

태권도 자유품새 장년부 채점방안에 관한 연구*

하명진(동아대학교, 겸임교수) · 강형숙**(동아대학교, 교수)

국문초록

본 연구는 자유품새 장년부 도입시 채점방안에 관한 연구로 장년부 선수들이 가장 멋지게 태권도 품새를 표현하고 구성할 수 있도록 채점항목의 개정과 기술력 항목의 수정에 기초적인 자료를 제시하고자 태권도 품새종목(선수, 지도자, 심판) 전문가 9명을 연구참여자로 선정하여 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 태권도 자유품새 장년부 도입시 채점항목 개정 에 대한 심층면담 결과, 연구참여자 9명 중 8명이 찬성하였으며 반대한 1명의 참여자도 60대 이상의 선수들에게는 필요하다는 찬성의 의견을 나타내었다. 둘째, 태권도 자유품새 장년부 도입시 변화가 필요한 채점항목에 대한 심층면담 결과, 모든 참가자가 기술력 채점항목의 개정이 필요하다는 의견을 나타내었다. 셋째, 태권도 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 기술력 채점항목에 들어갈 필수동작에 대한 심층면담 결과, 먼저 현재 시행되고 있는 발차기 동작의 항목 축소와 난이도 조절이 필요하다는 의견이 대다수를 차지하였고 태권도 기술을 표현할 수 있는 손기술과 고단자 품새에 나오는 특수 동작의 삽입과 강하고 부드러운 연합동작이 필요하다는 의견을 나타내었다. 따라서 추후 태권도 자유품새의 발전과 장년부 종목의 성공적인 대회를 위해서 태권도 고유 동작들의 계승과 화려한 추구는 품새가 아닌 태권도 기술의 장이 될 수 있는 동작표현에 대한 다각적인 연구를 통해 장년부 선수에 맞는 채점기준과 필수동작에 대한 지속적인 노력이 필요할 것으로 사료된다.

주제어 : 태권도, 품새, 자유품새, 태권도 장년부, 품새 채점

* 본 연구는 동아대학교 연구지원비에 의해 연구되었음

** sports4@dau.ac.kr

I. 서 론

태권도 품새는 공격과 방어의 기술을 정형화된 형식에 맞추어 혼자서도 반복 연습할 수 있도록 구성된 수련체계로(남승우, 2007) 수련 과정으로는 태극 1장부터 8장까지의 유급자 품새와 고려부터 일여까지 9개의 유단자 품새 총 17개의 공인 품새가 제정되었으며(이경명, 이송학, 서민학, 2008), 이러한 공인 품새로 경기가 이루어지는 종목을 공인품새 종목이라 하며, 기존 공인품새 종목에서 기술의 단조로움과 지루함 그리고 변별력에 대한 개선을 위해 자유품새 종목이 도입되어(류시현, 류지선, 박상균, 윤석훈, 2013) 품새의 다양한 기술개발과 영역 확대를 위해 제시되었다.

또한, 기존의 공인품새 종목과 달리 태권도 기술을 바탕으로 동작과 음악이 함께 어우러진 품새로 참가 선수들이 자유롭게 연무선을 구상하여 표현할 수 있으며, 발기술 60%, 손기술 40% 비율로 공격과 방어기술을 자유롭게 표현하도록 하였으며, 음악, 및 안무 또한 자율성에 중점을 두고 있다(대한태권도협회, 2022).

자유 품새의 채점 기준을 살펴보면 기술력(6.0)과 연출성(4.0)으로 분류되며, 기술력에 해당하는 항목은 발차기 난이도와 기본동작 및 실용성으로 구분 되어지고 있으며, 이 중 발차기 난이도는 5.0을 차지하여 자유 품새에서 가장 비중이 큰 요소라 할 수 있다(그림 1). 그러나 현재의 발차기 난이도는 기존 태권도의 기본 발차기가 아닌 전부 응용 발차기와 아크로바틱 동작으로 구성되어 이로 인해 난이도 구성과 기술력, 연출적인 부분 및 경기규칙의 문제로 현재까지 장년부의 참가가 힘든 실정이다(대한태권도협회, 2022).

본 연구에 앞서 하명진, 서동균, 강형숙(2022)의 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안 연구를 통해 장년부 도입 참가를 환영하지만 기술력의 난이도 조절이 꼭 필요하다는 연구결과를 나타내었기에 기존 자유품새 경기의 기술적, 제도적 문제를 극복하고 다양한 선수층을 확보하고 변화를 추구해야 하는 시점에서 태권

도 자유품새 장년부 도입을 위한 기술력 부분의 난이도 및 채점항목의 변경은 필수적인 과제로 나타났다.

자유품새 - 채점표(컷오프)

코 트 : A, B, C, D, E, 경기번호 : _____

심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 심판명 : _____ 심판번호 : _____

항목	세부기준 항목	배 점										점수
기술력 (6.0)	뛰어 옆차기(원높이)	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	뛰어 앞차기(발차기수)	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	뛰어 발차기(회전각)	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	연속 발차기	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	아크로바틱 동작	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	기본동작 및 실용성	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
연출성 (4.0)	창의성	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	조화	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	기의 표현	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
	음악 및 구성	0.0	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
총 점												

그림 1. 자유품새 채점표(대한태권도협회, 2022)

현재 자유 품새 종목의 채점영역과 그 세부기준 항목을 살펴보면 기술력(6.0)에서 먼저 뛰어 옆차기(1.0)는 도약의 높이와 차기의 완성도에 따라 점수를 부여하고, 뛰어 앞차기(1.0)는 체공 시 찬 차기의 횟수와 정확도에 따라 점수를 부여하도록 하고 있다. 회전 발차기(1.0)는 뛰어 찬 회전각(180°, 360° 등)과 차기의 정확성에 따라 점수를 부여하고, 연속발차기(1.0)는 겨루기 형태의 스텝과 차기의 난이도와 정확성에 따라, 아크로바틱 동작(1.0)은 체조경기의 모든 아크로바틱 동작의 난이도에 따라 점수를 부여하고 있다. 하지만 구체적인 난이도 기술에 대한 기준 점수가 마련되어 있지 않으며(전민우, 2017) 장년부 이상의 선수들이 표현하기에는 무리가 따르는 태권도 동작이라고 볼 수 있다.

현재 자유품새에 대한 연구는 자유품새 경기 및 대회에 관한 연구(이승진, 전정우, 2017; 정현도, 2015), 자유품새 음악에 관한 연구(안근아, 2018), 운동강도 및 훈련방법에 관한 연구(류시현, 류지선, 박상균, 윤석훈, 2013; 서명원, 이정민, 송

종국, 전민우, 정현철, 2019; 안진영, 2019), 철학적 의미에 관한 연구(권혁정, 이정기, 2019), 구성방안 및 창작에 관한 연구(안진영, 안근아, 2019; 이동희, 전정우, 2016), 평가방법 및 경기규칙 개선방안(방인주, 안근아, 2019; 전민우, 2017) 등이 있으나, 대부분 선수와 지도자를 대상으로 한 연구로서 실질적으로 경기력과 기술력 그리고 선수층의 변화에 관한 연구는 매우 미흡한 실정이다.

자유품새 경기 활성화에 대한 선행연구에서는 강희창(2014) 동작의 난이도에 따른 차등점수 배점과 채점기준 세부항목 정립이 필요하다고 제시하였으며, 차기의 회전이나 높이의 난이도에 따른 채점의 가감이 이루어져야 하고(방인주, 안근아, 2019), 자유품새 경기의 경우 평가 기준과 애매모호한 경기규칙에 대한 명확한 규정이 만들어져야 할 것이라고 보고하였다(전민우, 2017).

그러므로 본 연구의 목적은 태권도 자유품새 종목 장년부 도입방안(하명진, 서동균, 강형숙, 2022)에 대한 후속연구로 선행연구의 결과를 바탕으로 태권도 발전 및 태권도장을 책임지고 있는 고단자 및 장년부 선수들에게 화려함 속에 태권도 본연의 가치 및 기술을 발연 할 수 있는 자유품새 종목 채점방안의 기준점을 제시하여 자유품새 장년부 도입 확정시 채점방안에 대한 변화, 기술력과 연출력의 변화, 기술력 세부기준 항목의 선정 기준안의 기초적인 틀을 마련하고자 한다.

II. 연구방법

본 연구는 태권도 자유품새 장년부 도입시 채점방안을 연구하고자 진행되었으며 선수, 지도자, 심판의 심층면담에 앞서 문헌고찰, 선행연구, 자유품새대회 참관 및 태권도 품새 전문가들의 의견을 수렴하여 면담내용을 확정하였다. 2022년 1월부터 6월까지 연구자가 직접 연구참여자를 방문하여 심층면담을 실시하였으며, 다각검증법을 이용하여 연구결과를 도출하였다.

1. 연구참여자

연구참여자의 선정은 질적 연구에서 사용되는 유목적표집을 통하여 현재 품새 경기에 관련 경험자로, 대한태권도협회 장년부 품새 선수로 활동하고 있는 우수 선수(전국대회 입상자) 3인, 품새 종목 국가대표 배출 경험이 있는 지도자 3인, 그리고 10년 이상의 심판 경험이 있는 대한태권도협회 품새 상임심판 3인, 총 9명을 연구참여자로 선정하였다. 연구참여자들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

배경변인		인원	배경변인		인원
성별	남	9명	연령	50대 60대	5명 4명
현단	7단	3명	참여구성	지도자	3명
	8단	4명		선수	3명
	9단	2명		심판	3명

2. 조사도구

태권도 자유품새 장년부 채점방안에 대한 연구결과를 도출하기 위하여 9명의 연구참여자에게 현재 품새대회의 경험을 토대로 자유품새 장년부 채점방안에 대한 변화 및 발전방안을 모색하기 위하여 질문 순서에 따라 반구조화된 심층면담을 실시하였다. 연구 과정에서 신뢰도와 타당도를 확보하기 위해 품새 전문가와 교수, 본 연구자와 함께 지속적인 탐구를 통한 다각검증법을 실시하였고 심층면담 질문내용은 <표 2>와 같다.

표 2. 심층면담 질문내용

심층면담	질문
질문 1	자유품새에 장년부가 도입될 경우, 체점방안의 개정이 필요하다고 생각하십니까?
질문 2	자유품새에 장년부가 도입될 경우, 기술력(6.0)과 연출력(4.0) 중 어느 항목의 개정이 필요하다고 생각하십니까?
질문 3	자유품새에 장년부가 도입될 경우, 꼭 들어가야 할 필수동작들은 무엇이라고 생각하십니까?

3. 자료분석

연구참여자들의 심층면담을 통해 수집된 자료는 연구결과를 작성하기 위하여 면담내용의 의미를 분석하여 질문별 귀납적분석을 실시하였다. 또한, 녹취록 작성 후 내적타당도를 확보하기 위해 수집된 자료와 연구결과 간의 인과관계를 분석 수행하였으며, 외적타당도를 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 선정은 연구목적에 맞는 참가자를 대상으로 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 장년부 자유품새 도입시 채점방안에 관한 연구로 연구참여자들의 전문가적 지식과 경험을 토대로 심층면담을 통하여 실시하였으며, 수집된 자료는 귀납적 분석을 통해 다음과 같은 결과를 얻을 수 있었다.

1. 채점방안 개정에 대한 연구결과

태권도 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 채점방안 개정에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 자유품새 장년부의 참가를 위해서는 채점방안의 변화가 필요하다고 생각합니다. 장년부의 상해 예방과 많은 선수층을 보유하기 위해서는 아크로바틱 동작이나 난이도 높은 회전발차기는 부담이 되는 것이 사실입니다. 손기술 위주의 채점 항목의 변화가 필요하리라 생각합니다.

BBB : 현재 경기규칙은 40대까지는 가능하나 그 이상의 연령대에는 발차기 난이도 조절(높이 조절)이 필요할 것으로 판단됩니다. 기존의 경기규칙을 바꾸는 것이 힘들 것으로 판단되어 반대하지만, 사실 60대 이상의 선수들이 기존 5가지 발차기를 모두 표현하기에는 무리가 있으며 이 틀을 유지한다면 장년부 선수들의 자유품새 참가는 사실상 힘들 것으로 생각합니다. 60대 선수들을 위해서는 발차기 동작과 난이도 조절은 필요하다면 거기에 맞는 채점의 변화를 주는 것은 시도해 볼 수 있는 일이라 생각합니다.

CCC : 상해 예방과 기술의 완성도를 높이기 위해 기술의 난이도를 낮추고 채점 항목을 변경하는 것이 바람직하다고 생각합니다.

DDD : 지금의 채점기준을 적용하면 자유품새 장년부 출전은 힘들 것으로 판단됩니다. 아크로바틱 동작은 장년부들의 수련환경에서 배재되어 온 부분이고 회전발차기의 회전수, 뛰어 옆차기의 높이 등은 단시간에 습득할 수 있는 동작이 아닙니다. 장년부 선수들이 해왔던 동작들을 재구성해서 완성도를 높이는 쪽으로의 채점항목이 변경된다면 장년부 품새 선수들에게 또 다른 도전 정신을 심어 줄 수 있을 것으로 생각합니다.

EEE : 현재 자유품새 채점방안으로는 장년부 선수들이 표현 해내기가 어렵습니다. 발차기 동작을 많이 표현해내어야 하기에 장년부 선수들에게는 벽찬 부분이 있기에 채점항목의 변화를 지지하며 모든 발차기 항목의 수정은 힘들기에 2, 3가지 동작으로 축소하고 손기술과 연합동작을 표현할 수 있도록 변경하는 것이 좋을 듯 합니다.

FFF : 무조건 해야합니다. 40대 이상이 완성도를 표현할 수 없는 채점 규정입니다. 이 규정은 세계연맹 규정이기에 바꿀 수 없지만 장년부 도입을 위해서는 변화를 주어야 한다고 생각합니다. 많은 지도자들이 공감하는 부분이며 엘리트 체육을 떠나서 생활체육 활성화를 위해서도 자유품새 장년부는 더욱 채점방안의 변화가 필요하다고 생각합니다.

GGG : 현재 채점규정으로는 장년부들이 시행하기에는 완성도가 떨어지는 측면이 있기에 난이도 조절이 필요할 것으로 생각합니다. 아크로바틱 동작은 장년부들에게 큰 부담감을 초래할 것이며, 다른 발차기 항목은 높이와 회전수, 차기 횟수 등을 조절한다면 가능은 하겠지만 이 역시 태권도 고단자들의 발차기 기술의 완성도를 보여주기에 부족하리라 생각합니다.

HHH : 화려한 발치기만을 강조하고 있는 현 자유품새 채점방안은 젊은 선수들

에게도 태권도가 아닌 체조 경연장으로 변질되어 가고 있는 추세입니다. 이에 장년부 선수들에게 화려한 발차기 규정을 계속 가져가는 것은 태권도 고유의 기술의 장이 아니라고 생각되어집니다. 이에 태권도 고단자 품새에 나오는 손 기술과 동작들을 접목하여 채점항목을 변경한 후 품새 고유의 속도와 힘, 강 유, 완급, 리듬, 기의 표현을 나타낼 수 있도록 채점 항목의 수정이 필요하다고 생각됩니다.

Ⅲ : 자유품새 장년부가 도입되기 위해서는 당연히 변형을 해야한다고 생각합니다. 왜냐하면 신체 구조적인 면에서 장년부들이 꾸준히 해왔던 동작들은 가 능하지만, 당장 장년부가 아크로바틱이나 기타 발차기를 얼굴까지 소화하기에는 무리가 따르는 것으로 판단되기에 발차기 기술의 높이 조절이나 손기술의 도입이 필요할 것으로 판단됩니다. 그리고 기존의 채점항목을 유지한다면 완성도가 떨어지면서서 상해를 일으킬 수 있는 요인이 되리라 생각합니다.

연구결과를 살펴보면 9명의 연구참여자 중 8명이 채점방안의 변화에 찬성하는 것으로 나타났고 1명의 연구참여자는 장년부 중 40대는 기존의 채점방안도 가능 하지만 60대 이상은 난이도의 조절이 필요하다는 의견을 나타내었다. 연구참여자 들의 연구결과는 <표 3>과 같다.

표 3. 채점방안 변화에 대한 결과

성명	찬, 반	의견
AAA	찬성	아크로바틱과 높은 회전발차기는 부담됨
BBB	반대	완성도는 부족하지만, 현재 채점방법으로도 가능함
CCC	찬성	상해예방과 기술의 완성도를 높이기 위해 변경 필요
DDD	찬성	장년부가 오랜시간 수련해 온 완성도 높은 동작으로 재구성
EEE	찬성	발차기 항목 조정 및 손기술 및 연합동작 채점 항목 필요
FFF	찬성	장년부가 표현할 수 없는 발차기 동작으로 구성되어 있음
GGG	찬성	완성도를 높일 수 있는 발차기 동작으로 난이도 조절 필요
HHH	찬성	고단자 품새에 나오는 동작을 활용하여 완성도를 높임
III	찬성	발차기 난이도 조절을 통하여 완성도를 높임

따라서, 태권도 자유품새 장년부 도입시 채점항목의 변화가 필요하다는 의견이 지배적이었으며, 현재의 채점 기준으로는 장년부 선수들의 완성도 높은 자유품새의 표현이 어려울 것 같다는 의견이 다수를 차지하였다.

또한, 기존 발차기 동작으로 이루어진 기술력에 대한 항목 수정과 손기술, 기본 동작, 연합동작 등으로의 채점항목 변경을 요구하고 있으며, 태권도 기술의 정수를 보여 줄 수 있는 장년부에 맞는 채점항목이 도입되어야 한다는 의견을 제시하였다. 이는 방인주, 안근아(2020)의 태권도 자유품새 채점항목의 개선방안에 대한 연구와 일치하며, 김대영(2019)과 장한별(2021)의 연구에서 기존 자유품새 연령층에서도 채점항목에 대한 변경과 수정이 필요하다는 의견을 나타내어 본 연구를 지지하고 있다. 이에, 본 연구에 주체인 장년부 선수들에게는 한시라도 빠른 채점방안의 개정이 필요할 것으로 판단된다.

2. 변화가 필요한 채점항목

태권도 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 변화가 필요한 채점항목에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 자유품새의 채점기준에 60%를 차지하는 기술력 항목에서 발차기 난이도 조절이 선행되어야 할 것으로 생각합니다.

BBB : 변화를 주고자 한다면 기술력의 발차기 부분의 개선이 필요할 것으로 판단됩니다. 40대, 50대, 60대 선수들에 맞는 발차기 난이도 조절을 통해서 기술력의 채점방안을 찾아가는 것도 좋은 시도라 생각합니다.

CCC : 발차기 항목의 기술력 부분의 채점항목의 변경이 필요하다고 생각되며 아크로바틱 동작은 장년부에 맞지 않기에 장년부에 맞는 필수동작의 개발이 도입이 시도되어야 할 것으로 생각합니다.

DDD : 기술력 항목의 조정이 꼭 이루어져야 한다고 생각합니다. 연출력도 중요한 요소이지만 장년부에 맞는 음악과 동작을 구성하면 그리 어려움이 없을 것으로 판단되며, 반면에 기술력은 세부항목의 발차기 동작 5가지 중 3가지 정도는 장년부에 맞는 동작으로의 변화를 주면 좋을 것 같습니다.

EEE : 60대 선수들이 기존 항목의 발차기를 해내기가 쉽지 않습니다. 그래서 기술력 부분의 채점변화가 필요할 것으로 생각합니다. 발차기 동작이 많이 들어가는 것 자체가 부담이며 상해 예방을 위해서도 기술력 항목의 수정은 필요하리라 생각합니다.

FFF : 모든 지도자들이 현재 자유품새 채점방안에서 기술력 항목의 변경을 공

감하고 있습니다. 장년부 자유품새는 더욱 그렇다고 생각합니다.

GGG : 저는 전체적인 항목 조절이 필요할 것으로 생각합니다. 기술력 항목의 난이도 조절과 필수 발차기동작 5가지를 조금 줄이고 연출력 부분의 배점을 높여 태권도 고유의 동작들이 표현될 수 있도록 수정 보완하면 장년부들의 힘과 기술을 볼 수 있는 자유품새가 되리라 생각합니다.

HHH : 난이도 조절이 필수적으로 선행되어야 하기에 기술력 부분의 배점과 발차기 필수동작의 조정이 필요하리라 생각합니다. 장년부에 맞는 발차기 동작으로의 변경과 기본동작과 손기술의 배점을 높이는 것이 진정한 태권도 품새를 보여 줄 수 있을 것으로 판단됩니다.

III: 발차기 난이도의 변화가 필요합니다. 즉 기술력 항목의 변화가 되겠습니다. 지금까지 유소년 중심에서 청, 장년층 선수들의 활성화를 위해서도 기술력 항목의 변화가 시도되어야 하며, 채점항목으로는 호신술, 손기술 등의 도입이 필요할 것으로 판단됩니다.

연구결과를 살펴보면 전체 참가자가 기술력 채점항목의 개선을 지지하고 있으며 특별히 장년부에 맞는 발차기 난이도 조절 및 항목 개선 및 축소에 대한 의견이 대다수를 차지하였다. 연구참여자들의 연구결과는 <표 4>와 같다.

표 4. 변화가 필요한 채점항목

성명	변경항목	의견
AAA	기술력 항목	발차기 난이도 조절이 필요
BBB	기술력 항목	발차기 항목의 개선
CCC	기술력 항목	아크로바틱 동작 제외 및 필수동작 추가 필요
DDD	기술력 항목	발차기 항목 축소와 필수동작의 개선 필요
EEE	기술력 항목	발차기 항목이 많아 도전 자체를 힘들어함
FFF	기술력 항목	모든 지도자들이 공감, 상해 부상 방지에 필수
GGG	모든 항목 수정	기술력 배점 축소와 연출성 배점 확대
HHH	기술력 항목	발차기 난이도 조절 및 기술력 배점 축소
III	기술력 항목	발차기 항목을 태권도 동작으로 수정 보완

따라서, 자유품새가 발전하고 장년부 선수들의 많은 참가를 위해서는 채점방안의 개정과 채점항목 중 기술력 항목의 수정이 필요할 것으로 판단되며 장년부 선수들의 수행 가능한 동작들의 구성과 완성도를 높일 수 있는 다각적인 연구가 필요할 것으로 판단된다.

자유품새 채점방안에 대한 방인주, 안근아(2020)의 연구에서도 채점항목 중 기술력 항목의 수정을 요구하고 있으며, 정현도(2015)의 자유품새 활성화의 연구에서도 채점기준의 세부항목의 정립이 필요하다는 의견을 나타내었다. 이는 발차기 동작과 아크로바틱 동작에 대한 다양한 변화를 주장하고 있으며, 김대영(2019)의 연구에서도 기술력에 대한 수정을 요구하며 본 연구를 지지하고 있다.

이는, 현재 시행되고 있는 자유품새 종목에 대한 경기규칙이 장년부 선수들이 표현하고 수행하기에는 기술력 항목 중 발차기 동작 표현이 너무 많은 비중을 차지하고 있으며, 완성도와 표현력을 높이는데도 부담으로 작용하기에 기술력 항목의 변경을 요구하는 것으로 나타났다.

그러므로 태권도 자유품새의 발전과 장년부 자유품새 종목의 도입을 위해서는 기술력 항목의 수정은 꼭 필요한 과제라 판단되며 더 나아가 기술력 항목에 대한 성별, 연령별, 입상실적, 생활체육 경기 등에 접목할 수 있는 다양한 채점방안 대한 연구도 필요할 것으로 판단된다.

3. 장년부에 맞는 필수동작에 대한 의견

태권도 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 기술력 채점항목에 꼭 들어가야 할 필수동작에 대한 연구참여자들의 심층면담 결과는 다음과 같다.

AAA : 발차기의 높이를 조절하고 기본동작, 특수동작을 필수동작으로 하고 5초, 8초 동작을 표현하는 것도 좋을 것 같다. 아니면 역으로 간단하면서 기술의 완성도를 보여줄 수 있는 동작을 통해 표현의 완성도를 높이는 것이 중요할 것으로 판단되면 꼭 들어 가야하는 동작으로는 등척성 운동을 포함하는 것이 좋을 것이고 60대 이상 선수들은 기술 표현이 무리가 안가는 선에서 발차기 동작의 높이 조절이 필요하리라 생각됩니다.

BBB : 기존의 경기규칙에서 발차기의 난이도와 높이만 조절하여 실시하면 충분하리라 생각되지만, 60대 이상의 선수들은 발차기 동작의 축소와 손기술 동작 즉, 등척성 운동으로 이루어진 동작과 특수 동작 항목의 추가는 긍정적으로 생각해 볼 필요가 있을 것으로 판단되어 집니다.

CCC : 태권도 동작 표현을 조금 넓히는 방법으로 채점항목을 변경하는 것이 좋을듯합니다. 기술력 60점 중에 발차기 동작이 50점을 가져간다면 태권도의 기술 표현에 대한 평가가 너무 낮아질 수 있기에 기본동작의 표현방법에 따른 배점 항목의 보완이 필요할 것으로 생각됩니다.

DDD : 기술력 항목의 5가지 발차기 요소를 2개에서 3개 정도로 줄이는 시도가 필요할 것으로 생각되며 여기에 연속 기본동작 시연 또는 등척성 운동을 이용한 기술 표현 항목을 신설하는 것이 좋을 것 같습니다.

EEE : 공인품새에 특수 동작들이 가미 되어야 할 것으로 생각됩니다. 천권 품

새의 뒤돌아 표적차기도 60대 선수들에게는 완성도의 부족함을 느낄 수 있습니다. 그래서 체점항목에 손기술 동작의 확대와 기본동작의 연속성을 평가항목으로 넣는 것도 좋은 의견이라 생각되며 아니면 기본동작을 몇 동작 이상의 무작위로 시행해야 된다는 규정을 넣는 것도 좋을 듯 합니다.

FFF : 무조건 해야합니다. 사고와 부상이 정말 많이 발생하고 있고 장년부가 도입된다면 더욱 그렇다고 생각합니다. 타 무술 선수들이 오래 건강하게 선수 생활 하는 것은 부드러운 동작들로 인해 건강하고 오래 할 수 있는 동작 표현이 먼저이기 때문입니다. 발차기의 높이를 낮추고 항목을 줄인 후 부드러운 동작 표현을 많이 해야 장년부 선수들에게도 도움이 될 듯 합니다.

GGG : 지금의 발차기 체점항목도 가능한 하겠지만, 완성도를 봤을 때는 한 두 가지 항목 수정이 필요하리라 생각합니다. 발차기 항목을 3개 정도로 줄이고 기본동작 및 서기 자세, 특수동작들의 항목 배점을 높여줌으로서 발차기의 화려함을 강조하는 품새가 아닌 기본동작과 손동작의 절도있는 막기, 치기, 지르기 동작을 통한 태권도 고유의 기술을 보여줄 수 있을 것으로 생각합니다.

HHH : 자유폼새의 서기자세와 주춤서기에 대한 반영이 더 많아져야 할 것으로 판단됩니다. 그리고 손기술의 연속성과 고단자 품새에 나오는 특수 동작들을 접목해서 나아가는 것이 필요할 것으로 생각되며 장년부가 할 수 있는 발차기는 살리는데 완성도를 높일 수 있도록 난이도 조절 또한 필요하리라 생각합니다.

III : 품새에 나오는 손동작 천권, 한수, 일여 고단자 품새 동작을 도입해서 기술 점수를 추가하고 발차기도 두 가지 정도는 변형해서 유지하는 것과 높이 조절도 조금 필요할 것으로 판단됩니다. 장년부는 겨루기 발차기의 완성도는 훨씬 좋을 것으로 판단되며, 8초 동작, 5초 동작 일여 품새의 옆차기 동작 같은 기술의 삽입은 좋은 시도라 생각할 수 있을 것으로 생각합니다.

연구참여자의 심층면담을 통한 연구결과, 먼저 필수 동작으로 현재 발차기 동작의 항목이 축소되고 난이도가 조절하여야 한다는 의견이 대다수를 차지하였으며, 발차기의 높이 조절에 대한 필요성도 제시되었다. 그리고 태권도 기술을 표현할 수 있는 손기술 동작과 고단자 품새에 나오는 특수 동작들을 삽입하여 태권도 본연의 기술체계인 강하고 부드러운 동작 표현을 강조하였다. 연구참여자들의 연구결과는 <표 5>와 같다.

표 5. 필수동작에 대한 의견

성명	의견
AAA	발차기 높이 조절과 필수 동작, 특수 동작 확대
BBB	손기술의 확대와 등척성 운동 동작 추가 필요
CCC	태권도 기술표현 방법에 대한 배점 변경 필요
DDD	발차기 항목 축소와 기술 표현 항목 추가 구성
EEE	공인품새 동작 감미, 손기술, 기본동작 확대
FFF	발차기 높이조절 및 항목 축소, 부드러운 동작 삽입
GGG	한 두가지 기술력 항목의 수정 보완이 필요
HHH	기본동작의 반영 비율 확대 및 발차기 난이도 조절
III	발차기 항목 축소 및 고단자 특수 동작 추가

이는 타 무도의 부드러운 동작들이 장년부 선수들의 건강과 상해 예방을 위해서 필요하다는 과학적 근거를 뒷받침하고 있으며 강유, 완급, 리듬을 살릴 수 있는 동작과 등척성 운동을 표현하는 태권도 동작도 좋은 대안이 될 수 있다고 하였다. 전민우(2017)의 연구에서도 실전성을 표현하는 동작 삽입과 손기술 차기 기술의 수정을 요구하고 있기에 본 연구를 지지하며 송선영, 임신자(2020)의 연구에서도 자유품새의 발전을 위해서 규정 개선을 얘기하며 손기술 동작 표현과 발차기 기술의 제한, 등척성 운동을 통한 조화가 필요하다는 의견을 나타내어 본 연구와 같은 결과를 나타내었다.

따라서, 자유품새 장년부 도입을 위한 필수 동작으로는 먼저 발차기 항목의 축소 및 개선 그리고 태권도 본연의 기술 체계의 삽입이 필요하다는 의견이 대다

수를 차지하였다. 이에, 자유품새 기술력 항목 중 발차기 세부항목의 수정과 장년부의 강하고 부드러운 자유품새 시연을 위한 필수 동작을 찾고 개발하는 다양한 연구들이 앞으로도 계속해서 이루어져야 할 것으로 사료된다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 자유품새에 장년부가 도입될 경우 채점방안에 관한 연구로 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 채점방안의 변화가 필요하다고 생각하십니까? 라는 심층면담 결과, 9명 중 8명이 변화가 필요하다는 결론을 나타내었다.

둘째, 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 기술력(6.0)과 연출력(4.0) 중 어느 항목의 변화가 필요하다고 생각하십니까? 라는 심층면담 결과, 모든 참가자가 기술력 채점항목의 변화가 필요하다는 결론을 나타내었으며, 한 명의 연구참가자는 기술력과 연출력 배점의 변화도 같이 고민할 필요가 있다고 응답하였다.

셋째, 자유품새에 장년부가 도입될 경우, 꼭 들어가야 할 필수 동작들은 무엇이라고 생각하십니까? 라는 심층면담 결과, 발차기 항목의 축소와 난이도 조절 및 높이에 대한 수정이 필요하다는 결론과 손기술 및 특수 동작과 같은 태권도 본연의 동작이 필수항목으로 들어가야 한다는 의견이 과반수이상 나타났다.

따라서, 추후 후속 연구에서는 자유품새 장년부 도입시 채점항목에 대한 전체적인 수정 및 보완 작업이 시행되어야 할 것으로 판단된다. 그리고 세계태권도연맹과 대한태권도협회의 유기적인 협업을 통해서 자유품새 장년부 선수들의 활성화와 생활체육으로의 활성화도 유도하여 장년층 누구나 즐길 수 있는 자유품새 종목이 되도록 채점방안에 대한 계속적인 연구가 심도있게 이루어져야 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.
- 김대영(2019). **태권도 자유품새 경기의 문제점에 대한 연구**. 미간행 석사학위논문, 조선대학교 교육대학원.
- 대한태권도협회(2022). **2022 태권도 품새 경기규칙**. 서울: 대한태권도협회.
- 류시현, 류지선, 박상균, 윤석훈(2013). 태권도 품새 우수·비 우수선수 간 학다리 서기의 균형성 비교. **한국역학회지**, 22(1), 55-63.
- 류시현(2020). 태권도 자유품새에 적응하기 위한 뛰어 앞차기 착지 동작의 상해 예방 전략. **한국운동역학회지**, 30(1), 37-49.
- 방인주(2020). 태권도 자유 품새 회전발차기의 채점방안에 관한 연구. **한국스포츠학회지**, 18(3), 941-949.
- 방인주, 안근아(2020). 태권도 자유 품새 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 자유 품새 경기력 향상을 위한 훈련 방안 탐색. **무예연구**, 13(3), 241-258.
- 안진영, 안근아(2019). 태권도 자유 품새 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.
- 장한별(2021). **태권도자유품새평가 기준의 개선방안 탐색 : - 기계체조 마루 종목과 비교를 중심으로 -**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원.
- 전민우(2017). 태권도 자유 품새 평가방법 개선을 위한 기초 연구. **국기원태권도연구**, 8(4), 379-400.
- 정현도(2015). 태권도 자유 품새 경기의 활성화 방안. **세계태권도문화학회지**, 11, 55-67.
- 하명진, 강형숙, 서동균(2022). 태권도 자유품새 종목 장년부 도입 방안 연구. **무예연구**, 16(3), 19-39.

ABSTRACT

A Study on the Scoring Method for Taekwondo Free Poomsae for Seniors

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

This study is a study on the scoring method when the free poomsae senior team is introduced, and it is intended to present basic data on the revision of the scoring items so that the senior players can express and compose the taekwondo poomsae in the most stylish way. Nine experts in Taekwondo poomsae events (athletes, coaches, referees) were selected as the study participants and the following conclusions were obtained. First, as a result of an in-depth interview on the revision of scoring items when Taekwondo Free Poomsae was introduced, 8 out of 9 study participants agreed. However, one participant who objected also expressed an opinion in favor of the need for players over 60. Second, as a result of an in-depth interview on the scoring items that need to be changed when introducing the Taekwondo Free Poomsae Senior Club, all participants expressed the opinion that the technical scoring items need to be revised. Third, when the Taekwondo Free Poomsae Division is introduced, as a result of the in-depth interview on the essential movements to be included in the skill scoring items, the majority of opinions were that it is necessary to reduce the items and adjust the difficulty of the kicking movements that are currently being implemented. Therefore, for the future development of Taekwondo free poomsae and successful competitions in adult sports, multifaceted research on movement expression that can be a place for Taekwondo technique, not poomsae, which pursues only splendor and succession of Taekwondo's unique movements, should be continuously conducted.

Key words: Taekwondo, Poomsae, Free Poomsae, Taekwondo Seniors, Poomsae Scoring

논문투고일 : 2022.09.28.

심사일 : 2022.10.25.

심사완료일 : 2022.11.19.