[UCI]I804:24011-200000239299

2010년 02월
교육학석사(체육교육)학위논문

대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

최 문 영

대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계

Relationship Between Participation in Sport Activity and Leisure Satisfaction of the University Students

2010년 2월

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

최 문 영

대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계

지도교수 김 응 식

이 논문을 체육교육학 석사학위신청 논문으로 제출함

2009년 10월

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

최 문 영

최문영의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장	대학교 교수	인
심사위원	대학교 교수	인
심사위원	대학교 교수	인

2009년 12월

조선대학교 교육대학원

< 목 차 >

ABSTRACT v

I. 서 론 7

1. 연구의 필요성 7

2. 연구의 목적 9

3. 변인 및 가설 10

4. 연구의 제한점 11

5. 용어의 정의 11

II. 이론적 배경 13

1. 여가의 개념 13

2. 여가만족 16

3. 스포츠의 개념 19

4. 스포츠 활동 20

5. 스포츠 참가 유형 21

III. 연구방법 26

1. 연구대상 26

2. 조사도구 28

3. 조사절차 29

4. 자료처리 방법 30

IV. 결 과 31

1. 인구통계학적 특성에 따른 스포츠활동 참여의 관계 ····· 31
2. 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계 ····· 32
3. 스포츠활동 참여여부에 따른 여가만족도의 관계 ····· 36
4. 스포츠활동 참여정도에 따른 여가만족도의 관계 39

V. 논 의 ····· 44
1. 대학생들의 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여와의 관계 ····· 44
2. 대학생들의 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계 ····· 45
3. 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계 46
4. 대학생들의 스포츠활동 참여정도와 여가만족도의 관계 47

VI. 요약 및 결론 49

1. 요약 49
2. 결론 50

참고문헌 ····· 51
부 록 56

< 표 목 차 >

표 1. 조사대상자의 일반적 특성 ····· 27

표 2. 설문지의 구성지표와 구성내용 ····· 28

표 3. 측정도구의 신뢰도 계수 ····· 29

표 4. 인구통계학적 특성에 따른 스포츠활동 참여의 변량분석 ····· 31

표 5. 인구통계학적 특성에 따라 여가만족도에 대한 변량분석 ····· 33

표 6. 인구통계학적 특성에 따라 전반적 만족에 대한 변량분석 ····· 34

표 7. 분석에 사용된 변인간의 상관관계 분석 ····· 35

표 8. 스포츠활동 참여여부에 따른 하위 여가만족의 평균 및 표준편차. 37

표 9. 스포츠활동 참여와 여가만족에 대한 변량분석 ····· 38

표 10. 스포츠활동 참여정도 수준별 하위 여가만족의 평균 및 표준편차 ····· 40

표 11. 스포츠활동 참여정도에 따라 여가만족 차이에 대한 변량분석 ··· 42

ABSTRACT

Relationship Between Participation in Sport Activity and Leisure Satisfaction of the University Students

Choi Moon-Young
Major in Physical Education
Graduate School of Education,
Chosun University

There is main look into the connection for participation of sports activities of campus students and the leisure satisfaction-degree.

To achieve this research goal, after set up to population for four years'instituted campus students where are located in Gwangju at present with research object, we collected total 400 members used multi-stage stratified cluster random sampling to sample of the research target.

There ara sex distinction, scholastic year and what not to control to background changing causes of this research limited character of population statistics, and did whether or not of participation the degree of participation.

The measuring instrument used as researching one that is questionnaire paper for measure the leisure satisfaction degree from (LSS) of Beard and Regheb to be standarded scale switched by Jonggil, Lee.

The statistical techniques that was adapted to analyze according to study for collected researching papers put in Multiple Correlation Analysis, ANOVA and the like.

The results that were derived from these processes were as follows:

1. There were resemble differences appeared that relation of the leisure satisfaction degree by character of population statistics, sex distinction, scholastic year, and healthy degree etc.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

현대사회에서는 물질문명과 급속한 산업 사회의 발달 및 고도의 경제성장으로 인하여 인간생활은 더욱 편리해져 가고 있다. 그러나 이러한 편리함은 신체적 활동을 감소시킴으로써 인간은 육체적인 면이나 정신적인 면을 더욱 약하게 만들고 있다. 이러한 요인들은 인간을 가지 중심적이고 이기적인 성향으로 변화하게 하는데 큰 영향을 주었다. 이렇게 편리한 인간생활에 있어서 능동적이고 진취적인 사고방식을 불어넣어 주는 데 큰 역할을 해 온 것이 스포츠라고 할 수 있다(한국체육학회, 1988).

현대사회에서의 스포츠는 자신의 건강 유지는 물론 신체활동에 대한 욕구를 충족시킴으로써 보다 나은 삶을 추구하게 하고, 활력 있는 생활을 통해서 자기 발전을 위한 노력을 기울이게 하며, 급속한 경제 성장과 산업화로 인한 물질적인 풍요로움과 생활의 편안함을 누리고 있는 이 시점에서 보다 많은 여가 시간을 즐기게 하는 중요 한 방편이 되고 있다.

우리나라에서는 사회적 환경의 변화로 여가의 가치를 중요하게 평가하는 경향이 나타나고 있음을 여러 연구에서 나타나고 있는데, 이는 국민의 여가의식이 변화하고 있음을 입증하는 것이다. 여가의식의 변화는 여가의 가치를 이해하고, 여가의 효율적인 활동을 전제로 한 여가활동에 참여하는 사람들의 비율이 증가하고 있는 추세이다.

한편 여가만족이란 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성 유도 하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정이라 할 수 있다.

스포츠 활동은 개개인의 심성을 발달시키는데 가치가 있을 뿐만 아니라, 건강을 보호증진하고 스트레스를 해소하여 활동에 새로운 활력소가 되는 역할이 된다는 점에서 매우 중요한 것이다(한성일, 1978). 스포츠 활동에 참여하는 집단은 매우 다양하지만 많은 집단들 중 완벽한 사회인이 되기 전의 단계를 준비하는 대학생들도 스포츠 활동에 많은 관심을 갖고 있다.

대학생들은 정신적으로 자아의식 및 가치판단의 기준이 설정되고, 사회적 준비 및 인생에 있어 첫발을 내딛는 시기라 할 수 있으며, 대학생활은 우리 교육과정에서 마지막 단계일 뿐 미래를 준비하는 주체적 수학이기도 하다.2 대학에 있어서 스포츠 활동은 학생의 건강을 보호 · 증진하고, 사회적 · 도덕적 정신을 형성하여 학생의 생활내용을 풍부 · 윤택 · 명랑하게 할뿐만 아니라, 더 나아가서는 장래 지도자로서의 교양을 쌓아 가치 있는 사회생활을 영위하며 또한 대학에서의 스포츠 활동 참여가 더 나아가서는 사회진출 후 노년기까지의 스포츠 활동 참여로 이어지기 때문에 그 기초를 공고히 함에 중점을 두고 있는 것이다.

이러한 점에서 볼 때, 미래의 사회 및 국가발전에 중요한 역할을 담당하는 대학생들이 여가 시간을 이용하여 스포츠 활동에 참여하는 것은 매우 의의 있는 일이라 할 수 있으며, 최근 들어 대학생들의 스포츠 활동 참여가 지속적으로 증가하고 있다는 사실은 매우 고무적인 현상이다.1 대학생들은 다양한 여가활동을 통해서 잠재하고 있는 모든 것을 개발할 수 있도록 여가선용의 환경적 개선이 요구되고 있으며, 여기에 대한 올바른 이해와 가능을 갖추어야 할 것이다(고영태, 2006).

오늘날 대학은 인간에게 다양한 스트레스를 주는 사회적 변화 속에서 대학이 수많은 정보와 지식을 학생에게 제공해주고 있지만, 정작 여가에 대한 올바른 태도를 배양하는 데에는 적적하게 대응을 못해온 것이 현실이다. 이러한 점은 우리나라 대학생들에게 올바른 여가교육을 실시하지 못하고 있고, 대학생들의 여가를 무절제하게 올바른 여가교육을 실시하지 못하고, 대학생들의 여가를 무절제하게 방지하고 있는 것으로 볼 수 있다(이복희, 2003).

대학생들에 있어서 스포츠 활동은 여가활동 중에서도 최근에 많은 관심을 불러일으키고 있으며, 또한 바람직하고 능동적인 여가활동의 참여가 삶의 질을 향상시킨다는 연구결과(임번장, 과 정영린,1995)와 같이 대학에서의 학생들의 스포츠 활동에 대한 경험은 개개인의 건강증진과 바람직한 여가문화를 정착시킨다는 점에서 매우 중요하다.3 대학생들의 스포츠

활동 참여에 대한 이해를 넓히고, 실천적인 측면에서 유용한 정보 파악을 위하여 스포츠 활동으로서의 만족을 연구할 필요가 있다고 본다.

이에 본 연구는 대학생들의 스포츠활동 참여가 그들의 여가만족에 얼마나 기여하는가에 대하여 구체적으로 규명해 보는 한편, 스포츠활동 참여자들에게 자발적인 참여 동기를 유발시켜 지속적으로 스포츠 활동 참여자들에게 참여 동기를 유발시켜 지속적으로 스포츠 활동에 참여할 수 있도록 하는데 기초 자료를 제공하고자 하며, 스포츠 활동을 통한 여가시간을 효과적으로 활동하지 못하고 보고되는 대학생들을 고려할 때, 대학생들에게 큰 영향을 미칠 수 있는 스포츠활동 참여 유형과 여가만족도의관계를 연구하는 것과 대학생들의 스포츠활동 참여로서 여가만족도에 대한 구체적이고 포괄적인 기초연구를 하는 것이 의미 있는 일이라 하겠다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 밝히기 위한 것으로, 대학생들의 스포츠활동 참여로 인한 여가만족이 학교생활뿐만 아니라, 더 나아가 사회생활에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 기본적인 명제 하에, 스포츠활동에 참여하고 있는 대학생들의 여가만족도의 관계를 구명하고, 대학생들의 여가만족에 긍정적인 영향을 미침으로써 학교에서의 원만한 교우관계, 그리고 삶의 질 향상을 추구하고, 또한 행복한 삶을 영위 할 수있는 장을 마련해 주고, 자기 자신은 물론 가족 모두의 정신적, 신체적 건강을 보호 증진시키고, 나아가 건전한 사회발전과 문화발전에 기여할 수 있도록 기초자료를 제공하며, 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 규명하고자 한다. 그 구체적인 연구 목적은 대학생들의 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여형태에 따른 여가만족도를 알아보고, 인구통계학적 특성에 있어서 성별에 따른 스포츠활동 참여형태에 대한 여가만족도의 차이를 규명함으로꺼, 대학생들의 여가문화에 대한 올바른 이해와 대학생의 스포츠활동 시간에 대한 적

절한 활용방안에 대한 기초 자료를 제공하는데 있다.

3. 변인 및 가설

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도는 어떠한 관계가 있는지 분석, 규명하기 위하여 설정한 변인관계 모형은 그림 1과 같다.

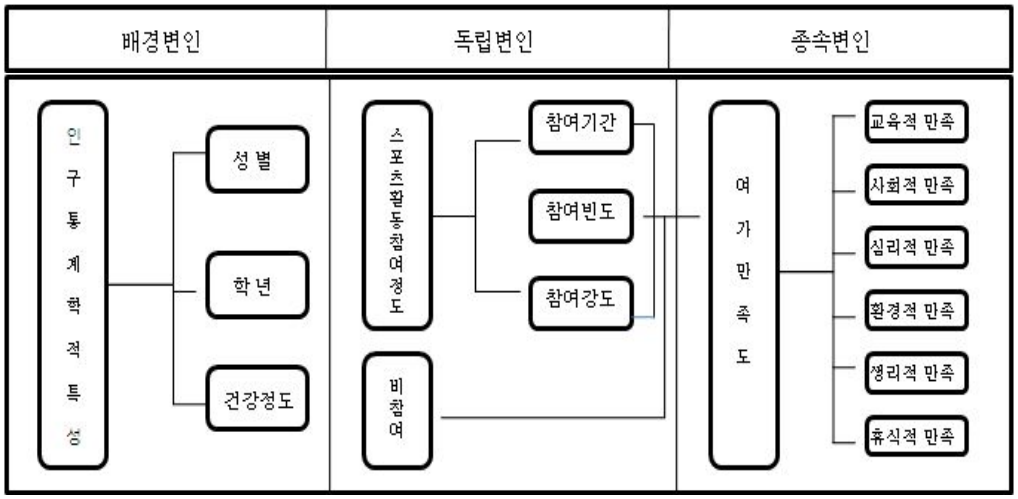

그림 1. 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계 모형

대학생의 스포츠활동 여가만족도의 미치는 영향을 규명하게 위하여 먼저 배경요인으로는 여가만족도에 큰 영향을 미치는 것으로 밝혀진 성별, 학년, 건강정도를 설정하였고, 대학생들의 스포츠활동 참여를 독립변인으로 참여기간, 참여빈도, 참여강도를 설정하였으며, 이 변인들에 영향을 받는 종속변인으로는 여가만족도의 6가지로써 교육적 · 사회적 · 심리적 · 환경적 · 생리적 · 휴식적 요인을 설정하였다.

이상에서 설정한 변인을 토대로 본 연구에서 검증하고자 하는 가설은 다음과 같다.

가설 1. 인구통계학적 특성에 따라 스포츠활동 참여와 차이가 있을 것이다.
가설 2. 인구통계학적 특성에 따라 여가만족도는 차이가 있을 것이다.
가설 3. 스포츠활동 참여여부에 따라 여가만족도는 차이가 있을 것이다.
가설 4. 스포츠활동 참여정도에 따라 여가만족도는 차이가 있을 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도 관계를 규명하기 위하여 다음과 같은 제한점을 두었다.

첫째, 본 연구의 대상은 광주광역시에 소재한 C대학의 남 · 여 재학하고 있는 대학생 300명으로 한정할 것이다.
둘째, 본 연구는 스포츠활동 참여 종목간의 비교는 이루어지지 않았다.
셋째, 본 연구는 운동능력에 따른 개인적 차이는 고려하지 않았다.
넷째, 조사대상자는 설문지에 충실하게 응답하였다고 간주하였다.

5. 용어의 정의

1) **스포츠 정의** : 유희적인 경쟁적인 요소를 가진 신체활동이라 할 수 있다.

2) **스포츠활동** : 생활체육의 일반적인 개념과 참여형태를 반영하여 여가시간 및 일상생활 중에서 자신의 활동의지에 따라 자발적으로 참여하는 신체적인 움직임이 동반된 활동을 의미한다.

3) **인구통계학적 특성** : 특정 개인이 지니고 있는 생득적, 성취적 지위를 의미하며, 본 연구에서는 성별, 학년, 건강정도, 등이 이에 속한다.

3) **여가** : 대학생 개인이 학교나 직장, 가정, 또는 사회로부터 주어진 의무에서 해방되었을 때 휴식, 기분전환, 또는 이득과는 무관하게 지식이나 능력의 양성, 자발적 사회적 참가, 자유로운 창조력의 발휘를 위한 활동으로 정의한다.

4) **여가만족도** : 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족해하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득되는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의할 수 있다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 여가의 개념

1) 여가의 어원

일상생활에서 별다른 어려움 없이 사용하는 말이면서도 그 의미를 막상 정확하게 정의 하고자 할 때 어려움을 겪게 되는 경우가 많은데 여가도 이 경우에 해당된다. 우리는 여가라는 말을 일상생활에서 자주 사용하면서도 이에 대한 정확한 의미를 규정하고자 할 때 많은 혼돈을 겪게 된다.
여가는 그리스어인 "Schole" 와 라틴어인 "Licere"에서 유래가 되었다.
Schole는 "자유시간 학술 토론이 열리는 장소" 란 의미로 오늘날 "Scholar 혹은 "School" 이란 의미로 변화되었다. Licere는 "허락되다" 또는 "자유스러워지다"라는 의미로 오늘날 "Leisure"의 어원이 되고 있다(Kando, 1975).
한편 여가는 라틴어의 "Otim"과 그리스어인 Schole에 근원을 두고 있다고 하는데, Otim은 아무것도 하지 않는 소극적 상태를 의미하고, Schole는 강제력이 없는 진지하고 자기 교양을 높이는 활동으로 예술 · 철학 ·학문 · 스포츠 등 문화 창조의 적극적인 활동을 뜻한다는 학설도 있다(김오중, 최장오, 1994).
여가의 개념은 학문적 입장이나 사회경제적 입장에서 다양하게 개념화되어지기도 하고 학자에 따라 다양한 각도에서 해석되는 산업화된 현대사회에서 양적으로 늘어난 자유시간이 전부 여가시간이 아니라, 여가는 정신적, 시간적으로 자유로운 상태이어야 함을 알 수 있다.
이러한 자유로운 시간은 단순히 한가한 것이 아니라 정신적, 시간적으로 구속받지 않는 여가를 통해 자기발견의 기회로 삼아야 진정한 여가라고

할 수 있다(백은순, 1992).

여가의 의미는 대단히 복잡하고 다양하지만, 일반적으로 여가란 개인의 일생생활에서 생리적 필수기간과 노동시간 그리고 노동부속시간을 뺀 것으로 개인이 자유로이 이용할 수 있는 시간을 의미한다(양병무, 1979).

2) 여가의 정의

여가란 무엇인가? 여가에 대해서 그리스 시대에는 높은 진리를 추구하는 명상(contemplation)이라는 의미에서 시작해서 이후에 많은 학자들에 의해서 다양하게 개념을 정의 내려 왔다. 흔히 여가를 정의할 때면 잉여시간, 레크레이션, 휴양, 스포츠, 즐거움, 오락들 다양한 개념을 떠올리게 된다. 떠올리는 단어가 많은 만큼 우리는 여가에 대한 다양한 정의를 가지고 있으며, 개념의 혼란을 초래할 가능성이 커진다. Brightbill(1961)은 서로 문화가 다르면 여가의 개념도 다르다고 지적했고 Kell와 Freysigner(2000)는 여가가 시대, 계급과 직업에 따라 다르게 정의된다고 했다. 여가는 당연히 사회적, 경제적, 정치적인 배경에 따라 다르게 정의될 수 있다.

비록 여가의 개념에 대해 학자들의 많은 논의가 있어 왔고 또 진행되고 있지만 현재까지 널리 인정되고 있는 개념은 크게 세 가지로 압축될 수 있다. 많은 학자들에 의해서 첫 번째로 인정되고 있는 여가의 개념은 '노동에서 벗어난 자유로운 시간'으로 정의 내리는 것이고, 두 번째는 ' 자유
시간에 행해지는 자발적인 활동'이다. 세 번째로 널리 인정되는 개념은 여가를 자유시간이나 활동의 개념으로 정의하는 것이 아니라 ' 자유로운 마음의 상태'로 정의 내리는 것이다.

(1) 시간 개념으로의 여가

여가의 하루 24시간 가운데 생리적 기능 유지와 생활을 유지하기 위한 노동의 시간을 제외한 나머지 시간으로 정의할 수 있다. 이러한 견해는 실제로 Parker(1972)와 Brightbill(1961) 등의 학자들에 의해서 주장되어 왔고, 현재까지도 여가를 정의하는데 있어 가장 설득력이 큰 개념이라고 할 수 있다.

이들에게 여가는 '노동하는 시간 이외의 시간'을 의미한다. 이러한 시간적 개념의 여가는 단순히 자유시간의 개념을 넘어서 '인간 성장과 계발을 위한 여유(餘裕)'로 의미가 확장되고 자유롭게 활동하는 시간까지도 포함한다. 시간개념으로서 여가는 자유시간을 확보하기 위해서 노동시간을 단축하는데 큰 역할을 했다. 여가 시간으로 정의내림으로써 노동과 여가를 명확하게 대비시켜 주고 여가를 손쉽게 계량화할 수 있는 장점이 있다.

(2) 활동개념으로의 여가

이와 같은 견해는 여가를 자유시간에 발생하는 활동의 총체로 규정하고, 레크레이션 개념과 매우 유사한 정의를 내리고 있다. Dumazedier(1974)는 여가를 '개인. 직장, 가정, 사회로부터 의무에서 해방되었을 때 휴식을 위해서, 이익과 관계없이 지식과 능력을 키우고, 자발적으로 자유롭게 창조력을 발휘하는 활동의 총체'라고 정의 내렸다. 이러한 관점은 여가를 자유시간에 일어나는 개별 활동으로서 본다는 점에서 시간으로 보는 관점과 확연히 구별된다.

이러한 활동 개념으로써 여가는 자유시간 중에서도 여가로 볼 수 없는 영역과 여가로 즐길 수 있는 영역간의 구별이 있음을 암시한다. 자유시간이 곧 여가라고 할 수 없으며 자유시간 중에 의무와 노동으로부터의 자유, 기분 전환성, 재생산성의 조건이 갖추어졌을 때의 활동만을 여가로 규정한다.

(3) 의식개념으로의 여가

여가를 즐거움이나 행복을 느끼게 하는 마음의 상태로 규정한다면, 이러한 상태를 그리스시대에는 명상의 상태로 규정 하였고, Csikszentmihalyi(1975)에는 몰입(flow)상태로 동양에서는 선의 상태를 의미하였다. 여가는 시간이나 활동과 무관하게 서두르지 않는 고요한 상태라고 정의 내릴 수 있다.

이러한 개념은 그리스의 고전적 개념(Classical leisure)의 여가에서 출발한 정의이다. 이러한 정의는 여가를 '물질적인 것으로부터 마음을 비운 심리적 상태 또는 경험의 상태(a state of mind/ experience)'로 규정하고 있다. 인간에게 여가는 신의 은총(celebration)이며 모든 덕과 문화의 근본으로 여기는 개념이다(Pieper, 1977).

2. 여가만족

1) 여가만족의 개념

만족이란 흡족한 상태, 모자람 없이 충분하고 넉넉한 상태를 말한다. 즉 일정한 목적이나 욕구 등을 달성 했을 때 느끼는 개인적 감정의 상태를 말한다. 산업구조의 변화로 다원화된 사회에서는 많은 사람들은 자신의 행위에 대한 평가를 통하여 자신의 욕구충족 상태를 알아보고 싶어 하는데, 일반적으로 이것의 척도가 만족의 개념으로 사용되고 있다. 그러나 만족도란 개념에 대해서는 학자들 마다 견해가 달라 논쟁의 소지가 있는 경우가 많다(박세영,1993).

W. R Burr(1970)는 만족을 두 가지로 분류하고 있는데, 첫째는 만족이란 한 개인이 갖는 기대와 실제로 받은 보상 사이의 일치 정도라는 입장이고, 둘째는 주관적으로 경험되어진 만족과 불만족, 혹은 행복과 불행, 즐거움과 즐겁지 않은 현상이라 보는 입장이다. 따라서 만족이란 일반적으로 상황에 대한 주관적 평가 내지 내적 감정의 상태로서, 일정한 목적이

나 욕구를 달성함에 있어 한 개인의 주관적인 감정상태를 말한다(양광희, 2000 재인용).

여가만족척도(Leisure Satisfaction Scale; LSS)를 개발한 J. G Reard와 M. G Rahgeb(1980)에 의하면 여가만족은 여가활도의 선택과 참여의 결과로서 개인이 형성하거나 유도하거나 획득하는 긍정적인 인식 또는 감정으로 정의되고 있다. 즉 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 현재 즐거워하거나 만족해하는 정도를 의미하며 이러한 여가의 만족스러운 감정은 개인의 의식적 또는 무의식적 욕구가 충족됨으로서 야기된다(이종길, 1992 재인용).

따라서 여가만족도를 높이기 위해서 자신의 계획에 맞추어 자신의 여가활동 계획을 세우고 TV시청이나 컴퓨터 게임과 같은 활동은 지양하고 활동적인 여가 활동을 생활화할 수 있도록 노력해야 하며, 가정이나 학교에서의 체계적인 여가 지도로 학생의 삶의 질을 향상시키고 나아가 성인이 되어서도 자신 인생의 일부분으로서의 여가활동을 하여 높은 여가 만족도를 느끼며 보람 있고 안정적인 생활을 즐기게 해야 할 것이다.7

2) 여가만족의 척도

여가만족의 하위 구조적 특성은 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 요인으로 나누어 설명할 수 있다. 이러한 6가지 하위요인은 Beard와 Ragheb(1980)에 의하여 최초로 연구되었다. 여가만족척도(LSS)의 하위요인을 이론적으로 살펴보면 다음과 같다.

(1) 심리적 요인(Psychological)

개개인은 선택의 자유가 제공된 활동에 참여하기 위하여 '내적으로 동기화' 되고 자신의 자아실현의 욕구를 충족시키는 활동 등에 참여하도록 동기가 유발된다. 사람들은 활동에 참여함으로써 자기의 개인적 재능과

능력을 시험할 수 있고, 또 성취감을 맛봄과 동시에 자기를 표현할 수 있고, 새로운 경험을 추구할 수 있는 것이다.

(2) 교육적 요인(Educational)

현대인들은 여가활동 속에서도 지적자극, 즉 자기 자신이나 자신을 둘러싸고 있는 환경에 대해서도 알고 싶어 한다. 이러한 여가활동은 새로운 경험, 호기심 충족, 그리고 새로운 시도의 기회에 대한 욕구 등을 자연스럽게 발로시킨다. 즉, 여가활동이 인간의 여러 본질의 학습시키는 폭 넓은 경험의 기회를 제공한다고 하였다. 이것이 여가의 교육적 요인이다.

(3) 사회적 요인(Social)

사회적 요인이라고 함은 각 개인은 여가를 자유로이 선택하게 되고, 바람직한 관계를 유지, 발전시키기 위해서 자발적인 집단에 참여하게 되며, 이는 개인의 사회적 적응에 이해하게 된다. 이러한 자발적 상호관계는 인간에게 사회적 상호작용과 의사소통, 친구와의 교제기회 등을 제공하게 된다. 여가활동 참여자들은 집단과 일체감을 느끼게 되고 건전한 사회적 관계를 유지하며, 소속의 필요성을 느끼게 된다.

(4) 휴식적 요인(Relaxational)

여가의 휴식적 요인은 놀이와 스포츠가 원기를 회복시키는 작용을 한다고 보고하고 있다. 즉, 여가활동은 원기를 회복하고, 일상생활에서 발생되는 스트레스 해소에 도움을 준다.

(5) 생리적 요인(Physical)

개인은 신체피로 회복, 체력증진, 근육 및 심장 강화를 위한 활동에 참여하고 노력한다. 신체적 활동은 성인병 예방, 비만 방지와 에너지 공급에 도움이 된다.

(6) 환경적 요인(Environmental)

가시거리 내에 있는 모든 물체가 완벽하게 보여 질 때 강한 미적 상태가 만들어진다. 이는 개인이 참여하는 여가에 대한 물리적 환경이 아름답게 잘 꾸며졌을 경우 더욱 만족감을 느낀다는 것이다.

3. 스포츠의 개념

스포츠란 허구적이고 비생산적이며, 그 결과 예측할 수 없고, 규칙에 의해 통제되며, 결과는 전술과 결합된 신체기능과 기량에 의해서 결정되는 경쟁적인 인간의 표현활동이라 하였다(임번장, 1970). 스포츠는 놀이의 본질을 지식적으로 재구성하여 소정의 규범 밑에서 자신의 전력을 다하는 자연발생적인 신체운동의 총칭이라 할 수 있는데 스포츠의 어원은 다양한 형태를 가지고 있다.

최근에는 사냥에서 잡은 포획물을 스포츠라고 하였으며(임번장, 1992), 고대 프랑스어 'Despor'가 되었고, 그 듯은 일을 떠나 논다는 것으로 해석되었다.

이와 같은 스포츠라는 말은 일손을 놓고 즐기는 활동을 의미하는 것으로 그 본질은 놀이에 속한다(강신복, 1985).

이종긴(1992)은 스포츠는 경쟁적이고, 신체 활동적이며, 제도화된 규칙에 의해 지배되는 것이라고 하였다. 이러한 스포츠는 놀이의 형태를 보다 조직화하여 게임의 단계를 거쳐서 신체기능과 그 능력을 과시하는 측면이

강조되는 인간활동으로 승화되어 이에 규칙을 만들어 시행하여 발전하면서 오늘날에 이르렀다(민창기 외, 1984).

스포츠는 즐거움과 여가의 선용을 위하여 활동 그 자체를 추구하는 것으로 일정한 형태나 규칙에 따라 수행되는 다소 활발한 신체활동이다(Lawther, 1972).

또한 스포츠를 인간 표현의 한 형태로 보고 역사적으로 신체적 놀이에 의해서 전래되었으며, 문화적으로 인정되는 기본적인 여가 활동이라고 하였다(Idrahim, 1975).

4. 스포츠 활동

인간의 활동은 신체적인 측면과 정신적인 측면으로 나누어 신체활동과 정신활동으로 구분할 수 있다(윤영식, 2007). 이 두 가지 활동은 서로 독립적이기는 하지만 인간의 활동 중 신체활동은 지작, 기억, 판단, 그리고 정서 등의 정신활동을 수반하게 된다. 인간의 활동 가운데 놀이와 같은 자유운동, 체조, 스포츠, 무용 등의 운동은 신체활동을 주로 이용하게 된다(유도기, 2004).

과거에는 신체활동이나 운동을 기본적인 대근활동이라고 하였으나, 근래에 들어 대 근육만의 활동과 더불어 지적, 정서적, 심리적 요소 등과 사회적 요소까지도 포함하는 것으로 신체활동은 인간으로서의 종합적 행위인 것이다(임번장, 1986).

스포츠를 신체적 차원에서 표현한 정의들을 살펴보면, 스포츠는 일반적으로 움직임, 여가, 경쟁, 제도화 등의 4개 기본적인 요소로 되어 있다. 여기서 움직임이란 신체적 활동을 의미하고, 여가는 스포츠활동의 오락적 성격을 의미하며, 경쟁은 스포츠가 경기 상황에 나타나는 경쟁의식을 표현하며 제도화란 스포츠 종목들이 조직화될 수 있도록 만들어진 승인된 규범들에 따라 행하여지는 것을 말한다.(이철화, 1995). 스포츠는 사회변동과 사회가치관 및 운동문화의 변화, 그리고 운동참여자의 욕구 수준의

차이 등으로 인하여 제도화되고 정형화된 협의의 스포츠가 아닌 개인이 여가시간에 자발적으로 신체적 활동에 참여함으로써 건강의 유지 및 증진, 스트레스 해소, 그리고 자기만족을 얻는데 도움이 되는 전반적인 신체적 활동이라고 말할 수 있다.(황인남, 2000).

5. 스포츠 참가 유형

Knyon과 Schutz(1970)는 스포츠 참가유형을 일상적 참가 · 주기적 참가 · 일탈적 참가 · 참가중단 또는 비참가로 구분하였다.

첫째, 일상적 참가는 스포츠활동에 정규적으로 참가하고 활동이 개인의 생활과 조화되어 있는 상태이다.

둘째, 주기적 참가는 일정간격을 유지하면서 스포츠에 지속적으로 참가하는 상태를 말한다.

셋째, 일탈적 참가는 일차적 일탈 참가와 이차적 참가로 구분되는데 일차적 일탈 참가는 일반적으로 중년층에서 대표적으로 나타나는 현상으로서 자신의 직업을 등산시하거나 포기하고 골프나 테니스와 같은 스포츠활동 참가에 모든 시간을 소비하는 상태이며, 이차적 일탈 참가는 단순히 기분전환을 위한 스포츠 관람의 차원을 넘어 경기 결과에 거액의 내기를 걸고 도박을 할 정도로 스포츠 관람을 탐닉하는 상태를 의미한다.

넷째, 참가중단이나 비참가는 스포츠에의 모든 참가를 혐오하며, 스포츠 역할에 전혀 참가하지 않거나, 과거 스포츠활동에 참가했더라도 기회의 제한, 관심의 부족, 스포츠로 인한 불쾌한 경험 때문에 현재는 참가하지 않고 있는 상태를 말한다(Loy 등 1978).

스포츠 참가는 사회화 과정, 즉 스포츠 집단 구성원들이 공통적으로 지니고 있는 신념, 가치관, 태도 등과 같은 하위문화를 집단 내 다른 구성원과의 상호작용을 통해 체득하고 내면화함과 동시에 개인은 특정 사회가 지향하고 있는 경제적, 종교적, 문화적 규범과 가치, 그리고 행동양식을 학습한다고 본다.

또한 스포츠 참가는 개인적, 사회적 특성에 따라 선택적으로 다양하게 이루어지며, 동시에 개인이 경험하는 스포츠 활동은 그 유형에 따라 참가 형태, 수준, 정도(Loyeral, 1978)로 구분할 수 있다.

1) 스포츠 참가 형태

스포츠 참가 유형은 스포츠참가 방법, 참가시간, 참가 장소 등에 의해 달라지며 스포츠를 통한 역할 또한 다르기 때문에 참가 형태를 여러 각도에서 세분화시킬 수 있다(임번장 1986). 스포츠 참가는 스포츠 현상과 관련지어 이루어지는 사회적 행동으로 크게 두 가지로 나누어 설명할 수 있는데 첫째는 각 개인이 체계적이고 계획적인 스포츠 활동에 직접 참가하는 일차적 참가이고 둘째는 신체 활동에 직접 참가하지는 않지만 경기장에 가서 운동경기를 직접 관람하거나 일상생활 중에 타인과 스포츠에 관한 대화를 나누거나 TV나 라디오를 시청하거나 신문을 보는 것 등을 포함하는 간접 참가 즉, 이차적 참가가 있다.

Kenyon(1969)은 스포츠 참가 형태를 인간의 외면적, 내면적 행동 차원과 관련이 있다고 주장하면서, 스포츠 참가 내용의 설정에 따른 행동적 참가(Behavioral involvement), 인지적 참가(Cognitive involvement), 정의적 참가(Affective involvement)로 구분하였다. 또한 스포츠 참가의 역할에 의해 참가자, 생산자, 소비자로 세분화하고 있다.

첫째, 행동적 참가(Behavioral involvement)란 직접 관람자, 즉 운동장이나 체육관 등과 같은 경기 현장에 가서 직접 스포츠를 관람하는 경우를 의미하며 간접 관람자는 매스컴이나 대화를 통하여 스포츠와 관계를 맺는 참가이다. 즉 사람들이 스포츠라는 맥락과 관련된 다양한 지위와 규범을 이행함으로써 스포츠에 참가하는 것을 의미한다.

둘째, 인지적 참가(Cognitive involvement)는 학교, 사회 기관, 매스컴, 대화 등을 통하여 스포츠에 관한 일정 정보를 수용함으로써 이루어지는 참가이다. 다시 말하면, 스포츠에 관해 사람이 가지고 있는 지식이나

사실의 정도를 가리키는 것이다. 현대 사회에서 대중매체는 스포츠의 인지적 참가에 많은 역할을 하고 있다.

셋째, 정의적 참가(Affective involvement)는 실제로 스포츠에 직접 참가하지는 않지만 간접적이나마 어떤 특징 선수나 팀에 대하여 감정적 태도 성향을 표출하는 참가라 할 수 있다.(오순근 1994).

Kenyon과 Schultz(1970)는 스포츠 참가 유형을 일상적 참가, 주기적 참가, 일탈적 참가, 참가 중단 또는 비참가로 구분하였다.

일상적 참가는 스포츠 활동에 정규적으로 참가하고 활동이 개인이 생활과 잘 조화되어 있는 상태이며 주기적 참가는 일정 간격을 유지하면서 스포츠에 지속적으로 참가하는 상태를 의미한다. 일탈적 참가는 일차적 일탈 참가와 이차적 일탈 참가로 구분되는데 일차적 참가는 일반적으로 중년층에서 대표적으로 나타나는 현상으로서 자신의 직업을 등한시하거나 포기하고 골프나 테니스 같은 스포츠 활동 참가에 모든 시간을 소비하는 상태이며, 이차적 일탈 참가는 단순히 기분 전환을 위한 스포츠 관람이 차원을 넘어 경기 결과에 거액의 내기를 걸고 도박을 할 정도로 스포츠 관람을 탐닉하는 상태를 의미한다. 참가 중단이나 비참가는 스포츠에의 모든 참가를 혐오하며 스포츠 역할에 전혀 참가하지 않거나 과거 스포츠 활동에 참가했더라도 기회의 제한, 관심의 부족, 스포츠로 인한 불쾌한 경험 때문에 현재는 참가하지 않고 있는 상태를 말한다(Loy & McPherson. 1978).

2) 스포츠 참가 수준

스포츠 참가 수준은 조직적 스포츠 참가와 비조직적 스포츠 참가로 크게 나눌 수 있다. 이 두 가지 참가의 특징은 스포츠 자체의 활동 범위와 조직의 복잡성에 따라 구분된다(양성아, 1995).

(1) 조직적 스포츠 참가

조직적 스포츠는 역할 학습이나 수행 결과에 초점을 두고 스포츠 경험을 제공하는 구조적으로 안정된 활동이다. Coakley(1980)는 조직적 게임의 참가자는 활동 그 자체 및 개인적 관련성에 흥미를 갖지만 보다 중요한 것은 경기 결과와 개인 및 팀의 효율성에 관심을 갖게 된다고 하였다. 경기에서 가장 명확히 드러나는 일면 중의 하나는 행위와 참가가 성인의 통제에 의해 이루어지며 선수 활동 또한 특정화된 규범과 역할에 의해 엄격히 유형 지워진다는 점은 지적하고 있다.

현대 산업 사회의 조직적 스포츠가 과도한 경쟁, 과업 지향, 무미건조한 과중 연습으로 인하여 비판을 받고 (Coakley, 1980) 스포츠 프로그램에 이해관계가 개입되며 우수 선수에게 높은 지위를 제공하는 경쟁적인 전문화가 이루어짐으로써 청소년들이 이를 모방하게 된다는 경고(McElroy & Kirkendall, 1980)는 스포츠를 통한 사회화에 있어서 조직적 스포츠의 부정적 영향을 시사해 주고 있다. 이처럼 조직적 스포츠에서는 승리를 목표로 하고 팀의 지위를 상승시키기 위해서 노력하며 자신의 성적과 상벌이 직결되기 때문에 승리를 위한 팀 구성원의 기능 개발과 통합이 요구되어진다.

대체로 조직적 스포츠 참가 경험이 많은 학생은 사회화 경험이 풍부한 것으로 나타난다. 이에 대하여 Mantel와 Vander(1974)은 경기에 대한 태도의 전문화는 조직적 스포츠 참가자와 직접적인 관계가 있고, 조직적 스포츠의 참가자는 경기에 있어 가장 중요한 요소로서 기능과 승리를 강조하는 반면 비조직적 스포츠의 참가자들은 공정성을 강조한다고 주장한다.

한편 Coakley,(1980)는 조직적 스포츠와 비조직적 스포츠의 결정적 차이점은 성원 결합의 안정성 여부에 있는데 비조직적 스포츠가 불안정한 반면 조직적 스포츠는 구조적 조직체와 관료적 제도하에서 선수, 지도자, 시설, 제정 등을 충분히 확보하고 각 구성원이 역할 분화를 강조하면서 개인간의 상호작용을 상대적 하위개념으로 설정하여 비교적 지속적이며 안정된 체제를 구축한다고 하였다.

(2) 비조직적 스포츠 참가

조직적 스포츠에 반해 비조직적 스포츠는 활동 자체에 만족을 얻기 위한 자율적인 활동으로서 구성원들의 참가도는 자유의사, 시간, 장소, 경제적 이유 등에 따라 달라지며 무엇보다도 구성원의 상호작용을 강조한다. 따라서 비조직적 스포츠 참가의 특성은 참가 인원, 참가자간의 친분 관계, 침의 성립 특성, 경기 규칙의 적용 등에서 찾아 볼 수 있다.

비조직적 스포츠 참가자는 서로 간에 친분이 가까울 뿐만 아니라, 경기나 유사 게임에 함께 참가한 경험이 있는 사람들로서 팀의 구성원은 기능의 수준, 친분 형태에 따라 조직된다. 선수의 선정은 때에 따라 유동적이며 경기 규칙도 일반적인 규칙에 준하지만 활동과 참가를 극대화하고 경쟁을 자극시키지 않기 위해 새로운 규칙이나 변형된 규칙을 제정하기도 한다(Coakley, 1980).

비조직적 스포츠 참가고 얻어지는 보상은 근본적으로 내적 보상이지만 때로는 성취, 자아실현, 자기만족, 성공과도 관련을 맺고 있으며 외적 보상으로는 동료 집단 또는 구성원들로부터의 즉각적인 보상으로 제한되기도 한다. 따라서 비조직적 스포츠에 있어서 승리와 패배에 대한 인식은 게임이 끝남과 동시에 소멸되고 그 이상의 가치를 수반하지 않는다.

스포츠 내의 사회계층 구조에 있어서도 조직적 스포츠의 의사 결정 과정은 일반적으로 사회계층 내에서 위치하게 되는 탁월하고 고도의 기능을 소유한 선수들이 주도하게 되지만, 비조직적 스포츠의 경우에는 구성원 개개인과 가장 인간관계가 깊은 사람이 중심 역할을 담당하게 된다. 따라서 기능이 낮은 선수도 개인적 감정을 상하지 않고 활동할 수 있을 뿐만 아니라, 팀이나 조직에 공헌할 수 있는 기회를 갖게 된다.. 반면 형식적인 체제를 정비하지 못한 결점이 있기 때문에 외부의 영향에 쉽게 붕괴되거나 와해되는 경향을 띄게 되며 이러한 점이 비조직적 스포츠의 불안정성이라고 할 수 있다(임번장, 1994).

III. 연구방법

본 연구는 대학생들의 스포츠활동이 여가만족도와 어떠한 관계가 있는지 규명하는데 그 목적이 있다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 본 연구에서 사용한 연구대상, 조사도구, 조사절차, 자료처리 방법은 다음과 같다.

1. 연구대상

본 연구에서는 2009년 현재 광주광역시에 소재한 4년제 대학의 남 · 여 재학생 중에서 스포츠 센터 및 체육관련 동아리에서 스포츠활동에 참여하고 있는 학생들을 모집단으로 설정한 후, 조사대상의 표본은 다단계 유층집락 무선 추출법(Multiple stratifiend cluster random Sampling)을 이용하여 표본을 표집하였다. 표본추출의 절차는 1단계로 광주시에 소재 4년제 대학을 선정해서 표집틀(Sampling Frame Work)을 작성한 다음 난수표를 이용하였다.

표본추출 2단계로 스포츠활동의 참여여부에 따라 참여자 300명을 무선 표집하였다. 그리고 비교집단으로서 스포츠활동에 참여하지 않는 비참여자 100명을 포집하였다. 표집된 400명중 설문조사에 참여한 인원은 384명이었으나, 실제 분석에 사용된 자료는 352명이었다. 이는 회수된 자료 중에서 불성실하게 응답했다고 판단되거나 조사내용의 일부가 누락된 설문지는 자료에서 제외하였다.

본 연구에서 표집한 조사 대상자의 일반적 특성은 표 1과 같다.

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

변인	구분	사례수(n)	백분율(%)
성 별	남자	225	63.9
	여자	127	36.1
학 년	1학년	128	36.4
	2학년	155	44.0
	3학년	45	12.8
	4학년	24	6.8
건강정도	매우건강	58	16.5
	건강	162	46.0
	보통	120	34.1
	허약	12	3.4
스포츠활동참여여부	참여자	289	90.8
	비참여자	63	9.2
	계	352	**100.0**

2. 조사도구

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 규명하기 위하여 자료수집 도구로 설문지를 이용하였다. 이 설문지는 국・내외의 선행연구에서 이미 설문지의 신뢰도 및 타당도 검증을 실시하여 사용했던 도구 가운데 본 연구의 과제에 이종길이 번안하여 표준화시킨 설문지를 조사도구로 사용하였다.

본 연구에서 사용하는 설문지의 구성 지표와 내용은 다음의 표2와 같다.

표 2. 설문지의 구성지표와 구성내용

구성지표	구성내용	문항수
배경변인	성별	1
	학년	1
	건강정도	1
독립변인	참여기간	1
	참여빈도	1
	참여강도	1
	비 참 여	1
종속변인	여가만족도	24
계		**31**

설문지의 내용은 배경변인을 묻는 문항 3개, 독립변인으로 스포츠활동 참여 구성요소를 묻는 문항 4개, 종속변인으로 여가만족도를 측정하는 문항 24문항으로 총 31문항으로 구성하였다. 배경변인은 대학생들의 성별, 학년, 건강정도에 대해서 설정하였으며, 독립변인은 스포츠활동 참여정도를 기간, 빈도, 강도 등으로 각각 1문항씩 3개 문항을 측정문항으로 구성하였다.

종속변인은 Beard와 Ragheb(1980)가 개발한 여가만족척도(Leisure Sitisfiction Scale : LSS)를 이종길(1992)이 번안하여 표준화시킨 척도를 사용하였다. 이 설문지는 6개 하위척도로 구성되었으며, 그 구성요인은 교육적, 사회적, 심리적, 생리적, 환경적, 휴식적인 요인이며, 각 하

위 척도별 문항수는 4개씩 전체 문항수는 24개이다.
설문지의 응답형태는 5점 평정척도로 구성하여 ´매우 그렇다´ 5점, ´그렇다´ 4점 ´보통이다´ 3점, ´그렇지 않다´ 2점, ´전혀 그렇지 않다´ 1점을 부여 하였다. 따라서 점수가 높을수록 여가만족이 높음을 의미한다.
본 연구에서는 조사된 설문지의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach´a 방법을 이용하였으며, 그 결과는 표 3과 같다.

표 3. 여가만족도에 대한 신뢰도 계수

변인	Cronbach´a
여가만족도	.911

표 3의 결과에 의하면 본 설문지를 구성하고 있는 변인의 문항간 신뢰도 a는 .911로서 매우 신뢰성이 높은 것으로 평가할 수 있다.

3. 조사절차

대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 규명하기 위하여 설문지 조사는 본 연구자를 포함한 보조 사원들이 표집 대상 대학교를 방문하여 설문지를 배포하고 응답 시 유의할 사항과 질문의 목적 및 내용을 설명한 뒤, 질문내용에 대하여 자기평가기입법(self-administration method)으로 응답하도록 지시하고 완성된 설문지를 회수하였다.

4. 자료처리방법

설문지의 응답결과 자료를 회수한 후 거짓문항을 이용해 부실하거나 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 자료 외 이중기입, 무기입 자료 등은 분석대상에서 제외시켰다. 그리고 각 자료를 분류하여 컴퓨터에 개별 입력하고 SPSS/PC+프로그램을 이용하여 분석의 목적에 따라 전산처리 하였다.

본 연구의 자료처리에 사용된 통계방법은 증다상관관계분석(multiple correlation analysis), 변량분석(ANOVA)이다.

구체적인 자료처리 과정은 다음과 같다.

첫째, 각 변인에 따른 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 각 변인에 대한 변량분석을 실시하였다.

둘째, 각 변인에 대한 증다상관관계분석을 실시하였다.

셋째, 스포츠활동 참여여부와 참여정도가 여가만족도에 영향을 미치는지 각 요인별 평균과 표준편차를 산출하고, 변량분석을 실시하였다.

IV. 결 과

본 연구는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 규명하기 위하여 설정한 연구 가설을 중심으로 첫째, 인구통계학적 특성와 스포츠활동 참여와 차이.
둘째, 인구통계학적 특성과 여가만족도의 차이. 셋째, 대학생들의 스포츠활동 참여여부와 여가만족도의 차이. 넷째, 대학생들의 스포츠활동 참여정도와 여가만족도의 차이 등을 중다상관관계분석과 변량분석을 하였다. 그 구체적인 분석 결과는 다음과 같다.

1. 인구통계학적 특성에 따른 스포츠활동 참여의 관계

1) 인구통계학적 특성에 따라 스포츠활동 참여에 미치는 영향

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 검증 하기 위하여 인구통계학적 특성에 따라 스포츠활동 참여에 미치는 영향에 관하여 성별, 학년, 건강정도의 배경변인을 스포츠활동 참여의 독립변인에 대해 변량분석을 실시한 결과는 표 4와 같다.

표4. 인구통계학적 특성에 따른 스포츠활동 참여의 변량분석

변인	SS	df	MS	F
성 별	9.21	1	9.21	.007
학 년	1..28	3	.429	3.21*
건강정도	11.03	4	1.98	14.89***

*** P< .001 **P< .01 *P< .05

표 4에 의하면 건강정도에 따라서는 P<.001 수준에서 의의 있게 영향을 받는 것으로 나타났다. 그리고 학년에 따라서도 P<.05수준에서 의의가 있었다.
그러나 성별(F=.007)은 차이가 없는 것으로 나타났다.

따라서 학년, 건강정도는 스포츠활동 참여여부에 영향을 미치지만, 성별은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

2. 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계

1) 인구통계학적 특성에 따라 여가만족도의 관계

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도에 관하여 성별, 학년, 건강정도의 인구통계학적 특성이 여가만족도의 하위변인인 교육적, 사회적, 심리적, 환경적, 생리적, 휴식적인 요인에 미치는 영향에 관하여 변량분석을 실시하였다. 이분석에서 구체적인 결과는 표 5와 같다.

표5. 인구통계학적 특성에 따라 여가만족도에 대한 변량분석

변 인		SS	df	MS	F
성 별	교육적만족	1.61	1	1.61	5.61*
	사회적만족	.726	1	.720	6.61*
	심리적만족	1.20	1	1.20	16.28***
	환경적만족	.390	1	.390	3.04
	생리적만족	.720	1	.720	4.91*
	휴식적만족	1.25	1	1.25	9.77**
학 년	교육적만족	1.08	3	.362	1.25
	사회적만족	.695	4	.174	1.58
	심리적만족	2.31	4	.578	7.83***
	환경적만족	1.69	4	.425	3.31**
	생리적만족	1.51	4	.378	2.57*
	휴식적만족	.469	4	.117	.911
건강정도	교육적만족	7.38	4	1.84	6.42***
	사회적만족	5.86	4	1.46	13.36***
	심리적만족	7.40	4	1.85	25.08***
	환경적만족	.704	4	.176	1.37
	생리적만족	10.96	4	2.74	18.70***
	휴식적만족	4.65	4	1.16	9.04***

***P< .001 **P< .01 *P< .05

표 5에서 보는 바와 같이 인구통계학적 특성에 따른 하위 여가만족도는 집단간에 다소 차이를 보였다.

교육적 만족의 경우 건강정도에서 P<.001수준에서 의의가 있게 나타났다.

성별에서도 P<.05수준으로 나타났다. 그러나 학년(F=1.25, P>.05)에서는 의의가 없는 것으로 나타났다.

사회적 만족은 건강정도는 P<.001수준에서 의의가 있게 나타났고, 성별

에서도 P<.01수준으로 나타났다. 그러나 학년(F=1.58, P>.05)에서는 의의가 없는 것으로 나타났다.

심리적 만족은 성별, 학년, 건강정도에서 모두 P<.001수준에서 의의가 있게 나타났다.

환경적 만족의 경우 학년에서 P<.01수준에서 의의가 있게 나타났다. 그러나 성별(F=3.04, P>.05), 건강정도(F=1.37, P>.05)에서 의의가 없는 것으로 나타났다.

생리적 만족은 건강정도에서 P<.001수준에서 의의가 있게 나타났으며, 성별과 학년에서도 P<.05수준에서 의의가 있게 나타났다.

휴식적 만족은 건강정도에서 P<.001수준에서 의의가 있게 나타났으며, 성별에서도 P<.01수준에서 의의가 있었다. 그러나 학년(F=.911, P>.05)에서는 의의가 없는 것으로 나타났다.

다음으로는 하위 여가만족을 모두 합한 전반적 여가만족은 표 6과 같다.

표6. 인구통계학적 특성에 따라 전반적 만족에 대한 변량분석

변 인		SS	df	MS	F
전반적만족	성 별	7.48	1	7.48	.052
	학 년	1.48	3	.496	3.44*
	건강정도	7.92	4	1.98	13.74***

***P< .001 **P< .01 *P< .05

전반적인 만족은 건강정도에서는 P<.001수준에서, 학년에서는 P<.05의 순으로 각각 높은 경향을 보이고 있다. 그러나 성별(F=.052, P>.05)에서는 의의가 없는 것으로 나타났다. 이는 하위 여가만족에서 나타난 일반적인 경향과 흡사한 결과를 보이고 있다.

이와 같이 인구통계학적 특성 변인중 성별을 제외한 모든 변인이 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 배경변인 및 변인간의 상관관계

대학생들의 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여, 그리고 여가만족 관련 변인간의 상관관계를 분석하였고, 구체적인 내용은 표 7과 같다.

표7. 분석에 사용된 변인간의 상관관계 분석

변인	1	2	3	4	5
1. 성 별	***	-.210*** (.000)	.130 (.009)	.086 (.087)	.082 (.100)
2. 학 년		***	.001 (.981)	.108* (.030)	.090 (.072)
3. 건강정도			***	.312*** (.000)	.281*** (.000)
4. 스포츠 참여				***	.711*** (.000)
5. 여가만족					***

***P< .001 **P< .01 *P< .05

표 7은 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여 그리고 여가만족도의 관련 변인간의 상관관계를 분석한 결과로서 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여의 관계와 관련하여 학년은 스포츠활동 참여(P<.05)에 통계적으로 낮았지만 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

반면, 성별은 유의한 상관관계(P>.05)가 없는 것으로 나타났다. 특히 건강정도(P<.001)는 유의한 상관관계가 있게 나타났다.

또한 인구통계학적 특성과 여가만족도의 관련하여 건강정도는 여가만족

(P<.001)과 유의한 상관관계가 있게 나타났다. 반면 성별과 학년은 유의한 상관관계(P>.05)가 없는 것으로 나타났다.

특히 스포츠활동 참여 변인과 상대적으로 높은 상관관계를 보인 건강정도 변인은 여가만족 관련 변인과도 상대적으로 높은 상관관계를 보이고 있다.

이와 같이 스포츠활동 참여와 여가만족의 관계에서 보면 스포츠활동 참여는 여가만족(P<.001)과 유의하게 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

3. 스포츠활동 참여여부에 따른 여가만족도의 관계

1) 스포츠활동 참여여부가 여가만족에 미치는 영향

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 검증하기 위하여 스포츠활동 참여여부가 여가만족도에 미치는 영향에 관하여 평균과 ㅍ준편차, 변량분석을 실시하였다.

먼저 스포츠활동 참여여부에 따른 하위 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 분석에 앞서 집단간 여가만족의 평균과 표준편차를 산출한 결과는 표 8과 같다.

표8. 스포츠활동 참여여부에 따른 하위 여가만족의 평균 및 표준편차

변 인	G	N	M	SD
교육적 만족	참 여 자	279	2.66	.552
	비참여자	73	2.28	.533
사회적 만족	참 여 자	279	2.80	.469
	비참여자	73	2.08	.272
심리적 만족	참 여 자	279	2.87	.336
	비참여자	73	2.16	.368
환경적 만족	참 여 자	279	2.66	.552
	비참여자	73	2.24	.429
생리적 만족	참 여 자	279	2.72	.492
	비참여자	73	2.16	.545
휴식적 만족	참 여 자	279	2.80	.400
	비참여자	73	2.24	.588

표 8에 의하면 스포츠활동 참여여부에 따른 하위 여가만족도의 모든 요인에서 참여자(M=2.66~2.87)가 비참여자(M=2.08~2.28)에 비하여 높게 나타났다. 특히 다른 하위 여가만족 요인에 비하여 사회적 만족과 심리적 만족에서 참여자가 비참여자에 비하여 상대적으로 높게 나타났다.

스포츠활동 참여의 여가만족도의 차이를 검증하기 위하여 변량분석을 실시한 결과는 표 9와 같다.

표9. 스포츠활동 참여와 여가만족에 대한 변량분석

종속변인	SS	df	MS	F
교육적 만족	10.83	1	10.83	36.076***
사회적 만족	33.88	1	38.88	310.936***
심리적 만족	37.80	1	37.80	317.656***
환경적 만족	13.23	1	13.23	48.061***
생리적 만족	23.52	1	23.52	91.846***
휴식적 만족	23.52	1	23.52	113.825***
전반적 만족	38.88	1	38.88	406.361***

***P< .001

표 9에 의하면 스포츠활동 참여가 여가만족의 하위변인인 (교육적, 사회적, 심리적, 환경적, 생리적, 휴식적 민족)에 유의난 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다.

이러한 분석 결과는 스포츠활동 참여여부에 따라 여가만족이 통계적으로

모든 하위변인에서 (P<.001)수준으로 유의한 차이가 있음을 보여주고 있다.

즉, 스포츠활동 참여자가 참여하지 않는 비참여자에 비하여 여가만족이 상대적으로 매우 높다는 사실을 알 수 있다.

4. 스포츠활동 참여정도에 따른 여가만족도의 관계

1) 스포츠활동 참여정도가 여가만족에 미치는 영향

본 연구에서는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 검증하기 위하여 스포츠활동 참여정도인(참여기간, 참여빈도, 참여강도)가 여가만족도의 하위변인인(교육적, 사회적, 심리적 환경적, 생리적, 휴식적 만족)에 미치는 영향에 관하여 스포츠활동 참여정도 수준별 하위 여가만족의 차이를 평균과 표준편차, 변량분석을 산출한 결과는 표 10과 같다.

표10. 스포츠활동 참여정도 수분별 하위 여가만족의 평균 및 표준편차

변 인		G	N	M	SD
교육적 만족	참여기간	6개월미만	58	2.75	.437
		1년	71	2.51	.687
		2년	43	2.51	.508
		3년이상	180	2.70	.529
	참여빈도	1회	183	2.66	.474
		2회	78	2.76	.530
		3회	43	2.72	.626
		4회이상	48	2.41	.770
	참여강도	30분미만	40	2.40	.674
		60분	117	2.67	.529
		90분	87	2.72	.534
		120분이상	108	2.41	.534
사회적 만족	참여기간	6개월미만	58	2.81	.532
		1년	71	2.83	.370
		2년	43	2.90	.300
		3년이상	180	2.76	.504
	참여빈도	1회	183	2.78	.491
		2회	78	2.85	.352
		3회	43	2.81	.538
		4회이상	48	2.75	.439
	참여강도	30분미만	40	2.70	.466
		60분	117	2.73	.505
		90분	87	2.72	.452
		120분이상	108	2.70	.523
심리적 만족	참여기간	6개월미만	58	2.87	.334
		1년	71	2.89	.312
		2년	43	2.80	.401
		3년이상	180	2.87	.334
	참여빈도	1회	183	2.83	.368
		2회	78	3.00	.355
		3회	43	2.90	.291
		4회이상	48	2.75	.439
	참여강도	30분미만	40	2.90	.305
		60분	117	2.85	.355
		90분	87	2.84	.369
		120분이상	108	2.90	.297

생리적 만족	참여기간	6개월미만	58	2.87	.334
		1년	71	2.57	.298
		2년	43	2.70	.461
		3년이상	180	2.72	.485
	참여빈도	1회	183	2.67	.468
		2회	78	2.85	.352
		3회	43	2.72	.262
		4회이상	48	2.66	.632
	참여강도	30분미만	40	2.70	.466
		60분	117	2.73	.505
		90분	87	2.72	.452
		120분이상	108	2.70	.523
환경적 만족	참여기간	6개월미만	58	22.56	.615
		1년	71	2.73	.446
		2년	43	2.51	.676
		3년이상	180	2.69	.536
	참여빈도	1회	183	2.67	.539
		2회	78	2.76	.429
		3회	43	2.54	.505
		4회이상	48	2.50	.774
	참여강도	30분미만	40	2.90	.305
		60분	117	2.55	.499
		90분	87	2.68	.549
		120분이상	108	2.67	.645
휴식적 만족	참여기간	6개월미만	58	2.81	.394
		1년	71	2.83	.370
		2년	43	2.80	.401
		3년이상	180	2.78	.414
	참여빈도	1회	183	2.80	.398
		2회	78	2.85	.352
		3회	43	2.81	.391
		4회이상	48	2.66	.478
	참여강도	30분미만	40	2.70	.466
		60분	117	2.76	.426
		90분	87	2.84	.369
		120분이상	108	2.83	.369

이와 같은 스포츠활동 참여정도 수준별 하위 여가만족의 평균 차이를 검증하기 위하여 변량분석을 실시한 결과는 표 11과 같다.

표11. 스포츠활동 참여정도에 따라 여가만족 차이에 대한 변량분석

변 인		SS	df	MS	F
	교육적만족	2.96	3	.987	4.54**
	사회적만족	.898	3	2.99	1.94
	심리적만족	.713	3	.238	2.62*
참여기간	환경적만족	4.82	3	1.60	7.61***
	생리적만족	3.86	3	1.28	6.10***
	휴식적만족	.590	3	.197	1.05
	전반적만족	.963	3	.321	4.30**
	교육적만족	3.60	3	1.20	5.54**
	사회적만족	.149	3	4.98	3.24
	심리적만족	2.37	3	.792	8.75***
참여빈도	환경적만족	3.72	3	1.24	5.88**
	생리적만족	.961	3	.320	1.52
	휴식적만족	1.76	3	.588	3.15*
	전반적만족	1.13	3	.378	5.07**
	교육적만족	2.47	3	.824	3.79*
	사회적만족	1.71	3	.570	3.70*
	심리적만족	1.65	3	.552	6.09***
참여강도	환경적만족	7.07	3	2.35	11.17***
	생리적만족	2.94	3	.982	4.65**
	휴식적만족	2.49	3	.833	4.46**
	전반적만족	.875	3	.292	3.90**

***P< .001 **P< .01 *P< .05

표11에 의하면 하위 요인별 여가만족에 대하여 참여기간, 빈도, 강도 모두에서 전반적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

교육적 만족은 참여기간 및 빈도 P<.01에서 수준별 유의한 차이를 보였다. 참여강도 P<.05에서도 유의한 차이를 나타냈다.

사회적 만족은 참여강도 P<.05에서는 유의한 차이를 보이고 있으나, 참여기간(F=.122, P>.05) 및 빈도수준(F=.808, P>.05)에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타냈다.

심리적 만족은 참여강도 및 빈도 P<.001에서 수준별 유의한 차이를 보였다. 참여기간 P<.05에서도 유의한 차이를 나타냈다.

환경적 만족은 참여강도 및 기간 P<.001에서 수준별 유의한 차이를 보였다. 또한 참여빈도 P<.01에서도 유의한 차이를 나타냈다.

생리적 만족은 참여기간 P<.001에서 수준별 유의한 차이를 보였으며, 참여강도 P<.01에서 유의한 차이를 보였다. 그러나 빈도(F=1.52, P>.05)수준에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타냈다.

휴식적 만족은 참여강도 P<.05 및 빈도 P<.05에서 수준별로 유의한 차이를 보이고 있으나, 참여기간(F=1.05, P>.05)수준에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

그리도 전반적 여가만족은 참가정도 P<.01의 전체적으로 수준별 유의한 차이를 나타냈다.

이러한 분석결과 스포츠활동 참여정도가 수준에 따라 여가만족이 유의한 차이가 있음을 보여주고 있다.

즉, 스포츠활동 참여에 기간과 강고다 지속적으로 빈번하게 참여할수록 여가만족 정도가 높다는 것을 알 수 있다.

Ⅴ. 논 의

본 연구는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계에 대하여 분석한 결과를 중심으로 첫째, 대학생들의 인구통계학적 특성에 따라 스포츠활동 참여의 관계. 둘째, 대학생들의 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계. 셋째, 대학생들의 스포츠활동 참여여부에 따라 여가만족도의 관계. 넷째, 대학생들의 스포츠활동 참여정도에 따라 여가만족도의 관계 등에 대한 논의는 다음과 같다.

1. 대학생들의 인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여의 관계

인구통계학적 특성과 스포츠활동 참여의 관계를 보면 학년, 건강정도 등이 유의한 영향을 미치고 있는 반면, 성별은 스포츠활동 참여를 의미있게 설명해 주지 못하는 것으로 나타났다.

본 연구에서 나타난 결과를 인구통계학적 특성 변인별로 구체적으로 살펴보면 먼저, 여가활동으로서 스포츠활동 참여와 관련하여 성별의 차이는 중요한 의미를 갖는데, 이러한 차이는 여가 및 스포츠사회학자들에 의하여 비교적 오랫동안 연구되어 왔다. 특히 우리사회의 전통적인 성역 할 지위 및 특성에 의하여 남성은 가정 외부의 경제생활이나 여가활동에 관심을 갖는 반면, 여성은 가정 중심적인 역할을 수행해 왔다.

이와 같은 성역 할 기대 및 정의는 사회에 의하여 설정되며, 출생 시부터 개인에게 학습되는 것으로 개인의 생활체육 참가에 직접적인 영향을 미친다고 보고하고 있다. 또한 건강정도가 스포츠활동 참여를 결정하는 매우 중요한 요인이라는 사실을 입증해 주고 있다.

이와 같은 결과는 자신이 평가한 주관적 건강이 여가활동 참여와 긍정적인 관계가 있음을 밝힌 Mancini와 Orthner(1980), Riddick(1985), Sneegas(1986)등의 jsgoddusrn 결과와 일치하고 있다.

이상과 같은 연구결과를 종합하여 볼 때, 본 연구의 결과는 관련 선행연구자들의 결과를 직・간접적으로 뒷받침하고 있으며, 결과적으로는 인구통계학적 특성에 따라 스포츠활동 참여가 상이하다는 사실을 보여주고 있다.

2. 대학생들의 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계

배경변인인 인구통계학적 특성과 여가만족도의 관계를 분석한 결과, 전체적으로 성별을 제외한 학년, 건강정도 등이 여가만족도에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

먼저 인구통계학적 특성과 여가만족 관련 연구에서 성, 연령, 교육, 직업, 소득, 건강 등과 같은 특정 개인이 인구통계학적・사회경제적 특성 변인과 여가 만족간에 유의한 관계가 있음을 지지하는 결과들이 보고됨으로써, 본 연구의 결과를 뒷받침하고 있다.

이성철(1996)은 노인을 대상으로 한 사회체육 활동과 생활만족의 관계에 관한 연구에서 노인의 개인적 특성 변인 중 주관적 건강, 성, 교육수준, 가계소득 등이 여가만족과 유의한 상관관계가 있다는 사실을 밝혀냈다.

또한 윤이중(1996)은 직장인을 대상으로 한 연구에서 인구통계학적 ・사회경제적 특성 변인인 성, 연령, 학력, 소득수준, 교육수준과 여가만족의 관계를 분석한 결과, 모든 변인이 직장인의 여가만족에 유의한 영향을 미친다는 결과를 보고하였다.

박수정(1995)은 고등학생 대상으로 한 연구에서 성, 부모의 가계수입, 부모의 교육수준 등에 따른 여가만족의 차이를 분석한 결과, 성 변인에서만 유의한 차이가 났다는 결과를 제시했다.

건강정도가 다른 변인에 비해 여가만족과 상대적으로 높은 상관관계에 있다는 사실은 Edwars와 Klemmack(1973), Markides와 Martin(1979),Ray(1979), Willson(1960), Zeglen(1977) 등의 연구에서 밝혀진 바 있으며, 이러한 관계는 연령과 사회경제적 지위와 같은 변인들을 통제한 경우에도 유효한 것(Clemente & Saure 1976; Larson, 1978)으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하여 주고 있다.

이상의 결과를 종합해 보면 본 연구에서 설정한 인구통계학적 특성은 여가만족의 하위 요인에 유의한 영향을 미치고 있다는 결론을 도출할 수 있다.

3. 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계

여가활동은 인간의 삶의 질적 향상, 자아실현 및 자기개발 그리고 건강 및 행복의 추구에 효과적으로 부응하는 역할을 담당한다. 이러한 여가의 역할은 여가활동 경험 및 상황에 있어서 특정 개인이 갖는 인식 및 감정의 상태가 바람직하고 긍정적일 때 보다 증대될 수 있다.

즉, 여가활동에 있어서 그 활동에 대한 만족도가 높을 때 여가의 본질적 기능이 발휘된다 하겠다(임번장 등,1995).

이와 관련하여 여가 및 스포츠 사회학, 그리고 생활체육 관련 연구분야에서는 생활체육 활동과 생활만족의 관계와 관련하여 생활체육 활동 만족 즉, 여가만족을 새로운 변인으로 설정하여 생활체육 활동이 여가만족에 긍정적인 영향을 미치며, 결과적으로는 생활만족의 향상에 기여한다는 사실을 밝혀냈다(Keller. 1983 ; Ragheb & Griffith, 1982 ; Russell, 1987, 1990 ; Sneegas, 1986).

Russell(1990)은 생활체육 활동 참가빈도보다는 참가시의 몰입경험이 여가만족에 영향을 미친다고 주장하면서 수입, 건강, 생활체육 활동참가는 삶의 질과 직접적인 인과관계가 없으나, 여가만족을 통하여 삶의 질에 간접적인 영향을 미친다고 보고하였다.

또한 Ragheb와 Griffith(1982)는 여가 참여 빈도가 높을수록 여가만족이 향상되며, 여가만족의 향상은 결과적으로 생활만족의 향상에 결정적으로 기여 한다는 사실을 제시한 바 있다.

특히 Sneegas(1986)는 여가활동 수준과 여가만족의 관계를 조사한 결과, 두변인간의 유의한 상관관계가 있다는 결과를 보고하였다. 이 연구에서는 생활체육 참가 유무와 여가만족의 상관관계가 r=.307로 나타남으로써, 여가활동 가운데 생활체육 활동이 개인의 전반적인 여가만족에 대한 관련정도가 높다는 사실을 보여주고 있다.

그리고 여가활동 유형별 여가만족도의 관계를 분석한 Ragheb와 Griffith(1982)의 연구에서는 스포츠와 야외활동 등과 같은 생활체육 활동이 여가만족에 상대적으로 크게 기여한다는 사실이 밝혀졌다. 이와 같은 사실은 이종길(1992)에 의해서도 확인된 바 있다.

즉, 그는 사회체육과 생활만족의 관계에 관한 연구에서 생활만족에 영향을 미치는 독립변인 및 매개변인으로써 사회체육과 여가만족의 관계를 조

사한 결과, 여가에 대한 환경적 만족을 제외한 모든 여가만족 하위 요인에서 3개월 동안 사회체육프로그램에 참가한 사람이 비참가자에 비하여 실험 후에 유의하게 증가하였다는 결과를 보고하였다.

박진경(1994) 역시 생활체육 참가와 여가만족의 관계에 관한 의사실험 연구에서 생활체육 프로그램 참가자가 비참가자보다 여가에 대한 모든 하위요인 만족도에서 향상이 크다는 사실을 보고함으로써, 이종길(1992)의 연구결과를 입증하였다.

특히, 임번장(1995)은 여가활동 유형과 여가만족의 관계에 대한 연구에서 스포츠활동이 다른 여가활동 유형에 비하여 각 하위 요인별 여가만족도에서 가장 높게 나타난 결과를 제시함으로써, 운동이나 스포츠활동이 여가만족의 향상에 기여할 수 있다는 의미 있는 단서를 제공한 바 있다.

즉, 생활체육 활동은 참가자로 하여금 교육적, 사회적, 심리적, 환경적, 생리적, 휴식적 만족을 모두 경험할 수 있는 직 ·간접적인 1회를 부여함으로써 만족스럽고 긍정적인 여가생활을 영위하는데 크게 기여한다고 하겠다,

이와 같은 선행연구의 결과는 스포츠활동 참여가 여가만족에 긍정적인 영향을 미친다는 본 연구의 결과를 거의 일치된 맥락에서 지지하고 있다.

본 연구에서 스포츠활동 참여와 여가만족의 관계를 알아보기 위하여 스포츠 참여여부에 따른 하위 여가만족의 차이를 분석하였다. 그 결과 모든 하위 만족 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

이는 스포츠활동 참여자가 비참여자에 비하여 여가만족이 높다는 사실을 의미하는데, 특히 사회적 만족과 심리적 만족 그리고 생리적 만족 순으로 각각 높게 나타났다.

이러한 본 연구결과를 살펴볼 때, 스포츠활동 참여는 사회적, 심리적, 생리적 만족을 중심으로 여가만족의 향상에 보다 많은 영향을 미친다고 할 수 있다.

4. 대학생들의 스포츠활동 참여정도와 여가만족도의 관계

스포츠 참가의 정도는 각 개인에 따라 스포츠 참가의 빈도, 기간, 강도가 다르기 때문에 주어진 상황에 대한 스포츠 경험의 지표가 된다.

첫째, 참가의 빈도는 특정 개인이 스포츠활동에 얼마나 자주 참가하고

있는지를 파악함으로써 측정이 가능하다.

둘째, 참가 기간은 특정 개인이 얼마나 오랫동안 참가하였는지를 조사함으로써 측정할 수 있다.

셋째, 참가 강도는 특정 개인이 스포츠에 직접참가, 개입 또는 몰입하는 정도로 정의하며, 스포츠 참가의 역할이나 지위를 알아보거나, 일회 스포츠활동에 소요되는 시간 또는 참가한 경험이 있는 종목의 수를 알아봄으로써 측정할 수 있다.

스포츠 참가는 참가의 정도에 따라 일상적 참가, 주기적 참가, 일탈적 참가, 소극적 참가 또는 비참가로 구분할 수 있다(Kenyon an Schutz,1970).

첫째, 일상적 참가는 스포츠 활동이 개인의 생활과 잘 조화를 이루면서 정규적으로 스포츠에 참가하고 있는 상태이다.

둘째, 주기적 참가는 스포츠에 지속적으로 참가하는 상태를 말한다.

셋째, 일탈적 참가는 수동적 참가와 능동적 참가로 구분할 수 있다.

넷째, 수동적 참가는 스포츠에 대한 소비가 소득보다 과다하여 회복이 불가능한 정도로 스포츠에 과도하게 몰두하는 상태이다.

다섯째, 능동적 참가는 본연의 업무를 떠나 자신을 위해 적극적으로 스포츠 활동에 전혀 참가하지 않거나, 비록 참가했더라도 관심이나 기회의 부족 스포츠로 인한 불쾌한 경험 때문에 참가하지 않는 상태를 말한다(Loy et al,1978).

본 연구에서는 분석결과 스포츠활동 참여정도가 수준에 따라 여가만족이 유의한 차이가 있음을 보여주고 있다. 즉, 스포츠활동 참여에 기간과 강도가 지속적으로 빈번하게 참여할수록 여가만족 정도가 높게 나타났다.

결론적으로 본 연구결과는 스포츠가 산업화되고 도시화된 현대사회의 각종 공해 환경에서 생활하고 있는 대학생들의 스트레스를 해소할 수 있는 기회를 제공함으로써, 심신의 건강을 도모하고, 삶에 대한 의욕을 복돋아 삶의 질을 제고시키고 역할을 한다는 점에서 현대사화에 있어서 매우 가치 있는 여가형태로 인정을 받고 있다(임번장,1991)는 사실을 실증적으로 입증해 주고 있다.

Ⅵ. 요약 및 결론

1. 요약

본 연구는 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 규명하는데 그 목적이 있다.

연구 대상으로는 2009년 현재 광주시 소재 4년제 대학생을 모집단으로 설정한 후, 조사대상의 표본은 다단계 유층집락 무선표집법(multi-stage stratifiend cluster random Sampling)을 이용하여 총 400명을 표집하였다.

본 연구에서 통제하고자 한 배경변인은 성별, 학년, 건강정도 등의 인구통계학적 특성으로 제한하였으며, 독립변인은 참여여부, 참여정도로 하였다. 그리고 종속변인은 여가만족 관련 요인으로 설정하였다.

조사도구로서 사용된 측정도구는 여가만족도를 측정하는 설문지는 Beard와 Ragheb(1980)의 여가만족척도(Leisure Satisfaction Scale: LSS)를 이종길(1992)이 번안하여 표준화시킨 척도를 사용하였다.

수집된 자료를 연구 목적에 따라 분석하기 위해 적용된 통계적 기법은 중다상관관계분석(multiple correlation analysis), 변량분석(ANOVA) 등을 실시하였다.

2, 결론

이상의 연구방법과 절차에 따라 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를 분석한 결과로 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따른 스포츠활동 참여의 관계에서는 배경변인인 학년과 건강정도 등이 여가만족에 유의한 차이가 나타났으며, 성별에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

둘째, 인구통계학적 특성에 따른 여가만족도의 관계에서는 배경변인인 성별, 학년, 건강정도 등이 여가만족도에 유의한 차이가 있었다.

셋째, 대학생들의 스포츠활동 참여여부에 따른 여가만족도의 관계에서는 스포츠활동 참여 집단이 비참여 집단보다 여가만족도에 차이가 있었다.

넷째, 대학생들이 스포츠활동 참여정도에 따른 여가만족도의 관계에서는 참여빈도가 심리적, 환경적, 교육적, 휴식적 만족에 유의한 차이가 있었다.
그리고 참여빈도는 생리적, 환경적, 교육적, 심리적 만족에서 유의한 차이가 있었다. 마지막으로 참여강도는 심리적, 환경적, 생리적, 휴식적, 사회적, 교육적 만족에서 유의한 차이가 있었다.

참고문헌

강신복(1992). 체육교육과정이론. 서울: 보경문화사

강재형, 박성계(1995). 스포츠 참가형태가 사회적 태도 형성에 미치는 영향. 부산대학교 스포츠과학 논문집.

김경식(1996). 대도시 노인의 생활체육 참여와 여가만족 및 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.

김규수, 이재홍(1991). 조직적 스포츠 참가가 스포츠 태도에 미치는 영향. 한국체육과학대학 논문집, 제7집.

김윤주(1992). 생활체육 참여가 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구. 전남대학교 대학원 석사학위 논문.

김인숙(1987). 주부들의 스포츠 참여에 관한 실태 조사연구. 이화여자대학교 석사학위 논문

김종선(1972). 기초체육교육. 서울: 보신문화사

김치조(1993). 여가활동으로서의 스포츠 활동 참여와 스포츠활동 만족, 직무 만족 및 생활만족의 공변량 구조 분석. 서울대학교 체육연구소 논문집.

류근림(1998). 운동선수의 스포츠 사회화 과정에 관한 연구. 한양대학교 대학원 박사학위 논문.

박수정(1995). 청소년 몰입형 여가경험이 여가기능, 여가권태, 여가만족에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.

박진경(1994). 생활체육참가와 여가만족의 관계. 서울대학교 체육연구소 논문집 제 15권, 제1호, 95-106.

위성식(1997). 최신사회체육학개론. 서울: 도서출판 대경.

유승원(1994). 스포츠와 생활. 서울: 세학사.

육조영(1989). 사회 체육참가자와 비참가자의 성격 특성에 관한 연구. 한국체육대학 연구소 논문집.

이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

이종길 외 3인(1992). 여가활동 유형별 생활만족도의 변화에 대한 분석. 체육과학논총 제3권, 1호, 33-44.
이호대(1976). 운동참여에 따른 직무 만족도의 관계 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
이영섭(1992). 에어로빅 댄스가 체력 및 체지방에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위 논문.
임번장(1993). 생활체육 개론. 서울대학교 체육연구소.
임번장(1993). 국민생활체육: 생활체육프로그램 순회지도 사업운영지침서. 국민 생활체육협의회.
임번장 외(1993). 근로자 여가 및 직무 만족과 생활 만족과의 관계. 서울대학교 체육연구소 논문집, 제 14권, 제1호.
정영린(1997). 생활체육 참가와 여가만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
최영숙(1987). 사회체육활동이 가정주부의 건강에 미치는 영향. 동국대학교 대학원 석사학위 논문.
채재성(1992). 스포츠 동호인활동의 사회적 기능에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
표영회(1991). 생활체육 참여가 스포츠 태도에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
학국체육학회(1988). 사회체육. 서울 : 학연사.
한성일(1978). 사회체육. 서울 : 동아출판사.
한명우(1994). 운동의 심리적 효과. 한국 스포츠 심리학회지 제5권 제2호.
Beard, J. G. & Ragheb, M. G.(1980). Measuring leisure satisfaction. Journal of Leisure Research, 12(1), 20-33.
Brightbill, C.(1961). Man and leisure a philosophy of recreation. Englewood Cliffs, NJ : PRENTICE-Hall, lnc.
Brown, B. A. & Frankel, B. G.(1993). Activety through the years : Leisure satisfaction, and life satisfaction, and life satisfaction. Sociology of Sport Journal, 10, 1-17.
Bucher&Goldman.(1969),"Recreation and Leisure in Modem Society,"(New York : Mereditch Corporation).

Campbell, A.(1979). Subhective measures of well-being. American Psyhologist, 31, 117-124.

Carroll, H. A(1969)Mental Hygien Englewood Cliffs. N.J; Prentice Hall, lnc.

Dubrin, A.(1972). The practice of managerial psychology. Pergamon.

Dumazedier, J.(1974). Sociology of leisure. New York : Elseuier.

Edwards, J. N. & Klemmack, D. L.(1973). Correlates of life satisfaction. Journal of Gerontology, 28(4), 497-50.

Francken, D. A. & van Raaij, W. R.(1981). Satisfaction with leisure Journal of Leisure Research, 13(4), 337-352.

Hall, T. D. & Mansfield, R.(1971). Organizational individual response to external stress. ASQ, 16.

Idrahim, H.(1975). Sport and society, Long Beach, California : Hwong Publishing Company, Inc.

Iso-Ahola, S.E.(1980). The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, la : W. C. Brown.

Kelly, M. J.(1983). The relationships between leisure and life satisfaction among older women. Paper presented at the meeting of national recreation and park association, Kansac City, MO.

Kenyon, G. Schutz, R.(1970). Pattern of involvement in sport : A stochastic view, view, In G.S Kenyon and T.M. Grogg(Eds).

Lewinsohn, P, & Graf, M. (1973). Pleasant activities and depressions. Journal consulting and Clinical Psychology,41, 261-268.

Loy, J. W. Mcperson, B. D, & Kenyon, G.S.(1978). Sport and social system. Massachusetts : Addison-Wesley Publishing Co.

Markides, K. S, & Martin, M.(1979). A causal model of like satisfaction among the elderly, Journal of Gerontology, 34(1), 86-93

Neulinger, J, & Raps, C.(1972). Leisure attitude of an intillectual elite : Research approaches to study of leisure. Journal of

Leisure Research, 6, 196-207.
Parker, S. R.(1971). The future of work and leisure. New York : Praeger Publisher.
Ragheb, M. G.(1980) Infterrelationships among leisure participation and leisure attitudes. Journal of Leisure Research, 12(2), 138-149.
Ray, R. O.(1979). Life satisfaction and activity involvement : implications for leisure serviva. Journal of Leisure Research, 11(2), 112-119.
Russell, R. V. (1990). Recreation and Quality of life if old age : A causal analysis. Journal of Applied Gerontology, 9(1), 77-90.
Sneegas, J. J. (1986). Components of life satisfaction in middle and later life adults : Perceived social competence, leisure participation, and life satisfaction. Journal of Leisure Research, 18(4), 248-258.
Varca, P. E. & Shaffer, G. S.(1984). A Longitudinal Investigation of Sport Particpation and Life Satisfaction, Journal of Sort Psychology, 6 Veblen, T.(1899). Theory of the leisure class. New York : macmillan.
Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. psychological Bulletin, 67, 294-306.
Wohl, A, & Pudelkiewicz, E.(1972). Theoretical and methodological assumption of research on the processes of involvement in sport and socialization Internatonal Reuiew for the sociology of Sport, 7, 69-87
Zeglen, M. E. (1977). The impact of primary on life satisfaction of the elderly, 1976. Dissertation Abtracts International, 37, 5372A. (Unuersity Microfilms No. 77-2892).

안녕하십니까?

저는 조선대학교 교육대학원 체육교육 석사과정에 재학 중인 최문영입니다. 저는 **대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계** 이라는 논제를 가지고 연구 활동을 하고 있습니다.

본 설문지는 **대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계를** 연구하는데 필요한 자료를 얻고자 작성된 설문지 입니다.

이러한 연구에 여러분들의 소중한 의견을 모으고 있습니다.

여러분이 응답하신 내용은 통계법 제 8조 및 9조의 규정에 의하여 연구목적 이외에는 절대로 사용하지 않을 것이며, 개인의 의견은 절대적으로 비밀이 보장됩니다.

본 설문지에는 옳고 그름이 없으므로 제시된 응답 요령을 자세히 읽고 난 후 빠짐없이 솔직하게 답해 주시면 대단히 감사하겠습니다.

본 연구에 대하여 조금이라도 의문사항이 있으시면 언제든지 연락해 주시기를 바라며, 본 연구에 협조하여 주신데 대하여 다시 한번 깊은 감사드립니다.

2009년

조선대학교 교육대학원

석사과정 : 최 문 영

(일반사항)

❖ 다음 문항들은 일반 사항에 관한 질문입니다. 문장을 읽으시고, 귀하의 경우에 해당되는 곳에 "☑"표하여 주십시오.

1. 귀하의 성별은?
   1) 남자　　2) 여자

2. 귀하의 학년은?
   1) 1학년　2) 2학년　3) 3학년　4) 4학년

3. 귀하의 건강정도는?
   1) 매우 건강하다　2) 건당하다　3) 보통이다　4) 혀약하다

4. 귀하의 스포츠활동 참여여부는?
   1) 참여한다. 2) 참여하지 않는다

5. 귀하가 스포츠활동에 참여한 기간은?
   1) 6개월 미만　2) 1년 이상　3) 2년 이상　4) 3년 이상

6. 귀하가 참여하고 있는 스포츠활동 주당 몇 회 정도입니까?
   1) 주1회　2) 주2회　3) 주3회　4) 주4회 이상

7. 귀하의 1회 운동 시간은?
   1) 30분　2) 60분　3) 90분　4) 120분 이상

(여가만족도)

다음 문항들은 귀하의 스포츠활동 참여에 대한 만족정도를 묻는 문항입니다. 귀하의 동의하거나 동의하지 않는 정도를 해당란에 "☑" 표하여 주십시오.

	매우 그렇다	그렇다	보통	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1. 내가 하고 있는 스포츠활동은 매우 흥미롭다	1	2	3	4	5
2. 내가 하고 있는 스포츠활동은 내 주변에 관련된 지식들을 얻게 해준다.	1	2	3	4	5
3. 나는 나의 스포츠활동을 통해서 다른 사람과 사회적 교류를 한다.	1	2	3	4	5
4. 내가 하고 있는 스포츠활동은 휴식을 취할 수 있게끔 한다.	1	2	3	4	5
5. 나는 스포츠활동을 통해 나의 신체적 능력을 시험해 볼 수 있다.	1	2	3	4	5
6. 내가 스포츠활동을 하는 시설 및 장소는 신선하고 깨끗하다.	1	2	3	4	5
7. 내가 하고 있는 스포츠활동은 나로 하여금 자부심을 갖게 한다.	1	2	3	4	5
8. 내가 하고 있는 스포츠활동은 새로운 것을 시도해 볼 수 있는 기회를 제공해 준다.	1	2	3	4	5
9. 내가 하는 스포츠활동은 다른 사람들과 밀접한 관계를 유지할 수 있게 해준다.	1	2	3	4	5
10. 내가 하고 있는 스포츠활동은 스트레스 해소에 도움이 된다.	1	2	3	4	5
11. 내가 하고 있는 스포츠활동은 체력을 증진 시킬 수 있다.	1	2	3	4	5
12. 내가 스포츠 활동을 하는 시설 및 장소는 흥미를 가게 한다.	1	2	3	4	5

13. 내가 하고 있는 스포츠활동은 나에게 성취감을 느끼게 한다.	1	2	3	4	5
14. 내가 하고 있는 스포츠활동을 통해 만난 사람들은 친절하다.	1	2	3	4	5
15. 내가 하고 있는 스포츠활동은 정서적 안정을 갖게 한다.	1	2	3	4	5
16. 내가 하고 있는 스포츠활동은 신체적인 활력을 되찾게 해준다.	1	2	3	4	5
17. 내가 스포츠활동을 하는 시설 및 장소는 보기가 좋다.	1	2	3	4	5
18. 나는 스포츠활동을 할 때 다양한 기량과 능력을 발휘한다.	1	2	3	4	5
19. 내가 하는 스포츠활동은 내 자신을 알 수 있게 해준다.	1	2	3	4	5
20. 내가 하고 있는 스포츠활동은 다른 사람을 이해할 수 있게 해준다.	1	2	3	4	5
21. 나는 스포츠활동을 할 때 적극적으로 참여 하는 사람들과 친목을 도모한다.	1	2	3	4	5
22. 나는 스포츠활동을 하는 것 자체가 좋기 때문에 스포츠활동을 좋아한다.	1	2	3	4	5
23. 내가 하고 있는 스포츠활동은 건강을 지켜준다.	1	2	3	4	5
24. 내가 스포츠활동을 하는 시설 및 장소는 잘 꾸며져 있다.	1	2	3	4	5

저작물 이용 허락서

학 과	체육교육	학 번	2078125	과 정	교육학석사
성 명	한글: 최 문 영 영문 : Choi Moon Young				
주 소	광주광역시 북구 두암동 기산로얄타운 804호				
연락처	E-MAIL : 75999511@hanmail.net				
논문제목	한글 : 대학생들의 스포츠활동 참여와 여가만족도의 관계 영문 : Relationship Between Participation in Sport Activity and Leisure Satisfaction of the University Students				

본인이 저작한 위의 저작물에 대하여 다음과 같은 조건아래 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 의사 시가없을 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.

동의여부 : 동의(0) 조건부 동의( ) 반대( )

2009년 2월 일

저작자: 최 문 영 (서명 또는 인)

조선대학교 총장 귀하