

재미있는 교육, 철저한 수련생 관리 요구

태권도장을 살리는 방안 조사

수련생 22.2% 감소, 교육내용 재미없다가 중단 이유

대한태권도협회는 IMF파로 수련생 감소의 어려움을 겪고 있는 일선 태권도장의 실태를 정확히 파악, 위기 상황을 타개하고 태권도 수련인구 확대를 위한 활성화 방안을 마련하기 위해 전국의 태권도장에 대한 실태조사를 실시했다.

전문 조사기관인 코리아리서치에 의뢰해 실시된 이번 조사는 지난 3월 24일~4월 6일까지 전국의 태권도 관장, 수련생 학부모, 비수련생 학부모, 수련생, 비수련생 등 총 71명을 대상으로 이루어졌다.

이번 조사 결과 수련생은 1년전에 비해 22.2%가 감소된 것으로 밝혀졌고 감소 이유로는 IMF로 인한 가계소득 감소 외에 수련중단 의사를 가진 수련생들이 '교육내용이 재미가 없다'는 점을 이유로 들고 있어 앞으로 수련인구 활성화를 위해서는 태권도 이외에 줄넘기, 체조 등 보조운동, 호신술, 격파 등 관련기술, 닭싸

움, 수건돌리기게임 등 레크리에이션, 뽀름, 높이뛰기 등 학교에서 하고있는 체육을 적극적으로 실시해 재미있는 태권도 교육이 되도록 프로그램을 개선하는 것이 급선무인 것으로 드러났다.

또한 철저한 수련생 관리와 가정통신문, 전화상담은 물론 학부모 참관수업, 도장관리 컴퓨터 프로그램 등을 통해 학부모 관리를 잘해온 도장이 IMF한파에도 불구하고 수련생 수가 오히려 증가했거나 감소율이 다른 도장에 비해 적은 것으로 나타나 수련생 관리를 통한 학부모 만족도를 높이는 것이 최우선 과제로 떠올랐다.

한편 앞으로 자녀를 태권도장에 보낼 의사가 있는 잠재고객 비율이 71%에 달해 태권도의 전망이 밝다는 결론을 얻을 수 있었다.

교육 프로그램 개선 방향

수련생의 흥미를 유발할 수 있는 다양한 프로그램 실시필요

태권도 외에 레크리에이션, 학교체육, 보조운동 프로그램 등 적극 도입

조사결과에 따르면 1년전인 97년 3월 대비 수련생 감소율이 전체평균 22.2%로 나타났다.

▲ 전년 동기 대비 태권도 수련생 감소율

%		시례수	30명이상 감소	21~30명 감소	1~20명 감소	변화 없음	증가	평균 감소율
전	체	100	24.0	26.0	31.0	7.0	11.0	22.2
수련생 수별	50명 이하(하)	31	16.1	25.8	32.3	16.1	9.7	31.8
	51~100명 미만(중)	39	28.2	23.1	33.3	-	15.4	22.1
	100명 이상(상)	29	27.6	31.0	27.6	6.9	6.9	18.0

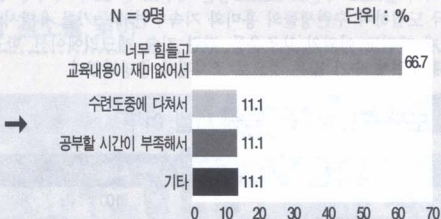
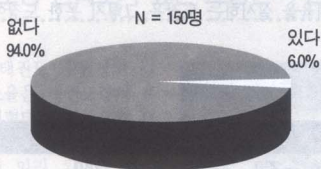
많은 수(77.0%)의 관장들이 수련생 감소이유를 IMF로 인한 가계소득 감소를 가장 큰 이유로 생각하고 있으나, 수련중단 의사를 가진 수련생들은 '교육내용이 재미가 없다'는 것을 수련중단 이유로 들고 있어 대조

태권도장 활성화 방안 마련을 위한 조사

를 보이고 있다.

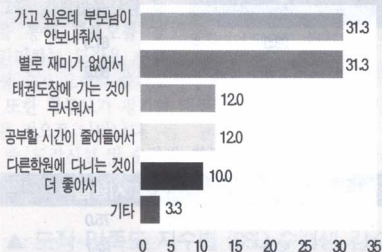
태권도 수련생들 중 태권도장을 그만둘 생각이 있다는 수련생은 6%에 불과했는데 이들의 주요 이탈원인은 너무 힘들고 교육내용이 재미없어서 (66.7%)이라고 이유를 밝혔다. (표-수련생 : 이탈의사 및 이유)

▲ 이탈 의사 및 이유



태권도를 수련하지 않는 비수련생의 경우 42.7%가 태권도장에 가고 싶다고 응답했으며, 현재 태권도장에 가지 않는 이유로 "별로 재미가 없어서" (31.3%)를 가장 높게 꼽고 있다. (표-비수련생 : 도장을 다니지 않는 이유)

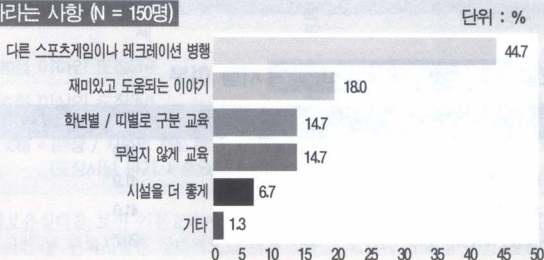
▲ 도장을 다니지 않는 이유



▲신나는 달싸울 시간. 요즘 태권도장에서는 태권도외에 재미있는 게임을 통해 신체단련과 질서의식을 가르치는 곳이 많다.

도장에서 태권도를 수련하고 있는 수련생들도 관장에 대한 요구사항으로 "다른 스포츠 게임이나 레크리에이션도 함께 했으면 좋겠다(44.7%)는 응답이 가장 높게 나타났다. (표-수련생 : 지도자에게 바라는 사항)

▲ 지도자에게 바라는 사항 (N = 150명)



리서치 결과

위에서 살펴본 바와 같이 현재 태권도를 배우고 있는 수련생이 태권도를 그만 두고 싶어하는 이유나 비수련자가 현재 태권도장에 가지 않는 이유가 모두 "태권도가 재미없다"는 것으로 나타났으며 수련생들은 태권도 수련시간에 다른 스포츠게임이나 레크리에이션을 함께 해 재미있는 태권도 시간이 되길 기대하는 것으로 드러났다.

따라서 앞으로 태권도 프로그램은 태권도 본 교육 이외에 레크리에이션, 학교체육 등 보조운동 프로그램을 적극 도입하여 수련생들의 흥미와 지속수련의 동기를 유발시키는 방향으로 개선되어야 할 것이다.

현재 태권도 이외의 보조운동, 관련 기술, 레크리에이션, 학교체육을 실시하는 도장은 그렇지 못한 도장에 비해 수련생 수가 많은 것으로 조사결과 증명되었다.

▲ 도장 규모별 보조운동 시행 여부

Base : 관장	사례수	않음	시행함
전체	100	22.0	78.0
하(수련생 50명 이하)	31	29.0	71.0
중(수련생 51~100명)	39	23.1	76.9
상(수련생 100명 이상)	29	13.8	86.2

▲ 도장 규모별 레크리에이션 시행 여부

Base : 관장	사례수	않음	시행함
전체	100	28.0	72.0
하(수련생 50명 이하)	31	29.0	71.0
중(수련생 51~100명)	39	38.5	61.5
상(수련생 100명 이상)	29	13.8	86.2

▲ 도장 규모별 학교체육 시행 여부

Base : 관장	사례수	않음	시행함
전체	100	25.0	75.0
하(수련생 50명 이하)	31	32.3	67.7
중(수련생 51~100명)	39	25.6	74.4
상(수련생 100명 이상)	29	17.2	82.8

▲ 도장 규모별 태권도 이외의 관련 기술 시행 여부

Base : 관장	사례수	않음	시행함
전체	100	35.0	65.0
하(수련생 50명 이하)	31	41.9	58.1
중(수련생 51~100명)	39	41.0	59.0
상(수련생 100명 이상)	29	20.7	79.3

태권도장 활성화 방안 마련을 위한 조사

태권도장에 대한 만족도 제고

수련생에 대한 관리능력 향상이 최우선 과제

도장 만족도가 높은 도장은 수련생 감소를 낮아

태권도 수련생의 감소율은 태권도장의 운영형태나 학부모의 태권도장에 대한 만족도에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다.

도장시설이 좋고 생활기록부, 면담기록부, 일일단위까지의 수련 계획표를 작성해 수련생을 관리하고 가정통신문, 전화상담은 물론이고 학부모 참관수업, 도장관리 컴퓨터 프로그램, 가정방문상담 등을 통해 학부모를 잘 관리하는 도장은 수련

생 수가 오히려 증가했거나 감소율이 다른 도장에 비해 적은 것으로 나타났다.

또한 학부모가 평가한 태권도장에 대한 만족도 지수가 높은 도장은 낮은 도장에 비해 수련생 감소율이 낮은 것으로 나타났다.

즉, 도장시설 및 수련생, 학부모에 대한 관리가 잘되고 있어 학부모의 만족도가 높은 도장은 상대적으로 수련생 감소율이 낮은 것으로 평가된다. (표-도장 만족도 지수별 수련생 감소율)



▲자녀의 태권도 수련모습도 보고 관장의 교육방침도 듣는 학부모 참관 수업모습.

▲ 도장 만족도 지수별 (CSL) 수련생 감소율

BASE	학부모×관장	사례수	감소율(%)
전	체	97	17.8
만족도 지수 70점 이하인 도장(하)		69	21.7
만족도 지수 71점 이상인 도장(상)		28	14.7

$$* \text{만족도 지수 (CSL)} = (\text{관장 / 사범의 자질 평가} \times \text{중요도}) + (\text{교육 프로그램 평가} \times \text{중요도}) + (\text{도장시설 평가} \times \text{중요도}) + (\text{수련생 관리 평가} \times \text{중요도})$$

일선 도장의 ▲시설보유실태를 보면 기본교육에 필요한 시설은 대부분 보유하고 있으나 컴퓨터, 안전시설, 휴게실, 놀이기구, 에어컨 등 편의시설은 상대적으로 적게 갖추고 있었다. 수련생 수가 많을수록 보유시설의

리서치 결과

수랑과 종류가 많은 것으로 나타났다.

▲수련생 관리서류 보유 비율을 보면 입관원서, 출석부는 거의 모든 도장에서 갖추고 있으나 생활기록부는 53.0%, 면담기록부는 56.0%가 보유하고 있는 것으로 드러났다. 수련생이 많은 도장일수록 면담기록부 보유비율이 69.0%로 상대적으로 높게 나타났다.

▲수련생 관리 제도에 있어서는 우수수련생 포상제도 89.0%, 정규적인 이벤트 75.0%, 품띠별 담임사범제도 37.0%, 개인별 지도사범제도를 36%가 실시하고 있는 것으로 나타났다.

관원 수가 많은 도장일수록 정규적인 이벤트 비율이 82.8%, 품띠별 담임사범제도 51.7%로 상대적으로 높게 나타난 것이 특징이다.

▲학부모 관리방법면에서는 가정통신문, 전화상담은 90% 내외가 실행하고 있으나 학부모 참관 수업, 컴퓨터 프로그램은 40%내외, 가정방문상담은 16.0%만이 실행하는 것으로 나타났다.

수련생이 많은 도장일수록 가정통신문 89.7%, 학부모 참관수업 48.3%, 전화상담 93.1%, 가정방문상담 17.2%, 컴퓨터 프로그램 52.2%로 학부모 관리를 모든 면에서 적극적으로 시행하고 있음을 알 수 있다.

▲수련계획표 작성면에서는 대부분 월간 / 주간 교육계획표는 작성하고 있으나, 일일계획표는 절반정도의 도장에서만 작성하고 있는 것으로 밝혀졌다. 수련생 수가 많은 도장일수록 월간 / 주간계획표 뿐만 아니라 일일계획표까지도 작성하고 있는 것으로 드러났다.

태권도장을 평가하는데 가장 중요한 요소는 수련생관리, 교육프로그램, 도장시설, 관장 / 사범의 자질을 들 수 있다.

조사결과 수련생 학부모의 태권도장 만족도에 가장 큰 영향을 미치는 요소는 『수련생 관리』로 나타났고 그 다음으로는 교육프로그램, 도장시설, 관장 / 사범의 자질 순으로 나타났다.

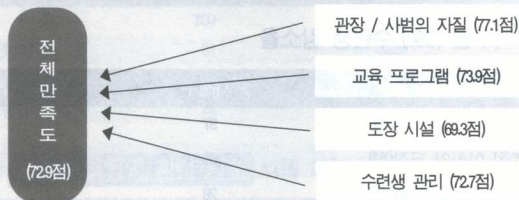
태권도장을 활성화시키기 위해서는 수련생 및 수련생 학부모의 태권도장에 대한 만족도를 높혀 수련생을 유지하고 확보해야 할 것이다.

태권도장 만족도를 높이기 위해서는 수련생 관리능력 향상이 최우선 과제인 것으로 드러났다.

일선 도장에서 수련생 관리능력을 제고하기 위해서는 일일단위까지 수련계획표를 작성해 적극적인 관리를 해야 할 것과 상담기록부, 생활기록부 등 수련생 관리 서류를 적극적으로 사용할 필요가 있다. 또한 가정통신문, 참관 수업, 도장관리 컴퓨터 프로그램을 도입하는 것이 바람직하다.

수련생 학부모의 태권도장에 대한 만족도 평가를 보면 100점 만점에 72.9점으로 비교적 높게 나타났고 이중 관장 / 사범의 자질에 대한 평가가 가장 높고(77.1점), 시설에 대한 평가가 가장 낮은 것(69.3점)으로 나타났다. (표-도장에 대한 수련생 학부모 만족도 지수)

▲ 도장에 대한 수련생 학부모 만족도 지수



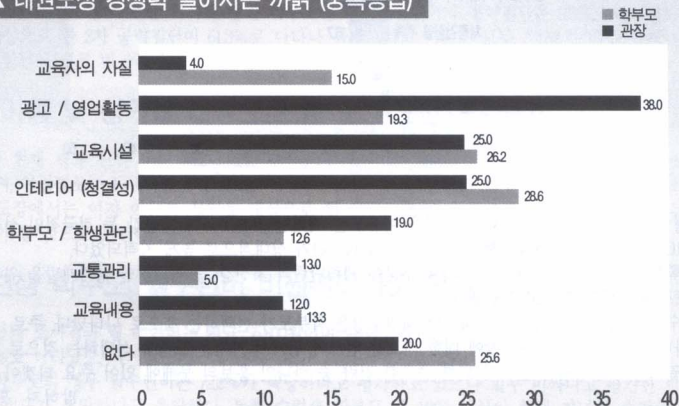
학부모들은 다른 학원이나 유사한 체육관과 비교해보았을 때 태권도장의 경쟁력이 앞선 것으로 교육내용(41.2%), 교통편리(34.9%), 교육자 자질(30.6%) 순이라고 대답한 반면 경쟁력이 떨어지는 부문으로 인테리어 / 청결성(28.6%)을 가장 많이 지적하였고, 그 다음으로는 교육시설(26.2%), 광고 / 영업활동(19.3%)순으로 꼽았다.

태권도장 활성화 방안 마련을 위한 조사

수련 후 자녀의 태도변화 여부에 대해서는 80%가 넘는 수련생 학부모가 태권도를 배운 후 자녀의 태도가 긍정적으로 변했다고 평가했으며 특히 좋아진 점으로는 체력, 자신감과 지도력이 강해졌다고 응답했다.

자녀의 좋아진 태도 중 “예의 바르게” 되고, “인내심이 강해졌다”는 응답률은 1년 이하 수련집단에 비해 1년 이상 수련한 집단에서 상대적으로 높게 나타남으로써 꾸준한 수련이 효과를 높여주는 것으로 나타났다. 그러나 태권도장에 자녀를 보내면서 운동 중 부상과 자녀의 피곤함, 성격이 산만해짐 등을 우려하고 있는 것으로 나타났다.

▲ 태권도장 경쟁력 떨어지는 까닭 (중복응답)



태권도의 홍보방향은 “심신수련을 통한 EQ 개발”

홍보대상은 화이트칼라 / 자영업, 월소득 195만원내의 중산층, 37세 주부

자녀를 태권도장에 보낼 의사가 있는 잠재고객 비율 71%에 달해

태권도장의 이미지를 수련생 학부모와 관장을 대상으로 알아본 결과 태권도장은 신체단련, 예의범절, 자신감과 같은 심신수련의 이미지가 강한 것으로 나타났다.

검도, 유도, 쿵푸 등 유사 도장의 경우도 태권도와 거의 이미지가 중첩되고 있으나 태권도는 어린이, 유사도장은 성인 이미지에 보다 가까운 것으로 나타났다.

속셈학원, 영어학원은 지식교육, 컴퓨터학원은 지능개발, 미술학원, 피아노학원은 감성, 창의력 발달에 이미지가 형성되어 있는 것으로 나타났다. 태권도장은 심신단련의 이미지가 강하나 미술, 피아노 등 예능학원을 제외하고는 EQ(Emotion Quotient 감성지수)개발의 이미지가 가장 강한 것으로 나타났다.

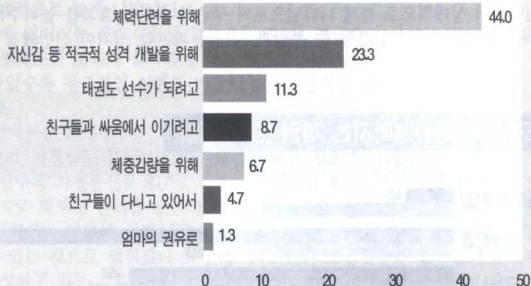
따라서 태권도장의 타 학원이나 유사체육관과의 차별화 이미지를 부각시키기 위한 홍보보슬로건으로 “심신단련을 통한 EQ 개발”이 가장 적절한 것으로 나타났다.

또한 수련생들이 태권도장에 입관하는 동기에 있어서도 “체력단련”(44.0%)과 “자신감 등 적극적 성격개발을 위해”(23.3%)가 상대적으로 높게 지적되었다. (표-태권도장 입관 동기)

리서치 결과

▲ 태권도장 입관 동기 (N = 150명)

단위 : %



비수련생이 앞으로 태권도장에 다니고 싶은 이유로는 체력단련(49.3%)과 자신감 등 적극적인 성격을 키우기 위해(16.0%), 친구들과 싸움에서 이기고 싶어서(14.0%)가 상대적으로 높게 지적되었다.

수련생 학부모를 대상으로 한 조사결과 대부분이 체력단련과 자신감 등 적극적인 성격개발을 위해서 자녀를 태권도장에 보내고 있다고 응답했다.

태권도 수련은 대부분 자녀가 요구하지만 태권도장은 학부모가 선택하는 것으로 나타났다. 주로 주위사람과의 대화나 간판을 보고 태권도장에 대한 정보를 얻으며 집에서 가까운 도장을 선택하는 것으로 나타났다.

한편 태권도장의 경쟁력을 높이기 위한 중요한 전략 중 하나인 홍보의 문제에 있어 주요 타겟이 조사결과 밝혀져 흥미를 끈다.



수련생 학부모의 특징은 아버지의 직업이 화이트칼라 및 자영업, 월평균 소득 195만원 내외의 중산층, 어머니의 평균 연령이 37세인 것으로 조사됐다. 수련생의 특징은 초등학교 3~4학년 남학생.

한편 현재 태권도를 수련하지 않는 비수련생의 학부모 중 태권도 수련 의사를 갖고 있는 잠재고객의 특징도 수련생 학부모와 유사한 특징을 보였다.

▲수련생들은 체력단련과 자신감 등 적극적인 성격을 키우기 위해 태권도를 배운다.

태권도장 활성화 방안 마련을 위한 조사

그동안 일선 도장에서는 주로 벽보나 신문간지, 전단광고, 구전광고, 현수막 광고를 시행하고 있으나 효과는 거의 없는 것으로 드러났다. 이웃이나 친구를 통한 구전광고나 태권도장 간판을 보고 찾아가는 비율이 압도적으로 높았다.

구전광고의 효과를 높이기 위해서는, 1차적으로 철저한 수련생 관리를 통한 기존 수련생의 만족도 제고가 가장 효과적일 것으로 보인다. 한편 10% 정도가 모집 대행회사를 이용해 보았으나 이용효과는 별로 없는 것으로 나타났다.

일선 도장에서는 연간 평균 45회의 광고를 실시하며 1회 평균 광고비용은 25만 3천원이 든 것으로 나타났다.

한편 자녀를 태권도장에 보낼 의사가 강한 학부모를 대상으로한 1차 공략집단은 93%, 어느 정도 있는 학부모를 대상으로 한 2차 공략집단이 61.3%로 나타나 잠재고객의 비율은 모두 70.6%로 매우 높게 나타나 태권도장의 앞날이 결코 비관적이지 않다는 것을 알 수 있었다.

여자 아동 및 성인을 대상으로 한 프로그램 개발해야

조사결과 현재 평균 관원 수는 762명으로 수련생의 구성비는 89.6%가 남성인 반면 여성은 10.4% 정도에 불과했으며, 연령별로는 1~4학년생이 57.3% 이상을 차지한 반면 성인은 3.4%에 불과한 것으로 나타나 앞으로 일선 도장에서는 여자 아동과 성인을 대상으로 한 프로그램 개발 등으로 수련대상을 확보하는 방안이 마련되어야 할 것으로 보인다.

비수련생 학부모, 월수련비 비싼편이라고 평가

수련비 실태 조사결과 월 수련비는 평균 55,800원이며, 등급심사료는 무료가 60.0%, 5천원이 27.0%, 6천원 이상이 12.0%로 나타났다. 국기원 일품 심사비는 평균 7만 9천원으로 조사됐다.

수련생 학부모의 경우 월수련비는 72.2%가 적당하다고 평가하고 있으나 일부 비싸다고 평가한 학부모는 4만 3천원 정도가 적당하다고 응답했다. 특히 수련생 학부모 중 10% 이상이 현재 자녀의 수련을 중단시킬 의사가 있다고 응답했는데, 중단 이유로 IMF로 수입이 줄었기 때문(44.4%)이라고 꼽았다.

비수련생 학부모의 70% 이상이 자녀를 태권도장에 보낼 의사가 있다고 응답했는데, 월수련비에 대해서는 비싼편이라고 평가하고 있으며 적정 월수련비는 4만원으로 나타났다. 자녀를 보내지 않는 이유로는 자녀가 가기 싫어해서(34.0%)와 경제적인 부담(24.7%)때문인 것으로 나타났다.

관장, 표준화된 프로그램 제공 해주길 원해

일선 도장에서 사용하고 있는 교육프로그램을 조사한 결과 대부분 태권도 본 운동외에 보조교육을 실시하고 있으나 유품자와 유급자를 구별하여 교육하는 도장은 40%에 불과했다.

월간 / 주간 계획표는 대부분 작성하고 있으나, 일일계획표는 절반 정도의 도장에서만 작성해 실시하고 있는 것으로 나타났다.

많은 수(83.0%)의 관장들이 표준화된 프로그램의 제공이 필요하다고 생각하고 있으며, 따라서 현재 프로그램의 개선 필요성에 대해서도 75.0%의 높은 응답률을 보이고 있다.

표준화된 프로그램의 개발주체로는 대한태권도협회와 국기원의 공동연구팀이 가장 적당하다고 꼽았으며, 개선방향으로는 실기보다는 인성 / 정신교육 위주, 흥미보다는 교육내용에 충실한 프로그램을 선호하는 것으로 나타났다.

특히 많은 관장들이(80.0%) 협회나 국기원의 프로그램 제공에 대하여 유료라도 이용하겠다고 수용의사를 밝혔고 수용가격은 월 평균 4만 6천원 정도가 적당하다고 생각해 표준화된 프로그램을 절대적으로 필요로 하고 있는 것으로 나타났다.

한체대 3체급 석권



제 21회 회장기 전국대학대항 태권도대회 결과

41개교에서 576명의 선수 참가

한국대학태권도연맹은 지난 4월 28일 ~ 30일까지 3일간 국기원에서 제21회 회장기 전국대학대항태권도대회를 개최했다.

이번 대회에는 대학연맹이 창설된 이후 가장 많은 41개교 576명의 선수가 출전해 최고의 기량을 겨루었다.

남자 A조에 225명의 선수가 참가한 데 비해 동아리 회원들이 출전한 B조 경기에는 251명이 참가.

더욱 치열한 접전을 펼쳤는데 B조의 활성화가 두드러진 현상에 대해 이승국 대학연맹 전무이사는 "전문대학에서 태권도를 배우는 사회체육학과, 경호학과 등에 다니는 학생들이 대거 참가했기 때문"이라고 분석하며 "A조와 상대할 수 있을 만큼 수준높은 기량을 보여주었다"고 평가했다.

올해 대학 대회의 우승기는 한체대와 상명대 용인대로 각각 넘어갔다.

남자 A조 경기에서 한체대가 플라이급 민병석, 밴텀급 정세영, 페더급 노현구가 각각 금메달을 따내며 종합우승을 차지, 최강팀으로서의 저력을 과

상명대 8년만에 정상

시켰다.

또한 동아대가 웰터급 엄광흠, 해비급 문대성이 각각 금메달을 따내며 준우승을 차지했고 경희대, 경원대, 청주대에서 각각 금메달 한개씩을 따냈다.

페더급에 출전한 한체대의 노현주는 1회에 호서대의 이채호를 맞아 4-0으로 RSC승을 거두고 2회전에 진출해 청주대의 박동철을 3-1 판정승으로 이기고 8강에 진출했는데 경남대의 이한석을 뒷차기로 몸통을 직중시켜 KO승을 거두었다.

준결에서는 관동대 이순태와 막상막하의 접전을 펼쳐 1-1 동점 끝에 우세승으로 결승에 진출, 성균

관대의 김동언을 맞아 5-3 판정승을 거두고 우승을 차지했다. 예선전부터 뛰어난 기량을 발휘하면서 승리한 노현구는 남자 최우수선수상을 수상했다.

여자부 경기에서는 상명대가 밴텀급 오미니, 라이트급 강해은, 해비급 김윤경의 활약에 힘입어 1990년도 대회에서 우승한 이래 8년만에 정상을 탈환하는 기쁨을 누렸다.

준우승을 따낸 성신여대는 페더급 전기숙, 미들급 강혜진이 뛰어난 기량을 발휘하며 각각 금메달을 따냈고 경희대는 핀급 전성아, 용인대는 플라이급 윤희순, 동아대가 웰터급 김수현이 각각 1개 체급

인터뷰 1 남자 최우수선수상 노현구 (한체대 · 19)

올림픽 금메달 고지를 향해 뛰고 있는 기대주

“금메달을 따낸 것만해도 기쁘게 최우수선수상까지 받게 되어 너무 기분이 좋습니다. 앞으로 더욱 강도높은 훈련을 통해 모든 경기에서 뛰어난 기량을 선보이겠습니다.”

지난 4월 30일 대학대항대회에서 페더급 우승을 차지한 노현구는 대학 최정상의 자리에 올랐다. 1m 83cm에 67kg으로 뛰어난 체격조건을 갖고 있는 노선수는 나래차기, 뒷차기, 주먹공격이 주특기.

노선수는 결승진출 좌절 징크스를 갖고 있다.

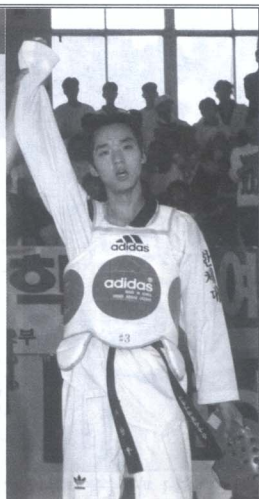
그동안 각종 대회에서 수많은 입상경력을 갖고 있지만 4강의 벽을 뚫지 못하고 번번이 3위에 머물렀던 것.

이번 대회에서도 예선에서 뛰어난 경기력을 발휘하며 1차 예선전서 RSC승, 2차전서 3-1 판정승, 3차 전서 KO승을 거두며 승승장구하던 노선수는 4강전에서 쉽게 경기가 풀리지 않았다. 1-1 동점에 주심의 우세판정만을 기다리던 순간이 가장 힘들고 초조했다는 노선수는 “주심체접기

에 빨간불이 들어오자 오늘은 금메달을 따는구나” 싶었다는 것.

노선수는 결승전에서 다양한 기술을 발휘하며 5-3판정승으로 가볍게 금메달을 딸 수 있었다.

그는 “국가대표가 되어 올림픽 금메달을 따는 것이 목표”라며 자신에게 부족한 다리의 힘을 기르기 위해 웨이트 트레이닝에 주력할 것이라고 훈련계획을 잡아놓고 있다.



을 석권하며 대학간 평준화된 기량을 보여주었다.
밴텀급에 출전한 상명대의 오미니는 1회에 목원대 김지호를 3-1 판정승으로 가볍게 누르고 2차에 진출해 명지대 최은업을 뒤돌려차기, 얼굴공격 등으로 득점을 올리며 3-1 판정승으로 4강에 진출했다.

남자 B조 경기 활성 두드러져 용인대 종합우승 차지

한편 동아리 선수들이 출전해 기량을 겨룬 남자 B조 경기에서는 용인대학교가 편급 김기중, 플라이급 최영진, 라이트급 임태희, 헤비급 김정호가 금메

남여 MVP 노현구(한체대), 오미니(상명대) 남자 B조에 태권도 동아리 회원들 대거 참여

준결에서 중부대의 송민주가 부상으로 기권해 가볍게 결승전에 진출 성신여대의 주윤숙과 금메달을 놓고 한판 승부를 겨룬 끝에 2-0 판정승으로 승리를 거두었다. 오미니는 밴텀급 금메달을 따냈을 뿐만 아니라 최우수선수상의 영예를 차지했다.

달을 따내며 4체급을 석권, 종합우승을 차지했다.
그리고 충청전문대학이 밴텀급 서동운, 페더급 서창균, 웰터급 김영관이 각각 금메달을 따내며 종합 2위를 차지했다.
성화전문대학은 미들급 이경만이 금메달을 따냄으로써 종합 3위를 차지했다.



인터뷰 2

여자 최우수선수상 오미니 | (상명대 · 19)

“내년엔 꼭 태극마크 달래요”

“시합전에는 긴장이 많이 됐는데 막상 경기가 시작되니까 쉽게 경기가 풀렸습니

다.
“이번 대회에서 밴텀급 우승과 함께 최우수선수상의 영예를 차지한 오미니.

1, 2차 예선전에서 모두 3-1 판정승을 거두며 4강에 진출했고 준결에서 상대방의 부상으로 기권승. 무난히 결승전에 올라 성신여대의 주윤숙을 맞아 얼굴공격 등 고난도 기술을 발휘하며 2-0 판정승을 거두고 금메달을 목에 걸었다.

어릴 때부터 운동을 워낙 좋아해 중랑초등학교 5학년 때 태권도를 시작했다는 오미니는 용곡중

학교 2학년 때 처음으로 중고연맹회장기 대회에 출전해 밴텀급 3위에 차지하는 실력을 발휘해 주위 사람들을 놀라게 했고 3학년때 문화체육부장관기 라이트급 2위를 차지했다.

태권도 명문인 경성여실고에 진학해서는 2학년때 한국대표선수선발 예선전에서 입상. 최종전에 출전한 것을 비롯해 무려 6개 대회에서 입상하는 기량을 발휘하며 차세대 주자로 기대를 모았다.

원발 붙여차기와 얼굴공격이 주특기인 오미니는 1m 67cm에 50kg으로 신체조건이 좋을 뿐만 아니라 아무리 많이 먹어도 살이 찌지 않는 체질이라 체중조절에는 전혀 신경 쓸 필요가 없는 것이 최대 강점.

앞으로 자신의 단점인 체력을 보강하고 뒷차기에 전념해 “내년에는 반드시 국가대표가 되겠다”는 당찬 포부를 밝혔다. 오선수는 지난 3월 국가대표 최종선발전에 출전해 국가대표 1인으로 선발된 경희대의 이지은에게 패배, 안타깝게 탈락했다.

◆ 단 체 성 적

구분	등 위	학 교 명
남자부 A조	우승	한국체대
	준우승	동아대
	3위	경희대
	김투상	충주대
여자부	정려상	경원대
	우승	성명대
	준우승	성신여대
	3위	웅인대
남자부 B조	김투상	경희대
	정려상	인천전문대
	우승	웅인대
	준우승	충청전문대
	3위	성화전문대
	김투상	한라전문대
	정려상	태성전문대

◆ 개 인 성 적

구분	체 급	성 명	학 교 명
최우수선수상	페더	노현구	한국체대
	밴텀	오미니	상명대
우수선수상	웰터	엄광홍	동아대
	미들	강혜진	성신여대
김투상	웰터	박동현	고려대
	라이트	이정숙	웅인대
정려상	페더	김일진	군장공업전문대
	헤비	김미애	전남전문대
지도상	교수/코치	문원재	한국체대
	코치	강문섭	상명대
최우수심판상		이상곤	
		박수현	

체 급	등 위	남자 A조		남자 B조		여자조	
핀	1	류인평	청주대	김기종	웅인대	전성아	경희대
	2	권기덕	성균관대	김경학	경원대	김수현	웅인대
	3	조성민	경희대	박동선	성화전문대	박정희	한국체대
플라이	1	박희환	동아대	최종희	태성전문대	이정윤	웅인대
	2	민병석	한국체대	최영진	웅인대	윤희순	웅인대
	3	정영훈	동아대	노충균	경원대	박효진	웅인대
밴텀	1	김태호	청주대	박종범	한라전문대	이선영	한국체대
	2	임윤현	웅인대	김상국	오산전문대		
	3	정세영	한국체대	서동운	충청전문대	오미니	상명대
페더	1	이광수	한국체대	류재만	경희대	주윤숙	성신여대
	2	홍번식	청주대	김학수	웅인대	박현기	한국체대
	3	김선웅	웅인대	김영국	전남전문대	송민주	중부대
라이트	1	노현구	한국체대	서창균	충청전문대	전기숙	성신여대
	2	김동연	성균관대	김일진	군장공업전문대	김정은	경원전문대
	3	신준식	경희대	이철우	성화전문대	주혜원	한국체대
웰터	1	이순태	관동대	이광민	군장공업전문대	강진희	웅인대
	2	장세웅	경원대	임태희	웅인대	강해은	상명대
	3	이태호	한국체대	이경성	웅인대	이정숙	웅인대
미들	1	김정수	경희대	전병수	웅인대	장지원	한국체대
	2	황경범	성균관대	배기남	웅인대	이해경	한국체대
	3	엄광홍	동아대	김영관	충청전문대	김수현	동아대
헤비	1	박동현	고려대	손유남	충청전문대	정진영	경희대
	2	김형진	경희대	김태훈	진주전문대	조미례	한국체대
	3	조원철	한국체대	이명훈	경민전문대	김소연	상명대
상명대	1	박천덕	경희대	이경만	성화전문대	강혜진	성신여대
	2	서정원	충남대	박청수	군장공업전문대	윤현정	웅인대
	3	장순호	경희대	우덕용	한라전문대	박영미	웅인대
상명대	1	이경호	충남대	유현중	태성전문대	하민숙	상명대
	2	문대성	동아대	김정호	웅인대	김윤경	상명대
	3	송태희	웅인대	김성훈	명지대	정영혜	한양대
인천전문대	1	박훈순	경희대	강영균	군장공업전문대	주경천	인천전문대
	2	최형민	계명대	이영욱	경민전문대	김미애	전남전문대

제 8회 용인대총장기 전국남녀고등학교대회



공인대회 최초로 품새

대회 첫우승 영광은 화성여상 홍희정 차지

단대부고 · 경성여실고 겨루기 부문 종합우승

겨루기 158개교 830명
품새 42개교 11명 참가

제 8회 용인대총장기 전국남녀고등학교 태권도대회가 지난 4월 22일부터 3일간 용인대체육관에서 열렸다.

참가현황을 보면 겨루기부문에 남고부가 100개교에서 556명, 여고부가 58개교에서 274명 등 총 158개교 학교에서 830명이 참가해 치열한 접전을 펼

쳤다.

태권도의 균형적인 발전을 위해 공인대회로는 최초로 신설된 품새부문에는 42개교에서 110명이 출전했다.

남고부 전력 평준화
경성여실고 5번째 우승

남고부 겨루기대회 결과 한성고, 분당고, 단대부고,

제 8회 용인대충장기

개금고, 광성고, 대전체고, 선인고, 부평기술고가 각각 1개 체급씩 금메달을 나누어 가지며 평균화된 기량을 보여주었다.

단대부고는 밴텀급 라제철의 우승과 페더급 성원우, 헤비급 송용훈의 은메달에 힘입어 종합우승을 차지했다.

부평기술고의 이승현은 헤비급에 출전, 고난도 기술 발휘 등 수준높은 경기력과 경기에서의 깨끗하고 정정당당한 자세가 높이 인정돼 최우수선수상의 영광을 차지했다.

단대부속고의 라제철은 밴텀급 예선전부터 4-0 판정승, 4-2 판정승, 8-6 판정승, 3-2 판정승, 6-4 판정승 등 다양한 기술발휘로 높은 득점을 올리며 결승에 진출, 전주공고의 박민호를 5-3 판정으로 누르고 밴텀급 금메달을 따내며 우수선수상의 영광도 함께 안았다.

여고부 겨루기대회에서는 경성여실고가 지난해에 이어 올해도 종합우승을 차지하며 태권도 명문으

종목 신설

로서의 위용을 떨쳤다.

경성여실고는 이번 대회 우승으로 8회 대회 중 5회나 우승을 차지하는 기록을 세웠다.

경성여실고는 이번 대회에서 송윤희가 플라이급 1위, 현환아가 헤비급 1위를 차지한 것을 비롯해 홍영재가 페더급 3위를 차지했다.

송윤희는 뛰어난 기량을 발휘하며 1회 예선부터 4-1에 RSC 승, 2회전에서도 3-0에 RSC 승, 8강에서도 6-1에 RSC 승을 거두고 4강에 진출하는 기염을 토했다.

4강에서 3-2 판정승을 거둔 송윤희는 결승에서 관악정보고의 이지현을 맞아 2-0 판정으로 누르고 금메달을 목에 걸었다.

대회 다양하고 수준높은 기술발휘로 플라이급 우승을 차지한 송윤희는 우수선수상을 수상했다.

품새대회 긍정적 반응

4월 24일 용인대 사회체육 실기장에서 열린 품새 부문 경기는 참가자가 일반품새 중 1종목의 품새를 선택해 3분 이내의 경연을 펼치는 방식으로 진행되었다.

수준높은 고난도 기술발휘

깨끗하고 정정당당한 자세

부평기술고 이승현 최우수선수상

예선전에서는 참가자의 20%에 해당하는 상위득점자가 준결에 진출했고, 준결승에서 상위 5명이 결승전에 진출했다. 체점은 5명의 심판이 점수를 매겨 최상위 점수와 최하위 점수를 제외한 3인의 점수로 평가했다.

품새대회 결과 1위는 화성여상의 홍희정이 차지했고 이어 고양중고 김영혜가 2위, 동우여고 강유진이 3위를 차지했다.

품새대회를 주관한 한체대 문원재 교수는 “품새대

◆ 겨루기 입상자명단

부 분	부 별	성 명	소 속 및 학교
최우수선수상		이승현	부평기술고
우수선수상	남고부	라제철	단대부속고
	여고부	송윤희	경성여자실업고
감투상			영송여자고
장려상			부산체육고
지도상	남고부	오세영 코치	단대부속고
	여고부	권오민 코치	경성여자실업고
종합우승	남고부		단대부속고
	여고부		경성여자실업고

◆ 심판상

전정광, 유세중, 맹만호, 박덕규

제 8회 용인대총장기

회를 정식종목으로 채택한 것은 태권도 무도 발전 측면에서 매우 바람직하다"고 평가하며 "겨루기 일변도의 경기에 비경기인들의 참여기회를 확대함으로써 태권도 인구의 저변 확대를 꾀할 수 있을 것"이라고 평가했다.

또한 "선수들 중에서도 겨루기 기량은 떨어지지만 기본기가 잘되어 있는 선수들이 품새종목에 참가했을 때 좋은 기량을 발휘할 수 있어 선수들의 진로 개발에도 도움을 줄 것"이라고 기대했다.

◆ 품새 입상자명단

등 위	성 명	소 속 및 학교
1	홍희정	화성 여자상업고
2	김영혜	고양 종합고
3	강유진	동우 여자고
감투상	전민우	서울 강남공업고
장려상	김미현	한서고

인터뷰



용인대
양진방
교수

태권도의 균형적인 발전 계기 됐으면...

이번 용인대총장기대회에서는 공식대회는 최초로 품새종목이 신설되어 경기를 펼쳤다. 용인대 양진방 교수로부터 품새종목 채택 배경과 앞으로의 운영 방향에 대해 들어보았다.

◆ 품새 종목을 신설하게 된 취지는 무엇입니까?

그동안 태권도는 겨루기 위주로 발전해와 태권도의 기본이라 할 수 있는 품새의 발전이 낙후되었습니다. 그래서 품새 경기를 통해 품새의 관심을 유도하고 수준향상을 모색해 태권도의 균형적인 발전을 이룩하는 계기를 마련하기 위해 신설하게 되었습니다.

◆ 올해 품새대회는 남녀 구분없이 참가자가 품새 경연을 펼치는 것으로 평가를 했는데 앞으로 품새대회를 어떤 식으로 발전시킬 계획인가요?

올해 처음으로 실시한 품새대회의 기본틀을 잡는데 주안점을 두었습니다. 연차적으로 남녀부를 구분하거나 체급을 나누어 시행할 계획입니다.

◆ 품새 종목 채택으로 품새발전을 도모한다는 것 외에 태권도계에 미칠 영향은 무엇이 있다고 보십니까?

일선 태권도장의 앞날과도 직결되는 문제라고 봅니다. 즉 품새 종목이 공식대회에 채택되었다는 것은 겨루기 입상자들이 대학 진학에 특혜가 있는 것과 마찬가지로 품새대회 입상자들이 대학진학에 있어 특혜를 받기 때문에 도장에서 태권도를 열심히 배우면 대학에 진학할 수 있는 길이 열린다고

하는 측면에서 앞으로 도장이 초등학교 어린이들만 수련하는 곳이 아니라 중고등학생들이 대학진학을 위해 태권도를 수련하는 효과를 가져오기 때문에 태권도장의 활성화에 기여할 것이라고 봅니다.

◆ 올해 첫 대회인데 참가현황은 어떠했나요?

서울에서 19개교, 경기 18개교, 대구 2개교, 충남, 전남, 부산에서 각각 1개교씩 모두 42개교에서 110명이 출전하였습니다.

첫 대회인데다 광고 기간이 짧아 참가자가 많지는 않았지만 내년부터는 많이 참가할 것으로 기대됩니다.

◆ 품새대회 평가 기준은 무엇이며 심판은 누가 보았습니까?

올해 대회에서는 정확하고 절도있는 품새에 역점을 두었습니다만 품새 평가기준은 앞으로 대회를 치루어가면서 좀더 세분화되고 체계화되어갈 것입니다. 심판은 태권도 삼심심판원 중 전문성이 뛰어난 고단자 6명을 심판원으로 위촉했습니다. 감독관이라 할 수 있는 심판장은 양영모씨가 맡았고 심판은 조동, 김용일, 이종관, 김강인, 이종찬씨가 맡아 수고하셨습니다.

제 8회 용인대충장기

겨루기 입상자 명단

◆ 남고부 ◆

체 급	등 위	성 명	소 속
핀	1	김영철	한성고
	2	김남진	송곡고
	3	김두현	부평기술포
플라이		최연호	문성고
	1	김거호	분당고
	2	김주철	고양중고
밴텀		박인수	풍생고
		황원영	개금고
	1	리재철	단대부고
페더		박민호	전주공고
		양창일	남녕고
		김광은	개금고
라이트		박총일	개금고
		성연우	단대부고
		김기찬	중앙고
미들		김대홍	경북체고
	1	이재신	광성고
	2	진우승	부산체고
웰터		민광석	동성고
		김탄호	동천고
	1	김정기	대전체고
헤비		김대훈	인천전자공고
		하명종	개금고
		이광일	충남체고
미들	1	노진영	선인고
	2	홍춘식	서울체고
	3	안효석	인천전자공고
헤비		최승문	강원체고
	1	이승현	부평기술포
	2	송용훈	단대부고
		김정태	한성고
		송성빈	중앙고

◆ 여고부 ◆

체 급	등 위	성 명	소 속
핀	1	강지현	은광여고
	2	이은주	심원고
	3	조선희	충남체고
플라이		양은정	목포상고
	1	송윤희	경성여실고
	2	이지현	관악정산고
밴텀		오정길	덕암고
		정지영	계산여고
	1	이서희	강원체고
페더		염정화	강화여고
		김미정	문산중고
		국현진	고창여고
라이트		윤성희	리라공고
		이미진	관악정산고
		차문이	충남체고
미들		홍영재	경성여실고
	1	이인종	서울체고
	2	차세영	강화여고
웰터		김현미	목포상고
		차원지	인천정보고
	1	이정민	송곡여고
헤비		양혜정	한림여실고
		김진희	부산체고
		홍지연	계산여고
미들	1	김미란	문산중고
	2	전경아	문산중고
	3	황미선	충남체고
헤비		신미경	금정여고
	1	한현아	경성여실고
	2	윤현숙	송곡여고
		김부용	금정여고
		김순주	충남체고

'98 교보생명배 전국어린이태권왕 선발대회

임철호, 이혜실 남여 최우수 태권왕으로 뽑혀

겨루기는 구운초(남) 덕소초(여), 품세는 도창초 종합우승

한국초등학교연맹은 5월 3일~5일까지 국기원에서 '98 교보생명배 전국어린이태권왕 선발대회'를 개최했다.

전국 146개 초등학교에서 1천 4백 53명이 출전한 가운데 펼쳐진 이번 대회는 겨루기대회와 품새대회 외에도 미취학 어린이 유희자와 어머니들이 품새 경연을 펼치는 등 다양한 행사가 펼쳐졌다.

이번 대회는 지난해에 이어 어린이날인 5월 5일 12시부터 오후 1시 10분까지 70분 동안 KBS-1TV에서 중계방송되어 전국에 방영되었다.

개회식에서 안해옥 회장은 "맑고 빛나는 눈동자, 밝고 잘생긴 얼굴, 튼튼한 몸과 씩씩한 기상을 지닌 태권도 어린이들을 만나게 되어 반갑다."며 "우리나라가 어려움을 겪고 있는 이때 강인한 정신과 신체를 길러주는 태권도 수련을 열심히 해서 어려움을 이겨 나가자."고 당부했다.

식후 공개행사로는 성인과 어린이 시범단의 태권도 시범을 비롯해 가수 '아이.야.'가 출연해 태권도 응원가를 열창했고 마석초등학교 어린이농악대의

공연, 부친군고 밴드부의 행진곡이 펼쳐져 대회에 참석한 선수와 관중들로부터 많은 박수를 받았다.

이어 벌어진 경기에서는 패기있고 자신감 넘친 어린이들의 힘찬 기합소리와 함께 금메달을 향한 치열한 접전이 펼쳐졌다.

남자부 겨루기 경기에서는 경기 구운초등학교가 편급 임철호, 플라이급 임인목, 웰터급 이동희가 각각 태권왕에 선발되면서 남자부 종합우승을 차지했고 종합 2위는 인천 구월초등학교, 3위는 대구 아양초등학교가 차지했다.

편급에 출전해 다양한 기술을 발휘하며 태권왕에 선발된 임철호는 남자부 최우수선수상을 받았다.

여자부 겨루기 경기에서는 경기 덕소초등학교가 플라이급 강혜미, 라이트웰터급 이혜실이 태권왕으로 선발되는데 힘입어 종합우승을 차지했고 종합 2위는 서울 양남초등학교, 3위는 안양 남초등학교가 차지했다.

라이트웰터급에 출전해 뛰어난 신체조건과 체력, 기술을 바탕으로 태권왕에 선발된 이혜실은 여자

'98 교보생명배 전국어린이태권왕 선발대회

부 최우수선수상을 받았다.

남녀 구분없이 해년별로 이루어진 품새 대회에서는 경기 도장초등학교가 종합우승을 차지했고 경

기 수진초등학교가 준우승, 경기 내촌초등학교가 3위를 차지했다.

< 겨루기 입상자명단 >

〔남자부〕

체급	1위	2위	3위
핀	임철호 경기구운	최진수 경기포곡	조대웅 경기전곡
플라이	임인목 인천구월	고진호 인천만석	이민복 경기구운
밴텀	유승현 대전홍릉	장관선 서울양남	조승현 서울수색
페더	이상열 대구아양	강세현 대전홍릉	송형익 인천구월
라이트	최인환 서울중현	김중대 대구아양	신우진 대구화원
L.웰터	고준호 성남제2	이영석 충남구성	민갑기 경기전곡
웰터	이도희 경기구운	최태훈 경기전곡	나인주 성남동
L.미들	윤화석 인천구월	임현진 경기신갈	김영진 대구아양
미들	지중호 서울중앙	차동민 경기부림	한정규 경기관양
L.헤비	인길환 경기신기	정복식 충남홍남	이두환 서울당신
헤비	오호진 서울신정	권순관 서울신방	김영재 인천학동

〔여자부〕

체급	1위	2위	3위
핀	이선화 경기하원	김아름 인천삼산	김숙희 경기구운
플라이	강혜미 경기덕소	윤진원 서울양남	임은지 경기태평
밴텀	김지 경기오남	유정연 안양	박은지 강원신동
페더	환경선 경기양정	안경은 경기양남	이예슬 성음양남
라이트	김진희 강원신동	백선아 대전진잠	이정하 인천서곶
L.웰터	이혜실 경기덕소	서소영 경기신갈	김해림 인천서곶
웰터	김보람 경기중원	김현정 인천불수	박지숙 경기태평
L.미들	이소미 인천도림	김영미 충남서림	노미영 대구해서
미들	김두나 인천내가	이미경 경기석수	김선화 서울수색
L.헤비	김한나 인천내가	현경화 경기화성	정효선 서울석관
헤비	손혜민 강원우산	정윤주 경기중원	박현미 충남서림

〔남자부 단체성적〕

- 종합우승: 경기 구운초
- 종합 2위: 인천 구월초
- 종합 3위: 대구 아양초
- 최우수선수상: 임철호
- 지도상: 정윤기 코치

〔여자부 단체성적〕

- 종합우승: 경기 덕소초
- 종합 2위: 서울 양남초
- 종합 3위: 안양 남초
- 최우수선수상: 이혜실
- 지도상: 최원보 코치

〔품새종합순위〕

- 1위: 경기 도장초
- 2위: 경기 수진초
- 3위: 경기 내촌초

품새 겨루기명단

학년 / 등위	1위	2위	3위
1학년	정상진 (경기도청)	김상현 (경기도청)	오경아 (경기가남)
2학년	인현우 (경기구운)	이무학 (경기도청)	전영규 (경기도청)
3학년	이우영 (경기도청)	양수용 (경기도청)	이연호 (경기도청)
4학년	김창주 (경기도청)	성정훈 (경기도청)	안태진 (경기도청)
5학년 A	최종욱 (경기도청)	김성택 (신례원)	유민근 (경기내촌)
5학년 B	심지훈 (경기도청)	김보람 (경기내촌)	최건두 (경기신일)
6학년 A	정세훈 (경기도청)	이성대 (경기수진)	안병호 (경기도청)
6학년 B	이성현 (경기내촌)	연규남 (경기수진)	황민우 (경기신흥)
			최우선 (경기도청)
			권상규 (경기도청)
			박주한 (경기도청)
			송민철 (경기중원)
			김은실 (서울신목)
			최정렬 (경기화용)
			김승욱 (경기신일)
			정승식 (경기중원)
			윤병진 (경기도청)
			박성재 (경기도청)
			왕승인 (경기도청)
			양으뜸 (경기호동)
			김보성 (경기도청)
			박지나 (경기수진)



선인고, 리라공고 남녀 고등부 정상 우뚝 신암중, 대원여중 태권도 꿈나무의 산실

고등부 8체급, 중등부 11체급 경기

한국중고연맹은 지난 5월 2일부터 10일까지 잠실 학생체육관에서 제 25회 한국중고연맹회장기 전국 남녀중고대회를 개최했다.

이번 대회에는 중등부가 162개교에서 1038명, 고등부가 125개교에서 805명 등 총 287개교에서 1843명의 선수가 출전했는데 이는 지난해 265개교에서 1688명이 참가한 것에 비해 155명이 늘어난 것으로 대회 사상 최대규모를 자랑했다.

고등부 경기는 5월 2일~6일까지 8체급 경기가 펼쳐졌다.

남고부 경기에서 선인고는 웰터급 오선택, 미들급 노진영이 각각 금메달을 따내며 종합우승을 차지했다. 특히 오선택은 다양한 기술과 체력을 바탕으로 1회 예선부터 KO승을 거두며 주위의 이목을 집중시켰는데 2회 예선에서도 RSC승, 3회 예선서 4-3 판정승, 8강전서 2-1 판정승, 준결승전서 4-2 판정승을 거두고 결승전에 올라 서울체고의 김교식을 4-3 판정으로 누르고 우승을 차지하며 이번대회 남자 최우수선수상의 영광을 차지했다.

한편 풍생고의 허구씨는 일본에서 온 태권도 유학생으로 뛰어난 경기력을 발휘하며 밴텀급 우승을 차지, 화제가 되기도 했다.

여고부 경기에서는 리라공고가 밴텀급 박경은, 페더급 윤성희의 활약에 힘입어 우승기를 가져갔다. 윤성희는 예선부터 결승까지 6차례의 경기를 치르는 동안 다양하고 난이도 높은 기술을 발휘하며 승승장구, 금메달을 목에 걸었고 올해 여고부 최우수선수상의 영예를 차지했다.

중등부 경기는 5월 7일~10일까지 11체급 경기가 펼쳐졌다.

남자 중등부 경기에서 신암중이 플라이급 박창민, 라이트 미들급 노현우, 헤비급 김민석이 각각 금메달을 따내며 종합우승을 차지, 최강팀으로서의 저력을 과시했다.

여자중등부 경기에서는 대원여중이 핀급 전이랑, 라이트급 주민영의 활약에 힘입어 종합우승을 차지하는 기쁨을 누렸다. 또한 곡선중은 라이트 미들급 조현아, 미들급 이현희가 금메달을 차지하는 기쁨을 토하며 준우승을 차지했다.

올해 중등부 남녀 최우수선수상은 뛰어난 기량을 발휘하며 차세대 주자로 떠오른 신암중의 김민석, 대원여중의 주민영에게 영광이 돌아갔다.

전국의 중고등학교 선수들이 펼친 이번 경기에서는 각 학교간 평준화된 실력으로 우열을 가리기 힘든 가운데 미래의 꿈나무들을 발굴하고 9일간 대단원의 막을 내렸다.

체급	등위	남고부	여고부	남중부	여중부	
핀	1	김정훈 동성고	강지현 은광여고	장성철 구운중	전이랑 대원여중	
	2	허용은 동천고	채선민 덕암고	서민호 여수중	장민아 만월중	
	3	김대환 강상공고	김희숙 남녕고	강혁준 오정중	김수양 양정여중	
플라이	1	고한석 고양중고	김현미 고택여고	연학중 수원정보산업고	류솔아 부인중	
	2	김대룡 한성고	이혜영 수원정보산업고	박창민 대구신임중	김새롬 구운중	
	3	이용운 천안중앙고	오정길 덕암고	최문규 순천시수중	김보미 부인중	
밴텀	1	김주철 고양중고	오성숙 고양중고	신성우 반여중	전미정 만월중	
	2	최덕영 의정부공고	김명례 고양여고	양재혁 경수중	고은진 인천부흥중	
	3	허구찌 풍생고	박경은 비라공고	이근우 역삼중	김승하 민수여중	
페더	1	정선고 권선고	이방선 남녕고	사당중 김도형	전소영 대원여중	
	2	이대규 한성고	이인혜 경성여실고	박종필 은행중	김지혜 본리여중	
	3	김진모 광주제고	염정화 강화여고	박종현 경수중	이해미 부인중	
라이트	1	박순웅 대전제고	윤성희 광안고	하인영 성남서중	이성혜 본리여중	
	2	이원재 분당고	장선영 은광여고	이지우 효성중	김나희 대원여중	
	3	하승일 충남제고	전남수 전남고	박성일 하성중	장지리 역삼중	
라이트	1	박기덕 인천제고	황학운 관악정보산업고	오영식 천안북중	이주찬 이동중	
	2	조승현 부평기술고	이인준 경남제고	송명섭 송명섭	주민영 대원여중	
	3	김탄호 동천고	박미향 배성여상	김병수 임영민 군산동중	이해민 부인중	
L 웰터	1	정영훈 시온고	홍영재 흥영제	홍순명 안국중	이은경 민수여중	
	2			조창하 장바로	배명중 화령애	동화중 동화중
	3			김성용 오정중	대구신임중 이종민	부인중 부인중
웰터	1	오선태 선인고	이정민 송곡여고	장인섭 김호빈 신재훈	마장중 최일준	홍수진 창기중
	2	김교식 서울제고	김지연 인천제고	신재훈 신성중	귀일중 김성열	최심미 계산여중
	3	정중배 광주문성고	남보라 남보라	임명진 리라공고	부천동중 진현서	진현서 안양부흥중
L 미들	1	이왕형 부광고	육지은 수내고	유재형 노재후	청주중 김건이	김건이 부인중
	2			박윤선 대구신임중	조현아 곡산중	곡산중 곡산중
	3			조훈 산곡남중	김수현 연은실	연은실 고양중
미들	1	노진영 선인고	홍유리 국제고	김성환 김기호	오성중 신관중	한혜림 만월중
	2	황선근 리라공고	황경화 충북제고	김병선 박봉선	신관중 성곡중	이현희 곡산중
	3	홍춘식 서울제고	이선미 은광여고	박기훈 강남서중	성남서중 정영희	김용화 광탄중
L 헤비	1	이한목 경남제고	황미선 황미선	윤영습 구월중	성남서중 나은경	정영희 평원중
	2			장두상 안주우	오현중 이수경	이수경 신관중
	3			김광복 대명중	안준우 안호미	안호미 근명여중
헤비	1	송상빈 청안중앙고	윤현숙 송곡여고	임기진 임기진	대구신임중 대우초	정은영 근명여중
	2	윤원준 서울제고	박연정 리라공고	김영재 김영재	덕은중 덕은중	변운정 본리여중
	3	윤희득 동성고	김순주 충남제고	강수현 강수현	신관중 장경석	박기진 만수여중
		박말 뽕생고	김부용 흥덕여고	성남서중 성남서중	고유리 덕정중	



스코어카드

이런 일은 여간해서 없는 일이다.

일본의 유력신문인 아사히(朝日)신문은 지난 4월 21일자 석간 1면 톱을 미프로농구 NBA의 슈퍼스타 마이클 조던의 은퇴관련 기사로 채웠다.

자기나라의 선수가 아닌데도 일본신문이 스포츠면이 아닌 1면 머릿기사로 은퇴관련 소식을 다룰 만치 조던은 모든분야를 통틀어 세계적인 거물로 인정을 받고 있는 것이다.

그 내용을 간추려본다.

- 미프로농구 NBA의 슈퍼스타인 마이클 조던(35·시카고 불즈)이 올시즌을 마지막으로 은퇴할지 모른다해서 팬들이 가슴을 조이고 있다.

이라 보도했고, 그가 소속한 불즈의 경기는 한 게 임관중 6만 2천명 돌파의 신기록을 세웠다.

지난 4월 19일 끝난 정규 시즌에서 조던은 3시즌 연속 득점왕에 빛났다.

불즈의 홈코트인 시카고의 경기장 유나이티드센터 앞에는 조던의 동상이 세워져 이곳을 중심으로 도시 개발이 진행되고 있다.

이제 시카고는 「조던의 거리」라고 불릴 정도다.

조던이 은퇴를 비치고 있는 까닭은 「잭슨 감독 아닌 다른 사람의 밑에서는 경기를 하고 싶지 않기 때문」이다.

조던뿐만 아니라 적지않은 선수들이 존경하고

세계를 떠들석하게 만든 「농구의 귀신」 조던

태권도에서도 슈퍼스타 나왔으면...

사실 조던은 시카고 불즈 단 한팀의 보물이 아니라 NBA가 추진하고 있는 세계 전락의 원동력이 되어 왔었다.

통신위성의 등장으로 이제는 온 세계가 NBA 농구의 화려한 플레이를 안방에서 지켜 볼수 있게 됐고 「농구의 귀신」이라 불리는 조던의 활약은 미국 뿐만 아니라 온 세계 농구팬의 눈길을 TV 화면에 고정시켜왔다.

그 조던이 올시즌을 마지막으로 은퇴할 뜻을 비치자 NBA 관계자는 물론 온 미국의 팬들이 비명에 가까운 애원을 하고 있다.

『조던, 제발 그만 두지마!』

올시즌 들어 조던이 때때로 자신의 선수생활을 과거형으로 말함으로써 은퇴가능성을 강하게 나타내자 미국의 매스컴은 잇달아 「조던 은퇴확실」

따르는 필 잭슨(52) 감독은 올시즌을 마지막으로 은퇴하기로 되어있다.

1989년부터 불즈의 사령탑을 맡아온 잭슨 감독은 5차례나 NBA 챔피언타이틀을 따내는 위업을 이루었다.

팀을 이끌어 나가는 문제로 잭슨 감독과 의견 대립을 하고있는 불즈는 감독 계약을 연장하지 않을 방침인 탓에 잭슨 감독은 그만 두게 될 것이고 따라서 조던도 물러나게 될 것이라는 이야기가 다.

조던은 NBA의 인기를 단숨에 끌어올린 인물이다.

84년 대학을 졸업한 조던은 불즈에 입단하자마자 올스타전에 출전했다.

공중에 머무는 체공(滯空)시간이 긴 점프를 무

기삼아 레이업샷 등 초인적인 플레이로 조던은 팬들을 열광시켰다.

볼츠의 관중동원 능력은 82년 시즌에 한게임 평균 약 6천명이던 것이 조던이 입단한 84년에는 1만 1천명, 그러니까 약 2배로 뛰더니 88년에는 1만 8천명으로 불었다.

이 사실에 주목할 것이 조던의 프로농구 입단과 함께 NBA 커머셔너로 취임한 데이빗 스타틴이다.

스타틴 커머셔너는 『흑인을 NBA 농구의 맨 앞에 내세우는 것은 잘못이 아니냐는 분위기가 그 당시에는 있었지만 나는 그렇게 생각치 않는다. NBA를 온 세계에 알리는데 조던을 앞세우기로 했고, 그 전략은 성공을 거둔 셈이다』라고 돌이킨다.

NBA의 TV 중계는 90년 시즌의 77개국으로부터 지금은 약 190개국으로 늘어났다.

라이선스 상품의 매출액은 88년 시즌이 5억 4천만 달러로부터 95년 시즌에는 30억 9천만달러로 치솟았다.

커머셔너가 전략을 세우고 조던이 앞장서 활약하고 있는 NBA는 이제 미국을 벗어나 세계의 관심거리가 되고있다.

『농구를 세계에 퍼뜨린 것은 조던이다.』라고 NBA 국제홍보부의 테리 라이언즈 차장은 말하면서

『우리는 세계에서 가장 뛰어난 선수를 잃게 되는 것이다. 그리고 그 뒤를 이을만한 후계자가 없어 큰일이다.』라고 한숨을 내린다.

조던은 드림팀의 주력 선수로서 '92 바르셀로나 올림픽에서 미국농구를 우승으로 이끌었다.

92년에 미프로 야구 메이저리그에 도전했다가 96년 다시 농구에 복귀한 뒤 더욱 노련한 플레이로 자신에 대한 한계설을 날려버리고 한층 인기를 모았다.

흑인 스타로서도 조던은 파격적인 존재였다.

미국 버지니아주 래드포드대학의 스티브 라치교수(사회학 전공)는 『조던은 소수파의 대표가 되지 않도록 처신해왔다. 따라서 조던에게는 흑백 대결이라는 그런 생각은 전혀없다』고 말한다.

오늘날 위성방송의 보급 등으로 국제화가 급속히 진행되고 있는 세상 속에 우리는 살고 있다.

『어느 나라에서도 어떤 사람들에게도 받아들여지도록 조던은 대립을 피하면서 보편적인 스타가 됐다.』고 라치 교수는 지적했다. -

생각해보면 조던은 정말로 위대한 선수다.

NBA에는 술한 스타플레이어들이 많지만 그래도 『조던의 후계자』로 꼽힐만한 선수가 없다는 것 자체가 조던이 얼마나 위대한 선수인지를 증명하고 있는 셈이다.

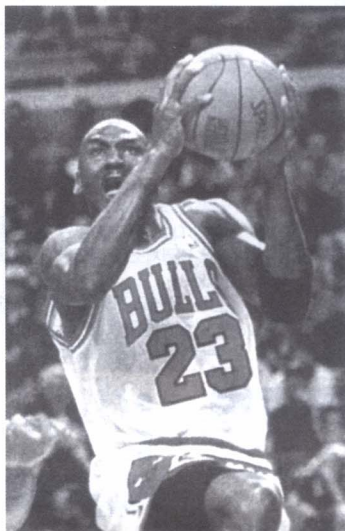
야구의 베يب루트, 축구의 펠레, 복싱의 무하마드 알리처럼 위대한 선수들이 출현할 때마다 그 종목은 뜨거운 붐을 일으켜왔고 NBA는 조던에 의해 세계진출의 꿈을 이루었다.

태권도에서도 조던 같은 슈퍼스타가 나타나 온 세계의 주목을 끌고 태권도의 세계화를 더욱 굳건한히 만들어 주었으면 좋겠다.

『얼마전 비디오로 정국현씨의 경기 모습을 본적이 있습니다. 정말 깜짝 놀랐어요. 이토록 태권도를 잘하는 사람이 있었느냐고 말입니다.』

서울중앙병원 신경내과 고재영 박사의 말이다. 세계선수권대회에서 연거푸 4차례나 우승을 달성한 정국현씨는 기네스북에 그 기록이 올라있다.

그리고보면 앞으로 태권도도 뛰어난 선수들의 활약을 보다 적극적으로 세계에 알리도록 힘을 기울여야 될 것 같다.



▲ 「농구의 귀신」 마이클 조던의 은퇴 문제를 놓고 온 세계의 농구팬들이 「그만두지마라!」고 한목소리를 내고있다.

'98 태권도 한마당 이렇게 치러진다

TAEKWONDO HANMADANG '98

◆대회기간 : 1998. 7. 31(금) ~ 8. 2(일)

◆대회장소 : 올림픽 제2체육관

◆주최 : 대한태권도협회, 한국방송공사(KBS) ◆후원 : 문화관광부, 대한체육회, 한국관광공사



안 내

태권도인들의 큰 잔치 '태권도 한마당 '98'

7월 31일부터 3일간 올림픽 제2체육관에서 개최

7월 10일까지 참가신청 접수

태권도 유단·품자면 누구나 참가할 수 있는 태권도인들의 큰잔치 태권도 한마당이 7월 31일부터 8월 2일까지 3일간 올림픽 제2체육관에서 열린다. 경연종목은 품새부문(일반품새, 창작품새, 태권체조, 호신술)과 격파부문(손날격파, 주먹격파, 멀리뛰어차기, 높이뛰어차기, 종합격파)으로 나누어져 절도있는 품새, 위력적인 격파가 흥미진진하게 펼쳐지게 된다.

올해 대회 요강을 보면 1인 1종목만 참가하도록 했고, 호신술과 태권체조를 제외한 전 종목 참가자들은 도복을 입도록 했다.

한편 고난도 기술이나 종합기술을 평가하는 종합격파 경연 때 다칠 위험이 있는 화약, 폭죽, 칼, 이마 격파를 금지하였고 격파부문의 각종 기준이 예년에 비해 상향조정되었다.

참가신청

- 접수마감: 1998. 7. 10(금) 18:00
 - 1인 1종목 참가(단체종목에도 참가할 수 없음)
 - 참가비 없음
 - 접수처: 서울시 송파구 오륜동 88-2 편익시설
A-3동 대한태권도협회(전화: 420-4271 ~ 3)
(FAX 접수 불가함)
- 대표자 회의: 1998. 7. 21(화) 14:00
(올림픽회관 1층 회의실)
- 참가등록: 1998. 7. 30(목) 10:00 ~ 15:00
올림픽 제2체육관(펜싱경기장)
 - 경연번호표 배부
 - 단체종목은 대표자
 - 개인종목은 개인이 참가등록

- 중등부: 15세 미만의 남, 여 유품자
- 청장년부: 15세 이상 남자 유단자
- 여성부: 15세 이상 여자 유단자

2. 부별참가 종목

구분	부별	세부종목	초등부	중등부	청장년부	여성부
개 인		손 날 격 파			○	
		주 먹 격 파			○	
		발 격 파			○	
		멀리뛰어차기		○	○	
		높이뛰어차기		○	○	
		종합 격 파		○	○	○
단 체		일 반 품 새	○	○	○	○
		창 작 품 새	○	○	○	
		호 신 술			○	
		태 권 체 조	○	○		○

* 창작품새, 호신술, 태권체조는 청장년부와 여성부를 통합.

참가자격 및 부별 참가종목

1. 참가자격

- 초등부: 초등학교 재학 중인 남, 여 유품자

태권도
동아리 탐방

6

연세대학교
태권도부

기합소리와 『아카라카』 함성이 함께 하는 곳



젊음의 거리라 불리는 신촌. 대학 밀집지역으로 점차 상업지구화 되어가고 있는 이 곳에서 태권도의 기합소리가 울려 퍼진다면? 길을 지나는 젊은이들의 개성과 활기찬 모습에 잠시 이런 생각을 하며 연세대학교 태권도부를 찾았다. 체육관에서는 농구선수들이 소녀팬들의 환호속에 연습에 열중하고 있었고 2층에 태권도도장이 보였다.

4시 10분. 연습 시작 시간인 5시가 되려면 아직 멀었는데 한 남학생이 올라와 호구들을 정리하고 있었다. 1층에 있는 태권도부 실로 안내를 받아 들어서니 벽에 걸린 부훈이 먼저 눈에 띄었다. 「완성된 몸, 냉철한 지성, 굳건한 우애」

「완성된 몸, 냉철한 지성, 굳건한 우애」

연세대학교 태권도부에서는 위와 같은 멋진 부훈 아래 1, 2, 3학년 48명이 주축으로 활동하고 있으며 이 중 여자부원이 12명에 달한다. 매년 2월 중순 신입생 오리엔테이션 기간에 신입부원 모집 홍보를 위해 태권도시범을 선보이는데, 성공적인 시범 덕인지 매력적인 부훈에 끌려선지 올해는 25명의 신입생들이 한가득이 되었다고 한다. 특히 여자후배들이 많이 늘어난 데 대해 선배들은 매우 고무된 분위기.

연세태권도부는?

1956년 창립된 이후 학생자치 운동서클로 왕성한 대내외 활동을 전개해오고 있는 연세

대 태권도부는 국내 태권도 발전에 크게 기여해 온 20년 전통의 연세대 총장기 전국 남녀고교대회를 매년 치러내고 있기도 하다.

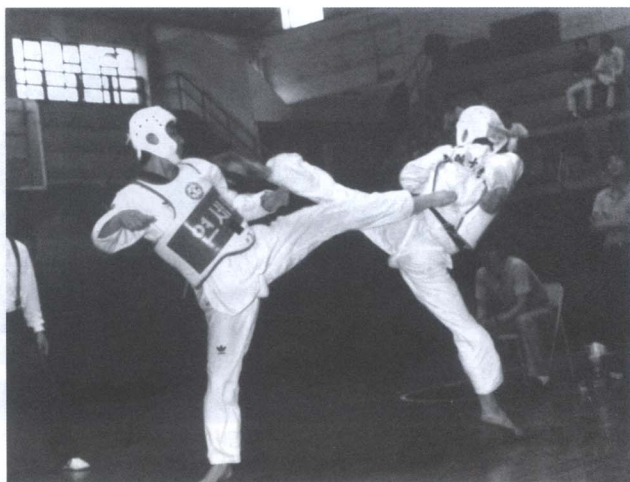


▲훈련중 잠시 짬을 내어 카메라 앞에선 부원들. 다른 행사와 시간대가 겹쳐 여부원들이 많이 참석 못했다며 아쉬워했다.

부장 채세훈(96학번)은 연세태권도부가 운동을 지도하는 '주장' (97학번 채수옥)과 행사를 총괄하는 '부장'의 이원화된 시스템으로 운영이 되는데 '졸업 전(前) 전(全)부원의 유단자화'가 목표라고 한다.

부원들의 가입동기는 대부분 '강해지고 싶어서'라는 것이고 따라서 발차기에 많은 비중을 두고 훈련을 하게 되는데 채세훈 부장은 품새도 태권도를 배우는데 있어 큰 비중을 차지한다고 생각하기 때문에 1주일에 2~3회는 품새를 배우는 시간을 갖는다고 한다.

매년 5월 연세대학교 창립기념일에 펼쳐지는 태권도 연무시범에서부터 9월에 있는 정기 연고전, 아카라카 행사 등 태권도부의 시범은 학교행사에 없어서는 안될 중요한 자원이다. 또 캐나다 앨버타



▲명성높은 연고전 행사에는 연고대 태권도부원 끼리의 겨루기 태권도가 열린다.

해서 많은 저명한 사회인사들이 연세태권도부를 거쳐갔고 이들은 학생들의 든든한 정신적, 물질적 후원자로 활동하고 있다. 청와대경호실에서 활동하는 동문들도 있다는 대목에서는 상당히 어깨에 힘(?)이 들어가는 것을 느낄 수 있었는데...

연세대와 고려대가 태권도로 만나면

연고전은 우리나라 대학 문화에서 이제는 빼놓을 수 없는 부분이 되었다. 매년 9월이면 해당학교 학생이나 타대학 학생이나 연고전 소식을 화제에 올리고 한다. 그런데 바로 이 연고전이 태권도에게까지 이어진다고 하니 흥미롭지 않을 수가 없다. 매년 9월 연고전이 열릴 때 연세대 태권도부는 고려대학교 태권도부와 숙명적인 만남을 갖게 된다. 학교의 명예가 걸린 이상 선배들의 '이겨라' 주문은 친선 게임의 차원을 넘어서는 것이라고.

필승의 신념으로 대학태권도계의 자웅을 겨루는 이 태권도의 연고전은 93년 연세대학교에 태권도 특기생 제도가 없어지면서 사라지게 되었지만 연고전이 불러일으키는 선의의 경쟁심이 태권도부끼리도 작용하고 있다는 것이 새삼스럽다.

지난해에는 성균관대학교와 친선대회를 갖기도

여러가지 직업을 가진 300여명의 졸업생들이 정신적, 물질적 후원자로

주립대학 태권도부와 자매결연을 맺고있어 이제까지 여섯 차례에 걸쳐 상호 방문을 통해 양 대학간의 친선을 도모했다.

다양한 직업을 가진 300여 졸업생들로 구성된 연세태권도 동문회의 조직적인 활동도 태권도부의 자랑거리다. IOC 부위원장이며 대한체육회장, 세계태권도연맹 총재인 김운용(50·정치외교학)씨와 세계태권도연맹 사무총장 이금홍(56·상학)씨를 비롯



▲96년 연대총장기대회를 마치고

했는데 학교 내에서는 연세 국제도장에서 태권도를 수련하고 있는 외국인들과 친선경기를 자주 갖는다고 한다. 태권도를 수련하고자 하는 외국인들은 외국인 지도에 대한 경험과 노하우가 풍부한 연세 국제도장을 먼저 찾는데, 태권도부와 같은 훈련장을 이용하고 자주 친선대회를 갖다보니 부원들

이르기까지 대회에 관련한 모든 일들을 도와준다고 한다. 동생뻘 되는 고교생들이 실력을 겨루는 현장을 보며 이들은 감탄하기도 하고 자극을 받기도 한다.

대회가 이틀동안 치러지기 때문에 낮에 대회가 치러졌던 현장인 체육관에서 다음날 경기 준비를 위

연세대생들만의 자유롭고 개방적인 이미지 환한 웃음 속에 치열한 자기와의 싸움

과도 자연스럽게 어울려 친구가 되기도 한다고, 국제화시대의 인재상에 걸맞게 외국인 친구들과 자연스럽게 대화하면서 태권도 수련을 하는 이들의 모습은 연세대생들이 가진 자유롭고 개방적인 이미지, 바로 그것이다.

연세대총장기 남녀고교대회를 치르며

태권도부원들이 자랑스럽게 생각하는 것 중의 하나는 올해로 21년이 된 연세대학교 총장기 전국 남녀고교대회다. 태권도부원이 이틀동안 치러지는 이 대회의 진행요원을 맡아 대진추첨에서부터 청소에

해 함께 밤을 지새기도 한다고. 그럴때면 낮동안의 수고를 서로 격려하면서 조출한 파티를 벌이기도 하는데 밤낮으로 도복과 함께하는 정신을 기르기 위해(?) 호수를 입고 자는 기이한 광경이 연출되기도 한다. 이런 추억을 통해 끈끈한 동료간의 정을 쌓아간다고...

환한 웃음뒤의 자기와의 싸움

여름방학 때는 동해안쪽으로 일주일간 MT 겸 수련회를 간다. 어떤 대학은 수련회를 여행이 아니라 극기훈련으로 실시한다고 하는데 이들은 '절대' 그

릴 수가 없다고. '어찌 문명화된 현대인으로서 그럴수가...' 라는 것이 이들의 반응이다.

대체적으로 자유롭고 웃음도 많은 재미있는 분위기였는데 체육과 출신이 아닌 타과생이 부장을 맡은 이후로 태권도부의 분위기가 눈에 띄게 부드러워졌다고 한다. 그래서인지 이제는 체육과생이 부장을 맡아도 분위기가 예전처럼 굳기(?)가 세지는 않다고.

이들이 신입생들을 위해 적어놓은 태권도부원의 생활수칙에서도 이런 자유로움이 묻어난다.

'상하질서는 입학연도에 따라 철저히 준수된다. 진정한 선배란 술선수범하고 밥, 술, 여자(?)를 배풀면서 후배들을 이끌어야 한다'
'애들이나 날라리 여자들이 파우는 담배를 삼가한다'



▲93년 연무시범 때 체육관에서 앞돌려차기 시범을 보이고 있는 92학번 이상인 부원.



▲97년 연무제 시범 때 4명을 뛰어넘는 옆차기 시범을 보인 허덕호 부원. 그는 이 묘기 하나로 시범을 보러온 국기원 담당자의 눈에 띄어 국가대표시범단에 뽑히기도 했다.

'태권도부원은 팔방미인을 추구하며 때에 따라서는 새벽잠도 안잔다' 등등 대학생들에게서 묻어나는 풋풋함이 동아리방을 가득 메우고 있었다. 그렇다고 해서 이들이 진지함이 부족한 신세대라고 생각한다면 그것은 오산이다. '정신력마저 없으면 삶에 미련을 두지말라'는 말로 생활수칙을 멋지게 마무리하고 있으니 말이다.

자신이 선 자리에서 자기계발을 위해 최선을 다하고 상대의 자율과 개성은 최대한 존중하는 자세. 그러한 자세를 견지할 줄 아는 건전한 대학인들이 이곳에 있었다. 환한 웃음속에 자신과의 치열한 싸움을 해나가고 있는 건강한 젊음이 있는 곳.

냉철한 지성을 통해 걸러진 건전한 사고를 바탕으로 완성된 몸을 지향하는 가운데 내 옆에 있는 사람들과 굳건한 우애를 쌓아가는 사람들이 되기를 바라는 마음 간절하다.



하 권 익 박사

성균관 의대
삼성 서울병원 정형외과 교수
(스포츠의학과)

어린이와

태 권 도



심 종 섭 박사

성균관 의대
삼성 서울병원 정형외과 교수
(소아정형외과)

어린이 골절 (3)

교통사고에 의한 골절 심각한 후유증 동반

어린이들이 뛰어 노는 공간이 부족하게 되면 자연 길거리로 운동을 하러 나가게 된다.

특히 남자 어린이들은 운동장이 부족하면 농구, 야구 등 좁은 공간에서 하기 어려운 운동을 넓은 큰 길에서 하기가 쉽다.

아파트의 주차장이나 차가 지나다니는 큰 길 등 어린이들이 운동을 하는 곳에는 항상 위험이 도사리고 있다.

이런 어린이에게 물론 가장 위험한 것이 교통사고인데, 운전자나 운동에 몰두해 있는 어린이가 서로 잘보지 못하는 경우에는 대형 사고로 이어지기 마련이다.

최근에는 이러한 대형 교통사고로 인한 어린이의 골절상이 급격하게 늘어나는 추세다.

어린이가 만일 차의 범퍼에 부딪히게 되면 대퇴골(허벅지뼈)을 다치거나 골반뼈, 척추를 다치는 경우가 흔하다. 더욱이 차에 부딪힌 어린이가 떨어져서 마주오는 차에 다시 부딪히거나 바닥에 넘어지면 머리나 가슴, 복부 등에도 충격을 받아서 생명에 큰 위험이 될 수 있다.

교통사고에 의한 골절은 운동을 하다가 다치는 경

우나 넘어져서 다치는 경우에 비하여 충격이 훨씬 크기 때문에 후유증이 남는 경우가 허다하다.

가장 흔히 다치는 하지의 골절은 대퇴골이나 무릎 부근에서 일어난다. 대퇴골은 우리 몸에서 가장 긴 뼈인데 부러지게 되면 뼈안의 골수로부터 출혈이 많이 되어 심한 빈혈을 야기할 수도 있다.

대퇴골 골절은 생명까지 위험

특히 나이 어린 어린이가 대퇴골을 다친 경우에는 어른과 달리 몸안의 전체 혈액량이 작기 때문에 대퇴골 골절을 통한 출혈이라도 치료를 하지 않고 방치하면 생명이 위험할 수도 있다.

대퇴골의 골절은 어른의 경우 수개월 이상 치료기간이 소요되고 꼭 수술로 치료해서 정확히 맞추어야 되지만 어린이의 경우에는 치료기간이 어른의 약 절반 정도 소요되고 수술이 필요없는 경우가 대부분이다. 즉 대강 뼈를 맞추더라도 자라면서 스스로 교정되려는 능력이 있어서 나이가 어린 아이일수록 교정 능력은 더욱 크다.

그러나 뼈가 교정 범위를 벗어나 과도하게 잘못 맞추어지면 다리가 짧아진다면 또는 휘어서 다리를 절 수도 있다.

팔의 뼈는 약간 휘더라도 옷을 입으면 겹으로 표

시가 나지 않지만 다리의 뼈가 흰 채로 치유되면 걸을 때 다리를 절거나 운동을 전혀 할 수 없는 경우까지도 생긴다.

따라서 대퇴골의 골절은 어린이의 나이, 다친 부위의 손상 등을 고려하여 아주 세심하게 치료를 하게 된다.

대개 2살에서 10살 정도 어린이들은 수술하지 않고 건인(잡아당김) 치료를 병원에서 하게 되는 수가 많은데 부러진 부위를 정확히 맞추는 것이 아니고 약 1~2cm 정도 짧게 맞추게 된다. 왜냐하면 부러진 뼈가 일시적으로 길어지게 되는 현상이 있어서 나중에 다친 다리가 오히려 길어지게 되는 것을 방지하기 위하여서다.

또한 어느 정도의 견인기간이 지나면 골절부위에서 골을 만드는 골액이 생겨서 골절부위를 굳히게 되는데 대개 2~3주 정도 걸린다.

이때가 되면 몸통과 다리를 포함하여 석고붕대를 하게 되는데 어린이들은 어른에 비하여 적응력이



든 경우가 많다.

따라서 성장판 손상이 다 나은 후에도 1, 2년간은 후유증이 없는지 주기적으로 관찰하여야 한다. 만일 성장판 손상으로 다친 다리의 길이가 자라나지

후유증으로 무릎 변형, 다리길이 짧아질 수도 완치 후에도 1, 2년은 주기적으로 관찰해야

뛰어나서 석고붕대를 하고서도 크게 불편을 느끼지 않을 뿐 아니라 일정한 기간이 지나서 석고붕대를 풀게 되면 쉽게 운동능력을 회복하게 된다.

무릎주위의 성장판 손상은 회복이 빠르다

대퇴골에는 다른 몸의 여러 관절에서와 마찬가지로 다리길이를 성장하게 하는 성장판이 무릎주위에 존재하는데 이곳을 다치는 경우도 드물지 않다. 성장판을 다치게 되면 무릎이 변형되어서 "O" 또는 "X"자형 다리로 후유증이 남을 수도 있고 다리가 짧아질 수도 있기 때문에 의사들은 매우 신중하게 잘 맞추도록 노력한다. 왜냐하면 무릎 주위의 뼈는 약간 짧거나, 휘어도 쉽게 표시가 나고, 절 수 있기 때문이다. 다행인 것은 무릎 주위의 성장판은 다친 후에 매우 빨리 낫기 때문에 치료기간이 오래 걸리지 않는다.

성장판을 다친 경우라면 부모들도 걱정이 되어서 이를 문의하기 위하여 외래를 방문하는 경우가 많은데 일시적인 단 한차례의 방사선 촬영이나 진찰만을 가지고는 후유증 유무를 완전히 예측하기 힘

않아 수년사이에 점점 짧아지면 반대편 건강한 다리를 교정하고 길이를 늘려 맞추는 수술도 할 수 있다.

나은 뒤에도 물리치료 필수

어린이들이 대퇴골이나 무릎주위의 손상을 당한 경우라면 골절이 다 낫고 나서도 한참동안 물리치료 등을 통하여 관절운동 및 근육운동을 하여야 원래 상태로 회복할 수 있다.

그러나 어린이들은 골절 후의 주위 관절이나 근육의 회복이 매우 빨라서 재활치료가 필요한 경우가 드물다. 따라서 어린이들은 하지의 골절상을 당하고 난 후라도 쉽게 다치기 전의 운동을 다시 시작할 수 있게 된다.

드물긴 하지만 가끔 태권도나 유도 등의 격투기를 하다가 무릎부위나 대퇴골을 다치는 경우가 있는데 대개 교통사고 등의 큰 외력에 의한 경우보다는 주위 조직의 출혈이나 골막 파괴가 심하지 않으므로 치료기간도 좀 빠르고 나중에 다시 운동을 시작할 때까지의 회복기간도 빠르다.

역사 향기가 깃든



<연재 제 2회>

태권도 백과



이 경 명

(세계태권도연맹 사무처장)

겨루기를 아마추어 스포츠화한 경기 태권도는 각종 공방기술을 구사하는 격기

태권도 경기는 12m × 12m 너비의 정방형 매트(경기장) 위에서 일 대 일, 청·홍 두 선수가 일정한 경기규칙 아래 태권도 기술을 구사, 상대를 제압하고자 하는 격기로서 스포츠이다.

청·홍 두 선수는 주심의 주도아래 “치렷”, “경례”, “시작”, “갈려”, “그만” 등의 구령에 따라 시종 예시예종의 모범을 보이며 3분 3회전, 기량을 겨루 승자를 가리게 된다.

경기란 사전적 의미로는 일정한 규칙아래 기량과 기술을 겨루는 일로서 특히 운동 경기를 가리킨다.

태권도 경기는 겨루기를 아마추어 스포츠화한 것이며 태권도의 구성원리에서 창출되는 각종 공방 기술을 구사, 상대와 겨루게 되는 것이 특성이다.

태권도 경기문화

경기의 효시

1962년 9월 16일 대한태권도협회가 설립돼 그 이듬해에 대한체육회 산하 단체로 가맹, 동년 10월 24일에 개최된 제 44회 전국체전 정식종목으로 채택, 참가함으로써 경기화의 첫 발을 내디뎠다.

경기의 국제화는 1973년 5월 23일~25일 서울에서 개최된 제 1회 세계대회이며 여자부 경기는 1985년 제 7회 서울 세계대회에서 시범종목으로 처음으로 참가하였고 1987년 제 8회 바르셀로나 세계대회에 정식종목으로 채택됐다.

주니어 세계대회는 1996년 바르셀로나에서 처음

남녀 8체급 경기가 열렸다.

1960년대 당시 경기시간은 1분 30초, 3회전, 중간 휴식 30초였다.

한 때는 3분 2회전 경기가 치러진 적이 있었고, 현 3분 3회전 경기는 1974년 2월 5일 경기규칙개정 이후부터이다.

초기의 경기시간에 비하면 배수로 늘어난 경기시간으로 선수는 그만큼 체력강화를 위해 피땀나는 고된 훈련을 감내해야 하는 것이다.

손과 발의 기술체계로 이뤄진 태권도 기술은 다양할 뿐만 아니라 그 위력은 감히 살인적이라 하겠고 직접 신체의 타격력을 완충하고 선수의 안전을 위해 몸통보호구가 창안됐다.

호구로 약칭되는 몸통보호구의 구상은 태권도 원로인 전일섭씨의 아이디어를 얻게 대한태권도협회

에서 제작, 공식 사용하게 되었고 오늘에 이르고 있다.

몸통보호구

몸통보호구는 신체의 몸통 앞 부위를 보호할 목적으로 그 재질은 천과 대나무 등으로 제작되었다. 호구는 선수에게 경기 시 필수 착용해야 할 의무사항이었다.

손과 발 기술의 강한 타격의 충격을 완충 역할을 하는 초기 호구의 방력판의 주된 소재는 대나무였다. 그같이 강한 강도로 인해 선수가 가격 때마다 입는 손발의 상처로 호구는 온통 피투성이가 돼 관중의 마음을 안타깝게 했다.

70년대 초반기부터 대나무 대신 PVC 등 대체 재질이 개발, 사용되기도 했었고 시대의 흐름에 따라 점차 소재도 EVA 스폰지로 개량, 발전을 거듭해 오고 있다. 그리고 근대 등부위 척추를 보호하기 위해 등판과 함께 끈으로 묶는 번거로움에서 탈피, 끈대신 접착제, 벨크로 등 재질로 해서 간편할 뿐만 아니라 세련된 뎀시라는 평이다.

호구의 표면에는 청 또는 홍의 득점부위가 색깔로 표시돼 있는데, 복부와 허리로는 연결되는 직사각면으로 구분하였다. 그리고 한때는 몸통 급소 부위인 명치, 복부, 양 옆구리 부위를 네 구분, 원으로 표시를 하였다. 이같은 청·홍 호구의 색상 표시는 경기 시 선수의 구분 및 타격 등 이중적 기능을 의미하고 있다.

세계연맹은 92년 바르셀로나 올림픽 때 원형 득점부위 표시의 전자호구를 사용하였으며 지금에 이르고 있다. 일부에서는 연맹측의 독선적 사무행정을 회자하고 있다.

현재 경기 복장으로 사용되는 종류는 호구와 함께 출발한 살보호대와 1985년부터 착용하게 된 팔다리보호대, 그리고 1987년(대태협은 1986년)부터 착용하기 시작한 머리보호대가 있다.

전광판

태권도 경기대회에서 최초 전광판 운영은 1985년



▲태권도 경기를 펼치고 있는 두 선수.

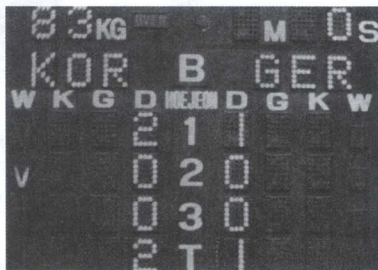
선수들은 안전을 위해 몸통보호구를 착용해야 한다. 호구의 표면은 득점부위와 선수의 구별을 위해 청·홍 색상 표시가 되어 있다.

제 7회 서울 세계대회 때였다. 그리고 이듬해 서울에서 개최된 '86 아시안게임, '88 서울 올림픽, '89 서울 세계대회, '91 아테네 세계대회, 그리고 '92 바르셀로나 올림픽 시범대회 등에서 사용되었다.

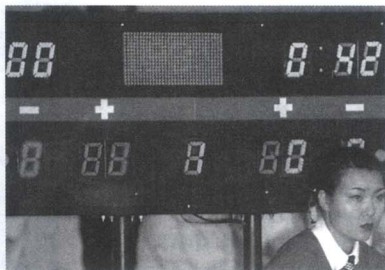
최초의 전광판 제작 동기는 '86 서울 아시안 게임을 대비해서 세계연맹 김운용 총재의 지시로 출발하게 됐다. 당시 세계연맹 배종호 사무총장, 송상근 사무처장을 비롯해 국기원 측에서는 홍중수 부원장, 김순배 기술심의회 의장, 그리고 지도자연수원 이종우 부원장, 강원식(세계연맹 기술위원장)의 참여로 개발하게 되어 시험용으로 첫선을 보였다.

이 전광판의 기능은 대회전 경기결과를 컴퓨터 운영자(기록원)가 입력, 전광판을 통해 표출됨으로써 관객에게 흥미를 부여하고 경기의 과학화에 기여

전광판의 변화



▲1988년 서울에서 열린 제7회 세계대회 때 처음으로 사용된 전광판. 경기결과가 즉시 표출됨으로써 태권도 경기의 흥미를 높여주었다.



▲최근에 사용되는 전광판은 이동이 편리하도록 규격이 축소되었다.

하게 됐다.

85년 세계대회에 사용할 전광판 3대를 대회조직위가 삼익전자에 대당 이천만원에 계약, 발주했다. 이 전광판은 이어 90년대초까지 제작, 판매되었다.

그 당시 세계대회에서 처음으로 전광판을 사용하고저 준비해 두고 먼저 기술위원회의에서 승인 절차를 거쳐 대표자회의에서 공지하기로 했었다.

을 즉시 표출되도록 개발하고자 유경사 조응호 사장과 함께 온 정열을 쏟았다.

오늘의 전광판이 개발되기까지 강원식 전무의 공헌이 지대했으며 특히 강전무가 겪은 시련과 시행착오는 이루 말할 수 없었다.

전광판의 검은 색상은 TV 방영시 빛의 반사를 방지하기 위한 것이며 발광의 강도를 높이기 위한으

전광판은 제 7회 서울세계대회부터 기능성, 경제성, 이동성 뛰어나게 개발

이에 이탈리아 팀 박영길 코치가 제일 먼저 이를 제기했고, 이어 미국협회 양동자 회장이 대회조직위원회에 강력한 항의로 인해 잠시 소란을 야기했다.

이 전광판은 전자식 대형 점수판으로 가로 2.5m × 세로 2m 크기로 가시거리가 멀고 관중에게는 더할나위 없이 편리하나 대형에다 무거운 중량으로 인해 이동에 불편했다. 이후 이동의 편리를 위해 점차로 규격을 축소해 오늘에 이르고 있다.

최초의 컴퓨터시스템에 의한 즉시 채점기와 소형 전광판 개발은 강원식씨가 대태협 전무이사로서 취임 후 기존 전광판의 표출을 부심에 의한 득점입력

로 형광램프를 사용했다.

당시 태권도 경기문화의 획기적 전기를 마련했던 그때의 전광판을 지금은 찾아볼 수 없다. 최초로 사용한 전광판, 또는 '86 서울 아시안게임, '88 서울 올림픽개임에서 사용했던 전광판 중 적어도 한 대쯤은 태권도의 역사적 자료로 보관돼 있어야 하는데, 들리는 소식에 의하면 국기원에서 보관 중이었던 전광판이 누군가에 의해 이미 고철로 폐기처분됐다고 한다.

국내에서 현재 소형으로 제작된 전광판을 사용하고 있으나 아직도 중량이 60kg 정도라고 하니 이동성에 대한 불편을 완전히 해결해 주지 못하고 있

다.

전광판에 대한 개발은 오히려 외국에서 활발히 진행되고 있고 스페인, 이탈리아, 오스트리아 등지에서 개발, 제품화돼 있다. 세계연맹은 오스트리아 ASL사의 경기 운영 시스템을 수년 전부터 각종 국제대회에서 시험 결과, 기능성, 경제성, 이동성 등 뛰어난 품질로 해서 지난 해에 공식 승인했다.

그 첫 공식 사용은 지난 해 홍콩에서 개최된 1997년 11월 제 13회(여자 제 6회) 세계대회에서 사용, 그 진가를 발휘했다.

이 경기 운영 시스템은 12kg의 휴대용 가방에 부심용 전자 채점기 및 연결선, S/W 디스켓이 전부이며, 득점 표출은 컴퓨터 모니터 또는 TV화면을 통해 표출하게 돼 대회 조직위에서는 단지 모니터 등을 준비만 하면 된다.

게다가 대진표작성 프로그램이 개발돼 있어 체급별 명단의 입력으로 간단히 자동 추첨에 의한 대진표 작성 및 출력할 수 있어 엄청난 시간의 단축을 기할 수 있다.



▲감독관을 비롯해 5명의 심판원이 경기판정에 대해 논의하고 있다. 세계연맹은 오는 7월 1일부터 개정 시행하는 경기규칙에서 감독 관제를 폐지하여 4심제로 심판원이 구성된다.

4심제 채택

현행 경기 규칙에 의하면 구성은 감독관 1명, 주심 1명, 부심 4명으로 구성되며 12m × 12m 너비의 정방형 매트 위에서 정·홍 두 선수간의 대전방식, 경기 시간은 3분 × 3회전, 회전간 휴식 1분, 1득점 득 운영으로 승패가 가려지는 방식이다.

득점 부위는 몸통, 양 옆구리, 얼굴 등이며 득점은 허용된 기술로 득점 부위를 강하게 가격한 것으로 한다. 득점 부위가 아니더라도 상대방을 강하게 공격하여 위험 상태에 빠뜨이면 득점으로 인정한다. 득점은 3회 통산한다.

벌칙은 경고 감점으로 한다. 경고 2회는 감점 1점, 시험 중 1회 감점은 1점을 감점하여 경기 중 3점

감점은 실격패가 된다. 금지 행위는 경고 13개항과 감점 8개항으로 규정돼 있다.

경고는 다음 행위에 주어진다. ①상대를 잡는 행위 ②어깨, 몸, 손, 팔로 미는 행위 ③손, 팔로써 상대를 끼는 행위 ④고의로 경계선 밖으로 나가는 행위 ⑤등을 보이고 피하는 행위 ⑥고의로 넘어지는 행위 ⑦입살을 부리는 행위 ⑧무릎으로 가격하는 행위 ⑨고의로 살을 가격하는 행위 ⑩고의로 허벅지 또는 무릎, 정강이를 차거나 강하게 밟는 행위

⑪얼굴을 손으로 가격하는 행위 ⑫선수자신이 손을 들어 득, 감점을 시위하는 행위 ⑬선수, 코치가 바람직하지 못한 언동을 하는 행위.

그리고 감점사항은 ①넘어진 상대를 가격하는 행위 ②“갈려” 후 고의로 가격하는 행위 ③뒤통수 및 등 부위를 고의로 가격하는 행위 ④얼굴을 고의로 손으로 심하게 가격하는 행위 ⑤머리로 박치기 하는 행위 ⑥한계선을 나가는 행위 ⑦잡아 넘기는 행위 ⑧선수, 코치가 바람직하지 못한 언동을 심하게 하는 행위이다.

최초의 경기 규칙은 1962년 11월 3일 대한태권도 협회에서 제정되었다. 당시의 주요 내용을 보면 경

기장의 면은 8m × 8m 정방형 마루바닥이었고 심판원 구성은 6단 이상 고단자로서 구성되는 배심원 2명, 4단 이상 보유자로 주심 1명, 그리고 부심 4명 등 7심제였고, 12개 경고 (당시 '주의'라 칭함)와 4개의 감점 사항, 그리고 득점은 정확한 가격에 의한 1점제였다.

그 후 67년 3월 7일 네번째 규칙 개정에서 몸통부

서 경고사항(당시 '주의' 사항) 12, 감점사항 4항목이었다.

1977년 10월 1일 제 1차 경기규칙개정의 주요 내용은 ①남자부 10체급(라이트 미들, 라이트 헤비 2체급 추가), 여자부 8체급 제정 ②차등 점수제 폐지 ③경기시간 3분 3회전 1분 중간휴식으로 상향조정 ④심판구성은 국제심판자격증 소지자로서 배심

7월 1일부로 제 7차 개정경기규칙 적용

위 1점, 얼굴에 강한 공격시 2점, 그외 1점 등 차등 점수제를 채택, 77년까지 시행했었다.

그 후 세계태권도연맹이 1972년 5월 28일 19개국 회의대표가 참석한 서울 창립총회에서 규약 및 경기규칙이 제정됐다.

주요 내용을 보면 ①경기장은 8m × 8m 평면 마루바닥, 경기시간은 2분 3회전 중간휴식 30초 ②득

1급, 주심은 2급, 부심은 3급으로 구성, 배정한다는 조항 등이었다.

1982년 2월 23일 제2차 경기규칙개정의 주요내용은 ①경기장 12m × 12m 너비의 마루 또는 에타폼의 평면 ②경기복장에 있어 기존의 몸통보호구 외에 살보대, 팔다리 보호대를 추가로 착용 의무화했다.

1983년 10월 19일 제 3차 경기규칙 개정은 ①남자부 8체급 재조정 ②득점부위에서 몸통부위는 젖꼭지 아래로부터 하복부까지, 몸통의 전면부위로 확장했고 얼굴부위란 이마로부터 양 귀 사이 얼굴면을 포함 턱아래 목부위 쇄골까지로 규정했다.

1986년 6월 1일 제 4차 경기규칙 개정 된 내용은 ①경기복장으로 머리보호대 추가 ②채점표 기재 요령으로 한장의 채점표에 3회전 통산, 채점하고 경기 종료 후 주심에게 제출하던 제도를 해 회전 경기 종료 후 즉시 주심에게 제

출하는 방법과 채점표의 양식도 8개항의 경기 결과 판정난을 삭제했다.

머리보호대는 1986년 7월 미국 콜로라도 스프링스에서 열린 월드컵태권도경기에서 처음으로 착용하였고 이듬해 '87 바르셀로나 세계대회에서부터 공



▲마루바닥에서 펼쳐지던 경기가 '86 서울 아시안게임 때 처음으로 매트위에서 펼쳐져 이후 국내대회에서 사용되었다. 세계연맹은 1991년 경기장 바닥을 매트로 의무화했다.

점은 차등점수제로서 몸통(명치, 복부, 양 옆구리) 부위 가격시 1점, 발공격만을 허용한 얼굴부위는 강한 타격에 의한 2점과 가벼운 공격시 1점 채택 ③남자 8체급 ④심판구성은 6단 이상 고단자로 배심 2명과 주심 1, 부심 4명 등 7심제 ⑤금지행위로



▲ '86 월드컵대회에서 처음으로 선보인 머리보호대를 쓰고 입장하는 선수들.

식적으로 착용하게 됐다.

1989년 10월 7일 제 5차 경기 규칙의 개정 내용은

①득점의 채점 및 표출은 전자 채점기 또는 채점표 사용 ②전자 호구 사용시 심판구성 및 배정은 감독관 1, 주심 1, 부심 2명 ③금지행위에서 경고사항 1개 추가로 13개항, 감점사항 2개 추가로 8개항으로 증가 ④배심의 명칭을 감독관으로 개칭하는 것 등이다.

1991년 10월 18일 제 6차 경기 규칙의 개정 내용은 1)경기장 바닥은 탄력성 있는 매트로 의무화 2)소청위 구성 절차 등이다.

1997년 11월 18일 제 7차 경기 규칙 개정의 주요 내용은 ①남녀 체급 상향조정과 주니어 체급 제정 ②심판구성 및 배정에서 감독관 폐지, 그리고 부심 1명 축소 ③금지행위에서 경고 및 감점사항을 각 4개항으로 대폭 축소 등이다.

경고 및 감점사항은 ①접촉행위 ②소극적 행위 ③가짜행위 ④불미한 행위, 이에 주심의 수신호를 비롯해 경기진행, 심판원석 등이 바뀌게 됐다.

세계연맹은 지난 해 개정된 경기 규칙을 오는 7월 1일부터 적용하기로 공지, 지난 3월부터 각 지역별 로 국제심판 보수교육을 실시하고 있다.

전자호구

세계태권도연맹 경기규칙 제 13조 채점과 표출, 3항 전자호구 사용시

①몸통 부위의 채점은 전자호구에 부착된 발신기에 의해 자동 채점된다.

②얼굴 부위의 채점은 채점기 또는 채점표에 의해 부심이 채점한다.

③채점기 또는 채점표를 사용할 경우 2인 이상의 부심이 인정하는 점수를 득점으로 인정한다고 명기돼 있다.

전자호구 개발을 제일 먼저 착수한 사람은 태권도 원로인 이종우 세계연맹 부총재이다. 이 부총재는 세계연맹 사무총장 재직시 태권도의 과학화를 기하고 경기 때마다 잠깐 날 없이 심판 판정의 공정성을 어떻게 해소할까를 생각하다가 전자호구 개발을 착수하게 되었다.

전자호구 개발 선구자는 이종우 WTF 부총재 현재 더 이상 발전 없어

이 부총재는 1991년 5월 자그레브 월드컵대회 때 각국 참가 임원, 코치들에게 첫 개발품을 선보였고 이어 1993년 8월 뉴욕 세계대회 기술위원회 및 집행위원회의 때 다시 개선된 개발품에 대한 설명회를 가졌다.

한편 해외에서 전자호구에 대한 연구도 활발히 진행됐다. 미국, 오스트리아에서 개발된 제품에 대한 시험을 국가원에서 태권도 관계자들이 참석한 가운데 몇차례 가졌다.

그러나 개발품에 대한 평가는 부정적이고 아직도 보완해야 할 문제점으로 첫째로 전자호구 사용 시 득감점 등 진행과정의 내용이 바로 전광판에 즉시 표출해야 하는 데, 이는 무선의 전자전달로 이뤄져야 할 때 주파수에 대한 보안성, 둘째로 몸통부위에 전자호구에 의한 채점이 가능하나 얼굴부위에 대한 보완책이 전무하다는 과제를 안고 있다.

현재 전자호구에 대한 개발이 더 이상 진전을 보지 못하고 유감스럽게도 중단된 상태이다.



태권도 가족들이 지구촌 곳곳에서 활발히 움직인다



23차 국제심판 보수교육

98년 월드컵 태권도대회에 즈음하여 6월 8~9일 독일 신텔핑겐 노보텔호텔에서 23차 국제심판 보수교육이 열린다. 개정 경기규칙과 심판 수신호 교육.

참가신청서는 5월 15일까지 세계연맹에 제출해야 한다. 참가자 숙박예약은 대회조직위원 독일태권도 협회가 대행해주는데 연락처는 전화 49 89 1593 0043, 팩스 49 89 1593 0045, E-mail DTU-Office @t-online.de이다. 참가자들은 6월 7일 노보텔호텔에 설치되는 연맹사무소에 등록해야 한다.

제 2회 국제피라미드태권도대회

3월 26~27일 이집트 후가다에서 6개국 남자선수 28명(이집트는 2개 팀 참가)이 참가한 가운데 남자 4체급(-58kg, -68kg, -80kg, +80kg)에 걸쳐 경기가 진행되었다. 종합성적은 멕시코 1위, 이집트 A팀 2위, 터키 3위. 김영태 차장과 권경욱씨가 세계연맹 Technical Delegates로 참석했다.

제 1회 스페인 오픈 국제태권도대회

4월 3~5일 스페인 바르셀로나에서 20개국에서 청소년선수 221명, 성인선수 267명이 참가한 가운데 남녀 주니어 각 10체급, 남녀 성인 각 8체급 경기가 치러졌다. 종합성적은 스페인이 1위, 터키 2위, 멕시코 3위. 이경명 차장이 세계연맹 Technical Delegate로 참석했다.

세계연맹 방문객

- 박차석 팬암연맹회장 겸 세계연맹 집행위원
- Jarmo Soila 핀란드협회장 겸 세계연맹 집행위원
- Josiah Henson 세계연맹 부총재

대만 체육연맹 회장, 김운용 총재 방문

4월 14일 대만체육연맹 Wan Lie Chang 회장이 세계연맹 집행위원 Coleman C.Y. Lee씨(대만)와 함께 김운용 총재를 방문, 아시아지역의 태권도문제에 대해 논의했다.

제 12, 13회 세계대회 비디오테이프 출시

미국 Reflex Sports Productions사가 12회 세계대회 및 13회 세계대회를 각각 비디오테이프 2개와 3개에 담아 제작, 출시했다. 주문은

Mr. Gary Ruderman
Reflex Sports Productions
3231 Ocean Park Blvd, #216
Santa Monica, CA, 90405 U.S.A.
전화 : 1 310 450 7929 팩스 : 1 310 545 1812
E-mail : videotapes@reflexsports.com
인터넷 홈페이지 : <http://www.ReflexSports.com>

국기원 제 2차 고단자심사 시행

98년도 제 2차 고단자심사가 6월 13일 시행된다. 한국거주인은 6단~9단까지, 비한국거주인은 8단~9단에 신청할 수 있다. 자세한 사항은 국기원(567-1058~9)으로 문의바람.

회원국 소식

* 스웨덴 *

Swedish Taekwondo Federation (회장 : Mr. Ferenc Boo) Hagervagen 23, 611 62 Nykoping
전화 / 팩스 : 46 155 28 83 93 이동전화 : 46 708 28 83 9 E-mail : ferenc@mbx302.swipnet.se

THE WORLD TAEKWONDO FEDERATION NEWS

* 남아프리카 공화국 *

South African Taekwondo Federation

(회장 : Mr. Godfrey G. Mokoboto)

회장 개인 팩스번호 : 27 1461 23339

* 브루나이 *

Brunei Darussalam State Taekwondo Association

(회장 : Mr. Haji Abd Jalil Haji Bakar)

새 팩스 : 673 2 380042

* 핀란드 *

Finnish Taekwondo Federation(회장 Mr. Jarmo

Soila) 새 팩스번호 : 673 2 380042

* 브루나이 *

Iraqi Taekwondo Federation은 2월 11일 총회에서 Mr. Mahir Ahmed Asi를 회장으로 재선출했다. 사무총장은 Mr. Najam Abid Igar.

* 나카라구아 *

Federacion Nicaraguense de Taekwondo

(회장 : Mr. Felix Pereira Alegria)

전화 : 505 2 662 975(집) / 680 558(사무실) / 666 332(사무실) 팩스 : 505 2 665 929(사무실)

* 싱가포르 *

97년 12월 20일 '97년 Europa Cup대회 개최. 이 대회는 유망 청소년을 엘리트 선수로 육성키 위한 SPEX 2000 Europa 태권도훈련계획 일한다.

* 칠레 *

Federacion Chilena de Taekwondo

(회장 : Sr. Rodrigo Sanchez Santelices)

전화 / 팩스 : 56 2 6354000

* 스페인 *

Federacion Espanola de Taekwondo(회장 : Mr. Manuel Colmenero Firvida)는 격월간 협회공식잡지 Taekwondo 창간호를 4월에 발간했다.

* 팬암지역 4개국 *

St. Lucia, British Virgin Islands, Antigua &

Baruda, St. Christopher(St. Kitts) & Nevis - 가 3월 30일자로 회원가입. 이로써 세계연맹 총회원국 수는 157 개국.

한편 이미 가입승인 되었던 아이티의 Union Hattienne de Taekwondo가 국가 올림픽위원회 승인서 위조로 회원자격이 취소되었고, 대신 Association Hattienne de Taekwondo가 새로 연맹에 가입하였다. 이들 5개 협회는 집행위 및 총회 인준을 받아야 한다.

◆ Association Haitienne de Taekwondo

(회장 : Mr. Leo Cartright)

c/o Comite Olympique Hatien, Etage Triangle Shopping Center Delmas, #199, Haiti

전화 : 509 461771 팩스 : 509 462211

◆ St. Lucia Taekwondo Federation

(회장 : Mr. Samuel Decaille)

c/o Annette Edgar

Ministry of Community Development, Co-operatives, Culture & Local Government 4th Fl, Government Buildings, Waterfront, Castries, St. Lucia

전화 : 1 758 453 6096 / 0652 팩스 : 1 758 453 7921

◆ British Virgin Islands Taekwondo Federation

(회장 : Mr. Mitchel E. Penn)

P.O. Box 304738, St. Thomas

U.S. Virgin Islands 00803

전화 : 1 284 494 5312 팩스 : 1 284 494 2002

◆ Antigua & Baruda Taekwondo Federation

(회장 : Mr. Elroy Gabriel)

Golden Grove New Extension Antigua,

Angitua & Baruda (West Indies)

전화 : 1 268 461 9861

팩스 : 1 268 462 4811 / 2988 (NOC)

◆ St. Christopher(St. Kitt) &

Nevis Taekwondo Federation

(회장 : Mr. Lincoln David)

c/o St. Kitts and Nevis Olympic Committee

P.O.Box 953, Church St., Basseterre, St. Kitts

St. Kitts & Nevis

전화 : 1 869 465 6601 팩스 : 1 869 465 8321

E-mail : SKNOC2caribsurf.com

역사속의 테권도소설



악마시대

〈연재 제 16회〉

호로아 글 · 그림

꼼짝 않는 초토사 황계훈

『세상이 뒤집어지기만 해라. 몸쓸 짓만 하던 그 아전(衙前=지방 관아의 하급 관원)녀석을 요절내고 말 테니…』

『맞아. 이제 머지않아 세상은 전봉준 장군의 세상이 된다네.』

『아무렴 장차 조선은 동학군이 다스리게 될 거야.』

호남(湖南=전라남도와 전라북도)을 두루 이르는 말)의 중심인 전주성(全州城)에서도 두 가지 움직임이 거센 소용돌이를 이루고 있었다.

황토재에서 동학군이 관군을 박살냈다는 소식은 오랫동안 못된 정치에 시달려 온 백성들에게 밝은 희망을 안겨 주면서 그들의 기를 살렸다.

피지배계급(被支配階級=지배를 받아 온 힘없는 계층)인 백성들은 모이거만 하면 신이 나서 자기네들이 알고 있는 정보를 서로 나누면서 이 나라의 앞날을 점쳤다.

이와는 반대로 지배계급인 벼슬아치나 양반들은 최신 무기를 갖춘 관군이 농민들로 이루어진 동학군에게 엄청난 패배를 당했다는 사실에 큰 충격을 받아 흔들리고 있었다.

『아니. 그 무지렁리(무식하고 어리석은 사람) 농사꾼들이 어떻게 관군을 깨뜨렸단 말인가.』

『세상은 정말 말세(末世=정치가나 도의 따위가 어지러워지고 시들어 가는 세상)로구나. 농사꾼들이 관군을 우습게 여기는 세상이 되고 말았으니…』

『쫓 쫓 쫓! 이러다가는 정말 주상(主上=임금)이 계시는 한양(漢陽=서울)으로 피난 가게 생겼

어.』

지배계급의 대부분은 그 동안 자기네들이 해온 것이 있는지라 동학군의 세상이 됐을 경우 그 양값을 당할 것이 두려워 금·은·불이 등을 챙기고 여차하면 도망갈 궁리를 하고 있었다.

전주성 뿐만 아니라 호남, 더 나아가서는 조선팔도 전체에서 지배계급이나 모두가 동학군의 움직임에 날카로운 관심을 나타내고 있었다.

황토재의 동학군 승리는 백성들에게 밝은 희망을 지배계급은 도망갈 궁리만

지배계급의 불안한 마음은 경군(京軍=서울의 정부군)을 이끌고 내려왔으면서도 전주성에서 꼼짝 않고 있는 양호초토사(兩湖招討使) 홍계훈에 비난에 되어 퍼부어졌다.

『도대체 초토사는 무얼하고 있는 거야. 성을 나가 동학군을 칠 생각은 하지 않고…』

『나랏님(임금)의 명을 받고 내려왔으면 한시도 지체 말고 민란(民亂)의 괴수 전봉준의 목을 따야 될 것 아닌가.』

『천하의 겁쟁이다. 초토사 홍계훈은 동학군이 무서워 움찔뻑뻑 못하고 있는 거야.』

그러나 이런 비난도 못들은 척 홍계훈은 전주성에 서 한 발짝도 움직이지 않는다.

〈흥! 조금 더 기다려 이 녀석들아. 조금만 더 있으면 내가 왜 움직이지 않고 있었는지 너희들만 알게 돼.〉

홍계훈이 자신에게 쏠리는 「갑쟁이」, 「무능력자」 등 비난의 눈초리를 견뎌내면서 때를 기다리고 있는 데에는 나름대로 그만한 까닭이 있었다.

갑자대의 전봉준 암살 성공 소식을 기다리고 있는 것이다.

〈동학군 본진을 기

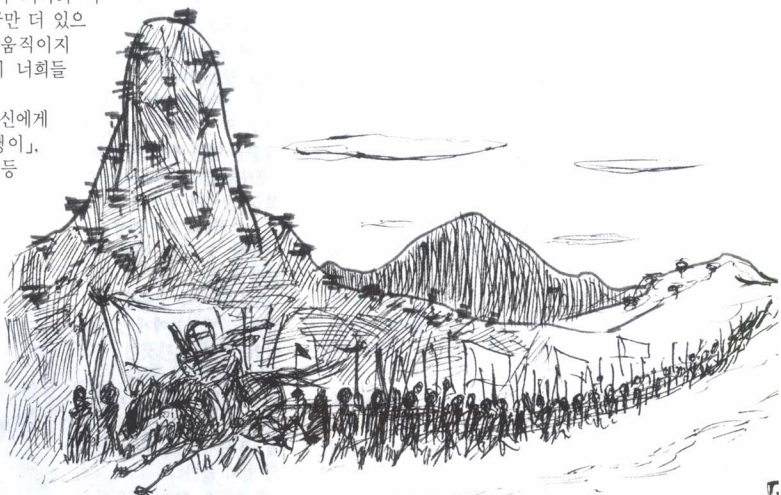
습한 갑자대의 전봉준 암살만 성공한다면 그때 전주성을 나서 역도(逆徒=반역을 일으킨 자)들을 모조리 없애고 말테다. 지도자를 잃은 동학군은 지리멸렬(支離滅裂=갈거리 흩어지고 찢기어 갈피를 잡을 수 없이 됨)되어 아무 힘도 못쓸테니 그때 총공격해서 몰살시켜 버릴 테다.〉

전주성에 입성한 직후 민비로부터 밀서(密書=비밀히 보내는 편지)를 받아 갑자대가 동학군을 기습한다는 사실을 미리 알게 된 홍계훈은 무거운 짐을 벗은 듯한 홀가분한 기분이었다.

〈조선팔도의 으뜸가는 무사들도 구성된 갑자대가 변장해서 기습을 감행하면 그 어느 누가 살아남을 수 있겠는가. 전봉준은 죽은 목숨이야. 암, 죽은 목숨이고 말고...〉

정탐꾼이 돌아왔습니다

갑자기 복도를 달려오는 소리로 방밖이 소란해졌다.



『장군! 동학군에 잠입해 있던 밀정(密偵=몰래 살피는 정탐꾼)이 돌아왔습니다.』

밀정은 아직 씻지 않아 먼지와 땀투성이인 데다 먼길을 쉬지 않고 달려왔기 때문에 기진맥진해서 몸을 제대로 가누지 못했다.

『수고했네. 그리 앉게.』

홍계훈의 말을 기다릴 것도 없이 밀정은 방바닥에 무너지듯이 주저앉아 가쁜 숨만 몰아쉬고 있다.

『그래, 어떻게 됐나? 동학군 본진에서는 아무런 소란도 없었느냐? 전봉준은 아직도 살아 있느냐?』

전봉준의 생사가 궁금한 홍계훈은 다그치듯이 물었다.

밀정은 무슨 말을 하려고 했지만 진이 빠진데다가 목이 바짝 말라 허가 잘 돌아가지 않는다.

『저어... 저어... 물... 물 좀...』

그제야 홍계훈은 아직도 물리지 않았던 자리끼(잡자리에 마시려고 머리맡에 떠놓는 물)를 그릇에 부어 밀정에게 넘겨주었다.

벌겋 벌겋 물을 마신 밀정은 크게 한숨을 내쉬 다

음 조금씩 입을 열기 시작했다.

『이를 전 소성 삼거리에 진을 친 동학군 본진에서는 큰 소란이 있었습니다. 변장한 무사인듯 싶은 사나이들이 전봉준의 목숨을 노려 한밤중에 기습을 감행했습니다.』

『그래? 그 암살은 성공했나?』

『아닙니다. 소란이 끝나고 난 뒤 전봉준이 살아서 나타났으니 암살은 실패인 것으로 보아야겠습니다.』

『.....』

홍계훈의 몸에서는 일시에 기운이 빠져 나가 버렸다.

전봉준이 암살 당하면 바로 군사를 끌고 나가 동학군 주력부대(主力部隊=가장 크고 힘쓰는 부대)를 들이치려고 잔뜩 벌렸던 그의 꿈은 산산조각이 나고 만 것이다.

『하면 그 암살자들의 무예가 모자라 전봉준을 죽이지 못했던 말인가?』

『그렇지 않습니다. 암살자들은 모두 무예가 뛰어난 자들이었습니다만 또 다른 한패가 나타나더니 암살자들과 대결했습니다.』

이 말을 들으니 홍계훈의 눈이 휘둥그레졌다.

『아니? 또 다른 한패라니? 동학군의 군사(軍師) 두역시니가 이끄는 그 지리산패 아닌가?』

『아닙니다. 지리산패는 아니었습니다. 우리나라 무사가 아닌 듯 보였습니다.』

홍계훈을 비롯 그 자리에 있던 군관(軍官=군사를 맡아보는 관리)들을 숨이 막힐 만치 놀랐다.

『그... 그게 무슨 소리인가? 우리나라 무사가 아니라니...?』

홍계훈이 다급하게 묻는다.

『그들이 쓰는 표창, 그리고 칼, 검술(劍術=검을 쓰는 기술), 차림새로 보아 왜놈들 같았습니다. 암살자와 왜놈들은 서로 싸우며 죽임으로써 공멸(共滅=함께 멸망하는 것)한 셈입니다.』

『왜놈들이라...?』

홍계훈은 어째서 갑자대의 전봉준 암살을 아무리 생각해도 풀리지 않았다.

또다시 움직이는 동학군

갑자대와 নিজ부대가 뒤엀킨 격돌을 겪은 동학군

본진은 다음날 소성 삼거리를 떠나 번개처럼 진격을 시작했다.

먼저 홍덕에 쳐들어갔고 고창, 무장, 고부 등의 관아를 짓밟았다.

가는 곳마다 관아의 무기고에서 무기를 거두어들이고 온 고을을 이 잡듯이 뒤져 포수(砲手=총으로 짐승을 잡는 사냥꾼)들을 찾아냈다.

포수들을 저마다 사냥총을 지니고 있는 데다 총 쏘는 솜씨가 뛰어나 따로 훈련 시킬 것도 없이 바로 전력(戰力=전쟁을 수행할 수 있는 능력)에 보탬이 됐다.

전봉준은 각 고을을 치면서도 백성들에게 세상이 바뀌어 깨끗한 정치가 펼쳐져야 한다. 고동학군이 봉기할 수밖에 없었던 까닭을 알기 쉽게 풀어서 설명하는 것을 잊지 않았다.

홍계훈과 함께 서울에서 내려온 청나라 사신은 서국룡(徐國龍)은 동학란이 어떻게 돌아가고 있는지를 편지에 적어 자신들이 타고온 청나라 군함 평원호(平遠號) 함장에게 보냈다.

군산항에 닿을 내리고 있던 평원호는 제물포(濟物浦=지금의 인천)로 되돌아가 이 편지를 서울의 청나라 동관에 전달했다. 편지 내용은 다음과 같다.

— 홍계훈 일행은 무사히 전주에 도착했다. 난당(亂黨=반란을 일으킨 무리, 여기서는 동학군을 가리킴)은 고부, 태인, 부안, 무장, 고창, 금구 등 6현(縣)에 만연(蔓延=널리 퍼짐)하고 금산과 여산에서도 포기했다.

4월초 6일 전라 영병(營兵=감영의 군사) 300여명과 보부상 600여명으로 고부 두승산에서 난민(亂民=난리를 일으킨 백성)을 요격했으나 크게 저서 많



은 무기를 빼앗겼다는 보고가 있었다.

정읍, 고부, 연지 등 지방의 높고 낮은 관리들은 도망갔고 초토사(홍계훈)는 행군(行軍=군대가 줄을 지어 움직임)할 마음이 없다. 8일 우선 100명을 홍덕으로 뽑아 보내 적정(敵情=적의 형편)을 살피고 있다. —

형편을 살피려 홍덕에 들어갔던 전주 감영의 정탐꾼 100명은 동학군이 들이닥치자 혼비백산해서 전주로 도망쳐 버렸다.



동학군이 많은 사람들의 예상을 깨고 바로 전주로 향하지 않고 여러 지방 관아부터 치기 시작 한데는 그만한 까닭이 있었다.

『당장 전주로 쳐들어갑시다.』

성미가 급하고 거친 탓인지 언제나 공격을 앞세우는 총관령 김개남이 때를 놓치지 않고 전주를 행해 진격할 것을 주장한 것은 소성 삼거리에서 하룻밤을 지낸 다음날 아침의 군략(軍略=군대의 운용에 관한 계략)회의에서였다.

갑자대와 인자부대를 모조리 없애는 대가로 동학군의 특수부대인 지리산패도 2명이 목숨을 잃었고 2명의 크게 다쳐 조금은 무거운 분위기 속에서 군략회의는 열렸다.

회의에는 대장 전봉준, 총관령인 손화중과 김개남, 총참모인 김덕영, 오시영, 연술장 최경선, 비서 최희옥, 정백현, 그리고 복면군사(軍師) 두역시니 등이 참가했다.

회의의 첫머리 김개남은 황토재의 승리로 동학군의 사기가 하늘을 찌를 듯 높아졌으니 머뭇거리지 말고 전주로 쳐 올라가자고 외쳤다.

역시 피가 뜨거운 영술장 최경선이 김개남의 주장을 지지하고 나섰다.

여러 가지 의견이 오가는 동안 두역시니는 입을 굳게 다물고 듣기만 했다.

모든 사람들이 자신의 의견을 털어놓고 난 뒤에야 두역시니는 비로소 입을 열었다.

『여러분들의 주장은 모두 일리가 있다고 여겨집니다.』

모두의 눈은 두역시니에게 쏠렸고 모두의 귀는 그가 무슨 말을 할 것인지들 놓치지 않으려고 열려 있었다.

『전주는 함락시켜야 되나 지금 그곳에는 양호초토사 홍계훈이 경군을 이끌고 내려와 지키고 있습니다. 문제는 홍계훈과 경군이 아니라...』

두역시니는 자신의 뜻이 여러 간부들에게 잘 전달이 되고 있는지 잠시 말을 멈추어 살펴보니 다시 입을 열었다.

『문제는 홍계훈과 경군이 아니라 무기입니다. 경군은 대단한 화력(火力=총과 대포의 위력)을 지니고 있습니다.』

「.....」

순간 자리는 물을 끼얹은 듯 조용해졌다.

황토재에서의 승리로 들떠 있던 분위기가 삽시간에 가라앉은 느낌이였다.

그랬다. 두역시니의 말은 정곡(正鵠=과녁의 한가운데 되는 점에서 유래되어 문제의 핵심을 이르는 말)을 찌르고 있었다.

동학군은 주로 축창, 농기구(농사 지을 때 쓰는 기구), 그리고 창과 칼이 주된 무기다.

이에 견주어 경군은 아포 4문, 탄약 141상자, 여러 자루의 소총 등 강한 화력으로 무장돼 있다.

지금 비록 동학군의 사기는 드높다고 하나 엄청난 화력으로 공격받으면 단숨에 무너질 것은 불을 보듯 뻔했다.

『지방 관아를 치면서 먼저 화기(火器=화약의 함으로 탄알을 쏘는 병기, 즉 총, 대포 등을 통틀어 이르는 말)를 조금씩이나마 건어 들여 화력을 조금 더 강화한 뒤 전주로 진격하는 것이 어떻겠습니까.』

상대방의 의견을 묻은 형식이었으나 두역시니의 주장은 강한 설득력을 지니고 있었다.

아무런 이의가 있을 수 없었다.

동학군이라는 큰 용은 머리를 바로 전주로 향하지 않고 곳곳의 지방 관아를 치기 시작했다.

전봉준이 이끄는 동학군은 여러 고을을 돌아 영광, 함평, 무안까지 휩쓸고 동학혁명이 일어날 수밖에 없었던 경위를 백성들에게 알림으로써 많은 사람들로부터 환영과 지지를 받았다.

날이 갈수록 호남에서는 동학 지지 세력이 커져 갔다.

와들와들 떠는 민비

밤이 깊었는데도 대궐은 대낮같이 환했다.

그 당시만 해도 매우 귀했던 전등을 몇십 개씩 꺼 놓고 어둠을 쫓아내는 바람에 민비는 밝은 빛 속에서 살고 있었다.

민비는 어둠을 두려워했다.

사방이 어두우면 마음도 어두워져 우울해지기 때문이다.

매천(梅泉) 황현(黃玗=1855~1910)은 그가 지은 동학란을 다룬 東匪紀略草藥 라는 책에 이렇게 썼다.

— 임오군란과 갑신정변을 겪은 뒤로 항상 어두운 밤에 화가 일어나는 것을 두려워하여 궁중에 매일 밤 전등 수십 개를 켜서 아침까지 밝게 하였던데 한 등의 비용이 엽전 20꾸러미나 됐다. —

이러한 여러 가지 씁새를 채우기 위해 무리한 방법으로 돈을 긁어 들었다고 황현은 썼다.

— 자질구레한 허비(虛費=헛되이 씀)는 이루 다 말할 수가 없이 많았으나 나라의 창고가 이미 비어 돈을 만들어 낼 수가 없었다.

이에 벼슬자리를 팔다가 모자라서 크고 작은 과거

(科擧=벼슬아치를 뽑기 위해서 치르던 시험)자리를 팔고 또 아전(衙前=지방관아의 하급관원)의 종은 자리까지 팔았다.

또 광산을 열고 석탄을 캐냈으며 소금, 구리, 쇠까지 나라가 독점했다. 모든 시장(市井=옛날 중국에서 우물이 있는 곳에 사람이 모여 살았다 해서 집이 많이 모인 곳을 뜻함)의 백가지 물건에 모두 세금을 매겼다.

또 홍삼을 독점하여 민영익(민비의 친척)으로 하여금 중국에 갔다 팔게 하고 그래도 모자라 양채(洋債=서양에서 꾸는 돈), 왜채(倭債=일본에서 꾸는 돈)까지 빚져서 쓴 것이 여러 만양에 이르렀다. —

갑자대가 전멸 일본 닌자도 몰살 도대체 지리산패는?

민비는 전등으로 환하게 밝은 왕궁에서 밤늦게까지 잠을 이루지 못한 채 전주로부터의 소식을 기다리고 있었다.

전주성에 들어가 있는 양호초토사 홍계훈으로부터 갑자대의 전봉준 암살 여부를 알려 줄 것이기 때문이다.

〈성공하겠지. 명색이 조선팔도의 으뜸가는 무사들이 아닌가. 제야무리 그 문둥이 군사(軍師) 두역시니가 지휘하는 지리산패가 강하다 해도 갑자대를 당해 내지는 못할 거야.〉

민비는 그렇게 확신하고 싶었던 것이다. 그렇게 되기를 바랐던 것이다.

청나라, 러시아, 일본 등 모두 이리, 승냥이 같은 열강에 둘러싸여 있는 조선은 밖으로 여러 가지 골치 아픈 문제가 많았지만 현재 민비와 조정을 가장 괴롭히고 있는 문제는 동학군이 기승(氣勝=남에게 굽히지 않고 굳세고 억척스러움)을 부리고 있다는 것이었다.

전봉준을 죽임으로써 동학군의 기세를 꺾기 위해 민비는 자신의 친위부대인 갑자대 가운데 20명이나 투입한 것이다.

<지금쯤은 결판이 났을텐데...>

민비가 이런 생각에 잠기고 있을 때 방안의 전등이 팍! 하고 끊어졌다.

『앗!』

민비의 외침은 차라리 비명에 가까웠다.

전등이 나가자 불길한 예감이 민비를 사로잡았고 온몸에는 식은땀이 흘렀다.

전등이 끊어진 것이 나쁜 소식의 전조(前兆=미리 나타나 보이는 조짐)나 아닌가 하고 민비는 바짝 긴장한 것이다. 공교롭게도 민비의 예감은 들어맞았다.

비상용으로 마련해 둔 큰 촛대에 불을 켜고 있을 때 문밖에서 인기척이 났다.

『중전마마. 양호초토사 홍계훈 장군으로부터 보고가 올라왔습니다.』

기다리고 기다리던 소식이었다. 민비는 약간 흥분된 목소리로 대꾸했다.

『그래, 들어보내게.』

홍내관이 이상궁을 통해 건넌 보고서를 펴든 민비의 얼굴은 백지장(白紙張=흰종이의 날장)처럼 새하얗게 질렸다.

『아니... 아니 이럴 수가...』

힘 빠진 민비의 손에서 보고서가 바닥으로 툭 떨어졌다.

『중전마마!』

이상궁이 걱정스러운 표정으로 민비를 바라보면서도 보고서의 내용이 어떤 것인지는 차마 묻지 못한다.

아랫사람들이 주체넘게 자신의 일에 끼여드는 것을 매우 싫어하는 민비의 성격을 너무나도 잘 알고 있기 때문이다.

<남으로 내려보낸 갑자대가 전멸했다. 이일에 끼여든 일본의 난자들까지 몰살당했다니 도대체 두억시니의 지리산패는 얼마나 도대체 두억시니의 지리산패는 얼마나 무서운 놈들이란 말인가.>

지리산패가 만약 서울로 올라와 자신과 민비 일족을 습격하려 들면 어떻게 막아낼 것인가를 생각하면 막막하기만 했다.

지리산패의 가공(可恐=두려워 할만함)할만한 힘을 실제로 확인한 민비는 온몸을 사시나무(버드나무과의 낙엽교목, 약한 바람결에도 잘 파들거림)떨듯했다.



전봉준에게 다이너마이트를...

『아니, 그게 무슨 소리인가? 두령인 다케다(武田) 씨까지 포함해서 난자들 모두가 목숨을 잃었던 말인가?』

두목인 우찌다 료헤이(内田良平)의 눈이 놀라움으로 커졌다.

『그렇습니다. 다케다씨는 마지막까지 살아남아 저와 함께 줄포를 향해 가다가 그 두억시니란 자의 칼에 그만...』

어떻게 살아남았는지 난자부대의 통역으로 호남

에 갔던 기무라가 부산 초량관에 자리잡은 일본 낭인(浪人=마땅한 일자리가 없는 무사)들의 조직인 천우협(千佑俠)의 본부에 나타나 소성 삼거리 동학군 본진에서 일어났던 혈투에 대해 다케다에게 들었던 대로 털어놓았다.

『그래, 기무라상 당신은 어떻게 살아날 수가 있었소? 다케다를 쓰러뜨릴 만한 실력을 지닌 두역시니라면 당신쥬은 단칼에 죽일 수 있었을 텐데...』

묻는 우찌다의 눈초리가 심상치 않다.

〈혹시 기무라 이 녀석이 지리산패와 대통해서 নিজ들을 죽음으로 몰아 놓고 자기만 목숨을 건진 것이 아닌가?〉라고 의심하는 눈초리다.

『자... 그건 이... 그렇습니다.』

자칫 잘못했다는 가는 배신자의 누명을 쓰고 낭인들의 칼에 목숨을 잃을지도 모른다고 여긴 기무라의 말투가 황급한 나머지 더듬거린다.

아예 동학군 지원에 뿔뿔하게 나서자 일본정부는 잡아떼면 그만

『저... 저를... 일...일부러 살려서 돌려보낸 것입니까.』

『일부러 살려주어?』

『네... 네... 그... 그렇습니다. 두역시니와 다케다씨의 싸움이 벌어졌을 때 저는 길 옆의 풀숲에 몸을 숨겼습니다.』

『호음! 그래서?』

『몇 차례 칼 부딪치는 소리가 난 뒤 다케다씨를 죽인 두역시니는 어둠 속을 향해 휘파람을 불더군요.』

그 자리에 모여 있던 스즈끼 덴간(鈴木天眼), 도끼자와 우이찌(時澤石一), 다케다 노리유키(武田範之), 구사카 도리끼(日下寅吉), 오오꾸보 하지메(大久保肇), 요시꾸라 오세이(吉倉沓聖) 등 천우협의 낭인들이 모두 숨을 죽이고 기무라의 말에 귀를 기울였다.

그들도 전문 살인 집단인 নিজ부대가 조선의 무사들에게 몰살당했다는 사실이 믿기 어려웠다.

『휘파람 소리를 들었는지 어디에선가 검은 말이 나타났습니다. 두역시니는 그말을 타고 소성 삼거리 쪽으로 달리기 시작했습니다. 그런데 제가 숨어 있는 풀숲 옆에 오더니 말을 멈추더군요.』

『기무라상이 숨어 있는 것을 알았던 모양이로군. 무서운 녀석이야.』

그러더니 말에 탄 채 저에게 말했습니다.

— 돌아가서 너를 보낸 사람들에게 내가 본대로 알려라. —

이렇게 한마디만 던지고는 소성 삼거리, 그러니까 동학군 본진 쪽으로 말을 몰아 사라졌습니다.

『.....』

우찌다 료혜이를 비롯 그 자리에 있던 낭인들은 기무라의 말이 거짓이 아니라고 판단했다.

자신에 대한 의심이 사라진 것을 눈치챈 기무라는 허리에 찼던 수건을 풀어 이마와 목에 흐른 식은땀을 닦았다.

『그리고 보면 조선의 무사들도 결코 만만치 않소. নিজ들을 전멸시켰으니 말이요.』

스즈끼가 탄식하듯이 내뿔었다.

『그러게 말이요. 그 두역시니가 이끄는 지리산패는 우리 일본이 조선에 진출하는데 큰 골칫거리가 될 것 같소.』

오오꾸보도 맞장구를 친다.

『아무튼 전봉준은 무사한 모양이니 일단 নিজ들을 보낸 목적은 이루어진 셈이 아니요.』

우찌다가 스스로 달래 듯 말했다.

『우찌다의 말에 동감이라는 듯 고개를 끄덕인 스즈끼가 새로운 제안을 내놓았다.』

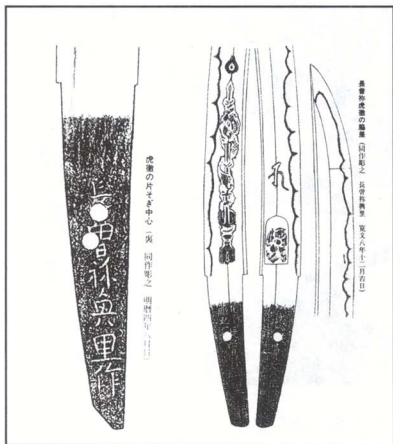
『이번에는 우리 정체를 숨기지 말고 뿔뿔이 전봉준을 만나 보기로 합시다.』

우찌다가 날카로운 눈초리로 스즈끼에게 다음 말을 재촉했다.

『아예 들어내 놓고 동학군 지원에 나서는 겁니다. 일본 정부는 조선 정부나 러시아, 청나라의 눈치를 보느라 그럴 수는 없지만 우리야 어떻소. 민간단체인 천우협이 동학군의 혁명을 지지해 무기를 제공해도 일본 정부는 모르는 일이라 잡아떼면 그만 아닙니까.』

『음...』

우찌다가 신음하듯 반응을 나타내면서 잠시 두 눈을 감고 생각에 잠긴다.



▲일본의 이름난 칼 대장장이 고패쯔(虎徹)가 만든 칼들. 칼자루를 벗기면 칼몸에 나가소네오끼사또(長曾休興里) 만들(作)이라고 고패쯔의 명(銘)=기물 따위에 새기거나 쓴 제작자의 이름이 박혀 있다.

『하기야 동학군은 농민으로 이루어진 봉기군이라 화기(火器=총이나 대포)가 모자라겠지. 하지만 우리도 대량의 화기를 구할 수는 없지 않겠나?』

『다이내마이트입니다. 우째다씨. 토목공사에서 폭파할 때 쓰는 다이내마이트를 동학군에게 공급해 주자는 겁니다.』

『다이내마이트라. 호음. 그것도 팬광은 생각이군. 산 위쪽에 진을 치고 있다가 다이내마이트에 불을 당겨 아래로 던지면 훌륭한 무기가 될 수 있지. 또 기습할 때에도 쓸 수 있고...』

『물론 전봉준이 받아들일지 아닌지는 알 수 없었으나 한번 시도해 볼만은 합니다.』

어떻게 해서든지 동학란을 더욱 크게 퍼지게 만들어 일본군이 조선에 출병할 수 있는 구실을 만들어 내려는 천우협은 여러 가지 방안을 놓고 웅성거렸었다.

일본의 이름난 칼 고패쯔

동학군의 군사(軍師) 두역시니가 등에 진 칼은 바

뀌어 있었다.

소성 삼거리에서 줄포로 향하는 길목의 느티나무 아래서 일본 난자부대의 두령인 다께다를 저승으로 보내고 난 뒤 두역시니의 칼은 바뀌었다.

두역시니와 다께다의 칼이 어둠 속에서 불꽃을 튀기며 부딪친 것은 몇 차례뿐이었으나 두역시니를 놀라게 만들기에는 충분했다.

두역시니가 놀란 것은 다께다의 검술이 뛰어나서가 아니라 다께다의 칼이 지금껏 마주쳐 본 일이 없었던 좋은 칼이었기 때문이다.

두역시니의 칼도 임진왜란 때 의병대장이 썼던 것이라고 전해지는 좋은 칼이었지만 다께다의 칼과 부딪치니까 칼날이 패는 것을 느낄 수 있었다.

적을 거꾸러뜨린 두역시니는 몸을 숙여 다께다의 칼을 집어들었다.

휘두르기에 알맞은 무게, 그리고 단단하면서도 탄력 있는 도신(刀身=칼의 몸)이 가히 명도(名刀=이름난 좋은 칼)임을 말해 주고 있었다.

몇 차례 휘두르니 바람을 가르는 소리가 맑고 깨끗하다.

〈뜻밖의 전리품(戰利品)=싸움터에서 빼앗은 적의 병기나 군용품)이군. 아마도 일본의 이름 있는 칼 대장장이의 작품이겠지.〉

두역시니는 그 칼을 칼집에 꽂아 동학군 본진으로 가지고 돌아왔다.

〈필시 이름 난 칼이라면 칼자루를 벗겨 보면 명(銘=기물 따위에 새기거나 쓴 제작자의 이름)이 있을 것이다.〉

칼자루를 벗겨 보니 과연 나가소네오끼사또(長曾休興里) 만들(作)이라는 명(銘)이 박혀 있었다. 바로 일본의 나가소네오끼사또(長曾休興里), 줄여서 고패쯔(虎徹)의 칼이 틀림없었다.

『오오! 이것이 저 유명한 일본의 명도(名刀) 고패쯔로구나. 죽은 নিজ는 어디서 이렇게 좋은 칼을 구한 것일까?』

뛰어난 무사일수록 좋은 칼의 가치를 높이 평가하게 마련이다. 자신의 검술이 그 칼에 의해서 위력을 나타내기 때문이다. নিজ가 지니고 조선에 건너온 일본의 명도 고패쯔는 동학군의 군사(軍師) 두역시니의 애도(愛刀=사랑하는 칼)로서 술한 격전장에서 그 진가(眞価=참된 값어치)를 발휘하게 된다.

〈다음호에〉

태권도 산책



홍 종 수

태권도 연구개발
특별위원회 위원장
전 국기원 부원장
전 대한 태권도협회
상근 부회장

이순신 장군 上

반만년에 걸친 우리나라 역사를 돌이켜볼 때 그 역사는 이 땅을 침략하려던 다른 민족과 맞서 싸운 투쟁의 역사라고 해도 지나친 말은 아닌 것 같다.

오늘의 우리가 있는 것은 나라를 위해 목숨을 바친 호국(護國=나라 지킴)의 숭한 영령(英靈=전사자의 영혼)들이 이 나라에 바친 뜨거운 충성심이 있었기 때문이다.

호국의 달인 6월을 맞아 우리 민족사상(史上) 가장 뛰어난 성(聖)스러운 영웅이자 세계 해전사(海戰史)에 그 유례를 찾아보기 힘든 큰 전공(戰功=전투에서 세운 공로)을 세운 충무공 이순신(李舜臣) 장군에 대해서 알아보기로 한다.

장군은 1545년 아버지인 덕수 이씨(德水 李氏) 이정(李貞)과 어머니 조계 변씨(草溪 卞氏) 사이에 한양(漢陽=서울) 건천동(乾川洞=지금의 을지로 5가) 남산 앞자락에서 태어났다.

어머니 변씨가 장군을 낳을 때 꿈속에 증조할아버지인 이계(李璡)가 나타나서 「이 아이는 장차 나라를 위해 반드시 큰 일을 할 인물일 것이니 이름을 순신(舜臣)이라 지으라」고 말했다.

그는 소년시절 뛰어난 체격과 용기를 지녔으며 기골(氣骨=기혈과 골격)이 남달리 뛰어나 언제나 대장 노릇을 맡아 놀이를 이끌었다.

뒷날 저 이름난 재상이 된 유성룡(柳成龍)도 항상 놀이를 함께한 죽마고우(竹馬故友=대말을 타고 함께 놀던 친구란 뜻으로 어릴 때부터 같이 놀며 자란 오랜 벗을 이름)였다.

그는 형들과 함께 서당에 나가 글공부를 하는 한편 학자보다 무장(武將)이 되기로 마음먹고 무예(武藝) 익히기에 힘쓰니 문무(文武)를 고루 갖춘 선비로 자랐다.

성품이 온후(溫厚=마음씨가 부드럽고 무던함)하면서도 언행(言行=말과 행동)이 진지(眞摯=참답고 착실함)한데다 또한 강의(剛毅=강직하여 굽힘이 없음)함도 이순신은 지니고 있었다.

27살 때 무과(武科=무관을 뽑는 과거)에 나갔으나 불행히도 말타고 활을 쏘다가 말이 발을 헛디디는 바람에 말과 함께 쓰러져 왼쪽 다리가 부러졌다.

그러나 그는 침착하게 버드나무 가지를 꺾어 윈다리를 매는 응급처치를 취해 보는 사람들을 놀라게 만들었다.

그로부터 4년 뒤 무과에 급제(及第=합격)한 이순신은 무관생활을 시작했다.

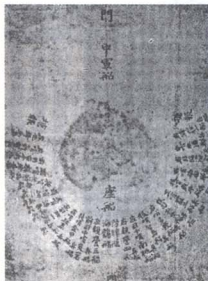
함경도에서 북방의 호족



▲이순신 장군의 영정 - 충무시 당동 차량묘에 봉안되어 있다.

(胡族)의 침입을 막는 것으로부터 시작된 그의 무관생활이 훈원원 봉사(奉事), 충청병사군관(忠淸兵使軍官) 등을 거쳐 전라도 발포(鉢浦)의 수군만호(水軍萬戶)에 임명됐을 때의 이야기다.

만호란 그 지역을 다스리는 수비대의 대장이다. 전라감사 손식(孫獻)이 어떤 자의 모함을 듣고는 이순신을 벌주기 위해 그에게 진(陣=전투를 벌이는 군대를 상황에 알맞게 펼치는 방법)치는 법을 강의하게 하고 그 강의를 끝난 뒤에는 다시 그림으로 진형도(陣形圖=진지의 형태를 그린 그림)를 그리게 했다.



▲이순신 장군이 그린 진형도

서 묵는 집) 뜰에 있는 오동나무를 베어다가 거문고를 만들려고 했다.

이순신은 하도 아이가 없어 심부름 온 자를 꾸짖어 「이 오동나무는 나라의 물건이니 아무도 자기가 쓰기 위해 자를 수 없으니 그대로 돌아가라」고 했다.

이 일을 마땅치않게 여긴 성수사(成水使)는 이순신을 미워하게 됐다.

옷사람에게 아무하구나 아첨할줄 모르는 곧은 성미의 이순신은 결국 발포 만호의 자리에서 밀려나고 만다.

그뒤 다시 훈원원봉사로 복직되고 함경도 군영에 군관으로 나간 이순신은 호적(胡賊)을 물리치고 두목을 생포하는 등 북쪽 국경지대를 안정시

이순신이 강의도 훌륭하게 했고 진형도도 정밀하게 그려 내자 손익은 「내가 남의 말을 잘못들었군」이라고 스스로 부끄럽게 여겼다.

이런 일도 있었다. 이순신의 상관인 전라좌수사(全羅左水使) 성박(成鑄)이 발포로 사람을 보내 객사(客舍=객지에

삼년시묘(三年侍墓)를 마쳤다.

조정은 이순신이 장수로서의 재질이 뛰어나다고 인정해서 당시 국경을 자주 침범하는 여진족(女眞族)에 대비하기 위해 그를 함경도 조산보(造山堡) 만호(萬戶)로 임명 두만강 녹둔도(鹿屯島) 권관(權官)을 겸임토록 했다.

이순신이 수호의 책임을 맡은 조산보와 녹둔도는 60여리나 거리가 떨어져 있어 두 곳을 지킨다는 것은 결코 쉬운 일이 아니었다.

그는 여러 차례에 걸쳐 병마사(兵馬使) 이일(李鎰)에게 원군을 요청했으나 그때마다 묵살됐다.

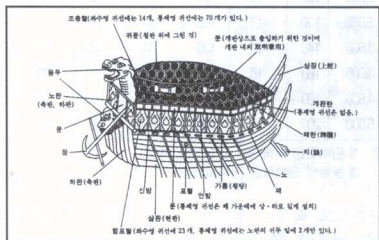
여진족이 때를 지어 녹둔도를 습격해서 양곡과 인마(人馬=사람과 말)를 약탈하자 이순신은 군사를 이끌고 달려가 적의 우두머리를 화살로 쏘아죽이고 도망가는 여진족을 추격하여 잡혔던 60여명을 살려냈다.

백성들의 존경과 신뢰를 받은 장군

병마사 이일은 녹둔도가 습격당한 책임을 이순신에게 뒤집어 씌우려 형구(刑具=죄인의 처형이나 고문 등에 쓰이는 도구)까지 갖추어 놓고 문초했으니 이순신이 침착하게 상황을 설명하자 차마 벌은 줄 수 없어 만호의 자리를 빼앗고 백의종군(白衣從軍=벼슬없이 군대를 따라 싸움터로 나가는 것)토록했으니 얼마나 억울한 일인가.

그러나 이순신의 사람됨은 간신(奸臣)들이 아무리 헐뜯어도 그 빛을 잃지 않아 그가 45살 때에 정읍 현감(井邑 縣監)의 자리를 맡게 된다.

훌륭한 정치로 백성들의 존경과 신뢰를 받게 된 이순신은 이웃 고을인 태인(泰仁)의 현감까지도 함께 겸임하게 된다. 그 뒤 승진을 거듭, 1591년 46살의 나이에 전라좌수군통제사(全羅左道水軍統制使)가 되니 바로 임진왜란을 1년 앞두고 이순신 장군이 전라좌수사로 임명된 것은 이 나라를 위해서는 매우 다행한 일이었다.



▲거북선(전라 좌수영 귀선도)

키니 조정이 매우 기뻐했다.

참군(參軍)으로 승진된 달에 아버지가 아산(牙山)에서 세상을 떠났다. 그때는 통신과 교통이 발달되지 못했던 때라 두달이 넘어서야 부친 별세의 소식을 들을 수 있었다. 그는 벼슬을 내놓고 아산으로 내려가 3년동안 아버지의 묘를 지키는

바로잡습니다

지난호 68-69쪽에 실린 「태권도 산책」 중 68쪽 연산군(燕山君) → 연산군(燕山君)으로, 69쪽에 신사임당의 시종 「돌아오니」 → 「돌아보니」로 바로잡습니다.



스포츠인의 영양학



신용영양학과 교수
경원대학교
대한태권도협회 이사

장정옥 박사

당질, 지질, 단백질 - 에너지 비율 먼저 결정

스포츠맨은 어떤 식사를 해야 하나?

스포츠맨의 트레이닝에서 시합기에 걸친 식사는 지금까지 언급한 에너지 소비량 및 단백질, 미네랄, 비타민류의 소요량에 기초를 두어 만들어진 것은 물론이나 실제의 식단 작성에 있어서는 미리 당질, 지질, 단백질에서의 에너지 비율을 결정하지 않으면 안된다.

이 열원인 3대 영양소의 열량 구성비는 영양학상 트레이닝기, 조정기, 시합기의 각 기에 의해 결정되거나 또는 각종 스포츠의 에너지 대사의 특성을 고려하여 결정하게 된다.

트레이닝기, 컨디션 조정기, 시합기 및 일상기(season off)의 열원 영양소의 구성비와 식사상의 주의점은 다음과 같다.

(1) 트레이닝기의 식사구성

트레이닝기는 체력, 기술의 기초를 만드는 가장 중요한 기간으로 스포츠맨의 식사에 주체를 이루는 중요한 시기이다.

1) 무엇을 얼마나 먹어야 되나?

에너지 섭취를 위하여 당질, 지질, 단백질의 열량 구성비를 결정하는 것은 먼저 단백질 필요량을 기준으로 하여 생각해야 한다.

단백질 필요량은 앞에서 설명한 것처럼 체중 1Kg 당 2g이므로 70Kg의 사람인 경우에는 단백질 섭취

량은 140g(560Kcal)이 되어 총 섭취 에너지를 3,500 Kcal로 하여 단백질의 열량비는 16%가 된다. 이와 같은 단백질 열량비를 섭취에너지 수준별에 스포츠맨의 평균적 체중을 고려하여 계산하면 <표1>에 나타난 것처럼 16~19%의 열량비가 된다.

<표1> Training기에 섭취열량의 구성

섭취 energy (Cal)	단 백 질		지 방		당 질	
	g	Kcal(%)	g	Kcal(%)	kg	Kcal(%)
2,500	120	19	85	30	320	51
3,000	130	17	105	32	380	51
3,500	140	16	130	33	450	51
4,000	160	16	155	35	490	49
4,500	180	16	175	35	55	49
5,000	200	16	195	35	610	49

주 : 1) 단백질은 체중 1kg 당 2g으로 하였다.

2) 동물성 단백질은 단백질의 50~60%로 하였다.

다음으로 지질의 열량비에 대해서 보면 한국인의 영양 필요량 중 지질의 적당량으로 일반 성인은 섭취 에너지의 20~50%를, 중한 운동을 하는 경우는 20~30%로 하고 있다.

소련 선수는 앞에서 말한 것처럼 20~30% 정도를 섭취하고 있고 미국의 대학 선수는 40~50%를 섭취하고 있어 미국 선수의 지질 섭취량은 두드러지게 높다.

이와같은 미국의 지질 과잉 섭취 식품관은 허혈

성 심장질환의 발생과 깊은 관계가 있어 종래부터 문제가 되어 왔다. 그리고 지방을 과잉 섭취하게 되면 당질의 섭취량이 자연히 줄게 되고 격심한 지구력을 요하는 스포츠에서는 체내에서의 글리코겐의 생성에 불리한 역할을 하게 된다.

이상의 여러 문제점을 고려하여 지질의 열량비는 <표2>에 나타난 것과 같이 섭취에너지의 레벨에 대응하여 30~50%로 한다.

이렇게하여 당질의 열량비는 단백질과 지질의 열량비가 정해지면 저절로 결정되어 그 비는 약 50%가 된다.



2) 식품군별 구성

당질, 지질, 단백질의 열량 구성비를 유지하고 단백질, 칼슘, 철, 비타민류의 소요량이 충분한 식단을 작성하기 위해서는 식품군별로 양적 구성을 정해두는 것이 편리하다. 그 식품군별 구성과 거기에서 얻어진 영양소의 양을 섭취 에너지별로 나타내면 <표3>과 같다.

2) 컨디션 조정기의 식사는 이렇게

시합을 가까이 앞둔 컨디션 조정을 위한 수일간(스포츠 종목이나 개인의 체중상태에 따라 다르나 일반적으로 4~5일간)의 식사는 다음과 같은 3가지를 주의하여 실시한다.

<표2> 2500 칼로리식의 식품군별 구성과 영양량

	수량	열량	단백질	지방	당질	Ca	철	VA	VB1	VB2	VC
	(g)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(IU)	(mg)	(mg)	(mg)
곡 류	330	1,132	23.4	3.0	252.8	33	2.0	-	0.43	0.13	-
감 자 류	50	47	0.9	-	10.7	6	0.3	2	0.07	0.02	10
유 지	30	252	-	28.1	-	-	-	89	-	-	-
두 제 품	100	124	11.3	5.1	9.1	114	3.0	0	0.03	0.13	0
어 패 류	100	112	19.0	3.7	0.7	28	1.7	63	0.12	0.12	2
수조육류	120	167	25.0	7.3	0.4	6	1.8	16	0.70	0.12	2
수육가공품	20	63	3.2	5.4	0.2	2	0.3	1	0.04	0.04	-
계 란	100	152	12.7	11.2	-	65	2.6	800	0.10	0.30	0
우 유	600	354	18.0	19.2	27.0	600	6.6	600	0.18	0.90	6
녹황야채	150	54	3.2	0.3	8.1	111	30	2,854	0.15	0.1	81
그밖의야채	150	35	2.3	0.3	6.0	42	0.6	33	0.11	0.11	32
과 물	150	54	1.2	0.3	11.7	17	0.3	191	0.06	0.06	27
합 계		2,546	120.2	83.9	326.7	1,024	16.2	4,649	1.99	2.08	160

<표3> 3,000 칼로리식의 식품군별 구성과 영양량

	수량	열량	단백질	지방	당질	Ca	철	VA	VB1	VB2	VC
	(g)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(IU)	(mg)	(mg)	(mg)
곡 류	360	1,235	25.6	3.2	275.8	36	2.2	-	0.47	0.14	-
감 자 류	70	66	1.2	0	15.0	8	0.4	3	0.09	0.03	13
사 탕	10	39	-	-	9.8	1	-	-	-	-	-
유 지	30	252	-	28.1	-	-	-	89	-	-	-
두 제 품	150	186	17.0	7.7	13.7	171	4.5	0	0.05	0.20	0
어 패 류	100	112	19.0	3.7	0.7	28	1.7	63	0.12	0.12	2
수조육류	120	167	25.0	7.3	0.4	6	1.8	16	0.70	0.12	2
수육가공품	80	254	12.6	21.7	0.9	6	1.4	3	0.16	0.14	-
계 란	100	152	12.7	11.2	-	65	2.6	800	0.10	0.30	0
우 유	600	354	18.0	19.2	27.0	600	6.6	600	0.18	0.90	6
우 제 품	50	74	3.0	2.6	10.0	89	0.1	59	0.02	0.11	0
녹황야채	150	54	3.2	0.3	8.1	111	30	2,854	0.15	0.15	81
그밖의야채	200	46	3.0	0.4	8.0	56	0.8	44	0.14	0.14	42
과 물	300	108	2.4	0.6	23.4	33	0.6	371	0.12	0.12	54
합 계		3,099	142.7	106.0	392.8	1,280	19.7	4,902	2.30	2.47	200

챔피언의 영양학

1. 적절한 체중의 유지

조정기에 들어가면 트레이닝 양은 일반적으로 경감하는 것이므로 경감량에 따라 섭취 에너지를 트레이닝기의 소비 에너지 레벨보다 1단계 혹은 2단계 내려야 한다. 운동 능력을 최고로 발휘할 수 있으면서 각자가 적당한 체중을 유지할 수 있는 에너지의 밸런스에 주의를 하지 않으면 안된다.

2. 당질의 섭취를 많이 한다.

시합에 필요한 생리기능을 최상의 컨디션으로 유지하고 지구성을 높이기 위해 미네랄, 비타민류를 체내에 포화상태가 될 때까지 충분히 잘 섭취해 둔다. 예를 들면 칼슘이 많은 우유나 분유를 많이 섭취하고 비타민제를 보급하는 것도 좋다.

경기를 3시간쯤 앞두고 먹는 것이 소화도 되고 배도 고프지 않고...



방지하기 위해서 시합전의 식사는 어느 정도 전에 섭취해야만 좋은가하는 것이 대단히 중요하다.

시합전의 식사는 일반적으로 위내 소화가 거의 완료되는 시간, 한편으로는 공복감이 일어나기까지의

경기전 식사는 3시간 전후가 가장 적당

구성은 당질을 주체로 지방과 단백질은 최소 필요량을

(3) 시합 당일의 식사

1) 시합 전의 식사

시합 당일에 시합 전의 식사는 시합을 수행하기에 아무 장애가 없이 전력을 다 할 수 있도록 고려하는 것이 중요하다.

시합에 필요한 적절한 에너지를 공급하는 것과 열원 영양소의 에너지 발생 반응을 원활하게 진행시키기 위해서, 또는 조기에 피로해지는 것을 방지하기 위해 비타민 및 미네랄을 체내에서 포화상태가 될 때까지 충분히 섭취하는 일이다. 구체적인 식사의 섭취방법에 대한 주의점을 말하면 다음과 같다. 시합 중에 팽만감, 위통, 구토 등을 일으키는 것을

시간을 고려하여 시합전 3시간 전후가 가장 적당하다. 물론 이 시간은 식사의 섭취량과 관계가 있다. 시합시간이 짧고 섭취 에너지가 500Kcal이하의 적은 경우는 1시간 반 정도 전에 식사해도 큰 영향은 없다.

시합 전의 식사는 양적으로 너무 많지 않은 것이 좋다. 일반적으로 500~1000Kcal 범위로 한다.

식사의 구성은 당질을 주체로 하고 지방과 단백질의 양은 최소 필요량을 취한다.

단 장시간 시합의 경우에는 공복감이 빨리 일어나지 않게하기 위해 지방의 양은 어느 정도 많게 한다.(에너지비로서 30%정도)

소화가 좋은 식품을 선택한다. 단 소화가 좋게하기 위해 날로 먹는 것을 피하고 야채, 어류도 가열

조리하고 계란도 반숙을 한다.

장내 가스를 발생하기 쉬운 식품(건조두류, 카베츠, 옥파, 커리후라워, 무 등과 같이 섬유질의 부피가 많은 식품, 종자식품, 땅콩류) 등은 장내 가스발생, 장내 팽만을 막기 위해 피하는 것이 좋다.

수분의 보급은 특히 더운날 시험에는 발한에 의한 수분 및 염분의 손실에 대비하기 위해 시험 전의 식사에 2~3컵의 음료(과즙, 탈지유 짙맛의 스프 등)를 첨가 하도록 한다.

장시간을 요하는 스포츠 수분, 염분 보급하고 피로회복 위해 비타민도

시험을 하기 전의 약 1시간 30분 정도 전에 수분을 섭취하여 체내에 여분의 수분을 배설하기 위한 시간을 주어야 한다. 이때 가능하면 탄산음료는 피하는 것이 좋다.

2) 시험 중의 식사

장시간을 요하고 에너지 소비가 많은 스포츠(마라톤, 스키 장거리 레이스, 자전거 장거리 레이스 등)이나 계속적으로 장시간에 걸쳐 행해지는 스포츠에는 시험 중 에너지를 보급하고 목이 마르거나 발한에 의한 수분과 염분을 보급하고 피로 회복을 위하여 비타민 보급 등을 행할 필요가 있다.

이를 위한 식사로서는 달고 약간 신맛이 있고 식염과 비타민을 적당량 합한 액체식이 적합하다.

이 액체식의 섭취량은 스포츠 종류 및 시험조건에 의하여 200~500Kcal 정도로 하는 것이 적당하다. 그러나 연속적인 장시간의 시험의 경우에는 1회에 농후한 과잉량의 당질을 섭취하는 것은 위의 팽만이나 구토를 일으키고 당내 발효를 높이는 가스를 발생시키기 쉽다.

따라서 적절한 섭취방법은 체내 글리코겐을 보급하기 위해 1시간에 당질 50g(200Kcal)을 넘지 않는 정도로 섭취하는 것이 좋다.

액체식의 예를 들면 다음과 같다.

◆혼합영양식 : 사탕(포도당, 과당) 50g, 인산소오

다 1g, 구연산 0.2g, 식염 1g, 비타민 B1 10mg, 비타민 200mg(200kcal)

비타민 B1 10mg을 가한 과즙(1컵 160~200kcal)

(4) 스포츠 시즌이 아닐 때의 식사

스포츠 시즌 아닐 때의 일상생활(season off) 식사에도 스포츠맨에게 있어서는 체력 유지를 위해 중요한 것이다.

일상 생활의 영양에 주의하지 않는 스포츠맨은 스포츠맨으로서의 자격과 조건을 잃어버리는 것이다. 이 시기에 영양상의 주의점을 말하면

1. 비만의 방지

일상기에 들어가면 훈련기의 식습관이 남아 있어 상대적으로 과식이 되고 비만이 되기 쉽기 때문에 주의가 필요하다. 일상기에도 가벼운 트레이닝을 계속하면 에너지 섭취량은 “약간 중한 노동의 레벨”로 하여야 한다. 요컨대 적절한 체중을 유지하는 에너지의 밸런스를 생각하는 것이 중요하다.

2. 지방의 과잉섭취에 빠지지 않는 일

트레이닝기의 고에너지 섭취 시에는 지방의 섭취량도 많기 때문에(에너지비로 30~35%) 일상기에 들어가도 그 습관이 그대로 남아 있으므로 이 시기에는 지방의 섭취량을 에너지비로 하여 20~25% 정도로 되게 적게 한다. 이때 특히 동물성 지방을 많이 섭취하지 않도록 주의한다.

이것은 혈중 콜레스테롤의 상승을 막고 동맥경화 등의 발생을 예방하는 것이고 건강을 유지하기 위해 중요한 일이며 또 지방을 많이 섭취하는 것은 에너지 과잉에도 빠지기 쉽게 한다.

3. 칼슘, 비타민 섭취에 유의 할 일

칼슘과 비타민류 가운데 특히 비타민 A의 섭취는 우리나라 사람에게 많이 부족한 영양소이므로 이것을 충분히 섭취하는 노력이 중요하다. 그래서 우유와 녹황색 야채를 충분히 섭취해야 한다.

결국 시즌 오프에 영양의 결핍은 체력 스테미너를 감소시키고 훈련기에 들어가면 빈혈을 일으키기 쉽고 트레이닝의 효과 및 운동능력을 저해하는 것이다. 시즌오프는 오히려 기초체력을 만드는 데 중요한 기간이라 하겠다.

이 글은 미국 캘리포니아 대학교 버클리 캠퍼스의 무도연구소(소장 민경호 박사)의 양해를 얻어 동 연구소가 엮어낸 논문집에서 골라 옮겨신고 있습니다.

삶에 필요한 집중과 힘을 얻는다 ①

지도와 훈련

릭 마이어라

캘리포니아 대학교 무도연구소 연구원

무도수련과 실제의 생활은 결코 따로따로 분리되어 있는 것은 아니다.

무도수련에서 익히게 된 집중력, 자신감, 기력, 극기심, 관찰력 등 여러 가지 자질은 일상 생활을 살아가는데 더할 수 없는 밑천이 될 수 있다.

이러한 정신적 자질들을 실제의 삶 속에서 활용하려면 먼저 자기자신을 객관적으로 파악하는 이해력이 필요하고 그 이해를 바탕으로 실제상황에 어떻게 적응할 것인가 하는 깊은 생각이 뒤따라야만 한다.

우리가 무도에서 얻을 수 있는 여러 가지 긍정적인 자질들을 보물이라고 친다면 그 보물

을 높이 평가 받을 수 있게 만들거나 아니면 아무 쓸모없는 쓰레기처럼 만들어 버리는 것은 오직 그 보물을 지닌 무도인이 지닌 활용 능력에 달려있다고 하겠다.

무도 수련에 있어서 땀을 흘리는 육체적 활동 못지않게 스스로를 파악하는 깊은 사색, 그리고 참선(參禪) 등이 중요한 까닭이 바로 여기에 있다.

무도수련 과정에서 얻어진 결과를 냉철히 생각하고 분석하는 자세를 지닌 자만이 무도에 서나 인생에서나 끊임없는 발전을 기약할 수 있다.

<이진선 옮김>

무도인은 자신의 수련생들의 인격을 존중하고 그들이 능력을 연마하고 다지는 것을 도와줄 책임이 있다. 수업조교 또는 결과적으로는 최초의 지도자로서 무도의 가치와 지식을 수련생에게 전수한다.

다른 사람들을 도와가는 과정에서 자신의 능력이 향상되는 것을 느끼게 된다. 상대방에게 설명을 하고 시범을 보이자면 바로 그 규칙이나 기술을 재평가해야만 한다.

방어(down block)와 앞차기를 하는 가장 기본적인 자세에 관해서조차도 수업조교나 지도자는 수많은 질문에 대답을 해야만 한다.

질문은 매우 다양하다. 발과 다리와 팔은 어떤 특별한 자세를 취하는 것이 좋은가.

어떤 형태의 행동이 기술적인 공격이나 수비가 되는가. 그 행동에는 어떠한 리듬이나 타이밍을 사용하는 것이 더 나은가와 같은 다양한 질문. 하나

의 기술을 설명하거나 기술을 부분적인 구성 요소로 분리하다보면 자신의 기술적인 이해력도 향상된다. 지식의 전달은 전수자, 전달자 등 관련된 모두에게 하나의 배움의 경험으로 작용하게 마련이다.

지도력과 조정 역할

배움의 기회란 경기장 안의 선수, 지도자, 또는 코치에게만 국한된 것은 아니다. 중요한 직급을 가지고 조직에서 활동을 경험하는 경우도 있을 수 있다. 이러한 방법으로 무도인들은 여러 면에서 자신들이 소속한 조직에 공헌할 것이다. 선수 개인에게 중요한 헌신은 조직의 목적을 이루기 위해서 조직에게도 중요한 것이다.

도장을 위하여 현재 진행 중인 활동, 즉 도장이



▲태권도에서는 자신의 장단점을 파악하고 상대방의 전력을 객관적으로 분석해야만 승리의 기회가 있다. 삶의 경쟁 속에서도 그 원리는 마찬가지다.

후원하는 경기나 행사에서 지도적인 역할을 제안 받았을 때 이것은 다른 대부분의 경력과도 직접적으로 관련된 행정기술을 배우는 기회가 된다.

경기나 행사는 종종 전략적으로 더 큰 목적을 위해서 짜여진 임무를 완수하는 팀의 구성을 필요로 한다. 경기에 수백 명의 선수들을 등록시키기 위하여 특별계획 수행팀이 만들어지고 전략과 세부 계획이 짜여진다.

계획수행을 위해 지도자가 정해진다. 지도자는 조직의 간부들에게 자신이 성공할 수 있다는 것을 확신 시키는 한편, 증명된 능력을 가지고 있거나 그 임무를 수행하는 방법을 배울 의사가 있음을 표현해야 한다.

이 사업의 지도자는 당면한 필요인원을 모집해서 채우고 계획실천에 착수해야 한다.

이 과정 속에서 지도자와 팀 구성원은 의사소통 기술과 지도력, 비즈니스 과정과 팀의 역동성을 서로 배우게 된다. 이러한 경험의 가치를 과소평가해서는 안된다. 현재와 미래의 많은 일자리들은 이러

한 기본적인 기술에 좌우된다.

이러한 임무의 성공은 매우 중요하다. 왜냐하면 많은 경우에 있어서 성공을 향한 도전은 일반 직장에서 요구되는 특별한 역동성과 같은 것이기 때문이다.

태권도에서의 깨달음은 인생의 다른 면에 적용

초보자에서부터 발전해나가면서 무도에 관한 통찰력과 지식의 기초가 인생의 모든 면으로 스며들기 시작한다는 것을 얼마 지나지 않아 깨닫게 된다. 무도인들이 경기에서 우승할 수 있었던 지식의 기초나 수백 명의 경기 참가자들을 등록시키기 위해 전략을 세우고 실행하는 것을 가능하게 한 지식의 기초가 모두 인생의 다른 도전을 성공시키는 밑거름이 될 수 있다.

기존의 배움과 개념, 가치, 문제를 해결하기 위해



▲태권도를 통해 자신의 약점을 보완하고 장점을 키워나가면서 얻은 교훈을 실제 생활에서 활용할 때 태권도와 실생활은 하나가 된다.

취해진 행동과 동원된 자원에 따른 반향들이 한 사람의 경험과 성격의 일부분을 이루어 왔다.

이것들은 문제를 해결하고 역경과 성공 양쪽을 다루는 밑거름이다. 인생의 여러 도전에 대응할 수 있는 경험으로 가득 찬 “도구 상자”를 가지고 다니는 셈이다.

사회생활에서 태권도의 배움을 적용

훌륭한 지도와 강한 무도 프로그램을 동시에 갖춘

다면 전심전력, 몰두, 긍정적인 자세와 같은 개인적인 성향은 무도 수련을 통해서 강화될 수 있다. 자기 자신에 대한 이해가 이루어진다면 서열이 올라가면서 쌓여진 깨달음은 목적달성을 위한 전략을 세우는 바탕이 된다.

무도인은 눈앞의 경기에서 자신의 실력을 발휘할 수 있는 목표를 뚜렷이 세우기 마련이다. 선수가 그 목표를 이루기 위해서 총력을 기울일 때 지도자와 팀 구성원들은 언제, 그리고 어떤 기술을 사용하는 것이 좋은 지를 결정하는 것을 도와줄 수 있을 것이다. 마찬가지로 선수는 특별한 한계 — 훈련 시간, 스피드, 유연성, 인내력, 힘과 같은 — 를 깨닫는다. 따라서 선수는 이러한 한계를 놓고 수많은 돌발적인 상황에 대처하기 위한 일반적인 전략을 마련해야만 한다.

예컨대 선수는 자신의 가장 강한 기술, 즉 push-kick을 하는 척하면서 push-kick, round-house-kick, back-kick을 섞은 혼합 기술을 펼치는 것을 고안한다. 마찬가지로 한계와 약점이 남에게 드러나 이용당하는 것을 최소화하는 전략을 고안하는 조치도 취해진다. 그래서 ax-kick이나 high-kick에 오른발

로 대응하다가 발생하는 부상이나 미숙함 때문에 선수는 left-foot-back 싸움 자세를 취하거나 고기술의 왼발 공격을 하기 위해 여러 번의 낮은 발차기를 한다.

무도인은 공격 받을 가능성이 있는 상황을 조정하고 그것을 반대로 성공의 기회로 바꾸는 훈련 속에 스며든 집중과 불굴의 정신을 재정립할 것이다.

전문 경력을 쌓기 위한 노력에서 무도 수련 경험에서 만들어진 우수함과 철저한 준비성이 이용될 수 있다.

예를 들면 취직 면접을 위한 예비 준비나 용자 신청 상담은 학문적 성과나 직업 경험을 통해 훈련된다.

약점을 최소화하는 한편, 장점을 찾아내고 확실하게 보여준다. 상담에서의 보여지는 이력서와 태도는 인터뷰 대상자가 전략을 실행하는 기회이다.

인터뷰 대상자는 학술적 성과와 어린이 태권도반 지도나 태권도 경기 조직 등의 배움의 경험과 같은 장점을 강조하는 대답을 고안한다. 제한된 사업 경험과 같은 약점을 최소화하는 전략을 개발하여 부정적인 인식을 최소화 한다.

긍정적인 접근 태도와 불굴의 정신은 면접이 성공할 가능성을 크게 증가시킨다. 준비하고 계획하고 실행하는 능력은 대부분 성공한 인간의 주요한 기술이며 근본적인 성향이다.

당신은 미래나 과거가 아닌 현재를 사는 방법을 배워야 한다. 참선(參禪)에서는 인생은 이 순간에 잡혀져야 하는 것이라고 가르친다. 당신은 당신 자신과 당신의 주변 상황과 깊이 관련된 현재를 살아감으로써 당신의 기가 흩어지지 않고 항상 충만하도록 한다.

현재는 과거와 같은 후회가 없다. 미래를 생각하는 것은 현재를 ... 약하게 만든다.

현재란 다른 모든 것을 배제하고 당신의 행위와 하나가 되는 것이다. 이것이 선(禪)이다. 즉 당신이 무언가를 하는 동안 전력을 기울이는 것이다.

무도에 집중하면 우수한 결과를 얻는다. "이 순간을 붙잡는 것"은 무도와 인생의 모든 면에 적용된다.

경험과 배움은 개인의 성공을 위한 밑바탕 무도의 기본은 타이밍이 절대적 요소

집중해서 현재를 살아감

무도인들이 종종 훈련을 통해서 느끼는 가장 가치 있는 깨달음 중 하나는 "이 순간에 인생을 붙잡는 것"이다. 타이밍이 절대적인 요소라는 것은 무도의 기본이다.

언제 어떤 기술을 사용할 것인가를 아는 것은 어떻게 그 기술을 펼치는 것만큼 중요하다. 너무 빠르거나 너무 느리다면 아무리 정확할지라도 모든 것을 잃는다.

너무 성급하게 움직여서 자신을 상대방에게 노출하는 것과 마찬가지로 일조 동안이라도 기술을 헛되이 하는 무능력함을 보인다면 상대방에게 점수를 주거나 부상을 초래할 수 있다. 언제, 어떤 것이 필요하고 적절한가를 아는 것은 어떠한 시도에서도 필요한 성공을 위한 기본이다.

또 시간과 타이밍의 고유의 가치를 알면서도 시간을 적절하게 사용하지 못한다면 그 대가를 확실히 치른다. 어떤 지도자는 다음과 같이 말했다.

다. 분열은 종종 확실한 성과를 이루지 못하게 만든다.

집중이 부족하면 때때로 현재의 질적인 면, 즐거움 또는 양적인 면을 감소시킨다.

"잡음", 즉 집중을 흐트리는 다른 생각이 들지 않도록 방지함으로써 확실한 행동을 할 수 있는 훈련을 쌓아야 한다.

맺음말

무도 수련을 해온 수년간의 경험과 배움은 평생 자신의 실체를 인식하고 개인의 성공을 위한 밑바탕이 된다.

무도의 경기나 승단 심사에서 성공하기 위해서 자신을 최상의 위치로 끌어올리는 것을 배우고 끊임 없이 목표를 이루는 것은 미래의 성공으로 향하는 지름길이다.

전심전력하는 무도인들이 훈련장에서 성공하는 것을 보여주는 모형은 마찬가지로 "실제 세상"에서의 무도인의 성공을 보장한다. 무도는 실제 삶과 일치한다는 사실을 잊지 말아야겠다.

올바른

심판의 조건

[제 1 회]

공정한 경기는 올바른 심판 있어야

태권도를 포함한 모든 종목은 규칙에 따라 심판의 공정한 판정아래 경기가 펼쳐져야만 스포츠로서 인정받을 수 있다.

그런 뜻에서 선수들이 그동안 닦아온 기량을 겨루기에서 평가받을 때 심판은 가장 중요한 존재인 셈이다.

모든 선수, 코치, 그리고 팬들이 한결같이 바

라는 올바른 심판이란 어떤 조건을 갖추어야 하는 것일까?

「월간 태권도」는 미국의 로버트 S. 웨인버그와 페기 A. 리처슨이 함께 지은 「심판의 심리학」을 바탕으로 심판의 공정한 업무수행에 필요한 여러 가지 정신적 요소를 살펴보기로 한다.

훌륭한 심판의 정신적 자질

경기는 이미 한시간 전에 끝났다. 더 이상 극단적으로 긴장할 필요도, 선수나 코치나 팬들에게 자신을 알리거나 할 필요도 없다.

신체적으로 정서적으로 에너지가 다 소진된 듯한 느낌이 든다. 이제 의자에 기대서 찬 음료를 마시며 두 다리를 쭉 펴고 휴식을 취해야 한다.

그러나 어떤 이유 때문인지 심판들은 긴장을 풀 수가 없다. 경기 때 불었던 호각소리가 자꾸 떠오르고 자신이 심판을 본 것에 대해 동료심판들이 어떻게 생각했을까가 궁금해 진다.

아직도 컷가에 관중들의 비난의 소리가 울린다. 그리고는 스스로에게 '이제 경기는 끝났으니 잊어버리자'고 타이르기도 하고 '나는 다른 심판들과 함께 최선을 다했다', '그만하면 괜찮게 심판을 봤다'고 스스로를 달래기도 한다.

이러한 내면적인 갈등은 크고 작은 모든 스포츠 경기에서 심판을 맡은 모두에게 일어나고 있는 현상이다. 어째서 심판들은 이러한 내면적인 갈등을

겪어야 하는 것일까?

가장 큰 까닭은 심판의 독특한 역할 때문이다.

스포츠 경기는 선수, 코치, 심판으로 이루어진다고 하지만 심판은 스포츠의 가장 어려운 과업을 수행해야 하는 사람이다.

좋은 심판은 선수의 기술과 전술에 의해 승패가 판가름나도록 이끌어주고 좋지 않은 심판은 경기의 가치를 떨어뜨리고 게임의 재미를 깎아내려 선수, 코치, 관중들을 실망시킨다.

심판이 한 일은 공개적으로 비판의 대상이 되며 잘못이 있을 경우에는 비난을 받게 된다.

그러나 이와는 대조적으로 게임이 순조롭게 진행됐을 때는 심판에게 관심을 나타내는 사람은 별로 없다.

어떤 일들을 근거로 심판은 스스로를 판단하고 또 비판을 받게 되는 것일까?

심판의 가장 중요한 직무란 경기규칙에 따라 가능한 한 중립없이 경기가 진행되도록 보장해 주는 것이다. 더 상세히 설명한다면 심판은 다음의 4가지 책임을 충족시킬 의무가 있다.

1. 경기가 규칙에 따라 원만히 진행되는가를 살핀다.
2. 될 수 있는 대로 경기에 간섭하지 않고 심판 자신이 주목을 끌려고 해서는 안된다.
3. 경기를 즐기는 분위기를 조성하고 유지시켜야 한다.
4. 선수들의 안전에 주의를 기울여야 한다.

심판볼 때의 정신적, 육체적 요건

심판의 정신적 능력과 신체적 행위 사이에는 밀접한 관계가 있다.

따라서 심판으로서 성공하느냐, 아니냐는 심판의

사실 베테랑 심판들은 심판으로서의 성공여부는 50~70%가 정신적 능력의 관리에 달려있다고 말한다. 마찬가지로 여러 가지 프로스포츠의 심판업무를 배정하고 그 직무수행을 평가하는 심판위원장들도 심판이 지녀야 할 가장 중요한 자질로 일관성, 공정성, 빠르고 정확한 판단, 냉정함 등을 꼽고 있다.

의문의 여지없이 몸을 움직이지 않고 심판을 보는 테니스, 배구, 육상, 달리기 등의 심판은 정신적 능력에 보다 중점을 두지만 농구, 복싱, 축구 등 선수들과 함께 움직이는 심판은 신체적, 정신적 능력

신체적, 정신적 능력을 고루 키워야 일관성, 공정성, 정확한 판단, 냉정함 등을 갖추어야

신체적 능력, 즉 특정스포츠가 요구하는 컨디션, 테크닉, 기교, 두드러진 능숙함 등과 자신감, 집중력, 감정조절 등의 정신적 능력의 두가지를 모두 갖추었는가에 달려있다. 심판의 신체적 능력과 정신적 능력의 상관관계는 흥미로운 현상이다.

심판들은 일반적으로 반발을 불러일으키기 쉬운 판정, 경기의 질서 유지, 이성적인 판단력 유지, 소란 방지와 진압 등의 어려운 문제들에 능숙하게 대처하기 위해서는 신체적인 능력보다 정신적인 능력이 중요하다고 말할 때가 많다.

이 고루 요구된다. 심판 교육 과정에서는 신체적 기술, 경기 규칙, 해석, 필기와 실기 시행, 알맞은 복장 등이 강조되고 있다.



심판의 올바른 판정은 태권도를 '무도 정신에 바탕을 둔 공정한 스포츠'로서 세계화를 더욱 굳건히 추진하는데도 크게 도움이 된다.



미국 프로농구 NBA에서 활약중인 이브 매디슨은 20년이나 되는 심판 경력을 지니고 있다. 매경기 때마다 공정한 심판을 위해 베스트 컨디션을 유지하려고 애쓴다.

그러나 심판위원장이나 심판들이 스스로 심판을 평가함에 있어서 정신적인 측면이 중요하다고 인정한다면 어째서 심판의 정신적인 능력을 발전시킬 훈련 교과 과정이 그토록 짧은 것일까?

그 주된 이유는 정신적 능력은 타고난다는 잘못된 인식에서 비롯되는 것이다. 신체적 능력이 훈련에 의해 발달되듯이 정신적 능력도 훈련에 의해 성장하는 것이다.

완벽한 정신적 능력을 타고난 사람만이 유능한 심판이 되는 것은 아니다.

오히려 집중력, 중압감에서의 해방, 자신감 유지, 다른 심판들과의 협조 등의 정신적 능력은 조직적이고 반복적인 훈련에 의해 키워지는 것이다. 훈련을 게을리하면 신체적 능력이 떨어지듯 이러한 정신적 능력도 역시 마찬가지로 시들게 된다.

따라서 신체적, 정신적 능력의 조화로운 발전만이 유능한 심판에 이르는 길이라 할 수 있을 것이다.

다른 종목도 그렇지만 태권도에서도 심판이 선수나 코치들에게 신뢰를 잃으면 그 심판이 내린 판정에 대해 의심이나 불만을 품게되는 경우가 많다.

따라서 심판은 올바른 판정을 내릴수 있도록 언제나 경기를 앞두고 정신적, 신체적 컨디션 조절을 게을리해서는 안된다.

정신과 신체는 따로 분리되어 있는 것은 아니다. 신체적인 컨디션이 흐트러져 있을 때는 맑은 정신을 유지하기가 어렵기 때문이다.

따라서 심판들은, 특히 지방에서 경기가 열릴 때 긴장이 해이해져서 밤늦게까지 술을 즐기거나 오락으로 시간을 보내 피로가 쌓이는 일이 있어서는 안 되겠다.

일본 프로야구의 명심판 가운데는 눈이 피로해지면 다음날의 경기판정에 지장이 있다해서 평소 좋아하던 영화구경을 삼가하는 곳곳한 정신자세를 지닌 사람이 있었다.

모름지기 심판은 중요한 재판을 앞두고 올바른 판결을 내리려는 재판관의 마음가짐과 같아야 할 것이다

우수한 심판의 특징

심판은 기술적인 지식 말고도 직무수행의 수완이

필요하다. 그리고 경기장에서 심판이 발휘하는 수완은 대부분 그 심판의 특질에 바탕을 두고 있다.

심판의 특질은 곧잘 심판을 평가하는 기준과 동일시되거나 혹은 평가하는 기준으로 사용되고 있다.

그러나 백명의 서로 다른 스포츠의 심판들에게 심판의 필요한 특질을 리스트로 만들고 그 중요도에 따라 순서를 매기라고 한다면 아마도 백가지의 리스트와 순서가 나올지도 모른다.

기술적인 지식말고도 직무수행의 수완과 일관성 중요

따라서 유능한 심판의 특질에 철저한 리스트를 만든다든지 차례를 매긴다든지 하는 것은 부질없는 일이 될 수도 있다. 최근의 조사에 따라 일반적으로 심판이 갖추어야 할 특질을 꼽아본다면 다음과 같다.

◆ 일관성 ◆ 친밀한 관계 ◆ 결단력 ◆ 침착성
◆ 성실함 ◆ 판단력 ◆ 자신감 ◆ 보람

일관성

선수나 코치들은 심판에게 일관성을 요구한다. 동일한 상황이거나 비슷한 경우에 판정이 달라져서는 안된다.

경기규칙의 적용은 양쪽에게 똑같아야 한다. 일관성을 잃을 경우에는 혼란이 일어나고 선수나 코치로부터 비난을 받게 된다. 심판은 그들의 직무수행에 있어서 일관성이 매우 중요하다는 사실을 인식해야 한다.

최근 농구심판에 대한 조사에 따르면 조사대상의 73%가 '경기규칙을 문자 그대로 적용하는 것 보다

심판의 일관성이 더 중요하다'고 대답했다.

비일관성의 문제점

비일관성은 다음의 문제점, 그리고 다른 문제점들을 낳는다.

- ◆ 선수들은 의례 무엇이 허용되고 무엇이 허용되지 않는지 확인을 갖지 못하게 된다.
- ◆ 코치는 실감함을 느끼고 심판의 능력을 의심하게 된다.
- ◆ 평형을 되찾는 판정을 내리게 될 경우 앞서 일관성 없는 판정 또는 지나쳐버렸던 사항들이 처벌받게 된다.

일관성을 가장 크게 위협하고 있는 것 가운데 하나가 잘못 판정하고 난 뒤에 다른 판정으로 평형을 잡아주려는 심판들의 심리적 경향이다.

'심판들은 잘못 판정한 뒤 일부러 균형을 잡아주기 위한 판정을 내린다고 생각하는가?' 라는 질문에 77%의 심판이 '그렇다'고 대답했다. 얼핏 보기에 이것은 공평한 것 같으나 사실은 그렇지가 않다. 이러한 처사는 또다른 잘못된 판정을 낳아 사태를 더욱 악화시킬 뿐이다.

어느 선수에게 잘못으로 불리한 판정을 내린 심판이 미안한 마음이 들어 그 선수에게 일부러 유리한 판정을 내려 앞서의 잘못을 메우려 하는 것은 더 큰 잘못이라는 이야기이다.

그렇게 되면 단 한 차례의 잘못된 심판으로 끝날 것이 두 차례의 오심(誤審)을 저지르게 되기 때문이다.

물론 심판은 오심이 나오지 않도록 최선의 노력을 다해야 된다. 그러나 심판도 인간이고 보면 잘못 판정을 내릴 수가 있다.

그러나 잘못 내려진 판정을 또 다른 잘못된 판정으로 보상해 주려는 자세는 결코 바람직한 것이 못된다.

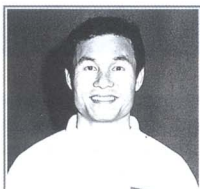
(다음호에 계속)

전문가가 지도하는

태권도를 위한

시범 : 이 호 열
(태권도 공인 7단 / 국기원 심사위원)

웨이트 트레이닝



지도 : 박영철

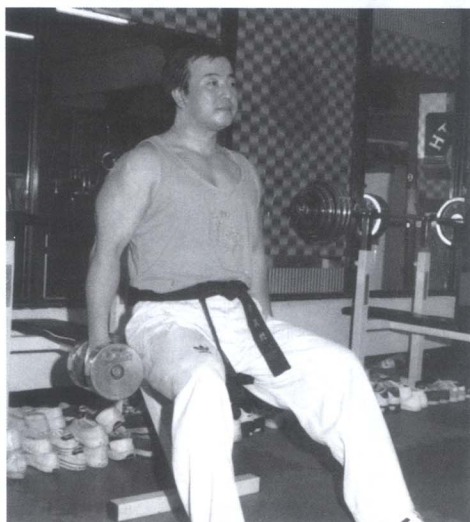
'76 미스터 코리아
'82, '86, '88 미스터 아시아
'88 미스터 유니버스 3위
'89 월드게임 2위
하이아트호텔 체력관리센터 부장

이 두근은 각기 다른 27개의 근육으로, 또 삼두근은 37개의 근육으로 이루어져 있다. 전완근은 요골근, 즉 앞팔 위쪽

근육과 장골근 앞팔 아래쪽 근육으로 나뉘어져 각기 다른 형태와 기능을 가지고 있다.

앉아서 아령으로 컬하기

SEATED DUMBBELL CURL



◀ 자세 ▶

- 1 벤치나 의자에 엉덩이를 걸치고 두 다리를 맞대고 앉는다.
- 2 상체는 똑바로 세우고 앞을 응시한다.
- 3 두 손에 아령을 쥐고, 손바닥이 앞을 향하도록 하고 팔꿈치를 옆구리에 댄다.

◀ 동작 ▶

- 1 팔꿈치를 구부려 아령을 잡은 손을 어깨높이까지 올린다.
- 2 팔꿈치를 펴면서 천천히 아령을 몸 옆으로 내려뜨린다.

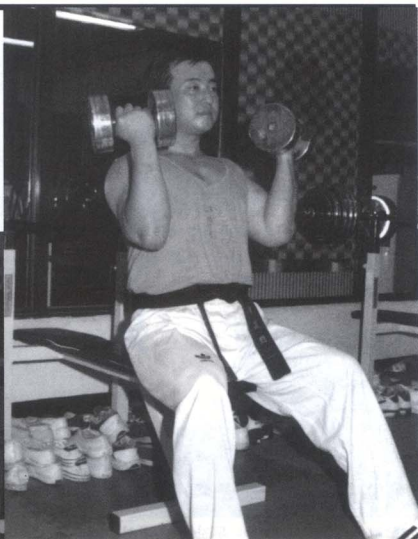
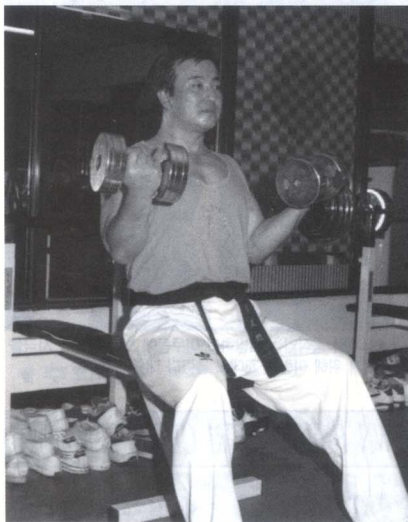
◀ 호흡 ▶

- 1 아령을 어깨높이까지 올리며 입으로 내쉰다.

② 팔꿈치를 펴면서 몸 옆으로 천천히 내리면서 코로 들여마신다.

◀ 적정무게와 반복횟수 ▶

동작의 호트러짐이 없이 10번~15번 할 수 있는 무게로 실시한다.



◀ 주의점 ▶

- ① 상체를 앞으로 움직이지 않고 팔힘만으로 실시한다.
- ② 천천히 팔을 구부렸다 펴도록 한다.
- ③ 팔꿈치를 가능한 옆구리에 붙이고서 실시한다.
- ④ 일정하게 호흡을 하도록 한다.

운동 도움말

웨이트 트레이닝은 오후 2시~5시가 적당

웨이트 트레이닝을 실시할 때 가장 적합한 시간은?

보통 운동 생리학자들은 다음과 같이 분석하고 있다.

즉 이른 아침에는 교감신경이 깨어있지 않으므로 근육의 수축력이 떨어지고 너무 늦은 시간, 즉 밤에는 근육이 피로해서 효과적이지 못하다고 이야기하고 있다.

따라서 하루중 두끼의 식사 후 온도가 높은 오후 2시~5시 사이가 가장 적합 하다고 할 수 있겠다.

그러나 시간형편에 따라 반드시 오후 2시~5시 사이에 구애될 것은 없다.

가능하면 오후 2시~5시 사이가 좋다는 이야기다.

◀ 용용동작 ▶

① 이두근 바깥쪽과 안쪽을 골고루 자극을 주려면 시작하는 자세에서 손바닥이 몸쪽을 향하게 아령을 쥔 다음 아령을 위로 올리면서 손바닥이 위로 향하게끔 하다가 아령이 어깨쪽으로 오면서 손바닥이 약간 바깥쪽으로 향하게끔 하면된다.

② 상체의 움직임을 예방하고 이두근에 보다 집중적인 운동을 하려면 교대로 한쪽 팔을 올렸다 내렸다하는 운동을 할 수 있다.

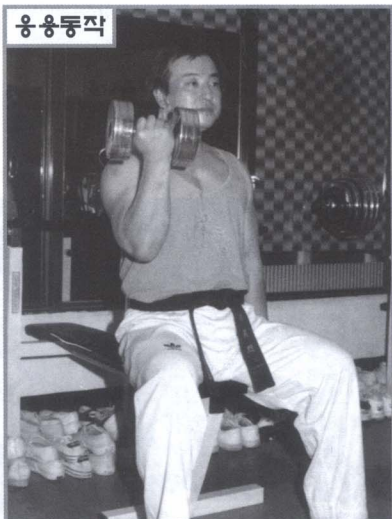
◀ 발달근육 ▶

- 상완이두근
- 상완근
- 전완굴근

◀ 발달시키는 동작 ▶

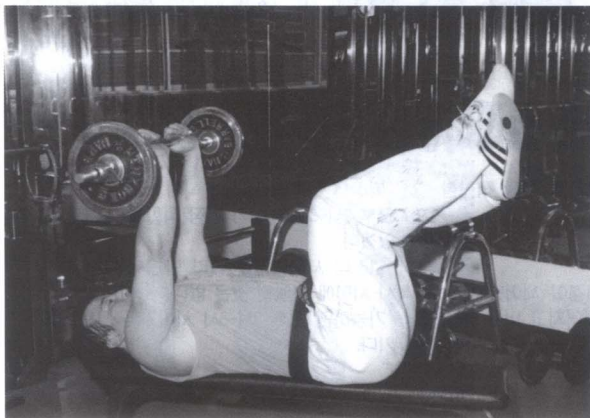
- ① 뺨은 팔을 구부리는 동작의 민첩성 강화
- ② 어퍼컷이나 후크를 칠 때의 파워 강화

용용동작



▲상체의 움직임을 예방하고 이두근에 보다 집중적 자극을 주기 위해 아령을 교대로 올렸다 내렸다 한다.

누워 바를 들고 팔꿈치 굽혔다 펴기 LYING DOWN BARBELL TRI CEP EXTENSION



◀ 자세 ▶

- ① 벤치나 바닥에 등을 대고 누워 무릎을 구부린다.
- ② 두 손은 바를 잡고 두 손의 넓이가 20cm~25cm 정도로 하고 손바닥이 천정을 향하게 바를 잡는다.
- ③ 두 팔을 위로 곧게 편다.

◀ 동작 ▶

- ① 팔꿈치를 지렛대 삼아서 앞팔만을 천천히 구부려 바가 이마 위에 오도록

한다.

② 앞팔을 위로 올리면서 바를 왼 손이 어깨와 수직이 되도록 팔을 편다.

◀ 적정무게 ▶

동작이 흐트러짐 없이 10번~15번 정도 할 수 있는 무게로 실시한다.

◀ 호흡 ▶

바를 이마 위로 천천히 내리면서 코로 들여마시고 두팔을 뺏어 바가 어깨 위에 수직이 될 때 입으로 내뿜는다.

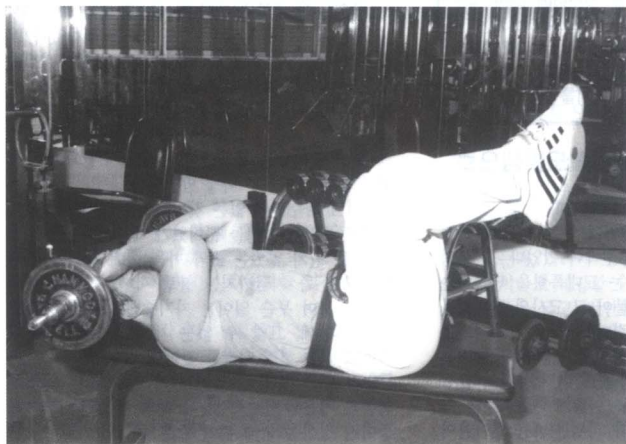
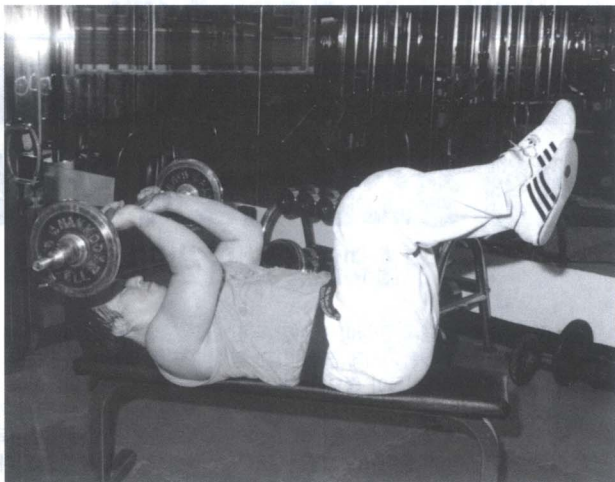
◀ 주의점 ▶

① 팔꿈치가 몸 바깥쪽으로 굽혀지지 않도록 한

다.

② 윗팔이 앞뒤로 흔들리지 않도록 한다.

③ 초보자는 시작할 때와 끝날 때 파트너가 바를 건내주고 받아 주도록 한다.



◀ 발달근육 ▶

- 삼두측근
- 삼두내근
- 삼두장근

◀ 발달시키는 동작 ▶

- 편치력의 강화
- 격파력의 강화

비행 청소년 선도에 앞장선 15년

노초웅(盧初雄) 사범이 말하는 그 경험과 속내

재일동포 고(故) 최영의 관장이 창시한 극진(極眞) 가라데는 한국계 가라데군단이라고 불릴 만치 한국계 가라데인들이 중요한 자리들을 차지하고 있다.

초대 관장인 전북 김제(金堤) 출신의 최영의를 비롯 2대 관장인 문장규(文章圭), 그리고 고단자인 안수영(安守榮), 김창차(金淸次). 지금은 따로 떨어져 나갔지만 한때 세계 최고사범의 자리까지 차지했던 조일삼(曹一三), 그리고

그의 동생 조태연(曹泰彦), 현재 문장규 관장의 고문 역할을 담당하고 있는 노초웅(盧初雄) 등 모두가 우리 짝들이다.

노초웅 사범은 극진 가라데의 총본산인 극진 회관에 조직된 청소년육성위원회에 몸담아 청소년 선도에 힘쓰고 있다. 무도 교육을 통해 비행 청소년을 거듭나게 만드는 노초웅 사범의 체험담은 5월 3일 하오 일본 후지 TV의 보도특집(1시간 반)에서도 소개됐을 정도다.

이미 15년 전부터 비행 청소년 선도에 나서 좋은 성과를 올리고 있는 노초웅(盧初雄) 사범에게 그 경험담을 들어보았다. 비행 청소년에 대한 많은 경험과 깊은 조예를 가진 노 사범의 이야기는 단순한 원칙론이나 공리공론이 아니다. 이미 몸소 실천해서 경험한 것이 뒷받침된 것이다. 노 사범의 경험에 기초한 진솔한 이야기를 들어보자.

손 쓸 수 없는 불한당을 모범생으로

지금으로부터 15년쯤 전의 이야기다.

사이타마현 서부 어느 지역에 근처 학교의 폭력 집단들 휘어잡고 다니는 총두목이 있었다. 그 학생을 A라고 하자. 어느날 A는 교내폭력을 단속하는 유도 3단의 체육교사와 맞붙어 그 교사의 갈비뼈를 부러뜨리는 대소동을 일으켰다.

더 이상 학교에서는 A를 통제할 능력이 없었다.

부모도 학교 선생님들도 두손 들어버린 것이다.

그래서 노 사범에게 「A를 어떻게 지도해 줄 수 있겠냐」는 부탁을 하게 됐다. 사범은 A를 받아들이

기로 하고 부모님의 승낙을 얻어 야마구치(山口)에 있는 본부도장으로 데리고 왔다.

그 과정에서 한가지 문제가 생겼다.

그것은 A의 전학에 관한 것이었다. 어느 학교에서도 이런 문제야는 받아들일 수 없다는 것이었다.

그래서 모든 책임을 노 사범이 지겠다는 각서를 쓰고서야 겨우 전학시킬 수 있었다.

그 후 A는 노 도장 내에 있는 기숙사에서 거거하게 되었다.

아무리 알아주는 폭력꾼이라 해도 도장에서는 꾸어다 놓은 보릿자루 마냥 얹전했다.

그야 그럴 수밖에 없는 것이 주위엔 온통 극진 가라데로 무장된 장정들 뿐이었기 때문이다.

원했던 원치 않았든 A의 마음 속에 변화가 일기 시작했다. 즉 지금까지는 불량 학생들의 우두머리로 군림하며 무슨 일든 자기중심으로 맘대로 할 수 있었는데, 그럴 수 없는 세계도 존재하는구나 하는 인식을 하기 시작한 것이다.

결국 A는 '규칙이 있는 세계'에 속한다는 것에 일종의 평온함 같은 것을 느끼게 되었다. 그의 뼈뿔어진 정신은 눈에 띄게 교정되어 언동에서도 그

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

것이 배어났다.

A의 변화에 놀란 것은 전학해 간 학교의 선생님들이었다. 어느 날 담임선생님이 찾아와 이렇게 물었다. “그 아이가 한달 전까지 〇〇중학교에서 깡패 두목이나 했었다는 것이 믿어지지 않습니다. 지금은 그야말로 모범생이에요, 대체 어떻게 가르치신 겁니까?”

노 사범의 대답은 간단했다.

“나는 교육자가 아니기 때문에 어려운 설명은 못합니다. 다만 극히 단순하고 당연한 일을 했을 뿐입니다. A가 좋은 일을 하면 칭찬하고, 나쁜 일을 하면 야단치고, 그리고 전력을 다해 밝은 분위기 속에서 차별 없이 그를 대한 것 뿐입니다.

나는 그를 바른 길로 이끌겠다는 특별한 노력을 한 건 없습니다.”

이야기는 이것으로 끝나지 않는다.

A가 일찍이 다니던 중학교에서 어느 날 노 사범에게 연락이 왔다. 우두머리였던 A가 없어지고 나니 그 때까지 어렵게 균형을 유지하고 있던 불량 학생들 사이의 힘겨투기가 벌어져 학교에서 통제하지 못할 지경에 이르렀다는 것이다.

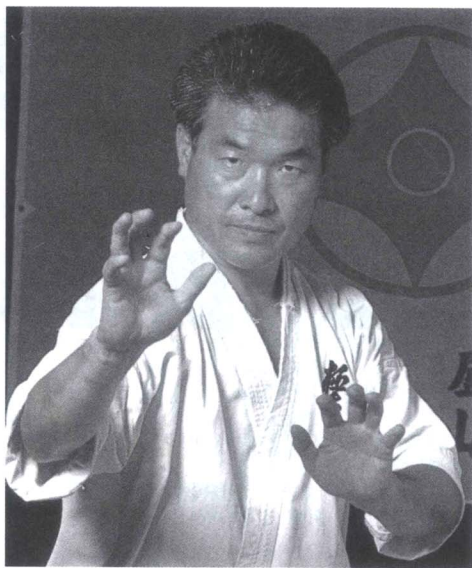
노 사범은 즉시 A를 그 곳으로 보냈다. “다 녀오너라, 근본적으로 따지자면 네가 저지른 일이다. 그러니 네가 가서 수습해라.”

A는 자신이 이끌던 불량사클에 가서 “나는 지금 노 도장에서 수련하고 있다. 하지만 언제든 마음만 먹으면 이렇게 달려올 수 있다. 그러나 암전히 있어.”라고 호통을 쳤다고 한다.

그들은 잊혀져 가던 A에 대한 복종심이 다시 살아났다. 동시에 A의 변모에 믿어지지 않는다는 듯 눈을 깜빡거렸다. 이후 그 학교에서는 통제 불가능한 불량 학생들 때문에 한 때 중지되었던 수학여행까지 다시 부활하게 되었다고 한다.

학교측에서는 노 사범에게 그 공로를 인정하여 감사장을 전달했다.

좀 과장된 이야기 같지만 사실이다. 노 도장 한편에는 그 때 받은 감사장이 걸려있다. 일개 시민이 의무교육기관에서 감사장을 받는다는 자체가 극히 특이한 경우이다. A는 그 후 뒷골목 세계에서 발을 빼고 현재는 훌륭한 사회인이 되어 있다.



▲극진가라데의 제 1회 세계선수권대회 준우승자이기도 한 노초웅 사범은 최영의 관장이 가장 아꼈던 제자다. 지금 그는 비형 청소년들을 무도교육으로 거듭나게 만들고 있다.

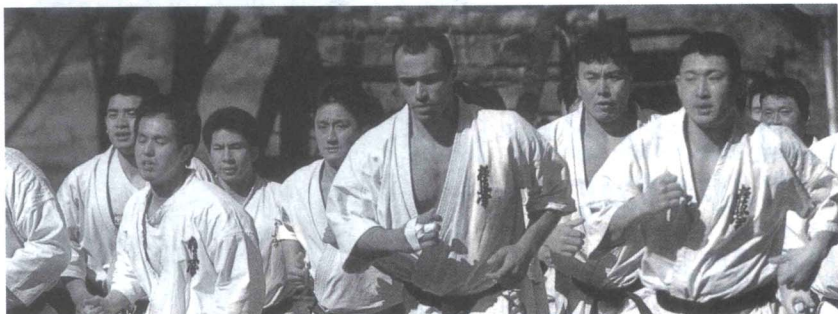
청소년 육성문제는 시대의 요청, 동시에 무도의 사명

A학생 이야기는 노 사범이 청소년 선도에 앞장선 최초의 사례이다. 당시 사범은 ‘단순하고 당연한 일을 할 뿐’이라고 했다.

“어떻게 청소년 선도에 나서게 되었냐는 질문을 자주 받는데, 가라데 도장의 사회적 사명으로서 당연한 일이라고 대답할 수밖에 없다. 우리 가라데는 몸과 마음을 닦고, 건전한 청소년을 육성하는 것이 그 목적이다. 그런 의미에서 건전한 청소년 육성은 우리의 사회적 사명이라 할 수 있다. 물론 강한 전수를 키우는 것도 도장을 이끄는 사람으로서 하나의 임무이지만 결코 그것만이 전부는 아니다.

이런 점에서 볼 때 비형 청소년 선도 사례는 가라

전문지들이 전하는 세계격투기 소식



▲무도의 단체 교육 속에서 비행 청소년은 진짜 「무서운 존재」를 만나게 되고 자신을 냉철히 바라보게 된다.

데 어느 도장에서나 흔히 찾아 볼 수 있는 일이다.”

역설적이지만 최영의 총재는 입버릇처럼 젊은이들에게 이렇게 말했다.

“왜 가라테를 시작했는가. 정신수양을 위해? 건전한 육체를 만들기 위해? 실은 누구나 싸움에 강해지고 싶어서이다.”

최영의 총재의 이러한 이념은 극진 회관에도 이어지고 있다. 사회 속에 극진 가라테가 담당해야 할 역할은 무엇인가? ‘퇴폐’의 방지책으로, 또 헤이해진 현대인들을 다시 한번 몸과 마음을 다잡을 필요가 있다면 지금이야말로 극진 가라테가 나서야 할 때이다. 참교육은 ‘입’으로 논하는 것이 아니라, 실천과 아픔으로 이루어지는 것이다.

참교육은 실천과 아픔으로 이뤄져야 비행 청소년 선도는 무도인의 사명

그리고는 ‘싸움에서 강해지지 못하는 가라테는 가라테가 아니다.’고 주장했다. 하지만 그렇게 입문한 많은 젊은이들이 모두 뒷골목 싸움꾼이 되었느냐 하면, 전혀 정반대다. ‘심신을 연마하여, 무도의 길을 완수’한 것이다.

일본에서 ‘교내 폭력, 가정내 폭력’이라는 말이 매스컴에 오르기 시작한 것은 70년대 말부터 80년대 초, 석유 파동과 거품 경제의 생성과 붕괴 등 일대 혼란기를 거치며 청소년 범죄는 이제 거의 매일 같이 신문지상에 오르내리게 되었다.

최영의 총재는 물질만능주의에 찌들어 마음의 풍요를 잃어 가는 현대사회에 경종을 울렸다. 그리고 무도교육의 필요성을 역설했다.

노 사범이 뛰어난 영역은 상식이 통하지 않는 영역이다. 일견 과격한 교육도, 「청소년 육성위원회」의 설립도 실은 시대의 요청에 의한 것이라 할 수 있다. 또 그것은 동시에 무도의 사명이기도 하다.

실천적 힘이 절실히 요구돼

어리석은 질문이긴 한데, 왜 극진 가라테 훈련이 건전한 청소년 육성에 기여하는 것일까. 그 이유를 노 사범은 다음과 같이 설명한다.

“가라테 도장에서는 몸과 마음을 단련하면서 예의도 같이 배운다. 예의를 배운다는 것은 상대를 존경하는 마음을 배운다는 말도 된다. 동시에 매일

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

훈련을 통해 괴로움과 아픔도 함께 알게 된다. 그러면서 역으로 상대의 아픔과 괴로움을 이해하는 '배려하는 마음'까지 익히게 되는 것이다.

요즘의 아이들은 괴로움과 아픔을 모르고 자란다. 그래서 당연히 남의 아픔이나 괴로움을 생각지 않고 행동한다. 잔혹한 청소년 범죄가 많은 것도 이러한 이유에서라 할 수 있다. 따라서 존경과 배려의 마음, 이를 함양시킴으로써 건전한 청소년을 육성하는 것이다."

또한 노 사범은 비행 청소년 부모들이 상담창구를 찾을 경우, 담당 카운슬러들이 '사춘기에 한 때 그러는 것이니 사랑으로 감싸주면 된다.'는 무책임한 충고에 반발한다.

"그들이 원하는 것은 그런 막연한 충고 보다 폭력을 막을 수 있는 구체적인 대응책, 또는 현실적인 힘을 빌리고 싶은 것이다."

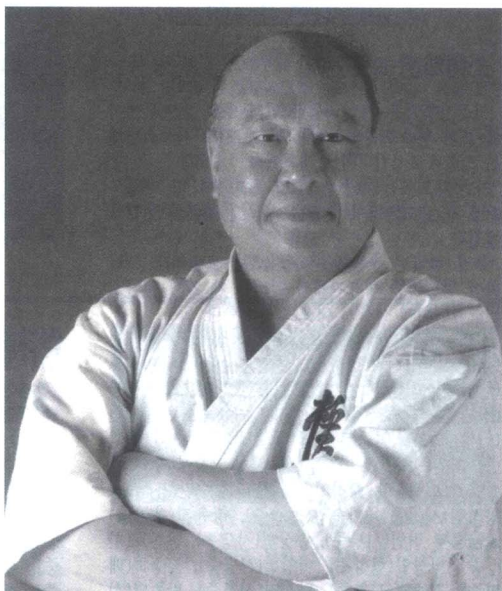
정의를 뒷받침할 힘이 필요

폭력에 대한 명확한 충고는 '힘'으로 '폭력'을 저지하는 것이다. 힘과 폭력을 구분하는 경계선은 전적으로 '정의'의 유무에 달렸다. 노 사범의 주장은 왕년의 최영의 총재 어록(語錄)과도 맥을 같이 한다.

"힘이 없는 정의는 무능하다."라는 말이 있는데 가라데인은 가라데의 기술로 폭력을 막을 만큼의 역량을 갖고 있다. 잔소리하기 보다 먼저 폭력을 휘두르고 싶어하는 마음을 없애버린다. 가라데를 하는 사람이 아니면 불가능한 일을 하는 것이다. 그런 의미에서 우리는 평소 생활을 엄격하게 조절하여 '정의 없는 힘은 폭력이다.'라는 상황이 되지 않도록 자신을 단속하지 않으면 안된다."

A학생의 예에서 노 사범의 이야기 중에 '칭찬, 꾸지람, 밝게'에서 '밝게'라는 말이 있다. 그것은 도장에 있는 것만으로 충분히 교육이 된다.'는 노 사범의 지론에서 나온 것으로 다음과 같은 사고로 뒷받침되고 있다.

"무도를 수행하는 사람 중 근본적으로 잘못된 사



▲극진 가라데의 창시자 고(故) 최영의 관점은 '청소년들은 싸움에서 강해 지고 싶어 가라데를 배우기 시작한다. 그러나 가라데를 배우는 동안 정의가 무엇인지를 깨닫게 된다.'고 말했다.

람은 없다. 이것은 본능적인 부분에 관련되는 것이다. 물론 수련 그 자체는 엄격하고 힘든 것이니까 도장 안에는 언제나 팽팽한 긴장감이 감돌고 있다. 그러나 훈련을 그런 긴장 속에서 하기 때문에 반대로 평소엔 모두 편하게 행동한다. 그것이 전체적으로 밝은 분위기를 만들어 내는 것이라 생각한다.

예전엔 무도교육이라 하면 군국주의적이라거나 폭력적이라거나 하는 나쁜 이미지를 갖기 쉬웠으나 지금은 오히려 무도에 대한 필요성을 높이 사고 있는 것 같다."

어느 조사 결과에서 어린이를 가진 부모가 지금 가장 아이에게 가르치고 싶은 운동으로 '가라데'가 꼽힌 것에서 그러한 필요성을 대변해주는 것인지도 모른다.

〈주진언 옮김〉



서울특별시협회

소년체전 대표선발

서울시협회는 지난 4월 23일과 24일 국기원에서 제 15회 서울소년체육대회 겸 제 27회 전국소년체전 서울대표선발대회를 개최했다.

이번 대회에는 초등부 114명, 중등부 99명, 여중부 63명 등 총 276명이 출전한 가운데 치열한 접전을 펼쳤다.

부별 체급별 우승자는 5월 23일~26일까지 경남 마산 양덕여중 체육관에서 열리는 제 27회 전국소년체육대회에 서울시 대표로 출전한다.

▲초등부 권일식(월계초), 김대동(신목초), 장권선(강동초), 정진방(면목초), 한형중(상봉초), 이인호(금천초), 김대호(선촌초), 이용환(강덕초), 이용환(강덕초), 지중호(중앙초), 장은수(광원초), 권순관(신방학초) ▲여중부 이종아(고덕중), 황시내(신관중), 최민(중화중), 변진영(성서중), 최정애(중화중), 송효경(변동중), 최진미(오금중), 김수란(용곡중), 양정임(시흥중), 이수경(신관중), 장유진(용곡중) ▲남중부 허인(사당중), 송상민(사당중), 양진호(한성중), 박상일(한성중), 이영철(사당중), 정창하(배명중), 김준태(신관중), 박선명(시흥중), 박종명(시흥중), 방평규(오금중), 오승한(용곡중)

부산광역시협회

강북고 종별대회서 6체급 석권

제 2회 승품·단 심사대회가 4월 19일 구덕체육관에서 2,900여명의 응심자와 많은 태권도 가족들이 참석하여 성황을 이룬 가운데 개최되었다.

개회식에서 이근우 회장직무대행은 98년도 기술심의회와 분과위원회 임원들에게 위촉장을 수여하였다.

또한 대회를 통하여 응심자들에게 『태권도 수련을 통하여 심신을 단련하고 바람직한 인성을 길러 미래의 주인공으로 성장해 줄 것』을 당부했다. 그리고 수련생을 지도하고 있는 일선 지도자들의 노고를 치하했다.

<손효준 리포터>



▲대회를 하고 있는 이근우 회장.

전라남도협회

춘계종별대회 개최

신인선수 발굴을 위한 춘계종별대회가 4월 4일 전남 태권도훈련장에서 개최되어 많은 선수가 출전, 그동안 갈고 닦은 실력을 겨루었다.

대회결과와 부별 명단은 다음과 같다.

▲남중부 김형준(해남 황산중), 이세민(무안 청계중), 김원득(무안 청계중), 강원규(과양 제철중), 박종인(여수중), 오윤창(여천중), 홍성식(영암 서호중), 김승호(여천 돌산중앙중), 양병훈(나주 금천중), 조영권(완도 금일중) ▲남고부 심태식(무안 현경고), 윤지운(여수고), 전재훈(영암 구림공고), 이재성(여천실고), 임채실(여수고), 민대홍(나주공고), 이민수(여수고), 박영민(고흥 영주중고) ▲여중부 김안나, 남송림(이상 화순 춘양중), 배누리(무안 청계중), 정진화(목포 중앙여중), 안성심, 허안라(이상 해남 황산중), 안수아(목포 영화중), 김재로나(여천 읍촌중) ▲여고부 김태연, 김미주(이상 해남 황산실고), 박은미, 신현하, 송지현(이상 구례고), 박경진(영암 산복전자공고), 김정미(장흥 대덕중고)

전국체전 대표선발 1차 예선전 개최

제 79회 전국체육대회 전남 1차 예선전의 4월 11일~12일까지 전남 태권도훈련장에서 열렸다.

이번 대회 입상자는 2차전 입상자와 최종전에서 다시 겨뤄 우승자가 도대표로 출전하게 된다.

입상자 명단은 다음과 같다.

▲남고부 김정훈(과양고), 김종길, 이민수(이상 여우고), 최정모, 임동일, 이세주, 김유호, 김덕중(이상 순천공고) ▲남대부 김광호(한체대), 김동철, 김홍석, 마천국, 양재용, 유승길, 김은철(이상 동신대), 박선홍(용인대) ▲남일부 서창남(해남명성체), 양우열, 김수화(이상 화순체육관), 최용순, 고광명(이상 전남협회), 조진호(상무), 장종오(지하철공사), 최원진(상무) ▲여고부 양은정, 김수경, 최문화, 황보윤, 윤현주, 이은혜, 신경옥(이상 목포상고), 김명진(영암산복전지공고) ▲여일부 이선영, 조미혜, 김지원(이상 한체대), 신은선(전남협회), 강진희(용인대), 김정은(경원대), 정명숙(삼성물산)

도민체육대회, 나주시 우승

도민의 화합과 단결을 도모하기 위해 개최되는 제 37회 전라남도민체육대회 태권도경기가 4월 23일 ~ 25일까지 목포상업고등학교에서 개최되었다.

대회결과 1위는 나주시, 2위 광양시, 3위 보성군이 각각 차지했다.

▲체급별 우승자

유창호(장흥군), 최용훈(고흥군), 김민표(목포시), 조진호(보성군), 김도현(담양군), 장종오(영광군), 최원집(함평군), 심재섭(장흥군)

현장탐방 전남 순천경희체육관 급수별 차별화 교육

요즘 태권도 교육기관은 예전과는 달리 경영 다변화와 전문화를 모색하고 있다. 이러한 변화는 거리제한이 없어지고 많은 대학의 태권도학과 출신이 체육관을 개관함에 따라 더욱 가속화되고 있는 현상이다.

전남 순천에 자리한 경희체육관도 경영 전문화를 꾀하고 있는 도장 중 하나이다. 4층 건물에 태권도와 유아스포츠단을 함께 병영하는 체육관은 1층과 2층은 태권도 교육을 3층은 유치원 또래의 아이들을 대상으로 유아스포츠단을 운영하고 있다.

태권도 교육은 층별로 차별화하여 1층에서는 상급자 교육을, 2층에서 하급자 교육을 하고 있다. 이러한 상·하급자간 차별화 교육은 무엇보다 급수와 유품에 따라 교육내용이 달라지기 때문에 최대의 교육적 효과를 보고 있다. 3층에는 5~7세 사이의 미취학 아동을 대상으로 신체활동을 통해 지능발달을 유도하는 프로그램과 키 성장에 도움을 주는 유연성훈련으로 성장기 애들에게 소양교육과 신체활동을 겸할 수 있도록 해 매우 좋은 반응을 얻고있다.

정해룡 관장은 93년 경희대 태권도학과를 졸업하고 수련 학사체육관을 운영하다 고향에서 후배들을 양성하기로 결심하고 순천으로 내려가 경희체육관을 개관하게 되었다.

도장의 위치가 아파트 단지와는 많이 떨어져 있지만 다양한 교육프로그램의 실시로 많은 수련생을 지도하고 있다. 경희체육관은 월 1회 조기수련회, 유단자반장 교육, 시범단교육, 스키교육, 여름캠프, 국기수련, 자전



▲시범단 활동으로 자신감을 키우는 경희체육관 시범단.

거하이크 등 다양한 교육프로그램으로 수련생들에게 많은 것을 경험할 수 있는 기회를 제공하고 있다. 또한 월 1회 경희소식지를 발행해 부모님들에게 체육관 소식과 자녀인성교육의 자료로 태권도 바로 알리기에 앞장서고 있다.

한편 대부분 체육관에서는 태권도와 겨루기를 분리하여 아이들을 가르치고 있는데 경희체육관에서는 유단자가 되면 당연히 시합을 뛰고 시범단 활동을 하게 하여 자아개발을 하도록 하고 있다. 시범단 활동은 한국청소년연맹 행사와 각종행사, 체육대회에서 시합으로 자신감을 심어주는 기회로 삼고 있다.

전문 선수육성에도 힘쓴 결과 현재 부영초등학교와 연향중학교 태권도부 선수가 전원 경희 체육관 소속으로 구성되어 있고 98년 전국소년체전 대표로 남중부 1명, 여중부 4명을 배출하여 좋은 성적을 기대하고 있다. 관장은 "고향후배를 잘 지도해 세계적인 선수로 키우고 싶다."고 했다.

경희체육관은 97년에 전남태권도협회 최우수체육관으로 선정되었고 96년 한국초등학교연맹 모범지도자로 선정되었다. 정해룡 관장은 현재 한국초등학교태권도연맹 심판과 전남협회 상임심판으로 활동하고 있다.

〈홍명숙 리포터〉



동부지구 심사대회

4월 25일 순천 팔마실내체육관에서 심사대회를 개최하고 374명의 유품(단)자를 배출하였다.

1품-185명, 2품-111명, 3품-20명

1단-25명, 2단-11명, 3단-12명, 4단-9명, 5단-1명이다.

〈홍명숙 리포터〉

경상북도협회

소년체전 경북대표선발

제 10회 경북소년체육대회 및 제 27회 전국소년체전 경북대표선수선발대회가 3월 26일과 27일 이틀 간 구미 금오공고 체육관에서 개최되었다.

올해부터 초등부가 소년체전 정식종목으로 채택됨에 따라 각 시·군에서의 열기가 고조된 가운데 치열한 접전을 펼쳤는데 경기결과 소년체전 경북대표로 선발된 선수는 다음과 같다.

구분 계급	남자초등		남중부		여중부	
핀급	권도현	용상초	최원형	고령중		
플라이급	최성준	구정초	박덕현	체육중	김희진	홍해중
밴텀급	김정우	청림초	장도환	대동중	김주희	홍해중
페더급	황성욱	영주초	김정길	대동중	강상희	홍해중
라이트급	문광주	고령초	홍성준	대동중	배소완	홍해중
L.웰터급	서병훈	송현초	윤민균	고령중	김보리	홍해중
웰터급	박병훈	압량초	김기표	대동중	김도영	경북체중
L.미들급	차정훈	황상초	서용국	형남중	김승이	홍해중
미들급	김병현	춘양초	권도형	영천중	박규진	동산여중
L.헤비급	심재홍	고령초	이형주	영천중	박지현	홍해중
헤비급	홍은준	도리원초	지준현	고령중	박지혜	홍해중

한편 남자초등부 밴텀급 우승을 차지한 김정우(청림초)와 남중부 페더급 우승을 차지한 김정길(대동중)은 형제지간으로 나란히 경북대표에 선발돼 화제가 되었다.

〈김태현 리포터〉

포항 영신중·고등학교 태권도부팀 창단

포항 영신중·고등학교는 4월 2일 오후 2시 교내 강당에서 지역 학계 및 체육회 인사 80여명이 참석한 가운데 태권도부 창단식을 가졌다. 이 자리에는 도교육청 사회체육과장과 포항시 교육장 그리고 관내 중·고등학교장 등 교육계 인사와 경북체육회 사무처장과 포항시 체육회 부회장, 그리고 경북태권도협회 및 포항시태권도협회 임원 등 많은 체육계 인사들이 참석하여 성황리에 창단식이 거행되었다.

이 자리에서 김주현 경상북도교육감은 황철성 사회체육체육과장이 대독한 격려사를 통해 학교·지도자·선수가 혼연일체가 되어 실력과 체력을 겸비한 선수로 성장하기를 당부하였으며 또한 경상북도체육회장이 이의근 경상북도도지사는 김재권 경북체육회 사무처장이 대독한 격려사를 통해 튼튼한 체력을 바탕으로 선수 개인의 기량을 마음껏 펼치고 국제적인 선수가 될 수 있도록 노력해 줄 것을 당부하였다.

포항영신중·고등학교 선수단은 고등학교팀 단장에 김순찬 교장, 감독에 이성훈 교사, 그리고 5명의 선수(김민규, 김동일, 박재우, 정문교, 권종진)로 구성되어 있으며, 중학교팀 단장에 최근국 교장, 감독에 김동민 교사, 그리고 6명의 선수(김수영, 이상화, 이대진, 최병주, 윤석중, 정민호)로 구성되어 그 첫걸음을 내딛게



▲팀창단과 함께 힘찬 출발을 다짐하는 포항 영신중고 태권도부.

되었다.

포항 영신중·고등학교는 평소 옥영사업에 관심이 많던 삼일그룹 강신우 회장이 기업 이윤의 사회 환원과 지역의 인재 양성을 목표로 설립되었다. 1992년에 개교한 포항 영신고등학교는 짧은 연륜에도 불구하고 체계적인 학력 관리와 모범적인 생활지도로 지역의 신흥 명문고등학교로 자리 매김을 하고 있다. 특히 98학년도 대학입시에서 4년제 대학에 응시자의 98.6%가 진학하는 놀라운 진학율을 기록하여 지역민들로부터 높은 평가를 받고 있다. 또한 학업 성적이 우수할 뿐만 아니라 다양한 특별활동과 인성교육에 주력하여 학부모들로부터 좋은 반응을 얻고 있다.



광주광역시협회

제 2차 승품 · 단 심사 개최

광주태권도협회는 올해 제 2차 승품심사를 4월 12일 구동체육관에서 900여명의 응시자가 참가한 가운데 실시하였다.

이날 심사에서는 광주 태권도관장들로 구성된 30명의 성인시범단(단장 : 김민철 관장·8단)이 응시자와 학부모가 지켜보는 가운데 태권도의 멋진 묘기를 선보였다. 절도있는 기본동작 및 품새와 장에 물격파, 고난도 묘기 격파 등 승품조각이 높이 튀어 오를 때마다 관중들로부터 박수갈채를 받았다.

시범단은 2년전 구성되어 각종행사 때 태권도 묘기를 선보여 태권도 홍보활동에 큰 역할을 해내고



▲윤판석 부회장이 김정록 9단에게 기법단증패를 증정하고 있다.

있다.

한편, 광주협회와 체육관협의회는 지난 12월 광주에서 처음으로 9단에 승단한 김정록 체육관협의회장과 8단에 승단한 한길진 협회장에게 승단기념패를 전달하고 축하해 주었다.

광주협회는 지난 1차 심사 때 우수한 기량을 보여준 응시자 10명을 선발하여 상장 및 트로피를 수여하고 격려하였다.

도장활성화를 위한 세미나 개최

한편 광주협회는 체육관협의회와 협의하여 도장활성화세미나를 4월 18~19일 1박 2일 동안 전북 임실 성수단 휴양림에서 200여명의 관장 및 사범이 참여한 가운데 진지하게 진행했다.

강사로는 태권도신문사의 오춘성 연구팀장이 태권도 마케팅 설명을 통하여 차별화된 프로그램 도입 및 인성프로그램 확보에 관한 내용을 강의하면서 시대가 변하는만큼 지도자의 사고방식도 바뀌어야 한다고 강조하였다.

또한 현재 태권도장을 성공적으로 이끌어가고 있는 석사체육관의 강세형 관장과 대구 우진체육관의 손성도 관장이 성공사례담을 발표하였는데 시대의 급격한 변화에 맞추어 수련생 지도방식도 기존의 고정관념에서 탈피하고, 각 띠별 차별화 교육과 참된 인성교육 등 여러 가지 좋은 교육방안이 제시되었다.

<이병도 리포터>

대한태권도협회 여성분과위원회 간담회 앞으로의 활동방향에 대해 의견 교환 여성태권도인의 활동 현황 파악키로



장용갑 위원장

여성분과위원회는 지난 5월 2일 위원장 장용갑씨가 운영하는 정우체육관 사무실에서 간담회를 갖고 여성분과위원회의 활동방향에 대해 토의하고 우선 여성 태권도인의 활동 현황을 파악하는데 의견을 모았다.

장용갑 위원장은 "태권도 발전을 위해서는 여성 태권도인의 활약을 널리 알려 여성 수련연구의 확대를 꾀하

는 것이 중요하다."고 강조했다.

이 자리에는 장용갑 위원장을 비롯해 서영애(이천 승일체육관장), 임신자(인천시청 감독)부위원장, 이성미('90, '92 세계대학선수권 입상, 사범), 이미라(분당 체육관사범), 김지숙('85 세계선수권 1위, '88올림픽 2위, 경희체육관장), 정완숙('89 세계선수권 1위, 월드 체육관장), 양은정('98 주니어대표 코치) 등 8명이 참석했다.

한편 방경애(배성여상 코치), 모미라(금명여중 코치, 안양 성신체육관장), 고현정(심판원)위원은 이날 중 고연맹대회 참석으로 불참했다.



제주도협회

제 33회 전도대회 겸 제 14회 회장배 개최

제 33회 전도태권도협회(도지사기, 교육감기, 교육 대학교총장기타기) 겸 제 14회 회장배타기 전도태권도대회가 4월 18일과 19일 양일간 제주시민회관에서 제주시 태권도협회(회장 고우방) 주최로 개최되었다.

이번 대회에는 128개팀에서 남자 335명과 여자 110명 등 총 445명의 선수가 출전한 가운데 경기가 펼쳐졌다.

대회결과 부별 단체우수는 남초부-제북북고, 남중부-오현중, 남고부-남녕고, 남일부(대학포함)-제주관광전문대, 여초부-제주동고, 여중부-신산중, 여고부-한림고, 여일반(대학포함)-한라전문대가 각각 차지했다.

이번 대회 최우수선수상은 장두산(오현중), 장려상은 홍산초등학교가 수상했고, 지도상은 남자초등부 고영호(제북고), 여자초등부 강형근(제동고), 남중부 강권식(오현중), 여중부 양태석(신산중), 남고부 강승수(남녕고), 여고부 강복향(한림고), 남자일반부 윤상백(관광전문대), 여자일반부 최철영(한라전문대)씨가 수상했으며, 우수심판상은 김재현(백두체육관), 강기주(예광체육관)씨가 각각 수상했다.

〈공철국 리포터〉

강원도협회

인제 서화중, 소년체전 선발전 금 7 획득

강원도 인제 서화중이 강원지역 여자 태권도 명문 학교로 부상하고 있다. 서화중은 지난 4월 폐막된 강원도 소년체전 선발전에 8명이 출전해 금메달 7

현장탐방

「어머니 태권교실」 - 광주 명성체육관



▲「어머니 태권교실」. 광주 명성체육관 김대호 관장과 회원들의 모습.

“자 이렇게 손목을 잡혔을 땐 요렇게 합니다.”

건강도 살리고 급할 땐 호신술로 사용할 수 있는 태권도를 배우기 위해 굳어버린 다리를 올리고 구르기도 하며 군살을 빼내기 위해 여념이 없는 주부들이 있다.

요즘 연속되는 불황속에 각종 범죄가 급증하는 시대적 상황에서 얼마전 가정주부가 맨손으로 강도를 잡고, 새마을금고 여직원도 흥기를 든 강도와 격투를 하는 등 사회적으로 우연현상이 기세를 올리고 있는 이때 광주 화정동에 위치한 명성체육관 김대호 관장(42세·6단·광주협회 경연분과위원장)은 오전 태권도 수련이 없는 시간을 활용하여 수련생학부모들과 인공

주인들을 대상으로 무료로 태권도 교실을 개강하였다.

「아줌마가 무슨 태권도냐고 처음에는 쑥스러워하기도 했지만 몇 달이 지나고 꾸준히 배우는 사람이 늘어나면서 요즘에는 20여명으로 회원이 늘어났다. 이들은 매주 월, 수, 금요일 오전에 체육관에 모여 김재호 관장의 구령에 맞추어 품새 및 발차기 외에도 호신술 등 다양한 프로그램을 배워나가고 있다.

이들 중 자녀들을 체육관에 보내는 주부들도 있지만 그외에 부주들도 절반가량 차지하는 것을 볼때 생활체육으로서의 태권도 역할을 충분히 입증시켜 주고 있다. 또한 전에 수영이나 에어로빅 등 타종목의 운동을 하다가 「어머니 태권교실」을 찾은 주부들이 꽤 있었다. 이들은 한결같이 태권도수련을 통해 스트레스를 해소하고 잠시나마 생활에 대한 근심걱정을 잊어버릴 수 있다고 한다.

자모회장을 맡은 김정(44세)씨는 회원들간의 친목을 도모하기 위하여 수련 후 등산도 함께하고 자처적으로 모임도 가지면서 돈독한 우정을 기꾸어 간다고 한다.

IMF 한파가 갈수록 심화되고 있는 이때, 뾰족한 대안이 없다고 자탄하는 이 시대에서 생활속으로 파고드는 태권도의 역할은 국기(國技)로서의 위상을 충분히 다져 나갈 수 있으리라 생각한다.



개와 은메달 1개를 획득, 강원도 내 최다 금메달 획득 학교로 자리잡았다.

지난 95년 창단된 사회중 여자태권도팀은 지난해 강원도협회장기대회와 강원도지사기 대회에서 종합우승을 차지한 바 있다.

전북협회

교육감기, 고창여고 4체급 석권

고창여고가 제 18회 전북교육감배 대회에서 4체급을 획득, 종합우승을 차지했다.

고창여고는 지난 4월 13일 전주빙상경기장에서 폐막된 이 대회에서 김현미, 김명례, 한해진, 김은정의 선전으로 정주고(금2, 은1, 동1)와 부안여상을 제치고 정상에 올랐다.

남고부에서는 전주공고가 금3, 은1, 동1개를 각각 획득, 영생고의 추격을 힘겹게 따돌리고 우승을 거머쥘었다. 남고부 폐대급 결승에서 이성탄(전주공고)은 김성두(군산고)를 맞아 내려찍기와 뒷차기로 착실히 득점, 우승을 차지했고, 여고부 플라이급 결승에서 김현미(고창여고)는 양미애(부안여상)를 돌려차기와 내려찍기로 승리를 거뒀다.

한편 전북태권도협회 표창장 시상식에서 남궁병씨(만경고 감독)가 지도부분을, 김일남씨(금암체육관장)가 심판부분을, 이경기씨(올림픽체육관장)가 경기부분을 각각 수상했다.

▲남고부 우승자 서보승, 박민호, 김현성(이상 전주공고), 심동기, 정인석(이상 영생고), 김도영(군산고), 신경남(군산 중앙고) ▲여고부 우승자 김현미, 김명례, 한해진, 김은정(이상 고창여고), 이은선, 박세진, 박금임(이상 정주고)

충청북도협회

충청대학, 8월에 '98 세계청소년문화관광 축제 개최

충청대학 8월 18~22일까지 충청대학장집 '98 세계 청소년태권도문화관광축제를 개최한다.

만15세 이상의 1단(품) 이상자가 출전하는 이번 대회는 국내 외 선수 뿐만 아니라 국내에 거주하는 외국인들도 참가할 수 있도록 했다. 경기는 겨루기 대회와 품새, 호신술, 태권 에어로빅 등 특기발표를

하는 시범경연대회가 펼쳐지며 이외에는 다양한 일반문화축제가 개최된다. 참가신청 접수는 7월 10일까지 충청대학장집 대회조직위원회 사무국으로 하면된다.(문의전화 431-230-2450~1)

대구광역시협회

경상공고·영송여고 7명 최종전 진출 전국체전 대구대표 평가전

경상공고가 제 79회 전국체전대비를 위한 대구지역 평가전에서 7명을 최종전에 진출시켰다.

경상공고는 지난 4월 19일 대구시민체육관에서 열린 이 대회에서 이영목(핀급)을 비롯, 홍성태, 오성운(플라이급)·박진호, 이상형(라이트급)·김도훈(웰터급)·이현수(미들급)·김현동(헤비급) 등이 6월에 열리는 최종 평가전에 진출했다.

한편 여고부에서는 영송여고 김현주(핀급)·윤옥주(플라이급)·추정미(밴텀급)·김가희(페더급)·신영애(라이트급)·박정민(미들급) 등이 최종전에 진출했다.

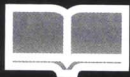
충청남도협회

충남 소년체전, 천안시 우승

충청남도 소년체육대회가 지난 4월 7일~9일까지 천안농고체육관에서 개최되어 단체우승은 천안시, 준우승은 공주시, 3위는 보령시가 차지했다.

부별 우승자 명단은 다음과 같다.

▲여중부 사영주, 성아영(이상 연기 조치원여중) 양지선, 박상협(부여 백계중), 이미숙(서산 지곡중), 임지은, 유광음(천안여중), 홍수진, 문미라(태안 창기중), 이금미(금산 제원중), 김가을(대천여중) ▲남중부 신인철, 강우성, 강대길(이상 공주중), 이일제, 최병수(천안중), 송은규(서천중), 고진웅(논산 진양중), 김영재(논산 덕은중), 주영한, 이민호, 모수광(이상 천안북중) ▲남자초등부 이은재(서천 한산초), 지건오(아산 온양초), 이현수(공주 신관초), 정복성(홍성 홍남초), 한보훈, 황원재(천안 구성초), 이충원(천안 신안초), 김기태(예산 신례원초), 배동준(서천초), 변성훈(부여 규암초), 이영석(천안 청수초)



독서 페이지

소식과 작품을 가다립니다

여러분들이 태권도에 관해 겪은 이야기, 일러스트레이션, 만화, 본지에 대한 희망이나 건의 등 무엇이든 좋으니 보내주십시오. 일러스트레이션, 만화 등은 돌려드릴 수가 없으니 필요하신 분은 복사를 해서 보내주십시오.

- ◆보내실 곳 : 서울시 송파구 오륜동 88-2 (편익시설 A-3동) 「월간 태권도」 편집실
- ◆전화 : 420-4568
- ◆팩스 : 420-4274

PC 태권도

아쉬운 경기규칙 개정

태권도인의 한 사람으로 경기규칙 개정에 참으로 관심이 많았습니다.

세계연맹이 오는 7월 1일부터 개정한 경기규칙을 시행한다고 하는데 결과에 대한 저의 느낌은 한마디로 아쉬움 그 자체입니다.

나름대로 숙의 끝에 결정한 일이겠지만, 부족한 제 식견으로선 아쉬움이 좀처럼 가시질 않네요.

전 이번엔 꼭 태권도 경기 채점 규칙이 바뀌길 바랬었는데 그 부분은 변동 사항이 없다고 하니, 아쉽기 그지 없습니다.

이제 언제나 다시 규칙이 바뀔 수 있을지...

뭐, 잦은 규칙 변경이 결코 좋은 일은 아니지만, 보다 발전적이고 빈틈없는 규칙이 될 수 있도록 계속적인 노력이 보여지면 좋겠군요.

ID : 파란네모(이정옥)

태권도 관장이 수련생 부모님께 드리는 글

유광선 (광장체육관장)

안녕하십니까?

5월은 봄의 축제가 온누리에 수 놓이고 어린이 날, 아버지 날, 그리고 스승의 날 등 우리 모두가 사랑과 감사의 마음으로 보내야 할 중요한 날들이 많이 있습니다.

다른 해 같으면 어린이 날을 맞아 어디론가 자녀들을 위하여 즐거운 나들이를 가고 우리들의 자녀들은 아버지 날이라하여 나름대로의 선물을 준비하던 것을 생각해 보면 우리들 마음을 훈훈하게 했던 즐거운 계절이었습니다.

그러나 지금의 상황은 우리 모두 허리띠를 동여매어야 할 때입니다.

아울러 자녀들에게는 근검절약과 국산품 애용도 교육 하셔야겠습니다. 우리나라가 경제위기를 맞게 된 것도 돈을 잘 관리하는 능력이 부족했기 때문이라는 것도 알려주시고 어렸을 때부터 부모님께 받은 용돈을 스스로 예산을 세워 쓸 수 있도록 지도하시고 용돈 사용 기입장을 쓰게 함으로써 본인 스스로가 관리능력을 키워 나갈수 있도록 도와주십시오. 저축과 지출을 잘 했을 때 보너스를 주는 방법도 좋은 교육 방법이라 생각합니다.

언제나 부모님께서서는 자녀에게 “우리 아이는 해낼수 있다.” 라고 격려해 주시고 오랜 인생의 항로에서 비바람과 파도를 이겨 낼 수 있는 스스로의 강인함과 인내심을 기를 수 있도록 가정에서의 교육도 함께 부탁드립니다.

5월의 따사로운 햇살같은 평온함이 학부모님의 가정에 언제나 깃들기를 기원합니다.

독자란

재미있는 태권도 계속 하고 싶은데...

김도형 (10살, 경기도 구리시)

요즘 태권도가 재미있어졌다. 태권도 수련시간에 게임을 자주 하기 때문이다. 품새와 겨루기도 재미 있지만 게임시간이 제일 재미있다. 게임시간이 되면 친구들은 서로 잘하려고 야단이다.

나는 5살 때부터 태권도를 배우기 시작했다. 태권도를 4년이나 계속해서 배웠는데 그것이 우리 식구들에게는 자랑거리이다.

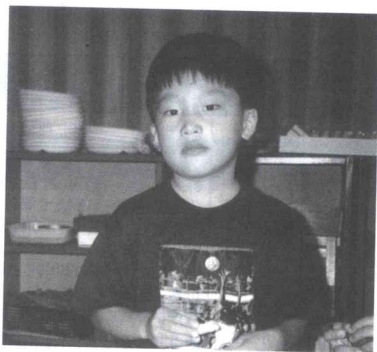
사범님께서 열심히 지도해 주셔서 참 고맙다.

국기원에 심사를 보러 가기 위해 연습할 때는 너무 힘들었다. 그렇지만 열심히 해서 검은 띠를 땀을 때 나는 매우 자랑스러웠다.

그런데 나는 이번달까지만 태권도장에 다녀야 한다. 왜냐하면 이사를 가기 때문이다.

나는 태권도가 그리울 것이다.

'나는 태권도를 계속하고 싶은데...'



특진했을 때 너무 기뻐

정호윤(10살, 서울시 광진구)



나는 2학년 때부터 태권도장에 다니기 시작했다. 나보다 먼저 태권도를 배운 아이들은 모두 건강하고 씩씩해 보였다.

검은 띠를 맨 친구들이 부러웠다. 그래서 나도 열심히 태권도를 배웠다. 도장에서는 한달에 한번씩 승급심사를 본다. 나는 3급 심사 때 특진을 해서 바로 1급이 되었다. 나보다 태권도를 빨리 시작한 선배가 후배가 되었다. 나는 너무너무 기뻐다. 앞으로도 열심히 해서 또 특진을 하고 싶다.

나는 태권도를 배우기 전에는 겁이 많았는데 배우고 난 후 부터는 겁이 없어졌다. 빼도 단단해지고 힘도 세어졌다. 운동도 잘하게 되었다. 얼마전에 학교에서는 운동회를 했는데 나는 우리반에서 달리기를 1등해 릴레이 대표가 되었다.

나는 다음달쯤 국기원에 가서 심사를 본다. 빨리 품띠를 따고 싶다.

제21회 회장기 전국대학대항태권도대회

4월 28일 ~ 30일 · 국기원

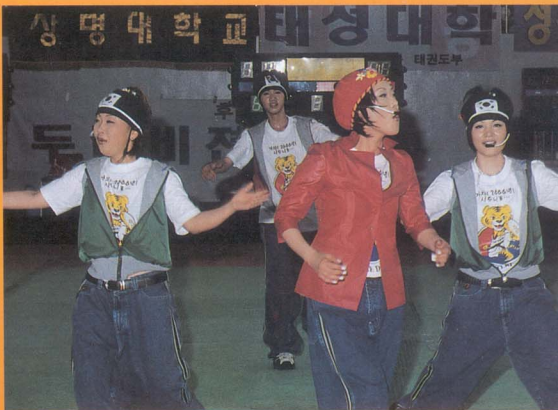
올 해 대회에는 대학연맹이 창설된 이래 가장 많은 41개교 576명의 선수가 출전해 수준높은 경기를 펼쳤다.

한체대는 3개 체급을 석권하며 남자부 종합우승을 차지했고 상명대는 1990년도 대회에서 우승한 이래 8년만에 여자부 정상을 탈환했다.

◀개회식에서 한국대학연맹 전수신 회장이 대회사를 통해 선수들에게 최선을 다하도록 당부하고 있다.



▲최우수선수상을 수상한 한체대의 노현구와 상명대의 오미니.



▲식후 공개행사에서 신세대 그룹으로 인기를 끌고 있는 '아이.아'가 태권도 응원가를 열창해 관중들의 박수를 받았다.

남자부 결승전

재빠른 뒤돌아엎치기

▶한체대의 민병석(청)이 동아대 정영훈(홍)에게 뒤돌아엎치기 공격을 하고 있다.
5-4로 민선수 승리.



플라이급

핀급



▶성균관대 권기덕(청)이 청주대의 류인평을 맞아 뒷차기 공격을 성공시키고 있다. 3-3 점진 끝에 류선수가 우세승을 거두었다.



밴텀급

페더급



▶뒷차기 공격을 성공시키고 있는 한체대의 이광수(청). 그러나 경기결과는 9-6으로 정세영(한체대·홍)이 판정승

▶한체대의 노현구(홍)가 성균관대 김동연(청)을 5-3 판정으로 이기자 심판이 손을 들어 승리를 알리고 있다.

과감한 앞돌려차기로 주도권 장악

▶경원대 장세웅(홍)이 한체대의
하태호(청)에게 앞돌려차기
공격을 시도하고 있다.
5-4로 장세웅이 승리.



웰터급



▶서장원(충남대·청)이 뒤돌아엎차기
공격을 성공하고 있다.
그러나 경기결과는 5-1로 경희대
박천덕의 승리로 돌아갔다.

라이트급

◀동아대 엄광흠(홍)이
고려대 박동현(청)을 맞아
앞돌려차기 공격을
성공시키며 3-1로 승리.



미들급



헤비급



◀동아대 문대성(청)의 뒤돌아엎차기
공격과 용인대 송दै호(홍)의
앞돌려차기 공격이 맞붙고 있다.
5-2로 문선수가 승리를 거두었다.

여자부 결승전

▶윤희순(웅인대·청)이 박효진(웅인대·홍)의 뒤 돌아엿차기 공격을 피하고 있다. 윤선수가 6-0으로 일방적인 승리를 거두었다.

핀급



플라이급



◀경희대 전성아(홍)가 뒤돌아차기로 웅인대 김수연(청)의 얼굴을 적중시키며 3-1 판정승.

밴텀급



▲오미나(상명대)가 주윤숙(성신여대)를 2-0 판정승으로 물리치고 승리.

페더급



서로 맞받아 치는
열전의 연속

◀정기숙(성신여대·청)과 김정은(경원대·홍)이 서로 앞돌려차기 공격을 펼치고 있다. 6-2로 전선수가 승리.

숨막히는 팽팽한 긴장의 순간순간

▶ 용인대 이정숙(청)의
앞돌려치기 공격을
상명대 강해은(홍)이
날쌔게 피하고 있다.
강해은이 1-0 판정승.



라이트급



웰터급

▶ 윤현정(용인대·청)과
강혜진(성신여대·홍)이
접전을 벌이고 있다.
3-4로 강혜진이 금메달을 차지.

▶ 김수현(동아대·홍)과 정진영(경희대·청)은
경기를 마칠 때까지 치열한 접전을 펼쳐
5-5 동점 끝에 김수현이 우세승을 거두었다.



미들급



헤비급

숨들릴새 없이 퍼붓는 앞돌려치기

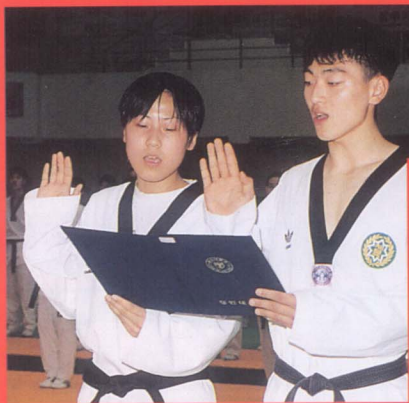
▶ 김윤경(상명대·청)이 앞돌려치기로
정명혜(한양대)를 공격하고 있다.
김윤경이 2회 RSC승을 거두었다.

제8회 용인대총장기 전국남녀고등학교대회

제8회 용인대총장기 전국남녀고등학교태권도대회가 지난 4월 22일부터 3일간 용인대 체육관에서 열렸다.

겨루기부문에는 남고부가 100개교에서 556명, 여고부가 58개교에서 274명 등 총 158개 학교에서 830명이 참가해 치열한 접전을 벌인 끝에 단대부와 경성여실고가 남녀 종합우승의 영광을 차지했다.

올해부터 태권도의 균형적인 발전을 위해 신설된 품새부문에는 42개교에서 110명이 출전했는데 화정여상의 흥희정이 정확하고 절도있는 품새로 1위를 차지했다.



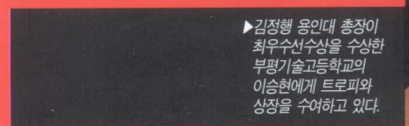
◀대회의 막이 올랐다.
개회식에서 대표 선수
선서를 하고 있는
경성여실고 흥영재와
서울체고 박정민.



▶올해 처음으로 실시된 품새대회에서
1위를 차지한 흥희정(화정여상)에게
우승컵을 수여하는
김정행 용인대 총장.



◀대한태권도협회 황춘성 부회장이
경성여실고 송윤희에게
우수선수상을 수여하며
격려하고 있다.



▶김정행 용인대 총장이
최우수선수상을 수상한
부평기술고등학교의
이승현에게 트로피와
상장을 수여하고 있다.



▶남고부 웰터급 결승전에서
김대훈(인천전자공고·청)과
김정기(대전체고·홍)가
불꽃튀는 접전을 펼치고 있다.
경기결과 5-4로 김대훈이
판정승을 거두었다.

불꽃튀긴 여고 해비급 결승전 4-4 동점 끝에 우세로 판가름

▼여고부 해비급 결승전은
한치의 양보도 없는 치열한
접전의 연속이었다.
4-4 동점으로 우열을 가리기
힘들었는데 경성여실고
한현아에게 우세승 판정이
내려지는 순간, 두 선수의
얼굴은 희비로 엇갈린다.



제8회 용인대충장기 전국남녀고등학교대회

남고부 우승자들 얼굴

▶앞줄 왼쪽부터
박종일(개금고),
리재철(단대부고),
김거호(분당고),
김영철(한성고)
뒷줄 왼쪽부터
이승현(부평기술고),
노진영(선인고),
김장기(대전체고),
이재신(광성고)



다섯번째 우승의 기쁨

◀여고부 종합우승은
플라이급 송윤희와
헤비급 한현아의
금메달 획득에 힘입어
경성여실고에 돌아갔다.
권오민 코치
(앞줄 왼쪽 두번째)는
지도상을 수상했다.

첫 우승의 감격

▶남자부 종합우승을
차지한 단대부속
고등학교 선수단.
오세영 코치는
지도상을 받았다.



제 13회 아시아선수권대회 출전

국 가대표 1진으로 구성된 한국대표선수단이 5월 15일~17일까지 베트남 호치민시에서 열리는 제 13회 아시아태권도선수권대회에 출전한다.

5월 9일 올림픽회관 1층 중회의실에서 거행된 대표선수단 결단식에서 전수신 상임부회장은 황춘성 단장에게 단기를 건네며 중주국의 위용을 펼쳐달라고 당부했다.



▲단장 : 황춘성 ▲감독 : 김갑식

▲남자부 코치 : 신재근, 트레이너 : 함준

▲여자부 코치 : 권오민, 트레이너 : 김철호

▲선수(남녀)

· 판급 : 김병태, 장정은 · 플라이급 : 최만용, 심혜영 · 밴텀급 : 김의철, 이지은 · 페더급 : 강남원, 정재은

· 라이터급 : 김병욱, 이선희 · 웰터급 : 류근무, 김미영 · 미들급 : 강동국, 오정희 · 헤비급 : 김제경, 정명호

한국
대표
선수단

태릉선수촌 국가대표 격려

대한태권도협회 전수신 상임부회장은 지난 4월 24일 태릉선수촌에서 강화훈련 중인 대표 선수단을 방문, 금일봉을 전달하며 선수들을 격려했다.

또한 광주협회 박현중 전무이사, 경남협회 김선규 전무이사, 조선대 태권도 윤오남 감독, 시도협회 전무이사협의회, 한국가스공사 한갑수 사장, 경북협회 윤종욱 전무이사 등이 선수촌을 방문해 선수들을 격려하고 금일봉을 전달했다.



'98 교보생명배 전국어린이태권왕선발대회



▲안해육 초등학교연맹 회장이 여자부 종합우승을 차지한 경기 구운초등학교팀에 우승기를 수여하고 있다.

▶합차계 공격해오는 청선수의 발차기를 홍선수가 날쌔게 피하고 있다.

한국초등학교연맹은 5월 3일~5일 까지 3일간 국기원에서 '98 교보생명배 전국어린이태권왕선발대회를 개최했다.

전국 144개 학교에서 1천 4백여 명이 출전한 가운데 펼쳐진 어린이 꿈나무의 경기는 겨루기부분과 품새부분으로 나누어 실시되었다.



▲개회식에서 남아 어린이 대표와 어머니 대표가 나란히 대표 선서를 하고 있다.

▶어린이들로부터 꽃다발 증정을 받고 있는 안해육 초등학교연맹회장(왼쪽)과 전수선 대한태권도협회 상임부회장(오른쪽).



제 25회 한국중고연맹회장기 전국남녀중고대회

한국중고등학교연맹은 5월 2일~10일 까지 잠실학생체육관에서 제25회 회장기 전국남녀중고대회를 개최했다.

선수들은 평소 같고 닦은 실력을 유감없이 발휘하며 불꽃튀는 접전을 펼쳤는데 뛰어난 기량으로 많은 우승자를 낸 선인고와 리라공고가 남녀 고등부 종합우승, 신암중과 대원여중이 남녀 중등부 종합우승을 차지했다.

▶남자 페더급 결승전에서 이원재(분당고)와 박순웅(대전체고)이 동시에 발차기 공격을 시도했다. 박순웅이 승리.



▼남고부 우승을 차지한 선인고등학교에 우승기를 전달하는 김인수 중고연맹 부회장.

▶장준웅 중고연맹회장이 대회사를 하고 있다.



▼잘했어! 같은팀 선수가 득점을 올리자 함찬 박수를 보내며 기뻐하고 있다.





태권도 인터넷 길잡이 ①

대한태권도협회 7월에 인터넷 홈페이지 개통

주소 www.koreataekwondo.org

〔대한태권도협회 인터넷 홈페이지 초기화면〕



현대를 우리는 소위 정보화 시대라고 말하며 그 정보화 시대를 우리는 살아 가고있다. 이러한 정보화 시대에 인터넷이란 단어를 한두번쯤 들어보지 못한 사람은 아마도 드물것이다. 그렇다면 인터넷이란 것이 무엇이기에 여기저기서 인터넷 인터넷 하는 것일까. 앞으로 몇회에 걸쳐 연재 될 인터넷은 초보자들이 쉽게 인터넷을 익힐 수 있도록 길잡이 역할을 하며 아울러 7월 중 개통 예정인 인터넷 홈페이지의 내용에 대해 소개하고자 한다.

태권도협회의 각종 공지사항까지 앞으로는 집안에서 각자 자신의 컴퓨터로 태권도협회의 인터넷 홈페이지를 통하여 생생한 소식을 접할 수 있을 것이다. 그럼, 이제 본격적인 인터넷 사냥을 떠나보자.

인터넷이란 ?

인터넷은 전세계 컴퓨터를 연결하는 추상적인 단어이다. 즉 전세계 컴퓨터들간의 망과 망이 연결되어 있는 컴퓨터를 말한다. 다시 말해서 인터넷이란 거대한 통신망에 수많은 컴퓨터가 연결되어 있어 서로 정보를 주고 받을 수 있으며 나라와 지역 그리고 시간을 초월하는 전세계의 거대 통신망을 인터넷이라 정의할 수 있다. 그렇기 때문에 인터넷은 천리안이나 유니텔이나 하이텔 같은 PC 통신의 이름도 아니며, 어떤 곳에 속해 있지도 않다. 단지 인터넷이라는 이름은 전세계 컴퓨터를 하나의 통신망에 연결되어 있다는 의미(Internet)로 불리게된 것이다.

인터넷의 역사

인터넷의 역사를 간단히 살펴보면, 1969년 미국에서 원래



〈글·박성욱 / 대한태권도협회 전신담당대리〉

군사적 목적으로 사용할 통신망을 군납업체 및 정보기관과의 정보공유를 위한 APPANET이라는 네트워크를 건설한 이후

태권도 정보를 컴퓨터로 알아보기

APPANET에 사용되는 프로토콜을 어떤 기종의 컴퓨터도 관계없이 사용되게 함으로써 당초 군사용으로의 취지와 달리 일반인들이 사용할 수 있는 통신망이 되었다.

인터넷으로 무엇을 할 수 있는가

- ◆ 태권도 소식을 손쉽게 접할 수 있다.
- ◆ 전 세계의 최신 정보를 얻을 수 있다.
- ◆ 멀리 떨어져있는 사람과 전자우편을 주고 받을 수 있다.
- ◆ 전 세계를 대상으로 원하는 내용을 홍보할 수 있다.
- ◆ 내일의 날씨와 증권 뉴스도 알 수 있다.
- ◆ 인터넷을 통하여 국내외의 뉴스를 볼 수 있다.
- ◆ 인터넷을 통하여 상품을 구입할 수 있다.
- ◆ 여행지의 자세한 안내를 받을 수 있다.
- ◆ 인터넷을 통하여 전세계 호텔 정보나, 항공권 구입을 할 수 있다.

인터넷을 이용하기 위해 무엇이 필요한가

- ◆ 하드웨어로서는 컴퓨터와 모델이 필요하다. 컴퓨터 없이는 인터넷을 논할 수 없다. 인터넷은 통신망이기 때문에 자신의 컴퓨터에 망을 연결시켜줄 무엇인가가 필요한데 이 장비가 모델이다.(회사나 관공서에 전용선으로 연결된 컴퓨터라면 필요 없겠지만)
- ◆ 인터넷을 사용하기 위한 하드웨어 장비를 갖추었다면 이번에는 서비스 업체(ISP)를 선정해야된다. 전용선이 설치된 회사나 관공서가 아니라면 상업적으로 인터넷 서비스를 제공해 주는 업체(유니텔, 나우누리, 아이넷, 엘리트 등)에 신청을 해야한다. 그래야만 집에서 자신의 컴퓨터와 전 세계 인터넷 통신망에 연결되어 질 수 있기 때문이다.
- ◆ 소프트웨어로서는 전화를 걸어서 자신의 컴퓨터가 마지 인터넷 전용선에 연결되어 있는 것처럼 해주는 접속 프로그램이 필요하다. 이러한 프로그램들을 웹 브라우저라고 하는데 그 종류로는 넷스케이프나 익스플로러라는 것들이 있다.

인터넷의 컴퓨터 주소는 어떤 형태로 구성되어 있는가

인터넷에 연결된 컴퓨터에서 필요한 정보를 얻으려면 그 정보를 갖고 있는 컴퓨터(서버)의 주소를 알아야 한다. 그 주소는 도메인 네임이라고하는데 이러한 주소가 어떠한 형태를 갖고 있는지 아는 것이 중요하다. 왜냐하면 도메인 네임의 형태를 보고 이 컴퓨터가 정부의 컴퓨터냐(gov 또는 go), 회사의 컴퓨터냐(com 또는 co)를 알 수 있기 때문이다.

(기상청 홈페이지)



일반적인 도메인 네임의 형태를 살펴보자.

예를들어 www.bluehouse.go.kr 이라는 도메인 네임을 보면 우선 이 컴퓨터는 한국(kr)에 있는 정부기관(gov)의 청와대(bluehouse)에 있는 www라는 이름의 컴퓨터임을 알 수 있다. 그러면 대한태권도협회의 컴퓨터 이름은 어떻게 구성되어져 있을까? 태권도협회의 컴퓨터 이름(도메인 네임)은 www.koreataekwondo.org이다. 일반단체(org)중에서 대한태권도협회(koreataekwondo)에 있는 www라는 이름의 컴퓨터라는 뜻이다.

그렇다면 도메인 네임은 어디에서 관리하고 있는 것일까. 예를들어 도메인 네임의 끝부분이 com 또는 org 또는 gov 등으로 끝날 경우에는 미국에서 도메인을 관리하고 있고 끝부분이 kr로 끝나는 도메인 네임은 한국에서 도메인 네임을 관리하고 있는 것이다.

co.kr 보다는 .com 도메인이 전 세계적으로 쉽게 인식되기 때문에 우리나라의 기업들도 .com도메인을 확보하려고 많이 노력하고 있다.

E-Mail 주소는 어떻게 이루어지는가

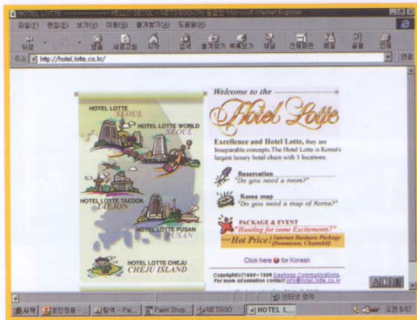
인터넷의 서비스 중의 하나인 E-mail의 주소가 어떻게 이루어져 있을까? 참으로 궁금하다. 예를 한가지 들어보자. 대한태권도협회의 어떤 직원에게 전자우편(E-mail)을 보낸다고 가정해보자.

우선 알아야할 것은 그 직원의 E-mail 계정명을 알아야 한다.

여기서 계정명이라는 것은 사람에게 이름이 있듯이 E-mail 주소에도 이름(계정)이 있다. 그 계정명이 psuk라고 가정했을 때 E-mail 주소는 psuk@koreataekwondo.org가 되는 것이다. 다시 설명하자면 psuk는 E-mail 주소의 계정명을 사용하는 사용자이며 @는 계정명과 서버 컴퓨터(koreataekwondo.org)를 연결하는 연결 표시인 것이다.

태권도 정보를 컴퓨터로 알아보기

인터넷 가볼 만한 곳 이번호부터 인터넷을 통하여 흥미와 재미를 만끽 할 수 있고, 또한 실생활에 도움이 될만한 몇군데를 소개하고자 한다.



▶ 네오넷 부동산 정보

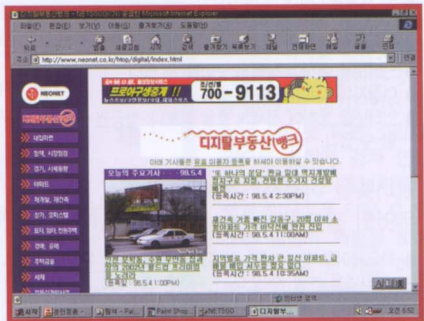
<http://www.neonet.co.kr>

경향신문과 한글과 컴퓨터에서 선정한 BEST WEB KOREA에 선정될 만큼 부동산에 관한 많은 정보를 보유하고 있다.

◀ 롯데호텔

<http://hotel.lotte.co.kr>

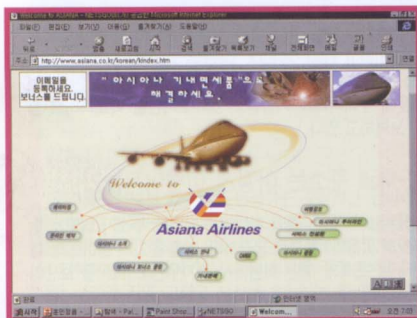
롯데호텔에 관한 정보와 관광정보 등 일반적인 유용한 정보가 이용이 가능하다.



◀ 아시아나항공

<http://www.asiana.co.kr>

기후, 언어, 시차, 대사관 전화번호 등이 있으며 온라인 예약도 가능하다.



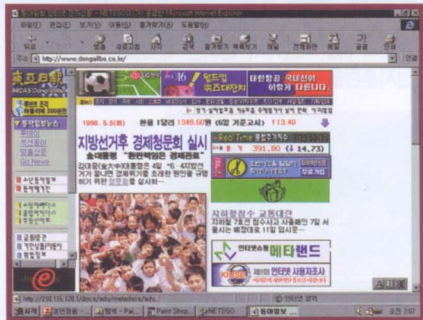
▶ 대우자동차

<http://www.dm.co.kr>

자동차에 관한 많은 정보를 담고 있다.



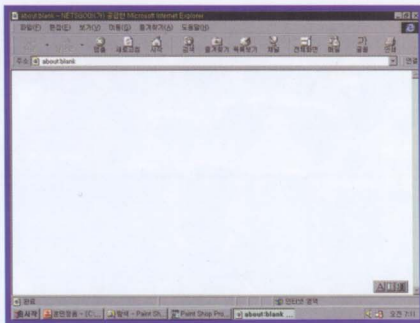
테킨도 정보를 컴퓨터로 알아보자



◀ 동아일보

<http://www.dongailbo.co.kr>

자체 검색엔진을 사용하여 좀더 쉽게 검색할 수 있다. 방대한 분량의 정보가 있다.



알아두면 유용한 인터넷 용어 5가지

◆ Browser:브라우저(또는 웹 브라우저)

브라우저는 인터넷 서비스의 하나인 WWW(World Wide Web)으로 제공되는 정보를 볼 수 있도록 해주는 프로그램 을 의미한다. 인터넷을 사용하기 위한 필수 프로그램 이다.

현재 많이 사용하는 웹브라우저의 종류는 Netscape Communications사의 Navigator와 Microsoft사의 Internet Explorer이다.

◆ CGI(Common Gateway Interface)

WWW 서비스에서 이용되는 용어로서 웹서버가 외부 프로그램을 실행시키는 표준화된 방법이다.

CGI프로그램은 매우 많이 사용되고 있으며 대표적인 예로는 접속한 이용자수를 표시하는 카운트 프로그램, 입사 지원서 같이 사용자가 입력하여 처리하는 FORM등이 있다.

◆ E-mail(전자우편)

전자우편은 인터넷상에서 편지 또는 파일을 주고 받을 수 있는 서비스이다. E-mail은 인터넷 초기부터 사용되어온 서비스이며 현재에도 가장 많이 사용되고 있는 서비스이다. 전자우편은 인터넷 이용자 뿐만 아니라 대부분의 PC통신 이용자들과도 주고 받을 수 있다.

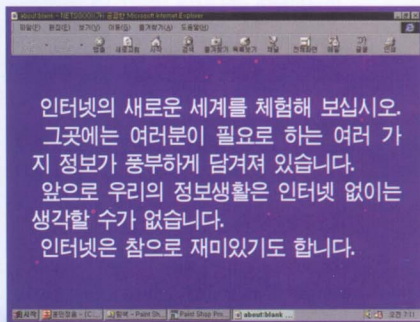
◆ Firewall(방화벽)

방화벽 시스템은 기업 등의 내부 네트워크(LAN)와 인터넷 사이에 설치된 컴퓨터 또는 소프트웨어를 의미한다.

다. 주요 기능은 인터넷 사용자가 불법적으로 내부 네트워크(컴퓨터)에 접근하는 것을 막아준다. 내부 네트워크를 가지면서 인터넷에 연결된 많은 기업(특히 대기업)들은 해커들의 침입을 막기 위해 이와 같은 방화벽 시스템을 설치한다.

◆ Home Page(홈 페이지)

웹 사이트로 접속했을 때 가장 처음에 보여지는 페이지를 의미하며 그 사이트를 대표하는 페이지다.



< 다음호에 계속 >

아시아선수권, 월드컵대회 대비

외국 선수단 중주국서 전지훈련 잇따라

5월 베트남에서 열리는 제13회 아시아선수권대회와 6월 독일에서 열리는 월드컵대회에 대비해 미국, 멕시코, 일본 선수단이 방한, 중주국에서 전지훈련을 가졌다.



◀멕시코 대표팀은 월드컵 대회를 대비해 지난 4월 22일 홍은석 코치의 인솔로 19명이 방한해 한체대, 삼성물산, 상명대에서 전지훈련을 갖고 5월 7일 귀국했다. 홍은석 코치는 '태권도가 2천년 시드니올림픽 정식종목으로 채택된 후 국가에서 전폭적인 지원을 해주고 있다'며 월드컵 대회에서 종합 3위를 목표로 훈련중에 있다고 밝혔다. (앞줄 왼쪽부터 홍은석 코치)

▶일본 대표팀은 아시아선수권대회 출전에 앞서 박기동 코치의 인솔로 4월 27일 방한. 한체대 선수들과 함께 태권도 전지훈련을 갖고 5월 6일 귀국했다. 박기동 코치는 아시아선수권대회에서 남녀 2체급씩 4체급 입상을 기대한다며 '한국선수들과 함께 훈련을 했다는 것 자체가 일본선수들에게는 자신감을 갖게 한다'고 했다. (뒷줄 오른쪽부터 박기동 코치)



◀미국대표팀은 월드컵대회에 대비해 이한원 코치의 인솔로 4월 19일 방한. 용인대, 한체대, 서울체고, 삼성물산팀과 함께 훈련을 하고 5월 5일 귀국했다. (뒷줄 오른쪽 끝이 이한원 코치)