creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

[UCI]I804:24011-200000237868

2009년 2월

교육학석사(체육교육)학위논문

태권도 실업팀 선수들의 여가활동에 관한 연구

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

최 성 호

태권도 실업팀 선수들의 여가활동에 관한 연구

A Study on Leisure Activities of Taekwondo Business Team Athletes

*2009*년 *2*월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

최 성 호

태권도 실업팀 선수들의 여가활동에 관한 연구

지도교수 : 윤 오 남

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위
청구논문으로 제출합니다.

2008년 10월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

최 성 호

최성호의 교육학 석사학위 논문을 인준합니다.

심사위원장	조선대학교 교수	인
심사위원	조선대학교 교수	인
심사위원	조선대학교 교수	인

*2008*년 *10*월

조선대학교 교육대학원

<목 차>

ABSTRACT ····· v

I. 서 론 ····· 1
1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구의 목적 ····· 4
3. 연구의 가설 ····· 4
4. 연구의 제한점 ····· 5

II. 이론적 배경 ····· 6
1. 태권도와 여가 ····· 6
2. 여가 활동 ····· 9
3. 태권도실업팀선수들의 여가활동의 중요성 ····· 16

III. 연구 방법 ····· 18
1. 연구대상 ····· 18
2. 조사도구 ····· 20
3. 조사 방법 및 절차 ····· 23
4. 자료처리 방법 ····· 23

IV. 연구결과 및 고찰 ····· 24
1. 인구통계학적 변인과 여가활동에 따른 요소간의 차이 ····· 24
2. 인구통계학적 변인에 따른 여가활동 참여유형의 차이 ····· 37

V. 결론 및 제언 ····· 43
1. 결 론 ····· 43
2. 제 언 ····· 44

참고문헌

부록

<표 목차>

<표 1>. 조사대상자의 일반적인 특성 ····· 19
<표 2>. 설문지 구성내용 ····· 21
<표 3>. 여가활동 만족도에 대한 척도의 하위영역 문항구성과 신뢰도 ····· 22
<표 4>. 인구통계학적 특성과 여가활동 장애요소와의 비교 ····· 25
<표 5>. 인구통계학적 특성과 여가활동 참여시간과의 비교 ····· 27
<표 6>. 인구통계학적 특성과 여가활동 시설에 대한 견해 비교 28
<표 7>. 인구통계학적 특성과 여가활동비용과의 비교 ····· 29
<표 8>. 인구통계학적 특성과 여가활동의 정의와의 비교 ····· 31
<표 9>. 인구통계학적 특성과 여가활동중의 심리상태와의 비교 ·· 32
<표 10>. 인구통계학적 특성과 여가활동에 있어서의 우선사항과의 비교 ····· 34
<표 11>. 인구통계학적 특성과 여가생활에 대한 만족도와의 비교 ····· 35
<표 12>. 인구통계학적 특성과 여가활동으로 인한 발전 사항과의 비교 ····· 36
<표 13>. 연령에 따른 여가활동 참여유형의 하위요인의 차이 비교 ····· 37
<표 14>. 성별에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교 ····· 38
<표 15>. 경력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교 ····· 39
<표 16>. 월수입에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교 ··· 40

<표 17>. 학력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교 ····· 41
<표 18>. 훈련시간에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교 ····· 42

ABSTRACT

A Study on Leisure Activities of Taekwondo Business Team Athletes

Choi seong ho
Adivisor : Prof. Yoon, Oh-Nam, Ph.d.
Department of physical Education
Graduate School of Chosun University

This study analyzes and trace Taekwondo business team athletes' participation in leisure activities and accompanying factors of their leisure activities and aims to provide basic materials available in improving their performance based on sound leisure life.

To achieve such a goal, this study selected 197 athletes who participated in 2008 MVP selection as population, performed questionnaire and obtained the following conclusions using statistical program SPSS 12.0.

First, Difference between Demographical Variables and Factors of Leisure Activity

The greatest obstacle to leisure activity was the lack of time to enjoy leisure in both male and female subjects. On leisure hour, training time was generally less than four hours and it was found that it was higher than other activities time.

Leisure activity cost and mental state during leisure activity showed significant difference in education less than four-year college. Leisure activity cost was monthly 100,000 won and on mental state during leisure activity, subjects who had education less than four-year college felt comfortable.

As a result of comparing how much did they know the definition of leisure activities, there were significant differences depending on their sex, career and training, but they considered leisure activities as for getting rid of their stress. It was also found that the highest advantage of leisure activity was also getting rid of stress.

However, there were no statistically significant differences among demographical variables, their opinions about leisure activity facilities, priorities in leisure activities and satisfaction with leisure.

Second, Differences in Participation Types of Leisure Activities Depending on Demographic Variables

As a result of comparing differences in sub-factors of participation types in leisure activities including age, sex, career and monthly income, it was found that there was no statistically significant difference in hobby and culture, viewing, tour and sports activities.

It was found that difference of sub-factors in participation types of leisure activities depending on education was higher in educational level over graduate school than in other educational levels.

It was also revealed that difference of sub-factors of leisure

activities depending on training hours was higher in hobby and culture activities showing average hours less than 4 than in other training hours and sports activities showed similar average hours between less than 4 and 4 to 5.

I. 서 론

1. 연구의 필요성

과학기술의 발달과 고도의 경제 성장은 국민들의 생활수준 향상과 여가 시간의 증대 등을 수반함으로서 여가에 대한 관심 및 활용수단의 필요성을 급격히 증대시켰다. 이와 같은 현상은 본질적으로 인간의 기본적 생활욕구인 의, 식, 주가 해결되면서 현대인은 여가 시간을 이용하여 새로운 지식과 견문을 통해 삶의 의미를 찾고 새로운 것을 추구함으로서 자아를 실현하고 삶의 질을 향상시키고자 하는 욕구의 증대와 그 맥을 같이한다(김성희,1996).

통계에 의하면 국내 남자의 사망률이 세계 1위라는 통계가 나와 있다. 이는 대부분 과도한 업무에 따른 스트레스로 인한 과로사이다. 이처럼 인간은 태어나면서부터 죽음에 이르기까지 스트레스와의 끊임없는 투쟁 속에서 살고 있다. 즉, 인간은 태어날 때와 사망할 때 엄청난 스트레스를 받는 것으로 연구 결과가 나왔다(왕기철,2000).

현대 사회에 있어서 여가는 일로부터 해방된 일하지 않는 시간이라는 종래의 소극적 해석에서 탈피하여 오히려 인간이 그 생존을 위하여 주체적, 적극적으로 대처해야만 할 실천적인 시간과 활동으로 부각됨으로써 여가는 중대한 사회문제로 등장하고 있다. 즉, 과거에는 의·식·주가 생활의 주된 관심이 되어 왔으나 이제는 여가의 활용이 인간 생활의 기본 문제로 제기될 것이다(문화체육부, 1995).

여가 활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복 추구, 그리고 건강유지 및 증진에 효과적으로 부응하는 역할을 담당하고 있다. 이러한 여가의 역할 및 가치는 여가활동 경험 및 상황에 있어 특정 개인이 갖는 인식 및 감정의 상태가 바람직하고 긍정적일 때 보다

증대될 수 있다 즉 여가 활동에 있어서 그 활동에 대한 만족도가 높을 때 여가의 본질적 기능이 발휘된다고 하겠다(모창배, 1993).

현대 사회의 두드러진 특징인 여가에 대한 관심의 증대는 여가와 관련된 여러 경험적, 이론적 연구들을 가속화시키고 있는데 현대의 여가 연구는 여가가 무엇인가 하는 문제보다 누가 여가를 즐기는가와 왜 여가를 추구하는가, 그리고 여가와 인간 생활의 다른 여러 측면은 어떤 관심을 가지고 있는가에 대한 연구가 한층 중요한 문제로 부각되고 있다.

여가는 사회와 가정은 물론 우리생활 속에서 확대되면서 여러 가지 형태적 다양한 활동으로 그 모습을 나타내고 있는데 특히 신체활동을 바탕으로 한 여가 스포츠는 단순한 신체건강의 유지나 증진의 수단으로 간주하는 소극적 차원을 벗어나 건전한 여가활동을 즐길 수 있는 능동적 참여기회를 제공하고 오락적, 사회 심리적 기능을 포함하는 제 창조적 활동으로 그 의미가 확대되고 있다(임정숙 2001,).

스포츠는 모든 국민의 신체적, 정신적 삶의 가치 구현에 대한 욕구를 충족 시켜 주는 기본조건의 될 수 있으며, 이를 통해 보다 풍요로운 삶을 향유할 수 있다고 하겠다.

이 중 오늘날 태권도는 이 지구상에서 마지막 스포츠로 불릴 정도로 세계의 모든 나라에서 하나의 스포츠 문화로 정착되어 가고 있다. 다른 스포츠들은 세계 여러 나라에 오랜 시간 동안 전파된 것에 비하여 태권도는 20년여만에 세계 곳곳에 인종, 이념, 종교를 초월하여 급속히 확산된 세계인들이 즐기는 스포츠이다.

태권도는 다른 스포츠에 비해 철학적인 심오한 의미와 특성을 가지고 국내는 물론 세계적인 스포츠로서 “88서울 올림픽”, “92년 바르셀로나 올림픽” 경기에서는 시범종목으로 채택되어 각광을 받았다.

또한 2000년 시드니 올림픽에서는 당당히 정식종목으로 채택되어

우리말을 사용하여 치러지는 우리의 고유 스포츠 종목으로 자리잡게 되었다(김창세, 1972, 김용옥, 1990, 장주호, 1995).

이렇듯 세계적 스포츠로서 자리 매김한 태권도의 위상은 일선 지도자나 코치, 감독과 선수들의 노력에 의하여 이루어 낸 결과로써 그 누구도 부인할 수 없다. 스포츠를 통하여 세계를 제패해 보고자 하는 선수들은 언제나 힘든 트레이닝의 과정이 뒤따르고 있으며 그들은 일상생활의 대부분이 경기력 향상을 위한 격심한 트레이닝의 연속이다.

이처럼 고등학교를 졸업한 운동선수들은 자아실현의 욕구가 강해지고 사회적 활동도 넓어지는 시기에서 일상생활의 대부분이 경기력 향상을 위해 반복되는 훈련과 연속적인 경기에 따른 스트레스를 많이 받고 있는 실정이다.

또한 우리나라 실업팀 운동선수들은 정신적인 면에서는 많은 갈등과 고민을 갖고 있다. 그 원인은 성적이나 진로에 대한 것으로 조급하기도 하고 불안한 생활을 하기도 한다.

특히 운동 집단이라는 특수한 환경 속에서 생활하기 때문에 긴장, 피로, 권태, 부상, 불안, 강박감 등을 유발하고 있으며, 이러한 스트레스가 계속 누적되면 경기력 저하는 물론 선수들의 정신적 건강이나 올바른 인격 형성에도 부정적 영향을 미치는 결과를 낳게 될지도 모른다. 따라서 운동선수들과 같은 특정한 계층은 특히 기분전환을 위한 자유 시간의 증감과 관계없이 점차 여가를 중요시 해야 한다.

늘 기계적 단순한 생활만을 되풀이해야 하는 선수들의 구속된 생활에서 벗어나 인간의 행복을 위한 모체로서의 성질을 갖고 있는 가운데 여가를 즐기려 하는 욕망은 당연한 생활현상이라 생각된다. 이러한 과정에서 볼 때 운동선수들의 긴장된 생활과 이를 이완하는 여가 활동을 적절하게 병행하고 조화 시켜야만 고된 훈련에서 즐거움과 의욕을 불러 일으킬 수 있다(김석규, 1996).

운동선수들의 계층은 가장 활발하고 자발적으로 여가활동에 참여할 수 있는 계층으로써 건전하고 유익한 여가활동의 필요성이 매우 높은 집단이다.

따라서 본 연구는 태권도 실업팀선수들을 대상으로 여가활동이 경기력에 미치는 영향을 조사 분석함으로써 여가활동을 통해 태권도 실업팀선수들에게 긴장된 근육과 경직된 훈련생활의 스트레스 해소 방안 및 여가활동에 대한 정보를 제시하고, 그 활성화 방안을 모색하고자 하는데 필요성이 있다.

2. 연구의 목적

본 연구는 태권도 실업팀 선수들의 여가활동 참여유형과 여가활동에 따른 요소들을 분석하고 규명함으로써 건전한 여가생활에 참고하고 나아가 경기력 향상에 도움이 될 수 있는 기초자료를 제공하는데 목적이 있다.

3. 연구의 가설

첫째, 태권도 실업팀 선수들의 인구통계학적 변인과 여가활동에 따른 요소간에는 관련이 있을것이다.

둘째, 태권도 실업팀 선수들의 인구통계학적 변인에 따라 여가활동 참여유형에는 차이가 있을것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상은 태권도실업팀선수로서 최소 2년 이상 경력이 있는자로 제한하였다.

둘째, 본 연구자는 최우수선발전 시합출전선수로 한정하여 조사할 예정으로 일반화시키는데 다소 무리가 있다.

II. 이론적 배경

1. 태권도와 여가

1) 태권도의 의의

태권도는 심신활동을 통해 자신을 지키고 적을 방어하는 엄연한 무술이며, 또한 스포츠적 유형으로 볼 때 “타격형 개인투기 스포츠”로 분류된다(김영선, 1987). 신체수련을 목적으로 하고 예로 시작해서 예로 끝나는 것처럼 태권도 정신으로 원만한 사회생활에 필요한 인간을 육성하는 전인교육의 무술이니 만큼 태권도가 현대생활에서 갖는 의의는 크다고 하겠다. 채육의 궁극적인 목표가 신체단련을 통한 인간다운 인간을 만드는 데 있다면 태권도는 조금도 손색이 없는 운동으로서 다른 운동에서 찾아볼 수 없는 주된 운동수행 능력을 하체와 허리의 능동적인 유연성을 필요로 하기 때문에 급속한 사회에 공감이 갈 만큼 수동적인 현대사회에서 발생하기 쉬운 현대문화병과 현대 사회인으로서의 역량을 겸비할 수 있는 바람직한 인간상을 확립시켜 준다(최영렬, 1988).

이런 점에서 태권도의 신체적 의의 또한 중요하며 모든 운동이 그러하지만 특히 태권도는 신체의 국한된 부분만을 이용하는 것이 아니고 신체의 전 부위를 사용하며 주로 신체의 관절과 근육을 뻗으면서 행하는 운동이기 때문에 뼈에 장력을 주어 뼈가 성장하는 데 큰 도움이 되며 성장 발달에도 큰 영향을 주고 균형 잡힌 몸과 높은 수준의 체력을 갖추는데 알맞은 운동인 것이다.

태권도의 정신적 의의는 강하고 용기 있는 사람으로 만들어 선두에서는 통솔력을 양성시키고 통솔력과 담력은 모든 일에 자신을 갖

게 하여 그 자신은 심리적인 안정감을 유지시켜 준다. 또한 의연한 태도는 인내와 겸양을 낳는다. 겸양은 희생적인 정신으로 자기를 극복하고 공동의 질서를 유지시키고 질서 있는 사회를 만들고 비굴하지 않는 사회봉사자로서 명확한 개성을 강조한다. 즉 태권도는 바른 품성을 지닌 인간을 만드는 것이 그 근원이며, 애국으로 인도하는데 그 의의가 있다(이기도, 1986).

따라서 태권도를 수련하는 과정 속에서 수련생들 간에 함께 땀 흘리고 호흡하며, 서로가 형제처럼 아끼고 상호협조하며 선의의 경쟁 속에서 약자를 돕고 불의와 타협하지 않고 건전한 민주시민으로서 자질을 갖추며 국가와 사회에 봉사하는 전인적인 인간을 형성하는데 그 의의가 있다.

태권도는 신체활동을 수단으로 하는 신체적, 정신적, 사회적으로 미완성된 인간을 태권도 수련을 통하여 우리가 바라는 이상적인 인간으로 기르는데 그 목적이 있다(김병운, 김정록, 1985).

태권도를 올바르게 수련하면 신체의 단련은 물론 예의와 겸양을 갖춘 온화하고 원만한 성품과 공명정대하며 불의와 타협할 줄 모르고 정정당당하게 용기를 발휘하여 양자를 보면 도와주는 희생정신과 협동심을 배양하게 되고 자제심과 자신력을 길러주어 창조적인 민주시민으로서의 인격을 형성하고 나아가서는 효(孝)와 충(忠)을 겸한 인격자가 될 수 있다.

다시 말하면, 태권도는 그 수련과정을 통해 성장, 발달에 도움을 주어 균형 잡힌 몸과 높은 수준의 체력향상의 효과를 가지는 신체적 발달은 물론 정신적으로는 강하고 담대하며 예의와 겸양을 가진 훌륭한 인격자로서의 이상적인 인간으로 만드는데 그 의의와 목적이 있으며, 이러한 인격으로써 이 사회에 봉사하고 꼭 필요한 이상적인 인간을 만드는데 그 목적이 있다.

2) 태권도의 여가 활용적인 가치

태권도의 수련활동은 여가로 부여된 시간에 대한 재창조의 의미로 활용된다면 여가활용이라는 취미로나 여러 가지 필요에 부응하면서 즐기는 일로도 의미가 클 것이다. 현세대의 청소년이나 젊은 사람들의 경우에는 무엇보다 우선하여 자신의 개성을 만들어 가려고 한다. 그만큼 개성을 중요시하는 경우는 일찍이 없던 일로 찢겨진 바지를 입고 다니는가 하면 머리에는 형형색색의 칼라가 물들여지고, 남녀를 구분하지 않고 귀걸이며 코걸이까지 치장되고, 남을 의식하는 일이 오히려 쑥스런 일이 되어 버린 경우를 흔히 접하게 된다.

그런가하면 자기능력을 발휘하려 하거나, 남들이 우러러보는 지위를 얻지 못하더라도 즐겁게 살아야겠다고 생각하는 사람, 일 때문에 여가를 희생시키고 싶지는 않다는 사람 등 이러한 사고가 젊은층의 사람을 중심으로 새로운 가치관으로 자리잡아가고 있다는 것이다. 예전과는 달리 근래에는 회원제의 클럽 등에서 자기의 활동을 즐기는 모습으로 변화되어 가는 경향이다. 정상급의 선수도 전체 집단을 위한다는 차원보다 자신을 위한 경향의 스포츠 활동으로 변모되는 경향이 뚜렷하다. 이러한 의식의 변화는 여가의 대중화와 관계가 깊다. 지도자의 경우도 권위나 권력자적인 이미지가 아닌 친구나 동지의 이미지로 변화를 보이고 있다. 어린이들에 있어서는 교사란 사랑을 베풀고 나누는 인간으로 친할 수 있는 존재라야 한다. 사회적으로는 명예보다 실제적으로 즐거움을 중요시하고 적당한 이유라면 돈보다는 여가를 선호하는 젊은이들의 의식에 잘 맞는 방향으로 이루어져야 한다. 현실 사회의 여러 가지 어려움, 고통이나 스트레스에서는 새로운 생활로의 해방되는 일환으로, 개인의 자아발전을 위해서는 새로운 방향의 자아를 실현하는 방법으로, 생을 살아가는 질적인 변화의 측면인 삶의 질을 향상시켜 나가는 일환으로, 복잡한

삶의 문제로 야기되는 건강에 관련된 건강유지의 수단으로, 나아가 새로운 방향의 행복을 구가하는 일환으로 태권도가 여가활용의 수단으로 활용될 때 여가의 진정한 가치는 배가될 수 있을 것이다.

2. 여가 활동

1) 여가의 개념

여가에 대한 고찰을 살펴보면 우리말로 “겨를”, “틈”에 해당하는 영어의 leisure라는 말은 그리스어인 “Schole″와 라틴어인 ”Licere″에 어원을 둔 말이다. 그리스어 Schole는 영어의 학교(Schole), 학자(Scholar)등을 의미하는 말이고 라틴어 Licere는 자유시간을 뜻하는 프랑스어 Loisir로부터 왔다고 하며 허락되다(to be permittd), 자유스러워지다(to be free)를 의미하는 말이다. 이와 같은 어원을 가지고 있는 Leisure(여가)는 노동과 대비적 관계에 있으며 하등의 구속을 받지 않는 자유로운 시간과 학자들의 학술토론을 위한 장소를 포함한 의미를 가지고 있다.

현대적 관점의 여가의 의미는 대체로 세가지 유형으로 나누어진다. 첫째, 여가는 자유시간을 의미하는 것이다. 둘째, 여가는 일과는 무관한 활동으로 정의될 수 있다. 마지막으로 여가는 마음의 상태 즉, 태도로 규정된다.

여가라는 용어는 의미와 조건과 기능을 포함하는 복합적인 것으로서 본질적으로 명확한 정의를 내릴 수 없는 특징이 있으며 이에 대한 어원과 개념에 대해서도 많은 학자들의 관점에 따라 여러 가지로 해석되어 사용되어져 왔다.

일반적으로 통용되는 여가란 시간적인 관점에서 많이 인식되고 있는데 라틴어인 Licere에 어원을 둔 여가는 그 뜻은 찾으면 ‘허용된

다(License)', '자유롭다(Liberty)' 와도 깊은 관계가 있어 '문화(Culture)' 와도 연결을 지을 수 있다.

(1) 여가에 대한 학자들의 정의

Paker(1971)는 여가를 일과 생존을 위한 기초적 욕구가 충족되고 남은 잔여 시간으로 보았고 Weiss(1974)는 여가란 인간이 일과 후의 여력 시간을 가장 적절하게 사용함으로써 일을 보다 열심히 한다든가 도는 능률적으로 한다기보다는 무엇을 하든지 그것에 가치를 부여하고 목표를 세움으로써 최선의 상태에 이룰 수 있는 시간을 갖는 것이라 하였다. 이영창(1990)은 '여가란 개인이 가정과 사회적 의무로부터 자유로운 상태에서 휴식·기분전환·자기계발 및 사회적 성취를 이루기 위하여 활동하게 되는 시간' 이라고 하였다.

Neulinger(1974)는 여가를 보낸다함은 그 자체의 목적을 위해 수행하는 활동에 몰입함을 의미하며, 기쁨과 만족을 부여받을 수 있고, 한 개인의 존재의 중심내면과 깊이 관계있는 무엇인가를 수행하는 것을 의미한다고 하였다. 권오중(1972)은 여가란, "생활에서의 모든 의무와 책임, 그리고 생활에 필요한 활동을 제외한 나머지의 자유로운 시간인 동시에 자유로운 마음의 상태로서 자기 자신을 찾을 수 있는 기회" 라고 하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 여가의 개념을 학자들마다 조금씩 차이를 보이고는 있으나 여가의 정의에서 공통된 점은 여가가 시간에 관련된 요소라는 점과 아울러 자유시간, 그리고 자유정신이란 점이며 개인의 노동이나 그 밖의 의무적인 일로부터 해방되어 자유로이 긴장을 풀고, 기분전환을 함으로써 사회적 성취를 이루고 개인적 발전을 위하여 활동하게 되는 준비의 시간으로 활동 및 시간적, 상태적, 제도적 차원에서 포괄적으로 설명하고 있음을 할 수 있다.

(2) 여가의 특징

현대의 여가는 그 특징을 다섯 가지로 정의 할 수 있다.

첫째, 여가 정책 및 개발 등에 있어서 체제와 현상이 두드러지고 있다.
둘 때, 현대의 여가 문명이 소비와 직결되어서 소비혁명 이라는 특성도 있다.
셋째, 국가는 국민들의 여가 복지를 위하여 장기적인 차원에서 시설계획과 대책을 수립하고 있다.
넷째, 노동을 위한 휴식으로의 여가가 아니라 여가를 위한 노동이라는 인식으로 전환되고 있다.
다섯째, 여가의 무규제로 인한 가치혼란의 양상이 파생되고 있으며 여가의 문제가 심각하게 대두되고 있다.

2) 여가활동 유형

여가활동의 범위는 레크리에이션과 유희를 포함하는 것으로 휴식, 사고 또는 심미감 등의 요소까지 포함하는 광범위한 점주의 개념으로 관점에 따라 분류 기준과 방법이 상이한 형태로 분류되는데 이는 각 나라마다 독특한 정치·사회·문화·경제적인 배경이 틀리기 때문에, 이들 인자에 따라서도 여가활동의 유형은 달라진다.

이것은 여가활동이 서로 비슷한 내면적 특성을 가지며, 각 활동간에 뚜렷한 구분을 지워주는 기준이 애매하다는 것을 알 수 있다. 여가활동 유형에 대한 몇몇 학자들의 분류는 다음과 같다.

Mckechnie(1974)는 여가활동을 조작적, 공작적, 지적, 일상적, 스포츠, 매혹적 스포츠 등으로 부류하였다. 그에 의하면 조작적 활동

은 주로 손을 이용하여 하는 활동으로 자동차 수리, 당구, 사냥 등 도구를 가지고 하는 활동을 말하며, 공작적 활동은 재료를 이용하여 대상을 만드는 활동으로서 요리, 의상, 디자인, 뜨개질 등이 있었으며, 지적활동은 활동자의 지적 욕구를 위해서 하는 활동으로 영화감상, 음악 감상, 독서 등이 있다. 그리고 일상적 활동은 일상 주변에서 일어날 수 있는 활동으로서 정원 가꾸기, 일광욕, 친구 방문 등이 있으며, 스포츠 활동은 활발한 신체활동을 하는 것으로서 배드민턴, 야구, 축구, 조깅 등이 있고 매혹적 스포츠 활동은 인내심, 지적, 신체적 활동을 요하는 것으로서 양궁, 등산, 요트, 스키 등이 있다.

또한 Randon(1977)는 여가활동을 활동유형에 따라 스포츠, 문화적-소극적, 생산적-지적 활동으로 분류하였다. 그들에 의하면 스포츠 활동은 활발한 신체활동이 요구되며 신체적 접촉이 있는 활동으로 야구, 축구, 농구, 테니스 등이 있다. 문화적-소극적 활동은 주로 앉아서 하는 정서적 활동을 말하는 것으로 음악 감상, 정기관람, 독서, 영화관람 등이 있다. 그리고 생산적-지적활동은 기존의 지식을 이용하여 생산 활동을 하는 것으로서 뜨개질, 그림, 장기, 요리 등이 있다.

한편 Crompton(1980)은 여가활동을 신체적, 정신적, 사회적 범주 안에서 그 참여의 질과 양에 따라 분류하였으며 참가자의 성, 연령, 장소, 시설, 및 환경 등에 기초를 두고 있다. 이러한 분류에 따른 여가 활동의 유형은 예술 활동, 지적 활동, 스포츠활동, 취미활동, 사교, 레크리에이션 활동. 사회단체 활동 등을 들 수 있다.

또한 Iso-Ahola(1980)는 스포츠, 사회활동, 공작활동 등으로 여가를 분류하였으며, 행위자의 여가 형태를 기준으로 “하는 여가”인 능동적 여가와 “보는 여가”인 수동 적 여가로 분류하기도 한다.

Kelly(1987)는 여가 활동을 스포츠 활동, 야외 레크리에이션 활동, 예술 활동, 대중문화 활동, 여행과 관광 활동으로 분류하였다. 그는 이러한 형태가 일반적인 여가의 구성 요소이지만 각각은 분명한 차

이가 존재한다고 하였다. 여가 형태는 발달과 참여의 역사를 가지며 각각은 분명한 차이가 존재한다고 하였다. 여가 형태는 발달과 참여의 역사를 가지며 각각은 환경, 건물, 그리고 자연과 관계하면서 여가 경험의 필수적인 요소라고 하였다. 이 여가활동 유형은 많은 자원들과 여가에 기초하여 삶과 과정을 거치면서 다양화되고 수세기를 걸쳐 변화된 문화와 사회적 내용에 의해 변화된다.

또한 한국 관광공사에서는 국민의 여가활동 실태 분석 시 여가의 분류 체계를 행락 및 관광, 모임·사교, 감상 및 관람, 스포츠, 취미 및 교양 창작, 놀이 및 오락, 기타 휴식(명상, 낮잠, 낙서, 잡담, 목욕 등)으로 구분하고 있다.

이와 같이 여가활동의 유형은 부류 형태나 내용에 있어 매우 상이함을 보이고 있다. 결국 이러한 여러 가지 부류 형태의 차이는 여가활동이 개인의 내적인 만족을 위해 자유스럽게 행하는 것이기 때문에 여가 활동의 유형을 명확하게 분류할 수 있는 일관성 있는 준거를 설정하는데 있어 많은 어려움이 상존한다는 사실을 시사하고 있다.

3) 여가의 기능

Dumazedier(1967)는 휴식, 기분전환, 자기개발을 여가의 3대 기능으로 주장한다.

첫째, 휴식은 육체적 피로의 회복 즉 근무 생활에서 유래하는 육체적, 정신적 피로를 회복시킨다.

둘째, 기분전환은 보충적 경험이나 일상과 관련된 세계로의 도피를 통해 인간을 정신적 스트레스나 권태로부터 해방시킨다.

셋째, 여가는 자기개발의 기능을 가짐으로써 개인을 해방시키고 보다 폭넓고 자유로운 사회적 생활의 참가나 실무적 기술훈련 이상의 순수한 의미를 가진 육체, 감정, 이성의 도야를 가능케 한다.

그리고 김광득(1990)은 여가가 신체적 기능, 심리적 기능, 교육적 기능, 사회적 기능, 문화적 기능, 자아실현적 기능을 가진다고 설명하고 있다.

김영환(1989)은 현대생활에서 여가의 기능을 개인적 측면과 사회적 측면으로 구분하였다.

(1) 개인적 측면

① 긴장완화의 기능 : 여가활동은 현대사회의 복잡, 다양한 관습 및 제도와 개인의 사고방식 및 행동욕구간의 갈등과 부조화가 내적 불균형을 가져와 생겨나는 긴장감을 완화시켜 준다.

② 기분전환의 기능 : 지루하고 따분한 현대생활에서 도피하고 싶은 기분을 여행이나 스포츠 같은 여가활동은 장소나 활동유형의 형태를 변화시켜 실제적 도피를 경험하게 한다.

③ 자아형성의 기능 : 기계적이고 반복적인 사고와 행동의 현대생활에서 여가활동은 인간의 생리적욕구, 안전욕구, 소속 애정의 욕구, 존경욕구, 자기실현 욕구 등을 충족시켜준다.

④ 태도 및 성격형성의 기능 : 여가활동은 자연 및 인간접촉의 기회를 가짐으로서 협동적이고 만족적이며 명랑하고 낙천적인 태도와 외향적이고 능동적이며 활동적인 성격으로 변화시켜준다.

⑤ 보상의 기능 : 여가활동은 세분화되고 전문화된 일에 대한 보상기능이 있고 사회관계에 미숙한 현대인에게 정서적 보상기능이 있으며, 성공을 경험하게 하여 사회적 보상도 받게 한다.

(2) 사회적 측면

① 사회학습의 기능 : 여가활동은 사회의 새로운 상황과 환경에 적응하는 법과 사회적 역할을 수행할 수 있는 능력을 기를 수 있게 한다.

② 재생산의 기능 : 여가활동은 일에 의하여 생기는 정서적, 육체적 피곤과 지루함을 제거해줌으로서 노동력이 재활할 수 있도록 회복시킨다.
③ 사회적 통합의 기능 : 여가활동은 집단이나 사회에 공동가치를 부여하기 때문에 연대감을 증가시켜 사회를 통합하고 일체감이나 소속감을 느끼게 한다.
④ 문화적 기능 : 음악, 미술, 연극, 영화, 등의 여가활동은 인간의 문화적 요소의 발달에 공헌한다.
⑤ 사회문제 해결의 기능 : 현대사회에서 파생되는 노인의 소외감, 고립감, 무료함과 청소년들의 비행 및 범죄를 바람직한 여가활동을 통하여 새로운 인간관계를 유지하고, 자기를 표현하며, 집단에 소속되는 만족과 행복을 느끼며 건강을 유지·증진시킬 수 있다.

지금까지 살펴 본 것과 같이 여가는 이러한 긍정적 기능을 가지고 있다고 볼 수 있다. 이에 반해, 여가에 대한 갈등론적 시각도 있는데, 현대 자본주의 체제에서는 고도의 생산력 발전이 창출해내는 사회적 자유시간과 자유의 영역이 인간 발전을 위한 여가시간으로서가 아닌 자본의 이윤축적을 위한 상품쉽의 장으로 전환되는 경향이 있으며 자본주의 사회에서의 치열한 개인주의적 경쟁은 성공을 소비의 형태로 표출하는 과소비적 소비를 부추기게 되며 현존의 여가제도로부터 어느 집단이 이익을 보는가가 문제가 되어 어떤 집단이 자기들 몫으로서 합당한 보상을 여가활동에서 마저도 누리지 못할 때 문제가 되기도 한다. 즉 일부 상위계층의 여가생활이 과소비를 주장하고 배금주의로 흐를 때 사회적 문제를 일으키며 오히려 사회의 갈등을 주장하고 위화감을 조성한다.

3. 태권도실업팀선수들의 여가활동의 중요성

태권도실업팀선수들은 많은 제한과 억압 속에서 장기간 생활하기 때문에, 사회 또는 남에게서 느끼는 불안감이나 사회에 대한 공포감으로 인하여, 마음이 닫혀 인간관계가 원만히 이루어지지 않고, 불만이 쌓여 매사를 부정적으로 보게 되고 급기야는 지극히 소극적으로 바뀌고, 자기밖에 모르는 이기적인 행동이 표출되고, 남을 수용하려고 하지 않는 배타주의적 생활을 하게 된다. 이와 같은 현상은 자연스러운 활동을 통하여 스스로 느끼며 마음속에서부터 서서히 변화를 이루도록 해야 한다.

자연스런 만남을 통하여 대화의 필요성을 느끼게 되고 대화를 통하여 마음을 열고, 어울림 속에서 남을 인정하게 되고, 양보와 협동질서를 몸으로 익히게 되며 옳고 그름을 스스로 판단하게 되고, 이와 같은 기회를 통하여 부정적인 마음이 긍정적인 마음으로, 이기적인 마음이 협동적인 마음으로, 소극적인 마음이 적극적인 마음으로, 수동적인 마음이 능동적인 마음으로 바뀌는 것이며, 바로 이 자연스러운 만남과 활동을 가장 이상적으로 뒷받침할 수 있는 것이 여가활동이라 하겠다.

여가활동은 각기 다른 여러 사람이 만나서 이야기도 하고 게임도 하고, 노래도 하고, 춤도 추는 다양한 단체활동이기 때문에 어떤 경우든 마음을 열어 말을 하게 되고 손을 잡고 상대방을 느끼며 이심전심을 체험하고, 순서를 기다리며 양보와 질서, 협동이 무엇인지를 알게 되고, 구성원들과 함께 적극적, 능동적인 심성을 기르게 되며 즐겁고 자발적인 자기감정의 표출을 통하여 기분전환을 이룩하고 활기찬 새로운 분위기를 창조하게 되는 것이다.

따라서 심신의 성숙과 함께 현실에 적응해야만 하는 태권도실업팀 선수들에게 여가활동을 시키는 것은 참으로 중요한 일이라고 하겠다.

1) 여가활동을 통한 태권도선수들의 자신감 활용적인 가치

태권도의 수련활동은 자신감으로 부여된 시간에 대한 재창조의 의미로 활용된다면 여가활용이라는 취미로나 여러 가지 필요에 부응하면서 즐기는 일로도 의미가 클 것이다. 요즘 선수들은 무엇보다 우선하여 자기만의 개성을 만들어간다. 그만큼 개성을 중요시하는 경우는 일찍이 없던 일로 찢겨진 바지를 입고 다니는가 하면 머리에는 형형색색의 칼라가 물들여지고, 남녀를 구분하지 않고 귀걸이며 코걸이까지 치장되고, 남을 의식하는 일이 오히려 쑥스런 일이 되어 버린 경우를 흔히 접하게 된다.

그런가하면 자기능력을 발휘하려 하거나, 남들이 우러러보는 지위를 얻지 못하더라도 즐겁게 살아야겠다고 생각하는 사람, 일 때문에 여가를 희생시키고 싶지는 않다는 사람 등 이러한 사고가 젊은층의 사람을 중심으로 새로운 가치관으로 자리잡아가고 있다는 것이다. 예전과는 달리 근래에는 회원제의 클럽 등에서 자기의 활동을 즐기는 모습으로 변화되어 가는 경향이다. 정상급의 선수도 전체 집단을 위한다는 차원보다 자신을 위한 경향의 스포츠 활동으로 변모되는 경향이 뚜렷하다.

현실사회의 여러 가지 어려움, 고통이나 스트레스에서는 새로운 생활로의 해방되는 일환으로, 개인의 자아발전을 위해서는 새로운 방향의 자아를 실현하는 방법으로, 생을 살아가는 질적인 변화의 측면인 삶의 질을 향상시켜 나가는 일환으로, 복잡한 삶의 문제로 야기되는 건강에 관련된 건강유지의 수단으로, 나아가 새로운 방향의 행복을 구가하는 일환으로 태권도가 자신감활용의 수단으로 활용될 때 태권도의 진정한 가치는 배가될 수 있을 것이다.

III. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구는 2008년 대한태권도협회에 등록된 선수 중 10월에 최우수선발전에 출전하는 선수를 중심으로 하였다. 표본추출방법은 본 연구의 참여자(피검사자) 태권도 선수를 대상으로, 단순임의표본(Simple random sampling method)으로 추출하여 조사가 가능한 200명에게 설문지를 배포하였으나 무응답과 회수되지 않은 3건을 제외한 197명의 자료를 분석했다.

<표 1>과 같이 조사대상자의 일반적인 특성을 살펴본 결과, 연령에서는 '24세 미만'이 41.6%, '24세~26세 미만'이 38.1%로 높게 나타났으며, 성별에서는 남자가 61.4%로 여자보다 높게 나타남을 알 수 있다. 경력에서는 '3년 이상'이 31.0%로 타 경력에 비해 높게 나타났으며, 월수입에서는 '250만원 미만'이 49.2%로 가장 높게 나타났다. 학력은 '4년제 대졸'이 54.3%로 가장 높게 나타났으며, 훈련시간은 '4~5시간'이 51.8%로 타 훈련시간에 비해 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 1>. 조사대상자의 일반적인 특성

일반적인 특성		N	%
연령	24세 미만	82	41.6
	24세～26세 미만	75	38.1
	26세 이상	40	20.3
성별	남	121	61.4
	여	76	38.6
경력	1년	41	20.8
	1～2년	54	27.4
	2～3년	41	20.8
	3년 이상	61	31.0
월수입	150만원 미만	24	12.2
	250만원 미만	97	49.2
	250만원 이상	76	38.6
학력	4년제 대졸미만	43	21.8
	4년제 대졸	107	54.3
	대학원 이상	47	23.9
훈련시간	4시간 미만	67	34.0
	4～5시간	102	51.8
	5시간 이상	28	14.2
	합 계	*197*	*100.0*

2. 조사도구

본 연구를 수행하기 위하여 사용된 조사도구인 설문지는 일반적인 특성, 여가활동유형, 여가활동만족도에 대한 물음으로 이훈・정철・장란수(2003), 임번장・정영린(1995) 사용한 설문지를 참고하여 본 연구 대상자의 특성과 연구목적에 맞추어 일부 수정 보완하여 재구성하였다.

1) 예비조사

설문내용의 적합성과 설문문항이 조사대상자들의 특성을 적용 가능한 내용인지를 파악하기 위하여 태권도실업팀선수들 50명을 사전조사하여 신뢰도를 검증하였다.

2) 설문지 구성

설문지의 구성내용은 일반적 특성에 관한 6개 문항, 여가활동유형에 관한 14문항, 여가활동에 따른 요소 9문항으로 총 29문항으로 구성하였으며, 구성지표는 <표 2>와 같다.

<표 2>. 설문지 구성내용

구분	상세내용	문항수	전체
인구통계학적 특성	연령	1문항	6문항
	성별	1문항	
	경력	1문항	
	수입	1문항	
	학력	1문항	
	훈련시간	1문항	
여가활동에 따른 요소	장애요소	1문항	9문항
	참여시간	1문항	
	시설에대한견해	1문항	
	활동비용	1문항	
	여가활동정의	1문항	
	심리상태	1문항	
	우선사항	1문항	
	만족도	1문항	
	발전사항	1문항	
여가활동유형	취미 및 교양활동	5	14문항
	관람 및 여행활동	6	
	스포츠 활동	3	

3) 설문지 신뢰도

신뢰도 측정 방법으로 몇 가지 방법이 제안되고 있으나 본 연구에서는 문항 내적 일관성(item internal consistency)을 검증하기 위한 방법인 Cronbach's α 검정방법을 이용하였다. 아래의 <표 3>은 본 연구에서 이용된 설문문항에 대한 신뢰도 검증결과이다. 여가활동 만족도에 관련된 측정문항의 각 하위요인들의 Cronbach's α 계수는 모두 0.6이상이므로 신뢰성이 있는 것으로 볼 수 있다.

<표 *3*>. 여가활동 만족도에 대한 척도의 하위영역 문항구성과 신뢰도

하위요인	문항수	문항번호	*Cronbach's* α
취미 및 교양활동	5	a1, a2, a3, a4, a5	0.725
관람 및 여행활동	6	a6, a7, a8, a9, a10, a11	0.774
스포츠 활동	3	a12, a13, a14	0.623
전 체	*14*		*0.858*

3. 조사 방법 및 절차

본 연구에서는 태권도실업팀선수들의 여가활동에 관한연구를 규명하기 위하여 2008년 10월 27일부터 10월 28일 까지 연구자와 설문지 조사에 대해 사전교육을 받은 조사원이 직접 팀 코치 및 학생들에게 연구의 목적을 설명하고 설문지를 배포하였다.

설문지의 배부 후 대상자들은 설문지에 나타난 내용을 읽고 질문을 자기평가 기입법(Self- adminstration method)으로 응답하였으며, 응답된 설문지는 즉시 회수하였다. 회수된 설문지 가운데 응답내용이 불성실하거나 누락된 설문지를 제외한 197명의 설문지를 최종 선정하였다.

4. 자료처리 방법

본 연구에서는 태권도실업팀선수들의 여가활동에 관한연구를 규명하기 위하여 회수된 설문지 가운데 내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료와 이중기입, 무기입자료들은 분석에서 제외시켰고, 다음 각 자료를 분류하여 부호화 하였다. 부호화된 자료는 분석의 목적에 따라 통계 프로그램인 SPSS 12.0을 이용하여 교차분석(pearson's χ^2검정과 Fisher의 exact test), t-test, 일변량 분산분석(one-way ANOVA)를 실시하였으며, Scheffe의 방법을 사용을 이용하여 사후분석을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 고찰

1. 인구통계학적 변인과 여가활동에 따른 요소간의 차이

1) 인구통계학적 특성과 여가활동 장애요소와의 비교 분석

<표 4>와 같이 인구통계학적 특성과 여가활동 장애요소와 비교해 본 결과, 성별, 경력, 훈련시간에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 우선 성별을 살펴보면 남자는 '시간적으로 여유가 없다'가 66.1%로 타 장애요소에 비해 상대적으로 높게 나타났으며, 여자도 '시간적으로 여유가 없다'가 53.9%로 타 장애요소에 비해 상대적으로 높게 나타났다. 경력을 살펴보면 '1년'에서는 '시간적으로 여유가 없다'가 61.0%로 타 장애요소에 비해 높게 나타났으며, '1~2년', '2~3년', '3년 이상'에서도 '시간적으로 여유가 없다'가 각각 57.4%, 58.5%, 67.2%로 타 장애요소에 비해 높게 나타났다. 또한, 훈련시간을 살펴보면 '4시간 미만', '4~5시간', '5시간 이상' 모두 '시간적으로 여유가 없다'가 각각 56.7%, 67.6%, 50.0%로 타 장애요소에 비해 상대적으로 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 4>. 인구통계학적 특성과 여가활동 장애요소와의 비교

특성	구분	여가활동 장애요소				
		여가를 즐길만한 경비가 없다	여가시설 *or* 장소 부족	시간적으로 여유가 없다	사회적 여건이 안되서	회사 규율상 허용이 안됨
연령	24세 미만	15(18.3)	19(23.2)	45(54.9)	2(2.4)	1(1.2)
	24세~26세 미만	8(10.7)	11(14.7)	48(64.0)	7(9.3)	1(1.3)
	26세 이상	3(7.5)	4(10.0)	28(70.0)	4(10.0)	1(2.5)
		χ^2=11.666, p=0.128				
성별	남	13(10.7)	15(12.4)	80(66.1)	12(9.9)	1(0.8)
	여	13(17.1)	19(25.0)	41(53.9)	1(1.3)	2(2.6)
		χ^2=13.366**, p=0.006				
경력	1년	6(14.6)	9(22.0)	25(61.0)	1(2.4)	0(0.0)
	1~2년	14(25.9)	7(13.0)	31(57.4)	2(3.7)	0(0.0)
	2~3년	5(12.2)	8(19.5)	24(58.5)	3(7.3)	1(2.4)
	3년 이상	1(1.6)	10(16.4)	41(67.2)	7(11.5)	2(3.3)
		χ^2=21.577*, p=0.043				
월수입	150만원 미만	7(29.2)	3(12.5)	11(45.8)	2(8.3)	1(4.2)
	250만원 미만	12(12.4)	17(17.5)	60(61.9)	7(7.2)	1(1.0)
	250만원 이상	7(9.2)	14(18.4)	50(65.8)	4(5.3)	1(1.3)
		χ^2=8.696, p=0.325				
학력	4년제대졸 미만	6(14.0)	8(18.6)	25(58.1)	1(2.3)	3(7.0)
	4년제대졸	14(13.1)	19(17.8)	66(61.7)	8(7.5)	0(0.0)
	대학원 이상	6(12.8)	7(14.9)	30(63.8)	4(8.5)	0(0.0)
		χ^2=8.759, p=0.322				
훈련시간	4시간 미만	9(13.4)	10(14.9)	38(56.7)	8(11.9)	2(3.0)
	4~5시간	13(12.7)	19(18.6)	69(67.6)	1(1.0)	0(0.0)
	5시간 이상	4(14.3)	5(17.9)	14(50.0)	4(14.3)	1(3.6)
		χ^2=17.209*, p=0.015				

* p<0.05, ** p<0.01

2) 인구통계학적 특성과 여가활동 참여시간과의 비교 분석

<표 5>와 같이 인구통계학적 특성과 여가활동 참여시간과 비교해 본 결과, 훈련시간에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 훈련시간을 살펴보면 '4시간 미만'에서는 여가활동 참여시간이 '2~3시간 미만'이 38.8%로 타 참여시간보다 높게 나타났으며, '4~5시간'에서는 여가활동 참여시간이 '4~5시간 미만'이 34.3%, '2~3시간 미만'이 30.4%로 높게 나타났으며, '5시간 이상'에서는 여가활동 참여시간이 '2~3시간 미만'이 35.7%로 타 참여시간보다 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 5>. 인구통계학적 특성과 여가활동 참여시간과의 비교

특성	구분	여가활동 참여시간			
		2시간 미만	2~3시간 미만	3~4시간 미만	4~5시간 미만
연령	24세 미만	16(19.5)	27(32.9)	24(29.3)	15(18.3)
	24세~26세 미만	11(14.7)	27(36.0)	12(16.0)	25(33.3)
	26세 이상	4(10.0)	13(32.5)	11(27.5)	12(30.0)
		χ^2=8.550, p=0.201			
성별	남	15(12.4)	38(31.4)	31(25.6)	37(30.6)
	여	16(21.1)	29(38.2)	16(21.1)	15(19.7)
		χ^2=5.335, p=0.149			
경력	1년	4(9.8)	18(43.9)	9(22.0)	10(24.4)
	1~2년	10(18.5)	17(31.5)	13(24.1)	14(25.9)
	2~3년	7(17.1)	11(26.8)	14(34.1)	9(22.0)
	3년 이상	10(16.4)	21(34.4)	11(18.0)	19(31.1)
		χ^2=6.812, p=0.657			
월수입	150만원 미만	8(33.3)	8(33.3)	2(8.3)	6(25.0)
	250만원 미만	14(14.4)	35(36.1)	24(24.7)	24(24.7)
	250만원 이상	9(11.8)	24(31.6)	21(27.6)	22(28.9)
		χ^2=9.033, p=0.172			
학력	4년제대졸 미만	11(25.6)	15(34.9)	7(16.3)	10(23.3)
	4년제대졸	15(14.0)	37(34.6)	26(24.3)	29(27.1)
	대학원 이상	5(10.6)	15(31.9)	14(29.8)	13(27.7)
		χ^2=5.652, p=0.463			
훈련시간	4시간 미만	13(19.4)	26(38.8)	17(25.4)	11(16.4)
	4~5시간	10(9.8)	31(30.4)	26(25.5)	35(34.3)
	5시간 이상	8(28.6)	10(35.7)	4(14.3)	6(21.4)
		χ^2=13.120*, p=0.041			

* p<0.05

3) 인구통계학적 특성과 여가활동 시설에 대한 견해 비교 분석

<표 6>과 같이 인구통계학적 특성과 여가활동 시설에 대한 견해와 비교해 본 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 6>. 인구통계학적 특성과 여가활동 시설에 대한 견해 비교

특성	구분	여가활동 시설에 대한 견해		
		충분한 편이다	보통이다	부족한 편이다
연령	24세 미만	25(30.5)	42(51.2)	15(18.3)
	24세~26세 미만	23(30.7)	35(46.7)	17(22.7)
	26세 이상	14(35.0)	16(40.0)	10(25.0)
			χ^2=1.594, p=0.810	
성별	남	41(33.9)	54(44.6)	26(21.5)
	여	21(27.6)	39(51.3)	16(21.1)
			χ^2=1.026, p=0.599	
경력	1년	13(31.7)	21(51.2)	7(17.1)
	1~2년	18(33.3)	25(46.3)	11(20.4)
	2~3년	13(31.7)	19(46.3)	9(22.0)
	3년 이상	18(29.5)	28(45.9)	15(24.6)
			χ^2=0.997, p=0.986	
월수입	150만원 미만	10(41.7)	11(45.8)	3(12.5)
	250만원 미만	31(32.0)	43(44.3)	23(23.7)
	250만원 이상	21(27.6)	39(51.3)	16(21.1)
			χ^2=2.746, p=0.601	
학력	4년제대졸 미만	11(25.6)	23(53.5)	9(20.9)
	4년제대졸	36(33.6)	48(44.9)	23(21.5)
	대학원 이상	15(31.9)	22(46.8)	10(21.3)
			χ^2=1.128, p=0.890	
훈련시간	4시간 미만	24(35.8)	32(47.8)	11(16.4)
	4~5시간	32(31.4)	45(44.1)	25(24.5)
	5시간 이상	6(21.4)	16(57.1)	6(21.4)
			χ^2=3.339, p=0.503	

4) 인구통계학적 특성과 여가활동 비용과의 비교 분석

<표 7>과 같이 인구통계학적 특성과 여가활동비용과 비교해 본 결과, 학력에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 학력을 살펴보면 '4년제 대졸 미만'에서는 '월 10만원미만'이 44.25로 타 활동비용에 비해서 높게 나타났으며, '4년제 대졸', '대학원 이상'에서는 '월 25만원 미만'이 각각 36.4%, 48.9%로 타 활동비용에 비해 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 *7*>. 인구통계학적 특성과 여가활동비용과의 비교

특성	구분	여가활동비용			
		월 *10*만원 미만	월 *15*만원 미만	월 *20*만원 미만	월 *25*만원 미만
연령	24세 미만	28(34.1)	17(20.7)	12(14.6)	25(30.5)
	24세~26세 미만	18(24.0)	14(18.7)	16(21.3)	27(36.0)
	26세 이상	8(20.0)	9(22.5)	4(10.0)	19(47.5)
		χ^2=7.124, p=0.310			
성별	남	31(25.6)	26(21.5)	16(13.2)	48(39.7)
	여	23(30.3)	14(18.4)	16(21.1)	23(30.3)
		χ^2=3.491, p=0.322			
경력	1년	13(31.7)	10(24.4)	2(4.9)	16(39.0)
	1~2년	12(22.2)	11(20.4)	7(13.0)	24(44.4)
	2~3년	15(36.6)	8(19.5)	9(22.0)	9(22.0)
	3년 이상	14(23.0)	11(18.0)	14(23.0)	22(36.1)
		χ^2=12.561, p=0.184			
월수입	150만원 미만	11(45.8)	2(8.3)	1(4.2)	10(41.7)
	250만원 미만	25(25.8)	23(23.7)	17(17.5)	32(33.0)
	250만원 이상	18(23.7)	15(19.7)	14(18.4)	29(38.2)
		χ^2=8.743, p=0.189			
학력	4년제대졸 미만	19(44.2)	7(16.3)	8(18.6)	9(20.9)
	4년제대졸	30(28.0)	23(21.5)	15(14.0)	39(36.4)
	대학원 이상	5(10.6)	10(21.3)	9(19.1)	23(48.9)
		χ^2=15.309*, p=0.018			

	4시간 미만	25(37.3)	11(16.4)	9(13.4)	22(32.8)
훈련 시간	4~5시간	23(22.5)	23(22.5)	19(18.6)	37(36.3)
	5시간 이상	6(21.4)	6(21.4)	4(14.3)	12(42.9)
			χ^2=5.713, p=0.456		

* p<0.05

5) 인구통계학적 특성과 여가활동 정의와의 비교 분석

<표 8>과 같이 인구통계학적 특성과 여가활동의 정의와 비교해 본 결과, 성별, 경력, 훈련시간에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 우선 성별을 살펴보면 남자에서는 '스트레스 해소'가 타 여가활동 정의보다 높게 나타났으며, 여자도 '스트레스 해소'가 60.5%로 가장 높게 나타남을 알 수 있다. 경력을 살펴보면 '1년'에서는 '스트레스 해소', '대인관계를 통한 사회적 질적 향상'이 각각 43.9%로 타 여가활동정의에 비해 높게 나타났으며, '1~2년', '2~3년', '3년 이상'에서는 '스트레스 해소'가 각각 57.4%, 43.9%, 49.2%로 타 여가활동정의에 비해 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 8>. 인구통계학적 특성과 여가활동의 정의와의 비교

특성	구분	여가활동의 정의			
		스트레스 해소	대인관계를 통한 사회적 질적 향상	교육의 요소 및 자기 발전	단지 즐기기 위함
연령	24세 미만	42(51.2)	18(22.0)	12(14.6)	10(12.2)
	24세~26세 미만	37(49.3)	24(32.0)	4(5.3)	10(13.3)
	26세 이상	18(45.0)	13(32.5)	4(10.0)	5(12.5)
			χ^2=5.386, p=0.495		
성별	남	51(42.1)	44(36.4)	9(7.4)	17(14.0)
	여	46(60.5)	11(14.5)	11(14.5)	8(10.5)
			χ^2=13.946**, p=0.003		
경력	1년	18(43.9)	18(43.9)	3(7.3)	2(4.9)
	1~2년	31(57.4)	9(16.7)	2(3.7)	12(22.2)
	2~3년	18(43.9)	10(24.4)	7(17.1)	6(14.6)
	3년 이상	30(49.2)	18(29.5)	8(13.1)	5(8.2)
			χ^2=19.574*, p=0.021		
월수입	150만원 미만	11(45.8)	8(33.3)	4(16.7)	1(4.2)
	250만원 미만	49(50.5)	28(28.9)	9(9.3)	11(11.3)
	250만원 이상	37(48.7)	19(25.0)	7(9.2)	13(17.1)
			χ^2=4.432, p=0.618		
학력	4년제대졸 미만	24(55.8)	8(18.6)	6(14.0)	5(11.6)
	4년제대졸	51(47.7)	27(25.2)	13(12.1)	16(15.0)
	대학원 이상	22(46.8)	20(42.6)	1(2.1)	4(8.5)
			χ^2=10.836, p=0.094		
훈련시간	4시간 미만	35(52.2)	25(37.3)	3(4.5)	4(6.0)
	4~5시간	44(43.1)	27(26.5)	15(14.7)	16(15.7)
	5시간 이상	18(64.3)	3(10.7)	2(7.1)	5(17.9)
			χ^2=15.497*, p=0.017		

* p<0.05, ** p<0.01

6) 인구통계학적 특성과 여가활동중의 심리상태와의 비교 분석

<표 9>와 같이 인구통계학적 특성과 여가활동중의 심리상태와 비교해 본 결과, 학력에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 학력을 살펴보면 '4년제 대졸 미만'에서는 '편안함을 느낀다'가 46.5%로 가장 높게 나타났으며, '4년제 대졸'에서는 '편안함을 느낀다', '활력을 찾을 수 있다'가 각각 45.8%, 40.2%로 높게 나타났다. 또한 '대학원 이상'에서도 '편안함을 느낀다', '활력을 찾을 수 있다'가 각각 36.2%, 38.3%로 타 심리상태에 비해 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 *9*>. 인구통계학적 특성과 여가활동중의 심리상태와의 비교

특성	구분	여가활동중의 심리상태				
		자부심을 갖게 한다	편안함을 느낀다	다른 성취감이 든다	활력을 찾을 수 있다	기타
연령	24세 미만	1(1.2)	36(43.9)	9(11.0)	30(36.6)	6(7.3)
	24세~26세 미만	3(4.0)	36(48.0)	7(9.3)	23(30.7)	6(8.0)
	26세 이상	1(2.5)	14(35.0)	5(12.5)	17(42.5)	3(7.5)
		χ^2=3.874, p=0.885				
성별	남	4(3.3)	55(45.5)	12(9.9)	43(35.5)	7(5.8)
	여	1(1.3)	31(40.8)	9(11.8)	27(35.5)	8(10.5)
		χ^2=2.432, p=0.669				
경력	1년	0(0.0)	15(36.6)	3(7.3)	21(51.2)	2(4.9)
	1~2년	0(0.0)	29(53.7)	6(11.1)	14(25.9)	5(9.3)
	2~3년	2(4.9)	16(39.0)	5(12.2)	12(29.3)	6(14.6)
	3년 이상	3(4.9)	26(42.6)	7(11.5)	23(37.7)	2(3.3)
		χ^2=15.372, p=0.175				

월수입	150만원 미만	1(4.2)	11(45.8)	2(8.3)	7(29.2)	3(12.5)
	250만원 미만	3(3.1)	39(40.2)	7(7.2)	42(43.3)	6(6.2)
	250만원 이상	1(1.3)	36(47.4)	12(15.8)	21(27.6)	6(7.9)
			χ^2=9.086, p=0.298			
학력	4년제대졸 미만	2(4.7)	20(46.5)	9(20.9)	9(20.9)	3(7.0)
	4년제대졸	1(0.9)	49(45.8)	3(2.8)	43(40.2)	11(10.3)
	대학원 이상	2(4.3)	17(36.2)	9(19.1)	18(38.3)	1(2.1)
			χ^2=24.502**, p=0.001			
훈련시간	4시간 미만	4(6.0)	35(52.2)	5(7.5)	21(31.3)	2(3.0)
	4~5시간	1(1.0)	39(38.2)	12(11.8)	41(40.2)	9(8.8)
	5시간 이상	0(0.0)	12(42.9)	4(14.3)	8(28.6)	4(14.3)
			χ^2=11.679, p=0.133			

** p<0.01

7) 인구통계학적 특성과 여가활동에 있어서의 우선사항과의 비교 분석

<표 10>과 같이 인구통계학적 특성과 여가활동에 있어서의 우선사항과 비교해 본 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 10>. 인구통계학적 특성과 여가활동에 있어서의 우선사항과의 비교

특성	구분	여가활동에 있어서의 우선사항					
		시간	장소	시설	비용	친구	기타
연령	24세 미만	30(36.6)	3(3.7)	8(9.8)	13(15.9)	20(24.4)	8(9.8)
	24세~26세 미만	21(28.0)	7(9.3)	11(14.7)	16(21.3)	17(22.7)	3(4.0)
	26세 이상	14(35.0)	4(10.0)	3(7.5)	5(12.5)	11(27.5)	3(7.5)
		χ^2=8.180, p=0.611					
성별	남	41(33.9)	8(6.6)	12(9.9)	24(19.8)	31(25.6)	5(4.1)
	여	24(31.6)	6(7.9)	10(13.2)	10(13.2)	17(22.4)	9(11.8)
		χ^2=5.935, p=0.313					
경력	1년	13(31.7)	2(4.9)	4(9.8)	9(22.0)	13(31.7)	0(0.0)
	1~2년	15(27.8)	3(5.6)	7(13.0)	12(22.2)	11(20.4)	6(11.1)
	2~3년	12(29.3)	5(12.2)	4(9.8)	5(12.2)	10(24.4)	5(12.2)
	3년 이상	25(41.0)	4(6.6)	7(11.5)	8(13.1)	14(23.0)	3(4.9)
		χ^2=13.973, p=0.528					
월수입	150만원 미만	6(25.0)	1(4.2)	1(4.2)	5(20.8)	9(37.5)	2(8.3)
	250만원 미만	34(35.1)	8(8.2)	10(10.3)	19(19.6)	20(20.6)	6(6.2)
	250만원 이상	25(32.9)	5(6.6)	11(14.5)	10(13.2)	19(25.0)	6(7.9)
		χ^2=6.465, p=0.782					
학력	4년제대졸 미만	20(46.5)	2(4.7)	5(11.6)	2(4.7)	10(23.3)	4(9.3)
	4년제대졸	31(29.0)	8(7.5)	12(11.2)	21(19.6)	26(24.3)	9(8.4)
	대학원 이상	14(29.8)	4(8.5)	5(10.6)	11(23.4)	12(25.5)	1(2.1)
		χ^2=11.897, p=0.280					
훈련시간	4시간 미만	24(35.8)	5(7.5)	9(13.4)	11(16.4)	16(23.9)	2(3.0)
	4~5시간	32(31.4)	8(7.8)	11(10.8)	20(19.6)	23(22.5)	8(7.8)
	5시간 이상	9(32.1)	1(3.6)	2(7.1)	3(10.7)	9(32.1)	4(14.3)
		χ^2=6.774, p=0.753					

8) 인구통계학적 특성과 여가생활에 대한 만족도와의 비교 분석

<표 11>과 같이 인구통계학적 특성과 여가생활에 대한 만족도와 비교해 본 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 *11*>. 인구통계학적 특성과 여가생활에 대한 만족도와의 비교

특성	구분	여가생활에 대한 만족도		
		만족한다	그저 그렇다	불만족한다
연령	24세 미만	27(32.9)	45(54.9)	10(12.2)
	24세~26세 미만	32(42.7)	36(48.0)	7(9.3)
	26세 이상	21(52.5)	18(45.0)	1(2.5)
			χ^2=6.078, p=0.193	
성별	남	54(44.6)	55(45.5)	12(9.9)
	여	26(34.2)	44(57.9)	6(7.9)
			χ^2=2.894, p=0.235	
경력	1년	17(41.5)	20(48.8)	4(9.8)
	1~2년	22(40.7)	26(48.1)	6(11.1)
	2~3년	15(36.6)	20(48.8)	6(14.6)
	3년 이상	26(42.6)	33(54.1)	2(3.3)
			χ^2=4.784, p=0.575	
월수입	150만원 미만	7(29.2)	14(58.3)	3(12.5)
	250만원 미만	43(44.3)	48(49.5)	6(6.2)
	250만원 이상	30(39.5)	37(48.7)	9(11.8)
			χ^2=3.320, p=0.506	
학력	4년제대졸 미만	14(32.6)	23(53.5)	6(14.0)
	4년제대졸	41(38.3)	59(55.1)	7(6.5)
	대학원 이상	25(53.2)	17(36.2)	5(10.6)
			χ^2=7.273, p=0.117	
훈련시간	4시간 미만	29(43.3)	33(49.3)	5(7.5)
	4~5시간	44(43.1)	50(49.0)	8(7.8)
	5시간 이상	7(25.0)	16(57.1)	5(17.9)
			χ^2=4.990, p=0.288	

9) 인구통계학적 특성과 여가활동으로 인한 발전사항과의 비교 분석

<표 12>와 같이 인구통계학적 특성과 여가활동으로 인한 발전 사항과 비교해 본 결과, 성별에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 성별을 살펴보면 남자에서는 '스트레스 해소'가 58.7%로 가장 높게 나타났으며, 여자도 마찬가지로 '스트레스 해소'가 67.1%로 가장 높게 나타남을 알 수 있다.

<표 *12*>. 인구통계학적 특성과 여가활동으로 인한 발전 사항과의 비교

특성	구분	여가활동으로 인한 발전 사항				
		정신정 안정	건강 및 체력 증대	스트레스 해소	경기력 향상	운동에서의 해방감
연령	24세 미만	11(13.4)	5(6.1)	55(67.1)	3(3.7)	8(9.8)
	24세~26세 미만	10(13.3)	11(14.7)	45(60.0)	2(2.7)	7(9.3)
	26세 이상	12(30.0)	3(7.5)	22(55.0)	0(0.0)	3(7.5)
		χ^2=9.483, p=0.277				
성별	남	26(21.5)	14(11.6)	71(58.7)	1(0.8)	9(7.4)
	여	7(9.2)	5(6.6)	51(67.1)	4(5.3)	9(11.8)
		χ^2=10.330*, p=0.030				
경력	1년	3(7.3)	6(14.6)	29(70.7)	0(0.0)	3(7.3)
	1~2년	9(16.7)	4(7.4)	33(61.1)	3(5.6)	5(9.3)
	2~3년	8(19.5)	2(4.9)	28(68.3)	0(0.0)	3(7.3)
	3년 이상	13(21.3)	7(11.5)	32(52.5)	2(3.3)	7(11.5)
		χ^2=11.187, p=0.482				
월수입	150만원 미만	3(12.5)	5(20.8)	15(62.5)	1(4.2)	0(0.0)
	250만원 미만	17(17.5)	6(6.2)	58(59.8)	2(2.1)	14(14.4)
	250만원 이상	13(17.1)	8(10.5)	49(64.5)	2(2.6)	4(5.3)
		χ^2=11.238, p=0.152				

학력	4년제대졸 미만	6(14.0)	4(9.3)	29(67.4)	3(7.0)	1(2.3)
	4년제대졸	19(17.8)	10(9.3)	64(59.8)	2(1.9)	12(11.2)
	대학원 이상	8(17.0)	5(10.6)	29(61.7)	0(0.0)	5(10.6)
		χ^2=7.263, p=0.488				
훈련 시간	4시간 미만	13(19.4)	11(16.4)	37(55.2)	2(3.0)	4(6.0)
	4~5시간	17(16.7)	6(5.9)	67(65.7)	3(2.9)	9(8.8)
	5시간 이상	3(10.7)	2(7.1)	18(64.3)	0(0.0)	5(17.9)
		χ^2=9.316, p=0.281				

* p<0.05

2. 인구통계학적 변인에 따른 여가활동 참여유형의 차이

1) 연령에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 13>과 같이 연령에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 취미 및 교양활동, 관람 및 여행활동, 스포츠활동 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 13>. 연령에 따른 여가활동 참여유형의 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*F*	*p*
취미 및 교양활동	24세 미만	2.19	0.713	0.116	0.890
	24세~26세 미만	2.13	0.780		
	26세 이상	2.19	0.801		
관람 및 여행활동	24세 미만	2.41	0.685	0.130	0.878
	24세~26세 미만	2.42	0.767		
	26세 이상	2.35	0.783		
스포츠활동	24세 미만	2.70	0.787	0.791	0.455
	24세~26세 미만	2.84	0.823		
	26세 이상	2.86	0.735		

2) 성별에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 14>와 같이 성별에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 취미 및 교양활동, 관람 및 여행활동, 스포츠활동 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 *14*>. 성별에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*t*	*p*
취미 및 교양활동	남	2.12	0.782	-1.077	0.283
	여	2.24	0.706		
관람 및 여행활동	남	2.37	0.744	-0.743	0.459
	여	2.45	0.719		
스포츠활동	남	2.84	0.753	1.261	0.209
	여	2.70	0.844		

3) 경력에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 15>와 같이 경력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 취미 및 교양활동, 관람 및 여행활동, 스포츠활동 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 *15*>. 경력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*F*	*p*
취미 및 교양활동	1년	2.19	0.737	1.864	0.137
	1~2년	1.97	0.759		
	2~3년	2.20	0.702		
	3년 이상	2.30	0.777		
관람 및 여행활동	1년	2.44	0.715	1.360	0.256
	1~2년	2.32	0.734		
	2~3년	2.28	0.668		
	3년 이상	2.54	0.781		
스포츠활동	1년	2.74	0.811	1.503	0.215
	1~2년	2.68	0.822		
	2~3년	2.72	0.787		
	3년 이상	2.96	0.738		

4) 월수입에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 16>과 같이 월수입에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 취미 및 교양활동, 관람 및 여행활동, 스포츠활동 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다.

<표 *16*>. 월수입에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*F*	*p*
취미 및 교양활동	150만원 미만	2.24	0.598	0.259	0.772
	250만원 미만	2.18	0.794		
	250만원 이상	2.12	0.750		
관람 및 여행활동	150만원 미만	2.50	0.772	0.246	0.782
	250만원 미만	2.40	0.747		
	250만원 이상	2.38	0.712		
스포츠활동	150만원 미만	2.64	0.822	0.496	0.610
	250만원 미만	2.82	0.779		
	250만원 이상	2.79	0.800		

5) 학력에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 17>과 같이 학력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 스포츠 활동에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 스포츠 활동을 살펴보면 '대학원 이상'의 평균이 타 학력에 비해 높음을 알 수 있다.

<표 17>. 학력에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*F*	*p*
취미 및 교양활동	4년제대졸 미만	2.12	0.678	0.241	0.786
	4년제대졸	2.16	0.711		
	대학원 이상	2.23	0.911		
관람 및 여행활동	4년제대졸 미만	2.55	0.753	1.510	0.224
	4년제대졸	2.33	0.665		
	대학원 이상	2.45	0.850		
스포츠활동	4년제대졸 미만	2.78	0.756	3.402*	0.035
	4년제대졸	2.68	0.758		
	대학원 이상	3.04	0.852		

* $p<0.05$

6) 훈련시간에 따른 여가활동 참여유형의 차이 비교

<표 18>과 같이 훈련시간에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이를 비교해 본 결과, 취미 및 교양활동, 스포츠 활동에서 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 우선 취미 및 교양활동을 살펴보면 '4시간 미만'의 평균이 타 훈련시간에 비해 높게 나타남을 알 수 있으며, 스포츠활동에서는 '4시간 미만', '4~5시간'의 평균이 비슷하게 나타남을 알 수 있다. Scheffe의 사후분석 결과, 취미 및 교양활동에서는 '4시간 미만', '4~5시간'과 '4~5시간', '5시간 이상'간에 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있으며, 스포츠 활동을 살펴보면 '4시간 미만', '4~5시간'과 '5시간 이상'간에 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다.

<표 *18*>. 훈련시간에 따른 여가활동 참여유형 하위요인의 차이 비교

변인	구분	*M*	*SD*	*F*	*p*
취미 및 교양활동	4시간 미만[a]	2.35	0.811	3.696*	0.027
	4~5시간[ab]	2.11	0.738		
	5시간 이상[b]	1.94	0.573		
관람 및 여행활동	4시간 미만	2.47	0.724	0.428	0.652
	4~5시간	2.37	0.717		
	5시간 이상	2.38	0.829		
스포츠활동	4시간 미만[a]	2.83	0.764	3.476*	0.033
	4~5시간[a]	2.86	0.721		
	5시간 이상[b]	2.43	1.001		

* $p<0.05$, a, b : Scheffe의 동일집단군

V. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 태권도 실업팀 선수들의 여가활동 참여유형과 여가활동에 따른 요소들을 분석하고 규명함으로써 건전한 여가생활에 참고하고 나아가 경기력 향상에 도움이 될 수 있는 기초자료를 제공하는데 목적을 두었다.

이와 같은 목적을 달성하기 위하여 본 연구에서는 2008년 최우수선발전에 참가한 선수 197명을 모집단으로 선정하고 설문조사를 실시하여 통계프로그램인 SPSS 12.0을 이용하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 인구통계학적변인과 여가활동에 따른 요소와의 차이

여가활동에 참가하지 못한 가장 큰 장애요소는 남·녀 모두 시간적으로 여유가 없다는 이유로 참가하지 못함을 알 수 있었다. 또한 여가활동 참여시간은 대체적으로 훈련시간 4시간 미만이 통계적으로 타 참여시간보다 높게 나타남을 알 수 있었다.

그리고 여가활동비용, 여가활동 중 심리상태는 학력에서 중 4년제 미만에서 유의한 차이가 있음을 알 수 있었다. 여가활동 비용은 타 활동비용에 비해 월 10만원 정도 였으며, 여가활동 중 심리상태는 편안함을 느낀다로 4년제 미만에서 높게 나타남을 알 수 있었다.

이렇게 여가활동에 참여한 선수들은 여가활동 정의에 대해 얼마나 알고 있는지 비교해본 결과 성별·경력·훈련에 따라 유의한 차이가 있었지만, 이 모두 스트레스 해소로 인식하고 있다는것을 알 수 있었다. 여가활동으로 인한 발전사항 또한 스트레스 해소가 가장 높게 나타나고 있음을 알 수 있었다.

그러나 다른 인구통계학적 특성 변인들과 여가활동시설에 대한 견

해, 여가활동에 있어서 우선사항, 여가생활에 대한 만족도는 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있었다.

둘째, 인구통계학적 변인에 따른 여가활동 참여유형의 차이

연령·성별·경력·월수입 모두 여가활동 참여유형의 하위요인의 차이를 비교해 본 결과 취미 및 교양, 관람 및 여행활동, 스포츠 활동은 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있었다.

반면 학력에 따른 여가활동 참여유형의 하위요인 차이는 스포츠 활동에서 대학원 이상이 평균 타 학력에 비해 높음을 알 수 있었다.

또한 훈련시간에 따른 여가 참여활동의 하위요인 차이는 취미 및 교양활동에서 4시간 미만의 평균이 타 훈련시간에 비해 높게 나타남을 알 수 있었으며, 스포츠 활동에서는 4시간 미만, 4-5시간의 평균이 비슷하게 나타남을 알 수 있었다.

2. 제 언

태권도실업팀선수들의 여가활동에 관한 연구를 분석해 본 결과 본 연구에서 미흡했던점을 극복하기 위하여 다음과 같은 시사점을 제시해 볼 수 있다.

첫째, 본 연구에서는 태권도 실업팀 선수들이 여가활동 참여유형과 여가활동에 따른 요소에 대해서만 연구를 하였으나, 후속연구에서는 선수들의 경기력 향상에 도움을 줄 수 있도록 더 많은 변인들을 삽입한 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 태권도 선수들이 선호하는 여가활동 형태를 미리 정해진 항목에 대해 응답하도록 하였으나, 후속연구에서는 개방형 질문지를 사용하거나 질적연구방법 연구 또한 첨부하도록 해야 될 것이다.

참 고 문 헌

권오중(1972). 도시대학생의 여가시간 및 여가활동에 관한 연구, 문교부.

김광득(1990). 현대여가론, 서울 백산출판사

김광명(1984). 운동선수들의 여가선용에 관한 연구, 건국대학교 대학원 석사학위논문.

김미연(1995). 대학생의 여가활동 참여에 관한 연구, 경희대학교 대학원 석사학위논문.

김석규(1996). 남녀 우수선수들의 여가활동 실태에 관한 조사 연구, 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.

김성일(1994). 운동선수들의 여가활동에 관한 조사연구, 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.

김성희(1996). 도시거주 가정주부의 여가제약과 연가만족, 가족기능, 생활만족의 관계, 세종대학교 대학원, 미간행 박사학위논문.

김양희(1995). 직장 체육동호인 활동과 여가만족 및 직무만족의 관계, 이화여자대학교 사회복지대학원 석사학위논문.

김영선(1987). 태권도가 지닌 스포츠적 성격에 관한 고찰, 연세대학교 대학원 석서학위논문

김영준(1988). 중학생 여가활동 실태에 대한 남・여 비교연구, 미간행 인하대학교 대학원 석사학위논문.

김영환(1989). 대학생의 여가에 대한 인식이 스포츠 활동의 참여도에 미치는 영향, 인하대학교 인문과학 연구소「논문집」제5집.

김용옥(1990). 태권도 철학의 구성원리. 서울: 통나무.

김재왕(2000). 중・고등학교 남자 운동선수의 여가활동 관한 조사연구, 군산대학교 교육대학원 석사학위논문.

김정규(2003). 남자 고등학교 태권도선수의 여가활동 실태 조사 연구, 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.
김재우(2003). 대학 태권도 선수들의 여가 활동에 대한 실태조사, 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
김창세(1972). 태권도란 무엇인가? 서울: 대한태권도협회 제4호
김병운, 김정록(1985). 종합태권도전서, 서림문화사
김형일(2007). 경륜 선수들의 여가 활동이 경기력에 미치는 영향에 관한 연구, 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
노용구(2005). 여가 교육과 상담, 대경북스
모창배(1993). 여가활동 참여유형과 생활 만족도에 관한 실증적 연구, 국민대학교 대학원 박사학위논문.
문화체육부(1995). 국민 여가 활동 참여 실태조사, 문화체육부
박용균(2005). 고등학교 운동선수들의 여가활동 조사연구, 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
박용숙(2004). 여가・레크리에이션・사회체육, 대한미디어
박준현(2004). 대학 유도 선수의 여가 활동 유형과 생활만족도에 관한 연구, 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
박용수(2005). 체육고등학교 태권도 선수들의 여가활동 및 생활만족도에 관한 연구, 용인대학교 체육과학대학원 석사학위논문.
송석영(1983). 남녀 중학생의 여가활동에 관한 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
신동철(2001). 태권도 선수의 여가활동에 대한 조사 연구, 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
이경식(2000). 대학운동선수들의 여가활동에 관한 연구, 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
이기도(1986). 현대 태권도 교본, 진화당
이봉석(2001). 여가선용의 이론과 실제, 백산출판사

이윤우(1991). 일반 학생과 운동선수의 여가활동에 관한 비교연구, 경희대학교 대학원석사학위논문.

이정미(1996). 대학생 여가활동 유형과 여가만족 및 생활만족의 관계, 군산대학교 대학원 석사학위논문.

이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족과의 관계, 미간행 서울대학교 대학원 석사학위논문.

이충훈, 정현도(2003). 태권도 수련의 이론과 실전, 상아기획

이후원(1993), 여가활동 참여유형 및 이에 영향을 미치는 요인에 따른 생활만족도 연구, 이화여자대학교대학원 석사학위논문.

이훈,정철,장란수(2003). 인터넷 조사방법을 활용한 주5일 근무제가 직장인 여가에 미치는 영향. 관광학연구, 27(1)

임번장, 정영린(1995). 여가활동 유형과 여가만족의 관계에 관한 진단. 한국체육학회지, 제34권 제3호. p67.

임번장, 김홍설(1996). 대학생들의 여가활동유형과 여가만족의 관계, 한국체육학회, 제35권, 제4호.

이화여대 체육학편(1971), 대한체육 이화여대 출판부

임정숙(2001). 국가대표 운동선수들의 여가활동 실태에 관한 조사연구, 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.

왕기철(2000). 고등학교 유도선수의 여가활동과 스트레스에 관한 연구, 계명대학교 스포츠 산업대학원 석사학위 논문.

장주호(1995). 태권도 교육의 세계화로 영구 올림픽 채택. 대한태권도협회 세미나, p11~23.

전기숙(2003). 태권도 남・녀 선수의 여가 활동에 대한 실태 조사, 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.

정 훈(1992). 운동선수들의 여가활동에 관한 연구, 용인대학교 대학원 석사학위논문.

최영렬(1988). 태권도 겨루기론, 삼학출판사

홍석표(1991). 여가활동 유형과 여가인지의 관계에 관한 연구, 서울대학교 대학원 석사학위논문.

Cambell, A.(1976) the Quality of American Life: perception Evaluations, and satisfaction, New York: Russell Sage Foundation.

Dumazedier, J.(1967). Toward a society of Leisure, New York Free Company.

Iso-Ahola, S.E(1980). The Social Psychological determinants of Perception of leisure, Preliminary evidence. Leisure Sciences.

Iso-Ahola, S.E(1980). The Social Psycholgy of Leisure and Recreation.

Kelly, Stein(1987). Later-life satisfaction, does Leisure contribute,Leisure Science.

Kraus, R.(1978). Recreation and Leisure in Modern Society, 2nd ed. Santa Monica, CA, Good year Publishing, Inc.

Mckechine, G.E.(1974). The Psychological Structure of leisure, Past behavior Journal of Leisure Research

Nash. J. B.(1960). The Philosophy of Recreation & Leisure, William Brown.

Neumeyer, M. H.(1958). Leisure and Recreation, N. Y. The Ronald press Co.

Neulinger, J.(1974). The Psychology of leisuer; Research approaches to the study of leisuer, Springfield, Illinois; chales C. Thomas Pub.

Ragheb, M. G. & Beard, J. G.(1980). Measuring Leisure Satisfaction, Journal of Leisure Research.

Walshe, M. E.(1977). Leisure with personality, in Epperson et al, op, cit.

이 설문조사는 태권도 실업팀선수들의 여가활동에 관하여 알아보기 위한 것입니다.

본 설문지의 질문에는 정답이 없습니다. 질문내용을 잘 읽으신 후 한 문항도 빠짐없이 느끼신 대로 솔직하게 대답해 주십시오.

귀하께서 응답하신 내용은 연구목적 이외의 다른 용도로는 절대로 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

바쁘신 시간에도 불구하고 설문에 답해주셔서 진심으로 감사드리며 늘 건강하시고 행복하시길 바랍니다.

2008년 10월

조선대학교 교육대학원 체육교육전공

석사과정 최성호

1. 귀하의 연령은?

① 20-22세 미만 ② 22세-24세 미만 ③ 24세-26세 미만
④ 26세-28세 미만 ⑤ 28세 이상

2. 귀하의 성별은?
① 남 ② 여

3. 귀하의 실업선수 경력은?
① 1년 ② 1-2년 ③ 2년-3년 ④ 3년-4년 ⑤ 4년이상

4. 귀하의 평균 월 수입은?
① 150만원 미만 ② 250만원 미만 ③ 350만원 미만
④ 450만원 미만 ⑤ 550만원 미만

5. 귀하의 학력은?
① 고졸 ② 전문대졸 ③ 대학교 중퇴 ④ 대졸 ⑤ 대학원 이상

6. 귀하의 일일 훈련 시간은?
① 2시간 미만 ② 2-3시간 미만 ③ 3-4시간 미만
④ 4-5시간 미만 ⑤ 5시간 이상

7. 여가활동에 가장 큰 장애요소는 무엇 입니까?
① 여가를 즐길만한 경비가 없다 ② 여가시설이나 장소의 부족
③ 시간적으로 여유가 없다 ④ 사회적 여건이 안 돼서
⑤ 회사 규율상 허용되지 않아서

8. 귀하가 위에 선택한 여가활동의 1회 참가시, 활동시간은 평균 어느정도 입니까?

① 1시간 미만 ② 1시간-2시간 미만 ③ 2시간-3시간미만
④ 3시간-4시간 미만 ⑤ 4시간-5시간 미만

9. 주변의 여가활동 시설에 대하여 어떠하다고 봅니까?

① 매우 충분하다 ② 충분한 편이다 ③ 보통이다
④ 부족한 편이다 ⑤ 아주 부족하다

10. 여가활동에 쓰여지는 비용은 어느 정도 입니까?

① 월 5만원 미만 ② 월 10만원 미만 ③ 월15만원 미만
④ 월 20만원 미만 ⑤ 월 25만원 미만

11. 여가활동이란 어떤 것이라고 생각 하십니까?

① 스트레스 해소 ② 대인관계를 통한 사회적 질적 향상 ③ 교육의 요소
④ 자기 발전 ⑤ 단지 즐기기 위함이다.

12. 여가활동을 하고 있는 동안의 심리 상태는 어떠하십니까?

① 자부심을 갖게 한다 ② 편안함을 느낀다 ③ 다른 성취감이 든다.
④ 활력을 찾을 수 있다 ⑤ 기타

13. 여가활동을 하는데 있어서 가장 우선이라고 생각하는 것은 무엇입니까?

① 시간 ② 장소 ③ 시설 ④ 비용 ⑤ 친구 ⑥ 기타

14. 현재 여가 생활에 얼마나 만족하십니까?
① 매우 만족한다 ② 만족한다 ③ 그저 그렇다
④ 불만족한다 ⑤ 매우 불만족한다

15. 여가 활동 시 자신이 발전에 도움이 된다면 어떠한 면에서 도움이 된다고 생각합니까?

① 정신적 안정 ② 건강 및 체력 증대 ③ 스트레스 해소
④ 경기력 향상 ⑤ 운동에서의 해방감

아래 문항은 귀하여 여가 활동에 관한 질문입니다. 해당란에 O해주시기 바랍니다.

여가 활동 종목	전혀 즐기지 않는다 ①	즐기지 않는 편이다 ②	보통이다 ③	가끔 즐긴다 ④	매우 즐겨한다 ⑤
1. 동호회 모임에 나간다.					
2. 각종 수집 활동을 한다.					
3. 장기, 바둑을 둔다.					
4. 자녀와 놀아준다.					
5. 교양강좌를 듣는다.					
6. 친구나 친지를 방문한다.					
7. 공원을 방문한다.					
8. 박물관, 미술관, 전시회를 방문한다.					
9. 자원봉사 활동을 한다.					
10. 창작, 예술, 공작 활동을 한다.					
11. 축제 등 문화관광 행사에 참여한다.					
12. 경기장에서 스포츠를 관람한다.					
13. 각종 스포츠 활동을 한다.					
14. 등산, 피크닉 등 당일여행을 간다.					

저작물 이용 허락서

학 과	체육교육	학 번	20068103	과 정	석사
성 명	한글: 최 성 호 한문: 최 성 호 영문:Choi seong ho				
주 소	광주 광산구 선암동 346번지				
연락처	E-MAIL : judain21@hanmail.net				
논문제목	한글 : 태권도 실업팀 선수들의 여가활동에 관한 연구 영문 : A Study on Leisure Activities of Taekwondo Business Team Athletes				

본인이 저작한 위의 저작물에 대하여 다음과 같은 조건 아래 조선대학교가 저작물을 이용할 수 있도록 허락하고 동의합니다.

- 다 음 -

1. 저작물의 DB구축 및 인터넷을 포함한 정보통신망에의 공개를 위한 저작물의 복제, 기억장치에의 저장, 전송 등을 허락함
2. 위의 목적을 위하여 필요한 범위 내에서의 편집·형식상의 변경을 허락함. 다만, 저작물의 내용변경은 금지함.
3. 배포·전송된 저작물의 영리적 목적을 위한 복제, 저장, 전송 등은 금지함.
4. 저작물에 대한 이용기간은 5년으로 하고, 기간종료 3개월 이내에 별도의 의사표시가 없을 경우에는 저작물의 이용기간을 계속 연장함.
5. 해당 저작물의 저작권을 타인에게 양도하거나 또는 출판을 허락을 하였을 경우에는 1개월 이내에 대학에 이를 통보함.
6. 조선대학교는 저작물의 이용허락 이후 해당 저작물로 인하여 발생하는 타인에 의한 권리 침해에 대하여 일체의 법적 책임을 지지 않음
7. 소속대학의 협정기관에 저작물의 제공 및 인터넷 등 정보통신망을 이용한 저작물의 전송·출력을 허락함.

년 월 일

저작자: 최 성 호 (서명 또는 인)

조선대학교 총장 귀하