creative commons

COMMONS DEED

저작자표시 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.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 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

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

[UCI]I804:24011-200000267547

2019년 8월

교육학석사(체육교육)학위논문

태권도 수업이 고등학교 학생들의 생활만족도 및 인성에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 한 솔

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

태권도 수업이 고등학교 학생들의 생활만족도 및 인성에 미치는 영향

The Effect of Taekwondo Class on Life Satisfaction and Personality of High School Students

2019년 8월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 한 솔

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

태권도 수업이 고등학교 학생들의 생활만족도 및 인성에 미치는 영향

지도교수 이 계 행

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 청구논문으로 제출함.

2019년 4월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

김 한 솔

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

김한솔의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 조선대학교 교수 윤 오 남 인

심사위원 조선대학교 교수 정 홍 용 인

심사위원 조선대학교 교수 이 계 행 인

2019년 6월

조선대학교 교육대학원

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

목 차

ABSTRACT

Ⅰ. 서 론 ····· 1
1. 연구 필요성 ····· 1
2. 연구 목적 ····· 2
3. 연구 문제 ····· 3
4. 연구 제한점 ····· 3

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 4
1. 태권도 교육의 정의 ····· 4
2. 생활만족도 ····· 5
3. 인성 ····· 6

Ⅲ. 연구 방법 ····· 11
1. 연구대상 ····· 11
2. 심층면담 방법 ····· 12
1) 면담 질문지 ····· 12
2) 질문내용 ····· 13
3. 자료분석 및 조사절차 ····· 13

Ⅳ. 연구 결과 ····· 15
1. 태권도 수업에 대한 선호도 ····· 15

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 태권도 수업이 생활만족도에 미치는 영향 ····· 17
1) 태권도 수련경험 유·무에 따른 학생 생활만족도 차이 ····· 17
2) 태권도 수업 전·후의 생활만족도 차이 ····· 19
3. 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향 ····· 20
1) 인성요소 중 자기 가치적 영역에 대한 변화 ····· 20
2) 인성요소 중 대인 관계적 영역에 대한 변화 ····· 21
3) 인성요소 중 사회 정의적 영역에 대한 변화 ····· 22

Ⅴ. 논 의 ····· 23
1. 태권도 수업에 대한 선호도 ····· 23
2. 태권도 수업이 생활만족도에 미치는 영향 ····· 24
3. 태권도 수업이 인성 변화에 미치는 영향 ····· 25

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 26
1. 결 론 ····· 26
2. 제 언 ····· 28

참고문헌 ····· 30

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 목 차

< 표 1 > 자기 가치적 영역 ····· 7
< 표 2 > 대인 관계적 영역 ····· 9
< 표 3 > 사회 정의적 영역 ····· 10
< 표 4 > 연구 대상자 ····· 12

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

그 림 목 차

[그림 1] 연구수행 과정 ····· 14

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

ABSTRACT

The Effect of Taekwondo Class on Life Satisfaction and Personality of High School Students

Kim, Han Sol
Advisor : Prof. Gye Haeng, Lee Ph.D.
Major in Physical Education
Graduate School of Education
Chosun University

Taekwondo, a traditional Korean martial artist, has developed into a world-class sport where as many people live and share as there is no country that is not spread throughout the world. The direct cause of Taekwondo's growth both domestically and internationally is considered to be due to the educational function and educational value of Taekwondo. Taekwondo should not be planned and practiced for the purpose of simple functional achievement, but should be recognized as a practical act for human formation as well as educational purpose. Taekwondo has been found to have a positive effect on personality education and school life through various studies. Taekwondo training has a positive effect on self-esteem and social development. Through Taekwondo's personality education, self-esteem and self- , And that it can enhance the sense of community. Taekwondo is the most appropriate exercise to realize the whole education because it is effective for the physical education as well as the physical education

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

and it teaches that the Taekwondo training improves the school life, mental / social, and daily life attitude. The more Taekwondo training activities have an effect on the emotional and life attitude. Taekwondo training group showed statistically significant difference in all aspects such as intellectual, emotional, and life attitude compared to non-training group.

Therefore, this study investigates and analyzes the perception, life satisfaction and personality of taekwondo classes for high school boys and girls with the educational characteristics of taekwondo, a unique martial art of Korea and the educational ideology of school physical education, It is meaningful to provide them as basic data to the schools that.

First, there was a positive response to preference in taekwondo class, but the knowledge of taekwondo and the pride of taekwondo were significantly lower. In order to improve these parts, it is necessary not to simplify Taekwondo lesson but to teach professional knowledge from Taekwondo history, which is a traditional martial art of Korea, and to cultivate mind-body training through courtesy and meditation. And if you give a chance to learn various things such as step training, breaking, taekwondo gymnastics, self defense, etc., you will get more preference for Taekwondo class in the future. I think it is.

Second, it is necessary to integrate Taekwondo into school physical education in order to improve the negative perception of students who have experienced Taekwondo training in life satisfaction according to Taekwondo class. In order to do so, Taekwondo classes will be able to

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

encourage active participation of students by using various curriculums and programs rather than a uniform way of memorizing the poomsae as they are now. In addition, the basic physical strength preparation exercise helps the physical health of students, and taekwondo gymnastics class combining music, dance and Taekwondo movements, various obstacles, Life satisfaction should be increased by expanding to self-help classes or self-help classes through martial arts classes. However, it is expected that the administrative support of the school authorities and the administrative authorities is necessary to carry out various classes, and the professional instructor is expected to increase the value and usability of taekwondo class.

Third, among the effects of Taekwondo class on personality change, the change in the self - worth domain was high, but it was significantly lower in the interpersonal and societal domains. In order to improve this point, students are able to create groups by using the basic movements of poomsae and kickers to create creative poomsae or united movements, while communicating with each other as well as communicating with each other. It will be possible to do. And if you try to keep your body in contact with each other through competing, defeating, and self-defense classes, cooperation, patience, perseverance will be created, and you will become more active mentally and show a good example of caring for others.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅰ. 서 론

1. 연구 필요성

태권도는 손과 발을 이용하는 전신운동으로 신체를 강건하게 하고 심신수련을 통해 인격을 도야시키며, 기술단련으로써 자신의 신체방어를 하는 호신 무술이다. 이러한 태권도는 한국의 얼이 담긴 고유의 무예이며, 우리나라의 국기이다. 태권도는 올림픽 정식 종목으로 채택되면서 세계적인 스포츠로 자리매김하였다. 태권도가 세계적인 스포츠로 자리매김한 이유는 스포츠로써 단순한 움직임뿐만 아니라 신체활동을 통한 심신수련을 강조하며 수련원들의 조화로운 발달에 도움을 주기 때문이다. 또한 태권도를 통해 인성교육과 예절, 단체생활을 배움으로써 질서를 확립하고 협동 정신으로 공동체 의식과 준법정신을 기를 수 있고 현대 사회에서 빈번히 나타나고 있는 학교폭력, 왕따, 괴롭힘, 교권침해 등과 관련된 문제를 감소시킬 수 있다. 이로 인해 태권도 교육이 학교생활에 긍정적인 영향을 미치며, 태권도 수련이 자아존중감과 사회적 발달에 긍정적인 효과가 있다고 하였다(전정우 외, 2012).

태권도 수련은 청소년들의 심동적인 성취와 정의적인 성취에 긍정적인 영향을 주고 태권도를 신체적인 교육과 함께 인성교육에도 큰 효과가 나타나기 때문에 전인적인 교육을 실현하기에는 가장 적합한 운동이라 할 수 있다(문규선, 2011).

이러한 선행연구를 비롯하여 태권도가 긍정적인 효과를 보여줌으로써 세계적인 스포츠로 높게 평가되고 있다. 특히 미국에서는 2001년부터 공교육 지원 프로그램으로 태권도수업이 시범으로 운행하였으며, 미국 동부를 시작으로 태권도가 국·공립학교 정규 교과목을 채택되었고 점차 늘어가는 추세이다(박효주, 2017).

우리나라는 1974년 문교부령 제350호에 의해 중·고등학교 체육교과에 투기 종목 중 하나로 소개되어져 있으며 지금까지 이어지고 있다. 그렇지만 40여년이 지났음에도 학교 교육현장에서 실제적인 수업으로 이루어지는 것은 매우

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

드문 현상이다. 지나친 입시교육으로 인해 체육교과에 대한 중요성이 외면 받고 있으며, 태권도 수업 또한 등한시 되고 있다. 이러한 문제로 인하여 문화체육관광부에서는 2015년부터 2016년까지 1년간 태권도 교과 시범학교 운영을 시작하였다. 예상한 계획과 달리 태권도 교육의 효과와 만족으로 인해 3년이 지난 현재까지 교과 시범학교의 운영이 지속되고 있다. 기대이상의 효과와 만족도에 지속적 사업의 진행을 요구하게 되었으며, 현재는 대한태권도협회에서 국기원으로 이관하여 운행을 지속하고 있다. 태권도 교과 시범학교 운영과 연구를 통하여 태권도의 발전과 함께 태권도 종주국인 교육기관에서 정규교과목으로 채택되어 태권도 교육을 시행하는데 큰 의미를 가질 수 있고, 정규교과목으로 안정적인 정착에 중요한 기초자료가 될 수 있을 것으로 기대하며, 그 시사점을 제공하고자 한다. (추정근, 2019).

따라서 본 연구는 태권도 수업이 실제 체육수업의 교과편성의 선택에 대해 학교체육 수업에 따른 학생들의 태권도 수업에 대한 만족도와 인성에 대해 조사 및 분석하여 태권도 수업을 교육과정에 편성하는데 기초자료를 제공하여 태권도가 교육과정 편성에 활성화 되어지며 효율적 활용에 의의가 있다.

2. 연구 목적

본 연구는 태권도가 교과 과목으로 시범 운영되고 있는 학교 학생들에게 태권도 수업을 통해 인식되고 있는 생활만족도와 인성에 대한 어떠한 영향을 미치는가를 분석하고 이를 규명함으로써 태권도의 교육적 효과와 교육적인 우수성을 검증하여 추후 태권도 수업이 학교 교과목으로 채택함과 함께 활용하고 있는 학교에 더 효과적인 태권도 수업이 될 수 있도록 도움이 되고자 함을 목적으로 한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 연구 문제

고등학교 학생들의 태권도 수업에 따른 생활만족도 및 인성에 미치는 영향을 분석하기 위해 다음과 같이 연구 문제를 설정하였다

1) 태권도 수업에 대한 고등학교 학생들의 선호도는 어떠한가?
2) 태권도 수업 전과 후의 고등학교 학생들의 생활만족도는 어떠한가?
3) 태권도 수업에 따른 고등학교 학생들의 인성의 변화는 어떠한가?

4. 연구 제한점

본 연구는 연구 결과를 해석하는데 있어서 다음과 같은 이유로 제한점을 갖는다.

1) 본 연구의 연구 대상은 G광역시에서 현재 태권도 체육수업이 이루어지고 있는 고등학교 1개교로 한정하였기 때문에 일반화시키는데 한계가 있다.

2) 본 연구는 1·2·3 학년 남·여 고등학생으로 연구 참여자를 제한하였기 때문에 일반화시키는데 한계가 있다.

3) 본 연구는 심층면담을 통한 질적 사례 연구로 고등학생들의 개별적인 환경 요인까지 고려하지 못하였다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅱ. 이론적 배경

1. 태권도 교육의 정의

태권도의 사전적 의미는 우리나라 고유의 전통무예를 바탕으로 한 운동 또는 그 경기 뜻하며, 손과 발 또는 몸의 각 부분을 사용하여 차기, 지르기, 막기 등의 기술을 구사하면서 공격과 방어를 뜻한다. 더 나아가 한자어로 정의하면 발을 의미하는 밟을 태(跆)와 손을 의미하는 주먹 권(拳), 원리나 길 또는 아울러 사람이 지켜야 할 도리를 뜻하는 길 도(道)로 이루어진 합성어이다.

태권도는 동양적 사상에 있어서 신체수련의 의미로는 '도(道)'의 개념으로 철학적 의미를 두고 있으며 현재는 스포츠 문화와 체육의 한 영역을 동서양을 막론하고 행해지고 있다. 현재 교육의 장에서는 체육교재로 다루고 있다. 태권도는 신체적 활동을 통한 인간교육으로서 체육은 심신의 조화된 전인적인 사회적 요소들을 발달시키는 측면에서도 큰 의미가 있다고 볼 수 있다고 정의하고 있다(곽정현, 1998).

또한 태권도란 신체적 훈련을 통하여 인간의 정의적인 수양과 신체적인 수양을 쌓아가는 무도이며 사회에서 요구하는 체육활동으로 말한다. 이와 같이 태권도는 무도 중 하나로 자체의 본질적 교육이념을 내포하고 있으며 무도라는 개념에서 올바르게 정의되고 있다. 무도란 교육적인 이념을 포함한 무술로써 교육은 인간형성과 작용하며, 사회유지로 존속적인 발전의 수단이라고 정의내리고 있으며 교육은 인간의 행동을 의도하거나 방향을 변화시키는데 조작적인 작용을 한다(송민규, 2003). 이로써 정의를 크게 3가지로 나누어 볼 때 가장 먼저 한국적이라는 것이다.

민족역사와 함께 존재하고 고대부터 현대까지 국가의 근간으로 투기와 유희적이고 군사적인 전통성을 이어가고 있다. 이러한 점에서는 우리나라의 국기로

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

민족성을 잘 표현하고 있으며 밀접한 관련을 갖고 있다. 두 번째 신체적인 것은 아동의 성장발육과 청년과 노인의 체력증진, 여성의 건강 및 미용증진 등 효과를 주고 있으며 태권도의 기술 체계 및 운동 형태는 신체의 각 분절을 균형 있게 구사할 수 있도록 짜여 있어, 인체의 관절을 유연성 있게 발달하도록 한다. 문명발달에 따라 가중되어지고 있는 정신적인 장애와 스트레스 해소에도 큰 도움을 준다. 마지막으로 태권도의 '도(道)'는 함축적인 의미로 들 수 있으며 인간의 정신적 자아완성에 의지하도록 안내하고 귀결되어져야 한다. 태권도 수련자는 평화 지향적이며 기술체득 원리를 이해하고 반복적인 예절교육을 통하여 자칫 빠지기 쉬운 자기중심적인 삶을 뛰어넘도록 인간생활에 있어서 광범위한 적응력을 높이는 것이 중요하다. 이러한 생활에서는 덕목들이 교육으로서 태권도가 추구하는 이점이 무도적 가치관이다.

따라서 태권도의 교육적 의의는 체육의 본질 및 태권도의 본질을 응하고 전제적인 이상적 인간상을 현실적이고 생산을 위한 태권도의 수단을 하여금 올바른 인간행동을 변화 및 추구를 할 수 있다.

2. 생활만족도

생활만족도라는 개념은 Neugarten & Havighurst & Tobin(1961)에 의하여 생활을 구성하는 데 있어서 활동에 기쁨을 느끼면 자기생활에 대해서 의미와 책임감, 긍정적인 자아를 느끼고 효율적으로는 주위환경에 대하여 잘 대응해 나아가는 낙천적인 태도와 감정을 유지하도록 정서적이고 사회적으로 어려움을 겪지 않는 개인적인의 욕구에 대해 충족시키는 정도라고 정의하였다(조성문, 2004).

또한 Medley(1976)는 생활만족도를 개인의 정신건강을 결정짓는 중요한 요소라고 파악하고 개인의 기대 수준과 합리적인 충족이 되는가에 대해 평가하였다(노형규, 1998).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

최성재(1986)는 생활만족도를 과거와 현재의 삶과 활동의 전반적인 전망에 대해 긍정적인 정도라고 정의하였고 과거와 현재, 미래까지 포함하는 시간적 차원 보다는 폭넓게 수용하였다. 여러 학자들은 생활만족도라는 용어를 관점에 따라 다양하게 정의하였고 Diener(1984)는 생활만족도를 세 가지 범주로 나눌 수 있다.

첫째, 외적이고 규범적인 정의로 미덕이나 신성함으로 같은 외적인 기준은 행복을 정의한다. 행복이란 개인이 속한 사회와 문화에 지니고 있는 가치체계에 따라 결정된다. 행복은 행위와 주관적인 판단이 아니라 관찰자의 가치관이라고 할 수 있으며 타인의 관점에서는 명예나 부로 행복의 규범적인 척도가 될 수 있다. 그러므로 전통적인 행복은 현대적이고 감각적인 행복이 아니라 특정한 가치체계에 의한 판단이 되는 바람직한 상태라고 말한다.

둘째, 내적이고 감정적인 정의는 감정 또는 감명이라 기초를 두고 있으며 유쾌한 감정적인 상태를 야기시키는데 부정적이기 보단 긍정적인 감정이 우세되어 행복이라는 것이다. 유쾌한 감정은 경험을 강조하고 현재에서의 감정적인 상태에 대해 관계없이 사람들은 일상생활에 대해 긍정적인 감정을 노출시키며 경험한다.

셋째, 내적이고 주관적인 정의는 행복을 결정하는데 개인의 기준과 생활만족에 대한 개념이다. Chekola(1975)는 행복을 개인의 욕구 및 목적의 조화로운 만족이라고 하였고, Shin&Johnson(1978)는 행복을 개인이 선택하는 기준이며 자신의 삶과 질에 대한 전반적인 평가라고 정의하였다.

3. 인성

KTA(Korea Taekwondo Association, 대한태권도협회)의 태권도 인성교육을 토대로 구성하였으며 선행연구를 통해 태권도 인성의 덕목을 3가지 영역에서 24가지 덕목으로 구분하였고 개인적인 수준에서의 실천이 가능한 덕목은

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

자기 가치적 영역, 자기와 타인의 관계를 중시하게 되는 덕목은 대인 관계적 영역, 개인과 타인뿐만이 아니라 사회 전체적인 이익과 관련되는 덕목은 사회 정의적 영역으로 구분하고 있다.

1) 자기 가치적 영역

개인 차원에서 실현가능한 인성덕목으로 12가지가 있는데 예의, 정직, 인내, 책임감, 성실, 절약정신, 자신감, 자기존중, 신중, 용기, 주도성, 열정으로 나누어 말할 수 있다.

< 표 1> 자기 가치적 영역

영역	덕목	정의
자기 가치적	1. 예의	상대방을 존중하고 그 마음을 나타내는 행동으로 인간관계에서 행하여야 할 올바른 예와 도를 행동으로 나타내는 것을 말한다.
	2. 정직	마음이 바르고 곧은 것과 일어난 일을 사실대로 진실하게 말하는 것을 말한다.
	3. 인내	참고 견디는 것이며 더 나아가 자기에게 주어진 일이 힘들더라도 결과가 좋은 것이라는 기대감 속에 그것을 참고 견디는 것을 말한다.
	4. 책임감	자기가 맡은 일이나 임무, 계획한 일을 끝까지 해내는 것을 말한다.
	5. 성실	어떤 일을 할 때 마음으로는 정성을 다하고 몸으로는 최선을 다하는 것으로 맡은 바 일이나 과제를 자신의 힘으로 거짓 없이 행하는 마음을 말한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

6. 절약정신	불필요한 비용을 내지 않도록 꼭 필요한 것만 쓰려는 마음을 말한다.
7. 자신감	자신의 능력이나 가치를 알고 있는 마음과 자기가 잘하는 것에 집중하는 마음을 말한다.
8. 자기존중	자기존중은 자기 자신이 가치가 있고 소중한 존재라는 것을 인식하고, 남이 자기를 함부로 대하지 못하도록 하는 것을 말한다.
9. 신중	자신의 행동이나 결정에 조심스러운 태도를 보이는 것이며 어떤 일을 추진하기 전에 혹시 있을지도 모를 문제점을 점검하는 것을 말한다.
10. 용기	어려움 또는 두려움을 직면했을 때 표출되는 씩씩하고 굳센 마음을 말한다.
11. 주도성	남보다 앞장서서 이끈 것을 말한다.
12. 열정	어떤 일에 열렬한 애정을 가지고 열중하는 마음을 말한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 대인 관계적 영역

자기와 타인의 관계에서 실현할 수 있는 인성덕목으로 8가지가 있는데 배려, 우정, 용서, 신뢰, 존경, 리더십, 사랑, 공평으로 나누어 말할 수 있다.

< 표 2> 대인 관계적 영역

영역	덕목	정의
대인 관계적	1. 배려	가까이 있는 사람에게 마음을 써 주는 것과 사람을 대하는 태도가 사려 깊고 상냥하며 겸손한 것을 말한다.
	2. 우정	친구 사이에 아끼고 위하는 마음을 말한다.
	3. 용서	죄나 잘못에 대하여 꾸짖거나 벌하지 않으며, 상대방의 실수를 너그럽게 이해해 주는 것을 말한다.
	4. 신뢰	믿고 의지하며 치구를 이해하고 지지해 주는 것을 말한다.
	5. 존경	본받고 싶은 대상을 항상을 따르고 섬기려는 마음과 다른 사람을 높여 주고 공경하는 것을 말한다.
	6. 리더십	앞장서서 남을 이끌며 지도자가 지녀야 할 능력, 자질, 통솔을 갖추는 것을 말한다.
	7. 사랑	어떤 사람이나 대상을 아무런 보상 없이 위해주는 마음과 아껴주고 함께 있고 싶고 그러한 감정을 상대방과 함께 나누고 싶은 마음을 말한다.
	8. 공평	어느 한쪽에 치우치지 않고 서로 공정하게 나누고 누구나 받아들일 수 있는 올바른 기준을 갖추는 것을 말한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 사회 정의적 영역

지역사회 및 국가와 민족 관련된 인성덕목으로 4가지가 있는데 협동, 준법정신, 애국심, 정의로 나누어 말할 수 있다.

< 표 3 > 사회 정의적 영역

영역	덕목	정의
사회 정의적	1. 협동	서로의 마음과 힘을 합하는 것과 하나의 목표를 위해 함께 노력하는 것을 말한다.
	2. 준법정신	공공질서 및 생활규칙을 지키는 것으로 여러 사람 간의 합의된 사항을 준수하는 정신을 말한다.
	3. 애국심	조국을 사랑하고 국가의 복지와 안녕을 기원하는 마음을 말한다.
	4. 정의	옳고 그름을 판단하여 옳은 것은 지키고 잘못된 것은 따르지 않고 정직하고 공정한 마음을 갖고 떳떳하게 생활하는 것을 말한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅲ. 연구 방법

본 연구는 질적 사례연구방법을 적용하여 G광역시에 위치한 남·여 공학의 고등학교를 대상으로 생활만족도 및 인성에 대해 조사 및 분석하여 추후 태권도 수업에 적용하는 학교에 더 효과적인 태권도 수업이 될 수 있도록 그 목적이 있다. 1학년부터 3학년인 남·여 각 5명, 총 10명을 무선표지법으로 선정하여 심층면담으로 진행하였으며, 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 주 연구방법은 심층면담 면접과 자료 분석 및 문헌분석으로 진행하였다.

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 G광역시에 위치한 남·여 공학의 고등학교 학생으로 1학년부터 3학년 남·여학생 각 5명, 총 10명을 선정하였고, 연구대상 고등학교에 사전연락 후 방문목적 및 연구일정을 설명하고 면담 수락 및 일정을 조율하였고 직접 방문하여 담당 지도교사에게 조사의 취지와 목적을 직접 설명하고 협조를 구한 후 한명씩 심층 면담법을 진행하였으며 구체적인 일반적 특성은 < 표 4 > 와 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

< 표 4 > 연구 대상자

연번	대상자성명	성별	학년	수련경험유무	비고
1	A	여	1	○	
2	B	여	1	○	
3	C	남	1	○	
4	D	남	1	×	
5	E	남	2	○	
6	F	남	2	○	
7	G	여	2	×	
8	H	여	2	×	
9	I	여	3	×	
10	J	남	3	×	

2. 심층면담 방법

1) 면담질문지

최종 선정된 대상자에 대해서는 면담 질문지를 작성하여 공통질문지를 사용하였다. 각자 다른 질문지를 사용하기엔 경험이 다르고 활동한 부분에 차이가 나타날 수 있으므로 학생들의 생활만족도와 인성에 대해 분석하기 위하여 공통된 질문지를 사용하였다. 그러나 사전에 작성된 면담 질문지를 토대로 그 외의 새로운 사실이 의구심이 들 경우 각 개인들의 활동에 구체적인 질문들로 연결하였다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

따라서 면담자는 상황에 맞추어 면담을 진행하여 어떤 목적이나 대답을 유도하도록 진행하였고, 면담 대상자들의 적극적인 참여도를 높이기 위하여 사전에 조사목적을 설명하고 동의를 얻었으며, 면담이 종료된 후에는 녹취록 작성 및 내용을 기록화 하였다.

2) 질문내용

면담 질문 내용은 남·여 공학의 고등학교대상으로 생활만족도 및 인성에 대해 조사 분석하기 위한 것으로 추후 태권도 수업에 적용하는 학교에 더 효과적인 태권도 수업이 될 수 있도록 질문지를 구성하였다.

질문 1) 태권도 수업에 대한 선호도는 어떠한가?
질문 2) 태권도 수업 전과 후에 대한 생활만족도는 어떠한가?
질문 3) 태권도 수업에 따른 인성의 변화는 어떠한가?

3. 자료 분석 및 조사절차

본 연구의 녹취된 내용은 기록지에 기록한 후 반복적으로 녹취된 내용을 청취하여 기록된 자료와 녹취된 내용과 일치하는지를 확인하였다. 이러한 작업은 연구를 진행하는데 순환적으로 이루어졌으며, 반복적으로 새로운 인터뷰가 추가 및 삭제하는 과정으로 순환하였다. 위와 같은 내용을 통해 본 연구의 추진 과정은 [그림 1]과 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

고등학교 태권도 수업에 따른 학생들의 생활만족도 및 인성에 미치는 영향

↓

연구계획 수립
선행 연구 및 문헌자료 검토

↓

자료수집	
문헌조사	심층면담

↓

자료 분석
귀납적 내용분석 / 녹취록 작성 및 분석

↓

해석 및 결과
분석자료 해석 및 결과 작성 종합적인 결론 도출

[그림 1] 연구수행 과정

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅳ. 연구 결과

수집된 자료의 분석결과를 토대로 태권도 수업에 따른 학생들의 생활만족도와 인성에 대해 심층적으로 기술하고자 한다.

1. 태권도 수업에 대한 선호도

본 연구에 참여한 10명에 대한 태권도 수업에 관한 선호도이다. 대체적으로 선호하는 편이며 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

A 학생 인터뷰 : 우리나라의 고유무예인 태권도를 항상 자랑스럽게 생각했으며 학교에서 품새나 태권체조를 선배들과 함께하니 만족스럽다.

B 학생 인터뷰 : 친구들과 함께 배우니 재미는 있지만 학업활동을 하며 외울 것도 많은데 여러 가지 동작까지 외우기에는 조금 어려움이 있다.

C 학생 인터뷰 : 태권도를 배움으로써 정신수양과 인격을 조성하고 체력단련으로 몸 관리까지 할 수 있고 일주일에 한번만 하는 것이 아쉬울 뿐이다.

D 학생 인터뷰 : 처음에는 귀찮았지만 하다 보니 일반적인 체육을 하는 것 보다 새롭고 좋다.

E 학생 인터뷰 : 어느 학교든 태권도 수업을 하는 것은 아니다. 태권도

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

수업은 우리학교만 하니 특별하고 생소한 수업이라 다들 의아해 한다. 그리고 호불호가 갈리는데 제가 생각하기엔 기본적인 것과 태권도 수업은 인성뿐만 아니라 신체도 같이 훈련시키는 운동에 모두 조화롭게 잘 진행되고 있어 매우 만족한다.

F 학생 인터뷰 : 기초체력을 다질 수 있다는 점에서는 좋게 생각하지만 너무 귀찮아서 별로다.

G 학생 인터뷰 : 어렸을 때 배워보지 않았던 운동이라 배우게 되어 좋다고 생각한다. 특히 우리나라를 대표할 수 있는 운동을 아는 것뿐만 아니라 직접 몸을 사용하여 할 수 있게 배우는 것은 참 좋은 활동인 것 같다. 가끔 힘들고 어려울 때도 있지만 처음 배우는 운동인 것에 비해 기초적인 것부터 시작하기 때문에 쉽게 이해할 수 있었다.

H 학생 인터뷰 : 몸과 마음을 수련하는 특색 있는 수업이고 재미도 있으면서 결실이 있는 수업이라고 생각한다. 태권도를 처음 배우는 사람부터 유단자까지 다양해서 수업 시간에 따분한 사람이 있을 수도 있지만 나는 기초부터 배워서 좋다.

I 학생 인터뷰 : 다른 학교에서는 쉽게 경험 할 수 없는 태권도가 정규수업으로 지정되어 새롭고 기존의 체육수업보다는 구체적인 활동이다 보니 더욱 열정적으로 임하는 편이다. 그리고 태권도를 배우고 싶었지만 마땅한 기회가 없어 항상 아쉬워 했지만 고등학교에 들어와 정규수업으로 태권도를 배우게 되어 너무 좋다. 수업을 통해 실력이 향상되는게 느껴지고 단증까지 딸 수 있어 매우 만족하고 태권도 수업이 기다려진다.

J 학생 인터뷰 : 다른 학교에서 접할 수 없는 새로운 활동을 할 수 있고 일반체육수업보다 더 기술적인 능력을 기를 수 있는

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

수업이라고 생각합니다. 또한 평소에 시간적 여유가 없고 태권도와 같은 활동을 배우거나 접할 수 없었는데 학교 시간을 이용해서 태권도를 배우고 단증을 딸 수 있어서 만족스럽다. ...(생략)

2. 태권도 수업이 생활만족도에 미치는 영향

본 연구에 참여한 10명은 태권도 수업이 생활만족에 미치는 영향에 있어서 태권도 수련경험 유·무에 따른 학생 간의 차이가 있다고 말하였고, 태권도 수업 받기 전과 후의 생활만족도에 대한 차이가 있다고 하였다.

1) 태권도 수련경험 유·무에 따른 학생 생활만족도 차이

본 연구에 참여한 10명 중 태권도 수련경험이 있는 학생 5명은 생활만족도에 대해 변화가 없어 미비하다는 의견이 많았다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

A 학생 인터뷰 : 전에 배웠을 때에는 태권도가 격파하고 품새하고 정신 수양을 해서 좋았으나 후에도 똑같은 것 같다.

B 학생 인터뷰 : 태권도를 배우기 전에는 어떨까 궁금했었는데 하고나니 태권도수업이 지루하게 느껴지고 생활만족에 큰 변화가 없다.

C 학생 인터뷰 : 공부를 위해 태권도를 그만뒀는데 고등학교에서 다시 할 수 있게 되어 좋았고 공부에 대한 스트레스를 풀 수 있어 좋다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

E 학생 인터뷰 : 생활만족에는 별 차이는 없지만 새로운 경험을 하게 되어 좋고 태권도를 배웠다고 자랑할 수 있다.

F 학생 인터뷰 : 수련경험이 있어서 그런지 딱히 영향을 미치지 않았다.

태권도 수련 경험이 없는 학생 5명의 생활만족도에 대해 변화가 크며 긍정적인 의견이 많았다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

D 학생 인터뷰 : ...(생략) 일반적인 체육을 하는 것보다 새롭고 좋다.

G 학생 인터뷰 : ...(생략) 그리고 고등학교에 들어와서 체중이 많이 늘었는데 태권도수업을 통해 체중이 감소되어졌고 삶의 만족도가 매우 높아졌다.

H 학생 인터뷰 : ...(생략) 태권도를 처음 배우는 사람부터 유단자까지 다양해서 수업 시간에 따분한 사람이 있을 수도 있지만 나는 기초부터 배워서 재미있고 좋다.

I 학생 인터뷰 : ...(생략) 그리고 태권도를 배우고 싶었지만 마땅한 기회가 없어 항상 아쉬워했지만 고등학교를 들어와 정규수업으로 태권도를 배우게 되어 너무 좋다. 수업을 통해 실력이 향상 되어지는게 느껴지고 단증까지 딸 수 있어 매우 만족하고 태권도 수업이 기다려진다.

J 학생 인터뷰 : ...(생략) 또한 평소에 시간적 여유가 없고 태권도와 같은 활동을 배우거나 접할 수 없었는데 학교 시간을 이용해서 태권도를 배우고 단증을 딸 수 있어서 만족스럽다. 평소에 접하지 못했던 체육활동을 할 뿐만 아니라 수준별로하기 때문에 더욱 더 만족스러웠다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 태권도 수업 전·후의 생활만족도에 대한 차이

본 연구에 참여한 10명 중 7명이 태권도 수업 전·후의 생활만족도에 대한 차이가 있다고 하였으며, 대체적으로 체중감량, 스트레스 해소, 부상예방에 도움이 된다고 말하였다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

C 학생 인터뷰 : ...(생략) 공부만 하는 지루한 학교생활에서 태권도로 스트레스도 풀고 몸도 움직일 수 있어서 예전보다 스트레스를 덜 받는 것 같다.

D 학생 인터뷰 : 간단한 동작으로 태권도를 배워 내가 할 수 있는 운동이 하나 더 생겼다는 것과 지금 내가 하고 있는 다른 운동을 좀 더 가볍게 할 수 있도록 태권도 수업이 도움을 주었다.

E 학생 인터뷰 : 어느 학교든 태권도 수업을 하는 것은 아니다. ...(생략)... 새로운 경험을 하게 되어 좋고 태권도를 배웠다고 자랑할 수 있다.

G 학생 인터뷰 : 평소에 공부할 때 체력이 많이 부족해서 힘들고 지치는 경우가 많았는데 태권도를 시작하면서 체력이 길러지고 마음을 수련함으로써 공부에 대한 집중력이 향상되었다. 그리고 고등학교에 들어와서 체중이 많이 늘었는데 태권도수업을 통해 체중이 감소되어졌고 삶의 만족도가 매우 높아졌다.

H 학생 인터뷰 : 의자에 앉아만 있다가 태권도를 배우기 시작하면서 체력이 증진됨을 느끼고 태권도를 하고 나면 몸이 가벼워지는 느낌이 좋은 것 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

I 학생 인터뷰 : 어렸을 때는 유연 하였지만 나이를 먹을수록 점점 뻣뻣해졌었다. 태권도 수업을 통해 몸이 유연해 짐으로써 발목 삠과 골절 같은 부상예방에 도움이 된다.

J 학생 인터뷰 : 태권도 수업 전과 달리 기본 활동량이 늘어 몸이 건강해지는 느낌을 받았습니다. 태권도의 여러 기술을 익히고 몸의 다양한 근육을 쓰면서 몸도 유연해지고 평소 학업 스트레스를 건강한 방식으로 풀게 되어 좋다.

3. 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향

1) 인성요소 중 자기 가치적 영역에 대한 변화

본 연구에 참여한 연구대상자 10명중 9명이 자기 가치적 영역에 대한 변화가 있다고 답하였으며, 자기 가치적 영역 중 인내가 가장 많이 변화되었고, 예의, 정직, 자신감으로 의견이 나타났다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

A 학생 인터뷰 : 명상이나 자세를 배움으로써 삶의 차분함과 긍정적인 인식을 새길 수 있다.

B 학생 인터뷰 : 태권도가 인성을 매우 중요시하기 때문에 그런지 수업 시간 만에라도 예의를 갖추게 된다.

C 학생 인터뷰 : ...(생략) 마음가짐이 가지런해진다.

D 학생 인터뷰 : ...(생략) 참을성과 끈기가 늘어 난거 같다.

E 학생 인터뷰 : ...(생략) 바른 인성과 멘탈이 강해지는 것 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

F 학생 인터뷰 : 화를 조절할 수 있으며 스트레스가 해소 되어 남들과 부딪칠 일이 없다.

G 학생 인터뷰 : 인성의 변화는 자세히 모르겠지만 운동에서 해야 할 예의는 중요시하게 된 것 같다.

H 학생 인터뷰 : 발차기가 적정높이까지 올라가게 하기 위해 끊임없이 연습하며 안 되어도 포기하지 않고 끝까지 노력하면서 끈기와 인내심을 기르게 되었다.

I 학생 인터뷰 : 품새를 배우면서 인내하는 것과 집중하는 것을 배우게 되어서 실제로도 인내하는 법을 잘 알게 되었다. (생략)...

2) 인성요소 중 대인 관계적 영역에 대한 변화

본 연구에 참여한 10명중 3명이 대인 관계적 영역에 대한 변화가 있다고 답하였으며, 대인 관계적 영역 중 우정에 대한 변화가 돈독해졌다는 의견이 나왔다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

B 학생 인터뷰 : ...(생략) 그리고 그전보다 친구와는 더 친해졌다.

E 학생 인터뷰 : 인성의 변화는 달리 잘 모르겠으나 친구들끼리 땀 흘리며 하다 보니 서로 더 가까워져 아껴주는 것 같다. ...(생략)

J 학생 인터뷰 : ...(생략) 서로 품새 자세를 봐주고 가르쳐 주면서 교우관계도 더 좋아졌습니다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 인성요소 중 사회 정의적 영역에 대한 변화

본 연구에 참여한 10명 중 2명이 사회 정의적 영역에 대한 변화가 있다고 답하였으며, 사회 정의적 영역 중 협동적으로 변화되어졌다는 의견이 나왔다. 아래의 내용은 본 연구에 참여한 학생들의 심층면담에 대한 내용이다.

I 학생 인터뷰 : ...(생략) 그리고 친구들과 서로 품새를 맞춰보고 알려주면서 협동하고 수용하는 태도를 갖게 되었습니다.

J 학생 인터뷰 : 학급단체 혹은 학교단체로 태권도를 배우면서 협동심을 기르게 되었고 서로 품새 자세를 봐주고 가르쳐 주면서 교우관계도 더 좋아졌다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

V. 논 의

태권도는 유소년 및 청소년들에게 건전한 가치관과 애국심을 심어줄 수 있는 좋은 교육적 수단이다. 또한 태권도는 신체운동적 측면 뿐만 아니라 정신운동적 측면에서도 큰 이점이 있다. 그래서 태권도를 꾸준히 수련하면 평화 지향적인 기술 원리를 이해하고 반복되는 예절 교육을 통해 사회성이 높아지게 된다. 이러한 특성 덕분에 태권도는 고등학교 교육 과정에 편성하여 운영할 만한 충분한 이유가 있다 할 것이다.

따라서 본 연구는 현재 고등학교 체육과목 태권도 수업에 따른 학생들의 생활만족도 및 인성에 미치는 영향을 분석하는 데 목적이 있고, 연구 결과를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

1. 태권도 수업에 대한 선호도

본 연구에서는 태권도 수업에 대한 선호도 및 태권도 수업의 필요성에 대한 질문의 결과는 대체적으로 긍정적으로 나타났다. 태권도 수업에 대해 선호하는 이유는 우리나라 고유 무예인 태권도이며, 우리학교만의 특색 있는 수업이라는 부분에 대해서는 정만순(1981)의 연구와 송민규(2003)의 연구가 부분적으로 일치했다. 또한 태권도 수업이 몸을 사용하여 하는 수업이기 때문에 기초체력을 다질 수 있는 부분에 대해서는 윤정수(1983)의 연구와 부분적으로 일치했으며, 태권도를 배움으로써 정신수양과 인격을 조성하는 부분에 대해서는 조성담(1989)의 연구와 황병모(1983)의 연구에서 연구결과가 일치했다. 다소 선호하지 않는 이유는 학업활동을 하면서 외울 것도 많은데 여러 가지 태권도동작까지 외우려는 부분에 있어 힘들어하였고, 귀찮다는 부분도 결과에서 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 태권도 수업이 생활만족도에 미치는 영향

본 연구에서 태권도 수업이 생활만족에 미치는 영향에 있어서 태권도 수련 경험이 있는 학생과 없는 학생 간의 차이가 나타났다. 태권도 수련 경험이 있는 학생은 생활만족에 대해 변화가 없어 미비하다는 연구결과가 나타났으며, 태권도 수련 경험이 없는 학생에게서는 생활만족에 대해 변화가 크며 긍정적인 연구결과가 나타났다. 태권도 수련 경험이 있는 학생들이 변화가 없어 미비하다는 이유는 태권도 수련 경험이 없는 대다수 학생들에게 비중을 맞추어 기초적인 수업을 하기 때문이라 판단된다.

태권도 수련 경험이 없는 학생에게서 생활 만족에 대해 변화가 큰 이유는 공부에 의한 시간적 여유와 마땅한 기회가 없는 부분으로 나타났고, 공부에 대한 스트레스를 태권도 수업을 통해 풀 수 있다는 결과와 태권도만 배우는게 아니라 단증을 받을 수 있는 기회여서 만족도가 높게 나타난 연구결과는 김원태(2018)의 연구와 부분적으로 일치했다. 다소 다른 이유는 성별에 차이가 있어 여학생들의 관심분야로써 체중에 대한 부분에 의한 삶의 질이 높아졌다는 결과가 나타났다.

또한 태권도 수업이 생활만족에 미치는 영향에 있어서 수업 받기 전과 후에 대해 긍정적인 연구결과에 대해 송치경(2011)의 연구와 부분적으로 일치하였다. 태권도 수업 전·후에 대한 생활만족의 이유는 대체적으로 수업을 받은 후 생활만족에 대해 체중감량과 스트레스 해소, 부상예방에 도움이 된다는 긍정적인 연구결과가 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향

본 연구에서 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향에 있어서 인성요소 중 자기 가치적 영역부분에 치우치는 연구결과가 나타났으며 자기가치적인 영역부분 중 인내가 가장 많이 변화되었고, 예의, 정직, 자신감 등으로 연구결과가 나타났다. 이는 김원태(2018)의 연구결과와 부분적으로 일치하였다.

태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향에 있어서 인성요소 중 대인 관계적 영역에 대한 변화는 우정에 대한 변화가 연구결과로 나타났다. 이는 서로 품새 자세를 봐주고 가르쳐 주면서 교우관계가 좋아지면서 생긴 결과에 대해 엄한나(2015)의 연구와 황효진(2014)의 연구결과와 부분적으로 일치했다.

태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향에 있어서 인성요소 중 사회 정의적 영역의 변화는 협동적으로 변화되었다는 연구결과가 나타났다. 이는 김태곤(2014)의 연구결과와 일치했으며, 태권도 수업이 단체수업으로 서로 품새를 맞춰보고 알려주면서 자연스레 협동심과 수용하는 태도를 갖게 되면서 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구에서는 고등학교에서 실시하고 있는 태권도 수업에 대한 학생들의 선호도와 생활만족도 및 인성에 어떠한 영향을 미치는지를 연구하였다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위하여 광주의 G고등학교에서 태권도 수업을 받고 있는 10명을 선정하여 심층면담을 진행하였다. 연구 대상은 1학년, 2학년 각각 4명으로 선정하였고 3학년은 2명으로 하였다.

첫째, 태권도 수업에 대한 선호도는 10명중 8명이 선호하는 것으로 나타났다. 태권도 수업에 대한 선호 이유는 우리나라 고유 무예인 태권도를 배울 수 있고, 몸을 사용하는 수업이기 때문에 기초체력을 다질 수 있기 때문이다. 또 친구들 및 선배들과 함께 하니 만족스럽고 다른 학교에서는 하지 않는 수업을 우리 학교에서 하게 되어 우리학교만의 특색 있는 수업이라고 생각이 든다는 결과가 나왔다. 그리고 선호하지 않는 이유는 학업 활동을 하며 외울 것도 많은데 여러 가지 태권도 동작까지 외우려는데 조금 힘이 들며, 귀찮아서 흥미가 없다 라는 연구 결과가 있었지만, 종합적으로 신체훈련을 할 수 있어 좋고 우리나라 고유 무예지만 배울 수 있는 기회가 없었는데 태권도 수업을 통해 배울 수 있어서 태권도 수업을 선호한다는 연구 결과가 나왔다.

둘째, 태권도 수업이 생활만족도에 미치는 영향의 연구에 대한 수련 경험 유·무에 따른 학생 생활만족도 차이를 볼 수 있다. 수련 경험이 있었던 학생 5명은 수련 경험이 있어서 그런지 생활 만족도가 증가하는 걸 느끼지 못하였고, 태권도

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

수업이 지루하게만 느껴졌다는 학생도 있는 반면에, 공부에 대한 스트레스를 태권도 수업을 통해 풀 수 있어서 태권도 수업에 대해 긍정적 이였다. 그리고 수련 경험이 없는 5명은 태권도 수업을 통해 체중이 감소하였고 이로 인해 삶의 만족도도 높아졌으며 단지 태권도만 배우는게 아닌 단증 심사도 볼 수 있는 기회가 있어서 더 만족스럽다 라는 연구 결과가 나왔다.

셋째, 태권도 수업 받기 전과 후의 생활만족도에 대한 차이에서는 10명 중 7명이 태권도 수업 받기 전과 후의 생활만족도에 대한 차이가 있다고 하였으며, 기본 활동량이 늘고 학업 스트레스를 건강한 방식으로 풀게 되었다고 하였다. 또 체력이 길러지고 마음을 수련함으로써 공부에 대한 집중력이 향상 되었고 몸이 유연해 짐으로써 발목 삠과 골절 같은 부상 예방에 도움이 된다는 연구 결과가 나왔다.

넷째, 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향의 연구 결과는 다음과 같다. 인성요소 중 자기 가치적 영역에 대한 변화는 10명 중 9명이 자기 가치적 영역에 대한 변화가 있다는 결과가 나왔으며, 발차기가 적정높이까지 올라가게 하기 위해 끊임없이 연습하여 안돼도 포기하지 않고 끝까지 노력하면서 끈기와 인내심을 기르게 되었고 품새를 배우면서도 인내하는 것과 집중하는 것을 배우게 되었다고 한다. 스트레스가 해소 되어 남들과 부딪칠 일이 없다는 긍정적인 결과가 나왔다.

다섯째, 인성요소 중 대인 관계적 영역에 대한 변화는 10명 중 3명이 대인 관계적 영역에 대한 변화가 있다고 하였으며, 친구들끼리 땀 흘리며 같이 하다 보니 서로 더 가까워져 서로를 아껴주는 것 같다는 느낌을 받았고 서로 품새 자세를 봐주고 가르쳐 주면서 교우관계가 더 좋아졌다는 결과가 나왔다.

여섯째, 인성요소 중 사회 정의적 영역에 대한 변화는 10명 중 2명이 사회 정

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

의적 영역에 대한 변화가 있다고 하였으며 사회 정의적 영역 중 협동적으로 변화되어졌다는 의견이다. 협동하고 수용하는 태도를 갖게 되었고, 학급, 학교 단체로 태권도를 배우게 되면서 서로 태권도 자세를 봐주고 가르쳐 주면서 협동심을 기르게 되었고 교우 관계도 더 좋아졌다는 결과가 나왔다.

2. 제 언

본 연구는 고등학교 남·여학생의 태권도 수업에 따른 생활만족도 및 인성에 미치는 영향에 관한 분석을 통하여 추후 고등학교에서 태권도수업이 더욱 활성화 되고, 이로 인한 학생들의 생활만족도와 인성에 대해 긍정적인 변화에 기여하기 위해 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 태권도 수업에 있어서 선호도에 대한 긍정적인 반응이 나왔지만, 태권도에 대한 전문적인 지식과 태권도에 대한 자부심이 현저히 낮았다. 이러한 부분을 개선하기 위해서는 태권도 수업을 단순하게 할 것이 아니라 우리나라 전통 무예인 태권도 역사부터 전문적인 지식을 가르치고 예의범절, 명상으로 마음의 심신훈련을 기르는게 필요하다고 판단된다. 그리고 품새 수업으로만 한정적으로 수업을 할 게 아니라 다양한 태권도 프로그램을 통해 여러 가지를 접할 수 있는 기회를 주면 태권도 수업에 대한 선호도가 더 높아질 것이라는 생각이 든다.

둘째, 태권도 수업에 따른 생활만족도에 있어 태권도 수련 경험이 있는 학생들에게 부정적인 인식을 개선하기 위해서 태권도와 학교체육으로의 융합이 필요하다. 그러기 위해서는 태권도 수업이 지금처럼 품새만 외워 승단시키는 획일적인 방법보다는 다양한 교육과정과 프로그램을 활용하여 학생들의 적극적인 참여를 유도할 수 있을 것이다. 또, 기본 체력 준비운동을 통해 학생들의 신체건강에 도

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

움을 주고 음악과 춤, 태권도 동작을 결합한 태권체조 수업이나 여러 장애물, 송판을 이용하여 격파 수업을 진행하고 일상생활 에서 자기 자신을 보호 할 수 있는 겨루기 수업을 통해 정신적 건강에 도움을 줄 수 있는 수업으로 확대 시켜야 생활만족도가 증가할 것이라 판단된다. 하지만 여러 가지 수업을 진행하기 위해서는 학교 당국 및 행정 당국의 행정적 지원이 필요하며 전문 강사가 있어야 태권도 수업의 가치와 활용성이 높아질 것이라 기대된다.

셋째, 태권도 수업이 인성변화에 미치는 영향 중 자기 가치적 영역에 대한 변화는 높았지만 대인관계적과 사회 정의적 영역에서는 현저히 낮았다. 이러한 점을 개선하기 위해서는 품새 기본동작, 발차기를 이용하여 학생별로 그룹을 만들어 창작품새 또는 연합동작을 만들 수 있는 수업을 진행하면서 학생 서로간의 소통과 단합이 되면서 교우관계도 좋아지고 학교생활을 긍정적으로 할 수 있게 될 것 이다. 그리고 단체 활동을 통하여 학생 서로간의 몸을 맞대어 수업을 하다 보면 협동심, 인내심, 끈기가 생기며 정신적으로 더 활발해지고 남을 배려해 주는 모범적인 모습을 보이게 될 것 이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

참 고 문 헌

김정택(2012). 국내 태권도장 수련생들의 기본적 심리욕구에 따른 심리적 안녕감 및 긍정적 태도의 관계. 경희대학교 대학원 석사학위논문.

문규선(2011). 청소년의 태권도 참여와 학교생활만족 및 학업성취에 관한 연구. 한국체육과학회. Vol.20 No.3. 43-52.

추정근(2019). 태권도 교과시범학교 학생들의 교육만족도가 내적동기 및 운동 지속수행에 미치는 영향. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.

곽정현(1998). 태권도정신의 철학적 정립을 위한 연구. 경희대학교 대학원 석사 학위논문.

송민규(2003). 고등학교 태권도 체육수업의 운영실태 및 개선방안에 관한 연구. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.

조성문(2004). 생활 체육 테니스 클럽 회원들의 참여정도에 따른 여가만족 및 생활만족에 관한 연구 : 경상북도 북부 지역을 중심으로. 안동대학교 교육 대학원 석사학위논문.

노형규(1998). 장애인의 생활체육 참가와 여가만족 및 생활만족의 관계. 서울 대학교 대학원 석사학위논문.

최성재(1986). 노인의 생활만족도 척도 개발에 관한 연구. 이대 한국문화원논총, 49.233-256

정만순(1981). 태권도 교육과정 운영실태의 분석적 연구. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.

윤정수(1983). 국기 태권도의 발전방안에 관한 연구. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문

조성담(1989). 태권도 체육수업에 관한 조사연구. 경희대학교 교육대학원 석사 학위논문.

황병모(1983) 태권도의 체육수업에 관심도에 조사연구. 경희대학교 교육대학원

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

석사학위논문.

김원태(2018). 태권도 수업이 고등학생의 학교폭력행동과 인성에 미치는 영향. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.

송치경(2011). 고등학교 체육수업만족이 신체적 자기개념과 자아유능감 및 학교생활 만족도에 미치는 영향. 서울시립대학교 석사학위논문.

엄한나(2015). 신나는 주말생활체육학교 참여에 따른 초등학생의 학교생활만족이 인성 및 사회성에 미치는 영향. 공주대학교 대학원 석사학위논문.

황효진(2014). 대안학교 학생의 방과 후 스포츠 활동이 학교생활 만족도에 미치는 영향. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.

김태곤(2014). 태권도장 수련프로그램에 따른 사회성 발달이 생활만족도에 미치는 영향. 한국체육대학교 석사학위논문.

Diener, E., 1984. Subjective well-being. Psychol. Bull. 95 (3), 542e575.

Chekola, M.G., 1975. The Concept of Happiness. University of Michigan.

Neugarten, B.L., Havighurst, R.J. and Tobin, S.S. (1961). The measure-ment of life satisfaction. Journal of Gerontology, 16, 134-143.

Shin D., and Johnson, D. (1978) Avowed Happiness as an Overall Assessment of the Quality of Life. Social Indicators Research, 5, 475-492.

www.koreataekwondo.org 대한태권도협회 홈페이지.

Collection @ chosun