

보행동작 평가척도 (G-G scale)

보행동작평가척도

단 계	훈련전	훈련후	번호	항 목
I. 뒤 집 기			1	돌아눕기, 상체는 움직이지 않는다.
			2	상체는 움직이지만 자다가 돌아눕기는 못한다.
			3	자다가 돌아눕기가 가능하다.
			4	머리를 일으킨다.
			5	팔꿈치로 상체를 일으킨다.
II. 기 기			6	배로 기어서 이동할 수 있다.
			7	배로 기어서 전진할 수 있다.
			8	팔꿈치로 앞으로 긴다.
			9	다리를 차고 전진할 수 있다.
			10	네발기기로 전진할 수 있다.
III. 앞 기			11	받쳐주어 앉은자세로 목을 안정시킨다.
			12	허리를 받쳐주면 상체를 세울 수 있다.
			13	들치기 앉기가 가능하다.
			14	책상다리 앉기가 가능하다.
			15	오래 앉아 있을 수 있다.
IV. 무릎 세우기			16	무릎, 허리를 받쳐주면 상체를 일으킨다.
			17	허리를 받쳐주면 상체를 세운다.
			18	다리를 받쳐주면 무릎을 세울 수 있다.
			19	무릎서기 자세를 취해주면 혼자 유지할 수 있다.
			20	혼자서 무릎서기를 할 수 있다.
V. 불잡고 서기			21	허리, 무릎, 발꿈치를 잡아주면 서 있다.
			22	허리, 무릎을 잡아주면 서 있다.
			23	허리를 잡아주면 서 있다.
			24	손을 잡아주면 서 있다.
			25	얼마동안 손 놓고 서 있다.
VI. 혼자 서기			26	선 자세를 취해주면 2~3초 유지할 수 있다.
			27	선 자세를 취해주면 15초 이상 유지할 수 있다.
			28	선 자세를 취해주면 30초 이상 유지할 수 있다.
			29	혼자서 설 수 있지만 유지할 수는 없다.
			30	혼자서 설 수 있으며 유지할 수도 있다.
VII. 한발 서기			31	허리를 붙잡아주면 한발서기를 할 수 있다.
			32	손을 붙잡아주면 한발서기를 할 수 있다(한쪽만, 좌, 우).
			33	손을 붙잡아주면 한발서기를 할 수 있다(양쪽 다).
			34	혼자서 한발서기를 할 수 있다(한쪽만, 좌, 우).
			35	혼자서 한발서기를 할 수 있다(양쪽다).

<전면에서 계속>

VIII. 발 내딛기			36	허리를 붙잡아주면 발을 내민다.
			37	허리를 붙잡아주면 발을 내디딘다.
			38	손을 붙잡아주면 발을 내디딘다.
			39	혼자서 내디딜 수 있지만 넘어간다.
			40	넘어지지 않고 혼자서 1보씩 내디딘다.
IX. 보행I			41	허리를 잡아주면 걷는다.
			42	손을 잡아주면 걷는다.
			43	혼자서 걷지만 넘어진다(멈출 수 없음).
			44	혼자서 걷는다(멈출 수 있음). 2보 이상
			45	혼자서 걷는다(멈출 수 있음). 10보 이상
X. 보행II			46	발꿈치를 붙이고 걷는다.
			47	무릎을 펴고 걷는다.
			48	팔을 흔들면서 걷는다.
			49	허리를 돌려놓고 걷는다.
			50	작은 보폭으로 걸을 수 있다.

이완 동작훈련 평가표

시점	훈련 기 법	부 위 · 비 고	평 가 단 계							효 과
			1	2	3	4	5	6	7	
몸통	목이완	1 좌후·후·우후	.	.	.	.	.	.	.	
	어깨 이완	2 좌·후	.	.	.	.	.	.	.	
	가슴 뒤로 젖히기	3	.	.	.	.	.	.	.	
	가슴 굽히기	3	.	.	.	.	.	.	.	
	등 뒤로 젖히기	4	.	.	.	.	.	.	.	
	등 굽히기	4	.	.	.	.	.	.	.	
	몸통 비틀기	3. 4. 5. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	몸통 뒤로 젖히기	3. 4. 5. 좌·중·우	.	.	.	.	.	.	.	
	몸통 굽히기	3. 4. 5. 좌·중·우	.	.	.	.	.	.	.	
	몸통 옆으로 굽히기	3. 4. 5. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
다리	허리 펴기	5. 6. 좌·중·우	.	.	.	.	.	.	.	
	넙적다리	5. 좌·중·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 펴기(깊게굽힘)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 펴기(얕게굽힘)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 굽히기(깊게굽힘)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 굽히기(얕게굽힘)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 외회(다리펴기)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 내회(다리펴기)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	대퇴부 굽히기(다리펴기)	6. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	무릎 펴기	7. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
발	무릎 굽히기	7. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	발목 굽히기	8. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	발목 펴기	8. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	발가락 뒤로 젖히기	9. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
손	어깨 굽히기	10. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	팔굽치 펴기	11. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	손목 뒤로 젖히기	12. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	손목 굽히기	12. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	손 쥐기	13. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	손 펼치기	13. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
	손 펴기	13. 좌·우	.	.	.	.	.	.	.	
전신	전신앙와	전신 목·어깨·등	.	.	.	.	.	.	.	
	무릎펴기, 상체 세우기	목·몸통·허리	.	.	.	.	.	.	.	
	책상다리얹기, 상체세우기	목·몸통·허리	.	.	.	.	.	.	.	
	이완, 걸터앉기	목·몸통	.	.	.	.	.	.	.	
	이완, 서기	몸통·허리·무릎·발목	.	.	.	.	.	.	.	
	이완, 보행	몸통·허리·다리	.	.	.	.	.	.	.	

평가단계 : 1. 강한 타동에서도 이완 불능
2. 강한 타동에서도 부분적, 추수이완운동
3. 강한 타동에서도 추수이완운동
4. 가벼운 타동에서도 추수이완운동
5. 타동이완
6. 자기(T-R) 이완
7. 능동이완(의도이완)