로 구성하자는 의견이 지배적이었으며, 선수들의 기량 차이를 위해서는 5년 단위로 시작하자는 의견도 2명의 연구참여자가 지지하였다. 이상의 연구결과는 <표 5>와 같다.

표 5. 자유품새 장년부의 부별 구성

성명	부별 구성	의견
AAA	10년 단위	제도가 중요하다
BBB	5년 단위	다양한 연령 참여를 위해
CCC	10년 단위	선수 구성 어려움
DDD	10년 단위	경기화를 통한 의견 조율
EEE	10년 단위	활성화 기간 후 5년
FFF	10년 단위	50대 이상 선수는 없을 듯
GGG	5년 또는 10년 단위	5년도 무리가 안될 것이다
HHH	30세 이상	기술력과 경기시간 축소 후 도입

따라서, 자유품새 종목 장년부 도입시 부별 구성은 10년 단위로 시작하는 것이 좋을 것으로 판단되며, 자유품새 종목 장년부 경기가 활성화되면 5년 단위로 경기화를 통해서 수정 보완해 가면 좋을 것으로 생각된다. 고령층 연구참여자의 의견을 들어보면 60대 이상의 선수들은 한해 한해 다른 몸 상태를 걱정하고 있기에 10년 단위는 힘들다는 소수의 의견도 있었지만, 자유품새 종목 장년부 도입의 시작 및 대회 승인을 위해서는 10년 단위로 시작하는 것이 무리가 없을 것으로 판단된다.

이는 본 연구자도 태권도 품새대회 1세대로 무리하게 5년 단위로 장년부 경기를 시작하게 되면 부별 선수층 확보와 대회 인준에 필요한 필수 인원 유치에 큰 부담이 작용하여 경기화에 부정적인 영향을 미칠 것으로 판단되며, 공인품새 종목의 발전과정을 지켜본 결과, 연구결과에서 나타난 것과 같이 10년 단위로 자유품새 종목에 장년부 부별 구성을 실시하여 활성화와 대중화를 통한 경기규칙의 변화를 주는 것이 가장 이상적이라 생각된다.

아울러 장년부 대회의 발전과정을 꾸준히 모니터링하여 발전적인 제도 개선과 연구개발을 통해 더욱 자유품새 종목이 세계 속에 인정받을 수 있는 심도 있는 연구가 필요할 것으로 사료된다.

Ⅳ. 결론 및 제언

본 연구는 자유품새 종목 장년부 도입 방안에 관한 연구로 도입의 필요성과 장점 그리고 참가 구분의 세분화에 대한 기초적인 자료를 제시하고자 하였다. 이에 태권도 품새종목(선수, 지도자, 심판, 지도교수)에 직접적으로 관련이 있는 전문가 8명을 연구참여자자로 선정하여 진행하였다.

연구참여자는 태권도 7단 이상의 고단자로 현재 최고의 지도력과 경기력 그리고 심판으로서의 자질과 안목을 지니고 있으며 태권도 품새경기 분야에서 존경받는 전문가 집단으로 그들의 경험이 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안의 다양한 의견 및 목적 달성에 충분한 기여를 할 수 있을 것으로 판단되며 질적 연구방법인 심층면담을 통하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 태권도 자유품새 종목 장년부 도입에 대한 심층면담 결과, 연구참여자 8명 중 6명이 찬성하였으며 반대한 2명의 참여자도 자유품새 경기규칙에서 기술력 항목의 난이도가 조절되면 장년부 도입에 찬성한다고 하였다.

둘째, 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 시 장점으로서는 태권도 품새 발전의 기여와 품새 기술의 발전 그리고 태권도장의 발전 및 생활체육으로의 활성화를 제시하였다.

셋째, 태권도 자유품새 종목 장년부 도입시 부별 세부기준으로는 10년 단위로 구성하자는 의견이 지배적이었으며, 활성화와 대중화를 통해 경기규칙을 수정 보완해 나가자는 결과가 나타났다.

따라서 추후 후속 연구에서는 자유품새 종목 장년부 도입 시 기술력에 대한 채점 기준과 필수 발차기 동작에 대한 표현하기 힘든 근원적인 문제가 있

으므로 난이도 항목 연구와 부별 세분화 의견을 반영하는 연구, 그리고 자유 품새 종목 경기는 물론 국내, 국외 품새대회의 활성화에 대한 연구까지 구체적이고 심도 있는 발전적 제언이 계속되어야 할 것으로 사료된다.

참고문헌

- 강신철(2004). **태권도 스승과 제자**. 자연과 사람들.
- 권영기(2020). 태권도 자유품새, 이대로 괜찮은가? 무카스, <https://mookas.com/news/17583>
- 권혁정, 이정기(2019). 태권도 경기에서 자유품새의 철학적 의미 고찰. **한국스포츠학회지**, 17(3), 1021-1031.
- 김현재(2011). 美 공립학교 강당에 올려 퍼진 ‘태권’ 합성. 연합뉴스. 2017년 10월 22일 발췌, <http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=104&oid=001&aid=0004920509>
- 대한태권도협회(2022). **2022 태권도 품새 경기규칙**.
- 류시현, 류지선, 박상균, 윤석훈(2013). 태권도 품새 우수·비 우수선수 간 학다리 서기의 균형성 비교. **한국역학회지**, 22(1), 55-63
- 류시현(2020). 태권도 자유품새에 적용하기 위한 뛰어 앞차기 착지 동작의 상해 예방 전략. **한국운동역학회지**, 30(1), 37-49.
- 방인주(2020). 태권도 자유품새 회전발차기의 채점방안에 관한 연구. **한국스포츠학회지**, 18(3), 941-949.
- 방인주, 안근아(2020). 태권도 자유품새 경기규칙에 관한 개선방안. **한국스포츠학회지**, 18(4), 659-666.
- 성태제, 시기자(2006). **연구방법론**. 서울: 학지사.
- 송선영, 임신자(2020). 자유품새 채점규정에 근거한 심판판정 및 발전방안. **무예연구**, 14(1), 85-102.
- 안진영(2019). 태권도 자유품새 경기력 향상을 위한 훈련 방안 탐색. **무예연구**,

13(3), 241-258.

안진영, 안근아(2019). 태권도 자유품새 창작에 관한 연구. **무예연구**, 13(3), 163-179.

이경명, 이송학, 서민학(2008). **태권도 품새학**. 서울: 정담미디어.

이동희, 전정우(2016). 음양오행(陰陽五行)으로 해석한 태권도 동작의 유형분류에 따른 자유품새 구성방안. **한국체육철학회지**, 24(4), 205-220.

이승진, 전정우(2017). 태권도 자유품새 도입에 따른 선수 와 지도자의 품새대회 인식 및 발전방향. **국기원태권도연구**, 8(4), 357-377.

임신자, 곽정현(2009). 태권도 품새의 정체성 탐색. **한국체육철학회지**, 17(1), 145-167.

전민우(2017). 태권도 자유품새 평가방법 개선을 위한 기초 연구. **국기원태권도연구**, 8(4), 379-400.

정현도(2015). 태권도 자유품새 경기의 활성화 방안. **세계태권도문화학회지**, 11(11), 55-67.

ABSTRACT

A study on the introduction of Taekwondo Free Poomsae Senior Competition

Ha, Myeong-Jin · Seo, Dong-Kyun · Kang, Hyung-Sook(Dong-A Univ.)

This study is a study on the introduction of the free poomsae senior competition event, and it was intended to present basic data on the necessity of introduction, the advantages of the introduction of the competition event, and the segmentation of the age of participation in the competition event. Eight experts from Taekwondo Poomsae competition (athletes, coaches, referees, advisors) were selected as participants in the study, and the following conclusions were obtained. First, as a result of an in-depth interview on the introduction of Taekwondo free poomsae senior competition, 6 out of 8 study participants agreed. The two participants who opposed also said they were in favor of the introduction of the seniors section if the difficulty of the skill items was adjusted in the free poomsae game rules. Second, the advantages of introducing the Taekwondo free poomsae senior competition include contributing to the development of taekwondo poomsae, the development of poomsae technology, the development of the Taekwondo field, and the vitalization of life sports. Third, as a detailed standard according to age in the Taekwondo free poomsae senior competition, the opinion that it should be implemented every 10 years was dominant. Afterwards, the result appeared to be to revise and supplement the game rules through activation and popularization.

Key words: Taekwondo, Poomsae, Free Poomsae, Seniors

논문투고일 : 2022.06.30.

심사일 : 2022.07.27.

심사완료일 : 2022.08.09.