creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 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

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

[UCI]I804:24011-200000321252

2020년 8월

교육학석사(체육교육)학위논문

댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

고 재 호

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향

The effects of participation of dance sport club on leisure satisfaction and quality of life.

2020년 8월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

고 재 호

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향

지도교수 김 홍 남

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 심사논문으로 제출함.

2020년 4월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

고 재 호

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

고재호의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 조선대학교 교수 박 도 헌 인

심사위원 조선대학교 교수 김 옥 주 인

심사위원 조선대학교 교수 김 홍 남 인

2020년 6월

조선대학교 교육대학원

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

목 차

ABSTRACT

I. 서 론 ····· 1

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구 목적 ····· 2
3. 연구 가설 ····· 2
4. 연구의 제한점 ····· 3
5. 용어의 정의 ····· 4

II. 이론적 배경 ····· 6

1. 댄스스포츠 ····· 6
   1) 댄스스포츠의 개념과 특성 ····· 6
   2) 댄스스포츠의 역사 ····· 6
   3) 댄스스포츠의 종류 ····· 7
   4) 댄스스포츠의 효과 ····· 7
2. 댄스스포츠 동호회 ····· 9
   1) 댄스스포츠 동호회 ····· 9
   2) 댄스스포츠 동호회의 특성 ····· 9
   3) 댄스스포츠 동호인 활동의 중요성 ····· 9
3. 참여동기 ····· 10
   1) 내적동기 ····· 10
   2) 외적동기 ····· 11
4. 삶의 질 ····· 11
   1) 삶의 질 개념 ····· 12
5. 여가만족 ····· 12

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

1) 여가의 개념 ····· 12
2) 여가만족의 개념 ····· 13

III. 연구 방법 ····· 14
1. 연구 대상 ····· 14
2. 조사도구 ····· 16
1) 인구통계학적 특성 ····· 17
2) 참여정도의 특성 ····· 18
3) 참여동기 ····· 19
4) 삶의질 ····· 19
5) 여가만족 ····· 19
3. 측정도구의 타당도 및 신뢰도 ····· 20
4. 연구절차 ····· 27
5. 자료분석 ····· 27

IV. 결과 ····· 28
1. 인구통계학적 특성에 따른 댄스스포츠의 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 차이 검증 ····· 28
1) 성별에 따른 차이 검증 ····· 28
2) 참여기간에 따른 차이 검증 결과 ····· 30
3) 참여빈도에 따른 차이 검증 결과 ····· 34
4) 참여시간에 따른 차이 검증 결과 ····· 35
2. 상관관계 분석 ····· 37
3. 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 여가만족에 미치는 영향 검증 ····· 38
1) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향 ····· 38
2) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향 ····· 39
3) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향 ····· 40

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향 ····· 41
4. 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 삶의 질에 미치는 영향 검증 ····· 42
1) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향 ····· 42
2) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향 ····· 43
3) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향 ····· 44
4) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (환경적)에 미치는 영향 ····· 45
5) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향 ····· 46
5. 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 삶의 질에 미치는 영향 검증 ····· 47
1) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (신체적)에 미치는 영향 ····· 47
2) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (사회적)에 미치는 영향 ····· 48
3) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (교육적)에 미치는 영향 ····· 49
4) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (환경적)에 미치는 영향 ····· 50
5) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (심리적)에 미치는 영향 ····· 51

V. 논의 ····· 52

VI. 결론 및 제언 ····· 56
1. 결론 ····· 56
2. 제언 ····· 58

참고문헌 ····· 59

부록 ····· 66

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특성 ····· 15
<표 2> 설문지 구성지표 ····· 16
<표 3> 연구대상자의 인구통계학적 특성 ····· 17
<표 4> 연구대상자의 참여정도의 특성 ····· 18
<표 5> 참여동기 신뢰도 및 요인분석 결과 ····· 22
<표 6> 삶의 질 신뢰도 및 요인분석 결과 ····· 23
<표 7> 여가만족 신뢰도 및 요인분석 결과 ····· 26
<표 8> 성별에 따른 차이 검증 결과 ····· 28
<표 9> 참여기간에 따른 차이 검증 결과 ····· 30
<표 10> 참여빈도에 따른 차이 검증 결과 ····· 32
<표 11> 참여시간에 따른 차이 검증 결과 ····· 35
<표 12> Pearson 상관계수 ····· 37
<표 13> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향 ····· 38
<표 14> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향 ····· 39
<표 15> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향 ····· 40
<표 16> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향 ····· 41
<표 17> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향 ····· 42
<표 18> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향 ····· 43
<표 19> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향 ····· 44
<표 20> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (환경적)에 미치는 영향 ····· 45
<표 21> 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향 ····· 46
<표 22> 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (신체적)에 미치는 영향 ····· 47
<표 23> 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (사회적)에 미치는 영향 ····· 48
<표 24> 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (교육적)에 미치는 영향 ····· 49
<표 25> 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (환경적)에 미치는 영향 ····· 50
<표 26> 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (심리적)에 미치는 영향 ····· 51

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

ABSTRACT

The effects of participation of dance sport club on leisure satisfaction and quality of life.

Ko Jae Ho
Adviser : Prof. Kim Hong Nam.
Major in Physical Education,
Graduate School of Education, Chosun University

The purpose of this study is to investigate the effects of dance sports sympathizers on the quality of life and leisure satisfaction. As of 2020, over 20s and 50s who are participating in dance sports classes at private schools and private cultural centers located in Gwangju Metropolitan City have been set as populations. 305 copies of the questionnaire were distributed and collected and 286 copies were used for the analysis of the actual data, except 19 copies with unfaithful responses. The collected data is based on the purpose of the research, SPSS (Statistical Package for the Social Science). Cronbach's α method was used for exploratory factor analysis and reliability verification to confirm validity. The above research methods and data analysis results are as follows.

Firstly, in the demographic characteristics of the participants

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

in dance sports, the study subjects tested the difference in the motivation for participation, and the male showed a higher internal motivation than the female. The external motivation was found to be insignificant between genders. Men were higher in physical and social quality of life than women, and educational, environmental, and psychological quality of life did not show significant differences between genders.

Secondly, in the participation time of dance sports, there was no significant difference in all other than the external motivation. There was no significant difference in the period of participation in environmental and psychological factors, and there was a significant difference in the frequency of participation. Most of the factors of quality of life due to participation in dance sports were found to have high satisfaction.

Thirdly, participation in dance sports showed high satisfaction in part in the factors of quality of life and leisure satisfaction.

There was a significant difference in the frequency of participation in dance sports. Therefore, it can be seen that it is influencing when the impact is verified. As the frequency of participation and the period of participation increased, the score for leisure satisfaction was high, and as the external motivation was higher than the internal motivation, the leisure satisfaction was also increased.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

오늘날 현대사회는 급격한 경제발전으로 인해 행복한 삶의 욕구와 건강에 대한 관심과 사랑이 증대 되고, 행복하고 즐거운 삶 속에 건강하고 건전한 것을 추구하며, 모든 사람들이 삶과 여가만족을 행복의 척도로 자리 잡고 있다. 이러한 건강과 삶의 질적 향상에 대한 욕구는 건강프로그램 및 댄스스포츠에 대한 관심으로 이어지고 생활체육 동호인들의 관심과 참여가 활발히 이루어지고 있다(김은미, 2004; 정수정2008).

여가는 행복과 중요한 요인으로 결정짓고 있으며 개인의 생활만족이나 삶의 질 향상과도 깊은 관련을 맺고 있으며 국내외의 여러 선행연구에서 밝혀지고 있으며 모든 사람들은 여가로써 삶의 질의 지낼 수 있도록 노력한다(김은미, 2004; 곽윤길, 2010). 즉 삶의질과 여가만족 관계에서 여가만족은 서로간의 관계로서 중요한 역할을 하고있다(김은미, 2004).

댄스스포츠는 대부분의 대학교 전공 및 교양, 민간 문화센터, 댄스스포츠 학원 등에서도 많이 참여함으로서 증가하고있다(백기숙, 2013).

사회적 관계에서도 댄스스포츠는 개인 및 상대방과의 관계 속에서 깊게 행동하고 사교성과 원만한 인간관계를 형성할 수 있다(한지현, 2005; 김근영, 2009; 정수정, 2008; 김윤래, 2010).

댄스스포츠는 여가생활에서 자리 잡아가고 있다. 댄스스포츠는 일상 속에서 생활하는 현대인들의 긴장 및 스트레스를 해소하고 건강을 유지시키며 개인이 아닌 남녀 한쌍으로 이루어 매너와 사교성을 추구하는 운동이기에 인격완성에 도움을 준다(윤옥주, 2017; 최송화, 2012; 장석준, 2017). 따라서 모든사람들에게 댄스스포츠는 신체적, 환경적, 사회적, 교육적 가치를 인정받고 있다(정대일, 2007; 윤옥주, 2017; 최송화, 2012; 장석준, 2017).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

앞서 진행된 선행연구들을 살펴보면 국내의 댄스스포츠에 대한 선행연구들은 다른 스포츠 종목과 비교해보면 많이 부족한 상태이다. 선행연구에서 댄스스포츠 참여정도와 동기가 여가만족에 미치는 영향에서 댄스스포츠가 현대인들에게 삶의 질 향상 시키는 종목으로서 효과성을 나타내며, 댄스스포츠 참여함으로서 참가자들의 태도나 행동을 어떤 측면에서 어떻게 변화시키며, 이러한 변화에 작용되어지는 요인은 어떤 것들이 있으며, 결론적으로 댄스스포츠 참여자들의 삶의 질에 어떠한 영향을 미칠 수 있는가에 대해 분석하였다(윤옥주, 2017; 김은미, 2004; 이경숙, 2011).

따라서 본 연구는 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질 향상과 여가만족에 대한 방향을 제시하고, 댄스스포츠 동호인들이 참여함으로써 삶의 질과 여가만족에 어느 정도의 영향이 알아 볼 것이며, 그 결과를 현장에 적용하여 연구에 대한 기초 자료로 제공하는데 필요성이 있다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 G광역시 댄스스포츠 동호인들의 실시되고 있는 민간사설학원, 문화센터, 평생교육원, 활동 프로그램에 참여하는 댄스스포츠 동호인들을 대상으로 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향에 관하여 기초 자료를 제시 하는데 목적으로 하였다.

3. 연구의 가설

댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향에 관한 연구에서 가설은 다음과 같다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

가설 1. 인구통계학적 특성에 따라 댄스스포츠 참여동기가 차이가 있을 것이다.

가설 2. 인구통계학적 특성에 따라 삶의 질에 대한 차이가 있을 것 이다.

가설 3. 인구통계학적 특성에 따라 여가만족에 차이가 있을 것이다.

가설 4. 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의질에 대한 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 여가만족에 영향을 미칠 것이다.

가설 6. 댄스스포츠 동호인들의 여가만족이 삶의 질에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구과정에 있어, 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의질과 여가만족에 미치는 영향을 규명함에 있어 다음과 같은 범위와 제한점이 있다.

첫째, 본 연구의 조사대상이 전라남도 광주광역시 지역으로 댄스스포츠 동호인이므로 전국 댄스스포츠 동호인으로 일반화 시키는데 한계가 있다.

둘째, 본 연구에서 설정한 인구통계학적 특성, 참여동기, 삶의질, 여가만족에 요인 이외의 다른 변인에 의하여 영향을 받을 가능성을 배제할 수 없다.

셋째, 본 연구의 대상이 20대-50대까지의 성인을 대상으로 선정 되었기에 본 연구의 결과 해석은 청소년이나 노인, 장애인등 대상자를 제외한 범위 내에서만 가능하다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

5. 용어의 정의

1) 댄스스포츠

댄스스포츠는 남녀 커플이 음악에 맞추어 신체적 움직임을 아름답게 표현하는 스포츠로, 단순한 건강유지 및 체력단련의 차원을 넘어서 정신적 즐거움과 참여자간의 상호교류를 통해 원만한 대인관계 및 사회성을 함양하고, 삶의 질을 향상 시킬 수 있는 종목이다(문보라, 2012).

2) 댄스스포츠 동호회

댄스스포츠 동호회는 춤을추며 즐겁게 여가활동을 하는 집단을 말하며, 동호인 활동은 동일한 관심과 취미를 가지는 참여자들이 공동의 목표달성과 관심을 위해 자발적으로 참여하는것을 말하며, 지속적으로 운영되는 활동을 말한다(문화체육부, 1994; 최송화, 2012; 정대영, 2002; 김종우, 2007). 또한, 댄스스포츠 동호인 활동은 댄스스포츠 종목을 매체로 구성원의 공동의 목적과 개인적으로 성취하기 위해 지속적이고 직적접이며 상호작요을 유지하고 발전시키는 집단으로서 구성원간의 상호의존적 관계를 가지며 경기의 참여와 승리, 운동 수행 능력 향상 및, 댄스스포츠 활동을 통해 행복감을 추구하기도 한다(임번장, 1994; 최송화, 2012; 정대영, 2002; 진규창, 2005; 김상진, 2012).

3) 참여동기

댄스스포츠 활동에 참여하는 사람들은 모두들 그 활동에 참여함으로서 동기유발이 생기며, 동기란 어떤 목표달성을 이루고자 결정짓는 욕구라 할 수 있다(이미숙, 2010; 김진주, 2012; 기승호, 2016; 황영주, 2012). 일반적으로 동기를 세 가지 측면 무동기를 제외하고 내적동기와 외적동기 보고 있다(Deci& Ryan,1991).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(1)내적동기

내적동기는 댄스스포츠 활동 자체에서 자신이 자별적으로 참가함으로서 유능감을 갖고 감정과 흥미를 느끼려는 내적욕구를 말한다(이미숙, 2010; 김진주, 2012; 김철이, 최무현, 2005). 어떤 외적 보상을 받지 않고 즐겁고 흥미에 의하여 발생되는 자발적으로 참여하는 동기를 내적동기라고 한다(이미숙, 2010; 김진주, 2012; 김철이, 최무현, 2005).

(2)외적동기

외적 동기는 댄스스포츠 활동을 원하는 것이 아닌 결과의 목표달성을 위해서 참여가 외적 보상에 의하여 통제되므로 힘이 없어지면 활동참여가 그만두거나 줄어들 수 있는 외적동기라고 한다(이미숙, 2010; 문성태, 2005; 신병철, 2005; 조호석, 2004).

4) 삶의 질

삶의 질은 개인이 생활의 경험을 다른 사람의 경험과 비교함으로써 발생하는 주관적 인식이며 삶의 질의 경험을통해 필연적으로 한 상대적인 개념이다(Slotije, 1991; 김은미, 2004; 유지영, 2008).

5) 여가만족

여가만족은 물질적 ,정신적 , 심리적 주관적인 느낌으로서, 지속적인 목적이나 욕구를 위해서 한 사람의 주관적인 감정 상태를 말하고, 여가활동을 통해서 나오는 욕구충족 또는 여가만족에 대한 개인의 인식과 감정으로 정의할 수 있다(성현수, 2010).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅱ. 이론적 배경

1. 댄스스포츠

1) 댄스스포츠의 개념과 특성

댄스스포츠는 서양에서 사교로 시작한 볼룸댄스(Ballroom dance)라는 단어가 변화하여 사용되고 있는 용어이다. 우리나라에서는 무도(舞蹈)로 번역하여 사용하였으며 국어사전에서 무도는 첫째, 춤추는 것, 둘째, 음악을 들으며 리듬을 맞추며 신체를 움직이는 춤으로 감정이나 의사 나타내는 신체적인 예술 또는 댄스 무용으로 정의하고 있다(김상용, 2004).

댄스스포츠는 역동적으로 춤을 춤으로써 조화를 추구하는 운동으로 전신운동을 해서 에너지를 소비하는데 균형 있는 신체나 아름다운 신체로 단련시켜주고, 건강한 문화생활을 즐길 수 있도록 해주는 여가로써 현대인에게 적합한 스포츠 종목이라고 말한다(양은심, 2010; 오정은, 2011 재인용; 민영남, 2016).

2) 댄스스포츠의 역사

(1) 라틴아메리칸 댄스의 역사

라틴 아메리칸 댄스의 발달사를 볼 때 현대인들의 과정과는 차이가 있다(정수정, 2008). 볼륨댄스는 유럽 중세기부터 농민계층으로 시작하여 민속무용을 상위계층에서 사교적인 오락으로 나타내며 세련되고 실내 오락적 요소를 가졌다면, 라틴아메리칸 댄스는 멕시코 이남에 사는 사람들을 충족하기 위해 아프리카로부터 수입한 흑인노예들의 특별한 민속무용이 합쳐지면서 마을에서나 농장 또는 술집, 골목 자리에 라틴계의 혈통, 아프리카 흑인계 혈통의 혼혈인 들이 추는 춤이다(정수정, 2008; 안영아, 2010).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

(2) 모던볼룸댄스의 역사(History of Modern Ballroom Dance)

모던볼룸댄스는 고대부터 존재하여, 사교적인 성격 가지고 모던볼룸댄스가 선행한 것은 유럽 중세기의 루이(Louis) 14세 때 부터이다(정수정, 2008; 정재성, 2008; 강현미,2005; 최민숙, 2004). 이후, 사람의 자연적인모습과 신체적 제압의 해방으로 문예부흥기(Renaissance)를 통해 모든 댄스스포츠의 발달과 함께 루이 14세가 왕실의 직속기관인 「발레아카데미」란 무용연구기관을 설치함으로서 유럽 각국의 민속무용을 궁중무도(Court Dance)에서 활용할 수 있도록 발전 시킬 수 있는 현재의 「댄스스포츠」이다(정수정, 2008; 강현미, 2005; 오재용, 2001).

3) 댄스스포츠의 종류

댄스스포츠는 크게 라틴아메리칸댄스(Latin American Dance)와 스탠다드댄스(Standard Dance)로 나누어진다. 오늘날 국제적인 경기 댄스에 공인되고 있는 종목으로서 라틴종목에는 차차차(Chachacha), 룸바(Rumba), 삼바(Samba), 파소도블레(Pasodoble), 자이브(Jive)의 총 5종목이 있고, 모던종목에는 왈츠(Waltz), 탱고(Tango), 비에니스왈츠(Viennese waltz), 퀵스텝(Quickstep), 슬로우 폭스트롯(Slow foxtrot), 의 총 5종목이 있고, 라틴댄스와 모던댄스는 총 10종목으로 말 할 수 있다(장보라, 2015).

4) 댄스스포츠의 효과

댄스스포츠는 신체적으로 발달되는 것 뿐 만아니라, 사회적, 정신적 가치를 지닌 바람직한 여가 활동이고, 또한 리듬을 맞춰 신체를 아름답게 표현하여 자신감과 리듬감 및 예술적 아름다움을 기를 수 있도록 높은 가치가 있다(윤옥주, 2017; 강인혜, 2008; 이태인, 2013).

댄스스포츠는 아름다움을 신체에 움직임을 표현하며 리듬에 맞추어서 연기하는 스포츠와 예술성을 동시에 지니고 있지만, 예술성 보다 스포츠적인 면을 더 강조 한다(윤옥주, 2017). 즉, 댄스스포츠는 예술로서 풍부하고 댄스스

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

포츠의 한 분야로서, 질서와 예의로 이루어진 도덕적인 댄스스포츠 활동이라고 할 수 있다(윤옥주, 2017).

댄스스포츠는 TV, 스마트폰, 인터넷으로 인해 신체 활동량이 급격하게 줄어들고 있는 현대인들의 삶의 질과 여가만족을 영위할 수 있도록 매우 효과성 및, 훌륭한 여가생활과 삶의 질의 통해서 발달 하고자 제시한다(윤옥주, 2017; 김은총, 2016).

(1) 신체적 효과

라틴댄스 및 모던 댄스를 종목별로 비교하였는데 삶과 체력을 증가 시키며, 유산소 운동능력을 발달시키는데 적정 운동도로 나타났다(정미송, 2004), 음악의 박자감과 운동수준을 제어하기 용이하기 때문에 모두 참여할 수 있는 종목이다(윤옥주, 2017; 김은총, 2016).

(2) 심리적 효과

댄스스포츠 수업의 공간에는 넓은 거울이 비치되어 있으므로, 자신의 모습 보고 동작과 고난이도 춤을 완벽하게 표현하기 위해 지속적인 노력이 필요한 것으로 나타난다(윤옥주, 2017). 또는 지속적인 댄스스포츠 교육은 신체 존중감 및 신체의식에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(박태경, 박주영 2003). 이는 동호인들이 자신감을 향상시키고, 댄스스포츠를 춤으로써 신체적 향상 대한 긍정적 영향을 미치고 있다(김은총, 2016).

(3) 사회적 효과

댄스스포츠는 사회 속에서 사회성을 기르며 사회에 나가기 전 준비하는 단계를 사람들에게 사회성 발달은 중요한 역할을 담당하고 있다(윤옥주, 2017). 댄스스포츠의 사회적 효과로는 상대방과 예의를 갖추며 남녀 한쌍으로 춤을 추기 때문에 서로에 대한 존중감을 가지며, 이성에 대한 건전한 사고를 가질 수 있다(전유나, 2011; 윤옥주, 2017; 민영남, 2016; 이태

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

인,2013).

2. 댄스스포츠 동호회

1) 댄스스포츠 동호회

댄스스포츠 동호회는 “스웨이”, “대즐스”, 대학생 동아리와 ”파인즈“, ”메디앙스“, ”댄솔릭“, ”CBM" 등의 20대 30대 직장인들, 40대부터는 부부 모임인 “와인클럽”, “파라클럽” 등이 예전부터 댄스스포츠의 건전한 활성화 방안을 모색하며 활동하고 있다(김종우, 2007).

2) 댄스스포츠 동호회의 특성

댄스스포츠 동호회는 춤을 좋아하는 동호인 활동을 하는 집단이며, 동호인 활동은 동일한 취미와 관심을 가지고 있는 구성원들이 공통의 관심이나 목표를 추구하기 위해 자발적으로 모이고, 언제 어디서든 활동 하는지를 말한다(문화체육부, 1994; 김종우, 2007; 최송화, 2012). 특히 댄스스포츠 동호인 활동은 유형에 따라 특정 댄스스포츠 종목을 구성원의 목표달성과 개인적 과업을 성취하기 위하여 직접적이고 연속적인 상호작용을 유지하며, 발전시키는 집단으로서 구성원간의 상호관계를 통하여 경기의 참가와 승리와 운동능력 향상, 그리고 댄스스포츠 활동을 통한 행복감을 추구하기도 한다(임번장, 1994; 최송화, 2012; 정대영, 2002; 진규창, 2005).

3) 댄스스포츠 동호인 활동의 중요성

댄스스포츠 동호인은 본인들이 하고 싶어 하는 춤은 여러 사람들과 함께 할 수 있는 기회가 제공된다(김종우, 2007; 임소희, 2006; 정대영, 2002). 이를 구체적으로 살펴보면 첫째, 모든 사람들을 위한 체육시설 이용의 증가 할 수 있다. 체육시설 확대를 위해서 무엇보다도 중요한 것은 여유로운 공간 갖추

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

는 것이다(김상진, 2012). 둘째, 댄스스포츠 동호인 본인 춤의 활동에 대한 흥미나 의욕이 본인의 차원에서 벗어나 증가시키기 위한 공동체적으로 마련해야지 중요성을 갖는다(김종우, 2007; 임소희, 2006). 셋째, 댄스스포츠 동호인 통한 생활체육의 연속적인 중요한 의미를 가지며, 본인의 체력이나 건강유지를 위해 노력하며 대인 관계를 가지며, 댄스스포츠 동호인 활동을 참여함으로서 자아를 키우고 사회관계를 가진다는 의미를 일부분으로 자리 잡게 하여 생활화 할 수 있도록 하는 중요성을 갖는다(김종우, 2007; 임소희, 2006).

3. 참여동기

동기란 유기체를 각성시키고 어떤 목표달성 설정하여 행동을 이끌어 가는 내적 지향세력인 want와 need다. 모든 사람들의 성격에는 일정한 방향으로 조직화하는 어떠한 힘들이 존재하고 있는데, 이러한 힘들은 추동 및 자극욕구와 같은 것이며, 본능과 같은 것도 포함되어 있고, 이러한 힘들을 동기라 한다(이미숙, 2010).

1) 내적동기

내적으로 동기화된 상태란 개인이 외부보상 없이 행복한 즐거움을 위해 스스로 활동에 참여하는 경우이다(이영민, 2005). 즉, 내적동기는 본인이 자발적으로 참여하여, 생성된 유능감과, 즐거움을 경험하고, 외적인 것이 없이 자발적으로 참여하여 환경을 지배하며, 환경에 효과를 미치려는 자기강화와 욕구 반영이라고 볼 수 있다(박세윤, 2006).

Vallerand(1992)는 내적동기를 단일 차원의 개념보다는 다차원적인 개념으로 이해해야 한다고 하였으며 3가지의 요소로 분류하여 정의하였다.

첫째, 어떠한 유형을 완벽하게 숙달하고 성취하려는 내적동기가 있고,

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

둘째, 내적동기를 통해 새로운 무엇인가를 알아내기 위해 호기심과 탐색을 하는 동안 경험하는 기쁨과 만족으로 수행되는 동기가 있다.

셋째, 아름다움이나 즐거움을 느끼기 위해 어떤 행동을 경험하려는 내적동기 등 3가지의 유형으로 정의할 수 있다.

국내의 선행연구들에 의하면, 양명환(1994), 이철화(1995), 정용각(1997)의 연구에서 수행되었던 성취감, 기술개발, 취미오락, 자기개발, 즐거움 지적, 교육적 동기등 다양한 요인들을 통해서 내적동기에 관한 연구가 진행되어 왔다.

2) 외적동기

외적으로 동기화된 상태란 상금, 건강, 과시 등의 외적보상이 필요하므로 자발적으로 활동에 참여하는 것이라고 할 수 있다(이영민, 2005). 외적동기는 목표달성으로 이용되거나 외부의 압박과 간섭으로 이루어진 행동을 외적동기라고 한다(박성한, 2009). 일반적으로 스포츠 활동에서 함께 할 수 있는 다른 사람을 필요로 하는 경우가 많으며 수행의 기준, 기술지도 리더십 등을 제공하고 여가활동을 위한 시설과 행사를 준비하는 등. 여러 측면에서 여가활동에 필수적이다(박유진, 2002).

4. 삶의 질

높은 경제, 문화적, 사회 변동은 각 자신만의 개인적 가치관과 삶의 목표를 체크하고 적절한 변화를 요구한다(정수정, 2008; 김은미, 2004). 즉, 모두 살아가는데 있어서 삶의 조건의경제와 사회적으로 변동에 있는 것에 근거하여 자기생활의 질적인 문제를 더욱 중요시 하는 계기가 되었기 때문이다(김은미, 2004).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

1) 삶의 질 개념

삶의 질 연구에 대한 역사적 흐름은 1950년대에 구미 각국을 중심으로 정치적 슬로건(slogan)으로 삶의 질 향상의 문제가 의견된 것을 알 수 있다(정수정, 2012; 김은미, 2004).

삶의 질의 개념은 세 가지로 나타 낼 수 있다. 첫째, 삶의 질을 객관적인 삶의 조건으로 나타내는 내용이다.

둘째, 삶의 질을 주관적, 심리적으로 나타내어 말하는데 삶의 질에 대한 개인의 정서적이거나 인지적 평가를 포함하는 주관적 만족감을 삶의 질로 나타낼 수 있다(Ying, 1992). 삶의 질을 객관적, 주관적인 것으로 구분하는 예를 들어 Schalock(1996)의 예를 들 수 있다. 또한, 객관적 지표들은 주로 외부적 및 환경적 요소들을 포함한다. 즉, 사회적지지 및 의료 , 주거생활의 수준, 교육, 지역사회 공공의 안정성, 이웃, 여가활동, 주택 및 등이 이에 속한다(이민호, 2003; 정윤하, 2007). 주관적 지표는 심리적인 안녕 또는, 개인적인 만족에 대한 한 개인의 평가들이 차지하고 있다(김은미, 2004).

셋째, 객관적, 주관적 측면을 정의함으로써 두 입장을 관여한다(Lane, 1994; Mackie et al 2002).

5. 여가만족

1) 여가의 개념

여가(Leisure)의 어원은 Latin어의 ‘리케레’(Licere)로 “일이나 직업으로부터 벗어나도록 허용된(to be free)” 이란 뜻을 나타내는 말이다.

여가는 사회적·개인적 측면에서 그 의미를 지닌다(원효리, 2014; 엄인숙, 2008). 여가의 개인적 의의는 심리적 안정 및 건강증진, 대인관계의 원만한 유지, 삶의 질적 내용의 충실, 새로운 생활양식에의 접근, 등으로 이해 할 수 있다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

이러한 여가는 두 가지의 의미가 내포되어 있는데, 하나는 즐거운 시간을 보내는 오락의 의미이며, 다른 하나는 피로와 압박감으로부터 휴식을 취함으로 미래의 재창조를 위한 에너지를 충전하는 창조적인 여가이다(엄인숙, 2008; 원효리, 2014).

2) 여가만족의 개념

여가만족은 여가생활을 통하여 나타나는 욕구의 충족 및 여가만족에 대한 자신의 감정 정도나 혹은 의식으로 정의할 수 있고, 정영린(1997)이 연구한 여가만족과 생활체육참가에 관한 연구에서 여가만족이 일반적인 상황이나 여가경험에 대하여 즐겁거나 행복해 하는 주관적인 지각을 의미하여 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 자신이 갖거나 형성하는 긍정적 인식이나, 감정으로 정의하고 있다(임번장 외 1995; 정연진, 1997). 즉 내적으로 동기 유발된 활동을 통하거나 또는 개인적으로 의미 있는 활동 나타나는 활동에 대한 표현을 만족 할 수 있는지 알 수 있다. 따라서 여가만족이란 긍정적인 여가태도를 형성 했을 때 높은 여가만족을 경험하고, 여가태도는 한번 형성하면 지속되는 특징을 지낸다.

여가만족에 대해 간단히 정리하면 여가활동을 함으로써 인지만족의 정도로 설명 하겠지만, 정의하기가 어렵거나 주관적 인 게 나타나는 것으로, 개인의 충족이나 기대를 함으로써 결정된다고 볼 수 있다(송원익, 2003; 김재희, 2013; 박용선, 2007; 채기석, 2010; 전석준, 2006).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 2020. 5. 1 - 6. 1일까지 전라남도 광주시에 거주하면서 댄스스포츠 활동에 참여하고 있는 민간 사설학원과, 문화센터, 평생교육원, 댄스스포츠 동호회에 가입되어 있는 회원 등의 참여자를 대상으로 비확률표본추출방법(nonprobability sampling) 중 편의 표집(Convenience sampling)을 이용하여 설문을 수집하였다.

본 연구의 목적으로 위한 조사는 설문 시행 전 해당 시설의 관리자들에게 양해를 구하여 지정받은 시간에 방문하여 실시할 것이며, 또한 설문에 앞서서 대상모두 설문조사의 목적과 방법 등을 충분히 설명을 하고나서, 대상자가 설문항목에 대해 직접 기재하는 자기평가기입법(self-administration method)으로 작성하고 바로 회수하여 직접 조사를 하였다.

총 305부의 설문지를 배포하여 회수하였으며, 회수된 설문지 중 결측치나 중복응답 등의 불성실하게 응답한 설문지 19부를 제외한 286부를 본 연구에 사용하였다. 수집된 자료의 인구통계학적 특성은 아래 <표 1>와 같다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 1 인구통계학적 특성

구분		빈도
성별	남	118
	여	168
연령	20대	99
	30대	71
	40대	56
	50대	60
학력	고등학교졸업 이하	11
	고등학교 졸업	73
	대학교 졸업(전문대포함)	146
	대학원 이상	55
소득	200만원 미만	41
	200 ~ 300만원	92
	300 ~ 400만원	81
	400만원 이상	72
참여 기간 (경력)	6개월 미만	68
	6개월이상 ~ 1년미만	48
	1년이상 ~ 2년미만	54
	2년이상 ~ 3년미만	57
	3년 이상	59
참여 빈도 (주간)	1회	64
	2~3회	74
	4~5회	90
	6회	23
	7회	35
참여 시간	1시간	88
	2시간	80
	3시간	61
	4시간	34
	5시간	23
총계		286

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 조사도구

본 연구에서는 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가 만족에 미치는 영향을 규명하기 위해 구조화된 설문지를 사용하였다.

표 2. 설문지 구성지표

요인	구성내용	문항수	문항번호	선행연구
개인적 특성	성별 연령 최종학력 월소득	4문항	1,2,3,4	윤옥주(2017)
참여정도	참여기간 참여빈도 참여시간	3문항	5,6,7	윤옥주(2017)
참여동기	내적동기 외적동기	13문항	8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20	윤옥주(2017)
삶의질	신체적 만족 심리적 만족 사회적 만족 환경경적 만족 교육적 만족	27문항	21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39,40,41,42,43,44,45,46,47	한지현(2005)
여가만족	심리적 사회적 신체적 교육적	14문항	48.49,50,51,52,53,54,55,56,57,58,59,60,61	윤옥주(2017)
		61문항		

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

설문지에 포함된 척도는 국내외에서 타당도와 신뢰도를 인정받은 설문지를 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 설문지의 구성에서 인구학적 특성은 성별, 연령, 최종학력, 월 소득에 관한 4문항, 참가자의 댄스스포츠 참여정도를 나타내는 참여기간, 참여빈도, 참여시간에 3문항, 참여동기 13문항, 삶의 질 27문항, 여가만족 14문항으로 총 61문항으로 구성하였다. 본 연구에서 사용 척도는 참여동기, 삶의 질, 여가만족 변인 모두 '전혀 그렇지 않다 1점', '그렇지 않다 2점', '보통이다 3점', '그렇다 4점', '매우 그렇다 5점'의 5점 Likert 척도를 사용하였다. 구체적인 설문지 구성내용은 다음과 같다(윤옥주, 2017).

1) 인구통계학적 특성

연구 대상자의 인구통계학적 특성 설문지는 윤옥주(2017)의 설문지를 번안하여 사용하였다. 본 연구에서는 성별, 연령, 최종학력, 월 소득 총 4문항으로 구성하였다. <표3>

표 3. 연구대상자의 인구통계학적 특성

변수	구분
성별	남자
	여자
연령	20세~29세
	30세~39세
	40세~49세
	50세~59세
최종학력	고졸미만
	고졸
	대졸(전문대포함)
	대학원이상
월소득	200만원미만
	200~300만원미만
	300~400만원미만
	400만원이상

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2)참여정도의 특성

댄스스포츠 참여자의 참여정도를 확인하기 위해 다음과 같은 문항으로 구성하였다. 참여기간, 참여빈도, 참여시간 세 부분으로 나누어 측정하였다.

표 4. 연구대상자의 참여정도의 특성

변수	구분
참여기간	6개월 미만
	6개월 이상~1년 미만
	1년 이상~2년 미만
	2년 이상~3년 미만
	3년 이상
참여빈도	주 1회 실시
	주 2~3회 실시
	주 4~5회 실시
	주 6회 실시
	주 7회 실시
참여시간	1시간 실시
	2시간 실시
	3시간 실시
	4시간 실시
	5시간 이상

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3)참여동기

참여동기의 설문지는 Vallerland와 Bissonnett(1992)의 SMS(Sport Motivation Scale)를 박경호(2002) 윤옥주(2017), 등이 번안하여 사용한 설문지를 활용하였다. 관련된 연구 내용과 검사지로 사용된 문항을 이 연구의 목적과 대상에게 맞도록 수정·보완하여 구성하였다. 내적 동기 7문항, 외적 동기 6문항, 총 13문항으로 구성하였다.

4) 삶의질

본 설문지에 사용된 '삶의 질의 척도'는 Wingo(1977)에 의하여 규정된 지표를 설문 기초로 하여 이종길(1992), 원형증(1994), 정영린(1997), 이명옥(1999), 이경옥(2000)등 표준화한 것을 수정·보완하여 사용 할 것이다. 이척도는 삶의 질 5개의 하부영역인 신체적 만족, 심리적 만족, 사회적 만족, 환경적 만족, 교육적 만족으로 분류한 27문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 5개의 하부영역 총 27문항을 사용하였다.

5) 여가만족

여가만족 설문지는 기존 선행연구에서 사용한 설문 문항을 본 연구에 맞게 수정·보완하여 사용할 것이다. 설문지구성으로는 심리적 7문항, 사회적 3문항, 신체적 2문항, 교육적 2문항, 총 14문항으로 구성하였다(김성훈, 2006; 노동연, 2005; 이화영, 2007; 윤옥주, 2017).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 측정도구의 타당도 및 신뢰도

설문지의 타당도를 검증하기 위해 광주광역시 댄스스포츠 동호인들의 참여하는 305명을 대상으로 타당도 분석은 변수들이 각각 분리되어 고유한 특성을 측정하고 있는지를 파악하는 것으로, 측정변수에 관련된 요인들이 잘 묶여있는지를 검증하기 위한 분석이다. 본 연구에서는 요인별 변수들의 타당도를 검증하기 위해 탐색적 요인분석(Exploratory Factor analysis)을 실시하였다.

탐색적 요인분석이란 많은 수의 변수들이 가지고 있는 정보를 몇 개의 잠재적 요인에 의하여 설명하고자 하는 분석 기법이고, 이를 통해 변수들을 축소하고, 불필요한 변수를 제거함으로써 변수들의 특성을 파악하고, 측정도구로서의 타당성(validity)을 확인할 수 있다.

공통요인분석으로 최소제곱법을 통해 요인을 추출하였으며, 하위요인이 2개 이상인 경우 이를 식별하기 위해 사각회전인 오블리민(oblimin)회전을 사용하였다. 추출한 요인 수를 정하는 방법으로서 Horn이 제시한 평행분석을 사용하였다. 평행분석은 표본 자료의 고유값과 무선 자료의 고유값을 비교하여 요인의 수를 추정하는 방법으로서, 고유값 1을 기준으로 삼는 카이저 방법이나 스크리검사보다 더 이론적으로 타당한 방법으로 평가받는다(임상돈, 장승민, 2017). 요인 적재치와 공통성은 .4 이상인 문항들을 사용하였고, 요인 2개 이상에 .4이상으로 중복적재 되거나 공통성 .4미만의 문항은 제거하였다(Hair, J.F., Anderson, R.E., Tatham, R.L., & Black, W.C. 1995.; Hyuncheol Kang, 2013). 신뢰도분석은 내적일관성 확인방법인 Cronbach's α를 이용하였고 Nunally(1970)가 제시한 기준인 .7 미만이거나 문항제거시 Cronbach's α값이 증가하는 경우 해당 문항을 제거하였다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

1)참여동기

참여동기는 최초 13문항으로 구성하였으나 신뢰도 및 타당도를 저해하는 것으로 나타난 참여동기 7번 문항을 제거하였고, 최종 2개의 하위요인을 추출하였다.

변수들 간의 상관성을 나타내는 KMO지수가 .949로 나타나 요인분석에 따른 변수 선정이 매우 적절한 것으로 나타났으며, Bartlett의 구형성검정(χ^2=2108, df=66, p<.001)도 의미있게 나타나 상관행렬이 단위행렬이라는 귀무가설이 기각되어 요인분석이 적합하였음을 알 수 있었다. 참여동기의 하위 2개 요인을 설명하는 누적비율은 59.4로 나타났으며, 각 요인별 Cronbach's α은 내적동기 .888, 외적동기 .901로 나타나 타당성과 신뢰성에 문제가 없음을 확인하였다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 5 참여동기 신뢰도 및 요인분석 결과

문항	외적동기	내적동기	공통성
댄스스포츠 운동을 통해 나의 신체적 능력을 시험해 볼 수 있다.	.884	-.068	.689
댄스스포츠 운동은 체중조절에 도움이 된다.	.837	-.022	.672
댄스스포츠 운동은 체력향상에 도움이 된다.	.731	.059	.607
댄스스포츠 운동은 건강한 삶을 사는데 도움을 준다.	.712	.020	.530
댄스스포츠 운동을 통해서 내 실력을 다른 사람에게 보여줄 수 있는 기회가 된다.	.703	.098	.615
댄스스포츠 운동을 통하여 새로운 친구를 사귈 기회를 갖는다.	.581	.166	.520
댄스스포츠 운동을 하는 동안 마음이 편안하다.	-.090	.901	.689
댄스스포츠 운동은 휴식을 취하는데 도움을 준다.	.020	.754	.593
댄스스포츠 운동을 통해 자신감을 얻는다.	.078	.675	.546
댄스스포츠 운동을 통해 새로운 운동기술을 수행해냈을 때 오는 흥분감 때문에 한다.	.263	.519	.557
댄스스포츠 운동은 매우 재미있다.	.315	.484	.579
댄스스포츠 운동은 새로운 것을 시도해볼 수 있는 기회를 제공한다.	.288	.474	.527
Cronbach's α	.888	.901	
고유치	4.07	3.06	
분산(%)	33.9	33.9	
누적분산(%)	25.5	59.4	
KMO=.949, χ^2(df=66)=2108, sig<.001			

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 삶의 질

삶의 질은 최초 27문항으로 구성하였으나 신뢰도 및 타당도를 저해하는 것으로 나타난 삶의 질 6번(신체적 6번) 문항을 제거하였고, 최종 5개의 하위요인을 추출하였다. 변수들 간의 상관성을 나타내는 KMO지수가 .940로 나타나 요인분석에 따른 변수 선정이 매우 적절한 것으로 나타났으며, Bartlett의 구형성검정(χ^2=4096, df=325, p<.001)도 의미있게 나타나 상관행렬이 단위행렬이라는 귀무가설이 기각되어 요인분석이 적합하였음을 알 수 있었다. 참여동기의 하위 5개 요인을 설명하는 누적비율은 55.11로 나타났으며, 각 요인별 Cronbach's α은 신체적 .882, 사회적 .882, 교육적 .844, 환경적 .848, 심리적 .814로 나타나 타당성과 신뢰성에 문제가 없음을 확인하였다.

표 6 삶의 질 신뢰도 및 요인분석 결과

문항	신체적	사회적	교육적	환경적	심리적	공통성
댄스스포츠를 통해서 유연성이 좋아진다.	.719	-.055	.033	.006	.112	.590
댄스스포츠를 통해서 균형감각(중심 유지)이 좋아진다.	.655	.102	.060	.011	-.109	.502
댄스스포츠를 통해서 체력이 증진된다.	.631	-.045	-.122	.073	.197	.481
댄스스포츠는 아름다운 신체를 만들어준다.	.589	.107	-.023	.086	.059	.512
댄스스포츠는 몸 전체 근육의 균형적인 사용을 하게한다.	.586	.116	.082	-.030	.006	.480
댄스스포츠를 통하여 운동신경 개발에 효과가 있다.	.539	.184	.066	.049	-.047	.492
댄스스포츠는 활기차고 지속적인 움직임을 유도하게 한다.	.517	.049	.168	.031	.017	.459
댄스스포를 통하여 심폐기능이 향상된다.	.488	.181	.186	.049	-.066	.531
댄스스포츠는 사회적 참여 및 적응력을 향상 시켜준다.	.149	.748	-.026	.053	-.045	.683
댄스스포츠는 원만한 인간관계가 형성된다.	-.019	.640	.034	.067	.154	.588
댄스스포츠는 타인과의 관계 속에서 사려깊게 행동하여 사교성이 증진된다.	.013	.615	.082	.017	.173	.602
댄스스포츠를 통해 협동심과 친교를 느끼게 한다.	.159	.585	.121	.034	-.001	.611
댄스스포츠를 통해 건전하고 밝은 생활을 하게 된다.	.099	.470	.059	.116	.215	.583

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

댄스스포츠 수업 진도 내용에 만족한다.	-.073	.069	.749	.109	.051	.703
댄스스포츠 지도자의 시범에 만족한다.	.152	-.065	.687	.007	-.021	.544
댄스스포츠 지도자의 통솔력에 만족한다.	.186	-.124	.577	.172	-.005	.544
댄스스포츠를 통해 리듬감을 고취시켜 다른 춤에 쉽게 접근할 수 있는 능력을 배양한다.	-.012	.139	.530	-.061	.196	.451
댄스스포츠 기능 습득에 만족한다.	.044	.216	.526	.032	.034	.539
댄스스포츠를 하는 시설 및 장소는 쾌적하다.	.050	-.022	-.067	.800	.127	.676
댄스스포츠 교육시 기자재 활용에 만족한다.	-.108	.226	.119	.724	-.110	.722
댄스스포츠를 하는 시설 및 장소는 흥미를 갖게 한다.	.116	-.094	.110	.723	-.012	.648
댄스스포츠는 스트레스 해소에 도움이 된다.	.120	.112	-.020	.089	.539	.485
댄스스포츠는 즐거움을 느끼게 한다.	.089	.133	.196	-.060	.471	.458
댄스스포츠를 통해 생활에 활력을 얻는다.	.118	.094	.075	.207	.435	.504
댄스스포츠는 정서적 안정을 갖게 한다.	.045	.170	.194	.079	.429	.502
댄스스포츠는 나로 하여금 자부심과 성취감을 느끼게 한다.	.122	.157	.157	-.003	.402	.433
Cronbach's α	.882	.882	.844	.848	.814	
고유치	3.89	3.21	2.99	2.35	1.88	
분산(%)	14.98	12.35	11.51	9.03	7.24	
누적분산(%)	14.98	27.33	38.84	47.87	55.11	
KMO=.940, χ^2(df=325)=4096, sig<.001						

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 여가만족

여가만족은 최초 14문항으로 구성하였으나 신뢰도 및 타당도를 저해하는 것으로 나타난 여가만족 6, 7번(심리적요인 6, 7번) 두 문항을 제거하였고, 최종 4개의 하위요인을 추출하였다. 변수들 간의 상관성을 나타내는 KMO지수가 .902로 나타나 요인분석에 따른 변수 선정이 매우 적절한 것으로 나타났으며, Bartlett의 구형성검정(χ^2=1801, df=66, p<.001)도 의미있게 나타나 상관행렬이 단위행렬이라는 귀무가설이 기각되어 요인분석이 적합하였음을 알 수 있었다. 참여동기의 하위 5개 요인을 설명하는 누적비율은 63.64로 나타났으며, 각 요인별 Cronbach's α은 심리적 .853, 사회적 .844, 교육적 .834, 환경적 .758로 나타나 타당성과 신뢰성에 문제가 없음을 확인하였다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 7 여가만족 신뢰도 및 요인분석 결과

문항	심리적	사회적	신체적	교육적	공통성
댄스스포츠를 통해서 많은 행복감을 느끼고 있다.	.808	-.020	-.001	.036	.656
나의 댄스스포츠 활동에 자부심을 느낀다.	.755	-.084	-.034	.113	.538
댄스스포츠 시간이 항상 기다려진다.	.572	.169	.107	-.126	.513
나는 댄스스포츠에 심취하고 있는 것 같다.	.505	.198	.171	-.059	.560
내가 하고 있는 댄스스포츠는 매우 재미있다.	.504	.192	.114	-.007	.524
나와 함께 댄스스포츠를 즐기는 사람들은 친절하며 사교성이 좋다.	.084	.781	-.041	-.077	.608
댄스스포츠를 즐김으로써 사람들과 좋은 유대관계를 가질 수 있다.	-.049	.778	.075	.081	.698
댄스스포츠를 즐김으로써 새로운 문화를 배울 수 있는 기회가 생긴다.	.009	.746	-.008	.103	.648
댄스스포츠를 하고나면 몸이 개운해진다.	-.020	-.031	.933	.003	.819
댄스스포츠는 체력 증진에 도움이 된다.	.058	.034	.726	.030	.638
댄스스포츠를 통해 나의 신체적 능력을 평가할 수 있다.	.020	.031	.026	.906	.888
댄스스포츠를 함으로써 여러 가지 지식을 많이 얻고 있다.	.204	.273	.063	.360	.545
Cronbach's α	.853	.844	.834	.758	
고유치	2.496	2.32	1.68	1.15	
분산(%)	20.74	19.30	13.99	9.61	
누적분산(%)	20.74	40.04	54.03	63.64	

KMO=.902, χ^2(df=66)=1801, sig<.001

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4. 연구절차

본 연구는 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향에 대하여 알아보기 위해 국내·외 선행연구 및 문헌 고찰을 통해 연구계획을 수립하였다. 이후 연구의 동향을 분석하여 설문내용의 적합성 및 설문 문항의 적용 가능성을 검토하였다. 다음 사전검사를 하여 신뢰도와 타당도의 측정을 거쳐 설문지를 배포하기 전, 설문의 목적과 내용에 대하여 연구책임자가 설명한 후, 설문에 자가평가기입법을 통해 설문을 진행하였으며 총 305부를 회수하였다. 회수된 설문지는 Excel을 이용해 입력하였고, 자료처리 및 통계분석 작업을 거쳐 연구 문제를 검증하였다.

5. 자료분석

본 연구는 전라남도 광주광역시에서 실시한 설문을 통해 회수된 305부 응답 중 불성실 및 무성의한 자료 19부를 제외한 286부의 유효 표본을 통계패키지 프로그램 SPSS 26.0 버전을 이용하여 연구목적에 따라 분석하였다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따른 댄스스포츠 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 차이를 알아보기위해 일원변량분석(One-Way ANOVA)을 실시하였고 의미있는 차이가 있다고 나타난 요인은 구체적인 집단간 차이 확인을 위해 Tukey 방법으로 사후검정을 수행하였다.

둘째, 변인들 간의 관련성을 확인하기 위해 상관관계분석을 실시하였다.

셋째, 댄스스포츠 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

넷째, 삶의 질이 여가만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅳ. 결과

본 연구는 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 규명하기 위하여 광주광역시에 살고 있는 20대-50대의 성인을 대상으로 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 인구통계학적 특성에 따른 댄스스포츠의 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 차이 검증

1) 성별에 따른 차이 검증

성별에 따른 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 차이를 확인하기 위해 독립표본 t-검증을 수행한 결과는 다음과 같다. <표 8>

표 8 성별에 따른 차이 검증 결과

구분		성별	N	M	SD	t	p
참여동기	내적동기	남자	118	4.070	.667	2.372	.018*
		여자	168	3.880	.693		
	외적동기	남자	118	4.070	.708	.964	.336
		여자	168	3.990	.704		
삶의 질	신체적	남자	118	4.170	.594	2.031	.043*
		여자	168	4.020	.596		
	사회적	남자	118	4.180	.652	2.252	.025*
		여자	168	4.000	.704		
	교육적	남자	118	4.140	.626	1.795	.074
		여자	168	4.000	.631		
	환경적	남자	118	3.920	.831	1.385	.167
		여자	168	3.780	.849		
	심리적	남자	118	4.130	.593	1.395	.164
		여자	168	4.030	.593		
여가만족	심리만족	남자	118	4.140	.622	2.710	.007**
		여자	168	3.930	.659		
	사회만족	남자	118	4.160	.628	1.730	.085
		여자	168	4.020	.735		
	신체만족	남자	118	4.190	.731	1.606	.109
		여자	168	4.050	.734		
	교육만족	남자	118	4.140	.756	1.308	.192
		여자	168	4.010	.777		

* $p<.05$, ** $p<.01$

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

먼저 참여동기를 하위 요인별로 살펴보면 내적동기에서 통계적으로 유의한 차이가 발생하였는데 남자(M=4.070)가 여자(M=3.880)에 비해 높은 내적동기를 가졌으며, 외적동기는 성별간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다.

삶의 질의 하위요인에서 차이가 나는지 살펴보면 신체적 삶의질과 사회적 삶의 질에서 남녀간 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 신체적 삶의 질에서 남자(M=4.170)가 여자(M<=4.020)에 비해 높으며, 사회적 삶의 질에서 남자(M=4.180)가 여자(M=4.000)보다 높은 것으로 나타났다. 교육적, 환경적, 심리적 삶의질은 성별간 유의한 차이가 발생하지 않았다.

여가만족의 하위요인에서 차이가 나는지 살펴보면 심리적 여가만족에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 심리적 여가만족에서 남자(M=4.140)가 여자(M=3.930)보다 높은 것으로 나타났으며, 이외에 사회적, 신체적, 교육적 여가만족에서는 성별간 유의한 차이가 나타나지 않았다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 참여기간에 따른 차이 검증 결과

참여기간에 따른 요인들의 차이를 확인하기 위해 일원변량분석(One-way ANOVA)를 수행한 결과는 <표 9>와 같다.

표 9 참여기간에 따른 차이 검증 결과

구분			N	M	SD	F	p	post-hoc
참여동기	내적동기	6개월미만	68	3.640	.804	6.140	<.001***	a < c,d,e
		6월~1년	48	3.930	.604			
		1년~2년	54	4.060	.620			
		2년~3년	57	4.030	.653			
		3년이상	59	4.190	.578			
	외적동기	6개월미만	68	3.680	.795	5.810	<.001***	a < c,d,e
		6월~1년	48	4.030	.651			
		1년~2년	54	4.160	.613			
		2년~3년	57	4.100	.713			
		3년이상	59	4.190	.591			
삶의 질	신체적	6개월미만	68	3.870	.638	4.330	.002**	a < e
		6월~1년	48	4.040	.511			
		1년~2년	54	4.130	.529			
		2년~3년	57	4.090	.626			
		3년이상	59	4.300	.584			
	사회적	6개월미만	68	3.830	.744	3.000	.019*	a <c,d
		6월~1년	48	4.100	.627			
		1년~2년	54	4.170	.574			
		2년~3년	57	4.190	.613			
		3년이상	59	4.140	.780			
	교육적	6개월미만	68	3.810	.746	3.630	.007**	a < b,c,d
		6월~1년	48	4.160	.484			
		1년~2년	54	4.150	.522			
		2년~3년	57	4.130	.585			
		3년이상	59	4.090	.672			
	환경적	6개월미만	68	3.690	.809	1.100	.357	
		6월~1년	48	3.900	.738			
		1년~2년	54	3.980	.784			
		2년~3년	57	3.900	.904			
		3년이상	59	3.790	.942			
	심리적	6개월미만	68	3.940	.627	1.300	.270	
		6월~1년	48	4.090	.563			
		1년~2년	54	4.090	.589			
		2년~3년	57	4.120	.549			
		3년이상	59	4.170	.619			

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

여가만족	심리만족	6개월미만	68	3.830	.684	2.950	.020*	a < c
		6월~1년	48	3.910	.605			
		1년~2년	54	4.150	.551			
		2년~3년	57	4.100	.647			
		3년이상	59	4.120	.695			
	사회만족	6개월미만	68	3.820	.697	3.150	.015*	a < d,e
		6월~1년	48	4.150	.607			
		1년~2년	54	4.130	.680			
		2년~3년	57	4.180	.658			
		3년이상	59	4.180	.756			
	신체만족	6개월미만	68	3.930	.748	1.360	0.247	
		6월~1년	48	4.140	.650			
		1년~2년	54	4.160	.665			
		2년~3년	57	4.180	.816			
		3년이상	59	4.190	.754			
	교육만족	6개월미만	68	3.800	.703	3.430	.009**	a < e
		6월~1년	48	4.050	.731			
		1년~2년	54	4.150	.828			
		2년~3년	57	4.090	.835			
		3년이상	59	4.280	.684			

* p<.05, ** p<.01 *** p<.001

참여기간에 따른 차이를 구체적으로 살펴보면 삶의 질의 하위요인인 환경적(F=1.100), 심리적(F=1.300) 삶의질과 여가만족의 하위요인인 신체적 여가만족(F=1.350)에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이를 제외한 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 하위요인에서 참여기간에 따른 유의한 차이가 발생하였다.

참여동기의 하위요인인 내적동기와 외적동기는 참여기간이 1년미만의 동호인보다 1년이상의 동호인들이 큰 것으로 나타났다. 삶의 질의 하위요인인 신체적 삶의 질에서 6개월 미만 동호인보다 3년이상 동호인이, 사회적 삶의 질에서 6개월 미만 동호인보다 1년 이상 동호인이, 교육적 삶의 질에서 6개월 미만 동호인보다 6개월 이상의 동호인이 통계적으로 높은 것으로 나타났다. 여가만족의 하위요인에서도 비슷한 결과가 도출되었는데 6개월 미만 동호인보다 1년이상의 동호인이 심리적 여가만족이 높았으며, 사회적 여가만족은 6개월 미만 동호인보다 2년이상 동호인이, 교육적 여가에서 6개월미만 동호인보다 3년이상 동호인이 통계적으로 높은 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 10 참여빈도에 따른 차이 검증 결과

구분			N	M	SD	F	p	post-hoc
참여동기	내적동기	주1회	64	3.650	.889	7.480	<.001**	a,e < b,c
		주 2~3회	74	4.110	.534			
		주 4~5회	90	4.140	.627			
		주 6회	23	3.970	.543			
		주 7회	35	3.710	.538			
	외적동기	주1회	64	3.700	.867	7.400	<.001**	a,e < b,c
		주 2~3회	74	4.160	.567			
		주 4~5회	90	4.210	.650			
		주 6회	23	4.050	.580			
		주 7회	35	3.790	.605			
삶의 질	신체적	주1회	64	3.800	.660	7.710	<.001**	a,e < b,c
		주 2~3회	74	4.220	.536			
		주 4~5회	90	4.240	.569			
		주 6회	23	4.090	.471			
		주 7회	35	3.890	.536			
	사회적	주1회	64	3.750	.839	6.070	<.001**	a,e < b,c
		주 2~3회	74	4.170	.556			
		주 4~5회	90	4.260	.660			
		주 6회	23	4.070	.640			
		주 7회	35	3.990	.528			
	교육적	주1회	64	3.760	.748	5.760	<.001**	a < b,c
		주 2~3회	74	4.140	.492			
		주 4~5회	90	4.220	.651			
		주 6회	23	4.040	.553			
		주 7회	35	4.020	.477			
	환경적	주1회	64	3.760	.891	2.990	.019*	e < b,c
		주 2~3회	74	3.960	.701			
		주 4~5회	90	3.930	.789			
		주 6회	23	3.940	.827			
		주 7회	35	3.440	1.053			
	심리적	주1회	64	3.870	.638	4.690	.001**	a,e< b
		주 2~3회	74	4.200	.513			
		주 4~5회	90	4.180	.561			
		주 6회	23	4.150	.487			
		주 7회	35	3.870	.690			

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

여가만족	심리만족	주1회	64	3.740	.687	4.200	.003**	a < b,c
		주 2~3회	74	4.120	.598			
		주 4~5회	90	4.140	.686			
		주 6회	23	4.000	.575			
		주 7회	35	4.010	.518			
	사회만족	주1회	64	3.820	.783	4.900	<.001***	a< b,c
		주 2~3회	74	4.140	.617			
		주 4~5회	90	4.270	.618			
		주 6회	23	4.140	.828			
		주 7회	35	3.900	.624			
	신체만족	주1회	64	3.850	.871	3.120	.015*	a < b
		주 2~3회	74	4.260	.604			
		주 4~5회	90	4.160	.767			
		주 6회	23	4.040	.656			
		주 7회	35	4.190	.570			
	교육만족	주1회	64	3.950	.855	2.660	.033*	e < c
		주 2~3회	74	4.170	.653			
		주 4~5회	90	4.190	.685			
		주 6회	23	4.020	.959			
		주 7회	35	3.770	.826			

* p<.05, ** p<.01 *** p<.001

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 참여빈도에 따른 차이 검증 결과

참여빈도에 따른 차이를 구체적으로 살펴보면 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 모든 하위요인에서 참여빈도에 따른 유의한 차이가 발생하였다.

참여동기의 하위요인인 내적동기와 외적동기는 참여기간이 주1회와 주7회 동호인보다 주2~5회 동호인들이 큰 것으로 나타났다. 삶의 질의 하위요인인 신체적, 사회적 삶의 질에서 주1회와 주7회 동호인보다 주2~3회 동호인이, 교육적 삶의 질에서 주1회 동호인보다 주2~5회 동호인이, 환경적 삶의 질에서 주7회 동호인보다 주2~5회 동호인이, 심리적 환경질에서 주1회와 주7회 동호인보다 주2~3회 동호인이 높은 것으로 나타났다. 여가만족의 하위요인에서 주1회 동호인보다 주2~5회 동호인이 심리적, 사회적 여가만족이 높았으며, 신체적 여가만족은 주1회 동호인보다 주 2~3회 동호인이, 교육만족에서 주7회 동호인보다 주 4~5회 동호인이 통계적으로 높은 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 참여시간에 따른 차이 검증 결과

표 11 참여시간에 따른 차이 검증 결과

구분			N	M	SD	F	p	post-hoc
참여동기	내적동기	1시간	88	3.830	.793	2.066	.085	
		2시간	80	4.050	.719			
		3시간	61	4.110	.610			
		4시간	34	3.910	.466			
		5시간	23	3.850	.517			
	외적동기	1시간	88	3.850	.825	2.810	.026*	a<c
		2시간	80	4.040	.674			
		3시간	61	4.230	.614			
		4시간	34	4.070	.599			
		5시간	23	3.970	.557			
삶의 질	신체적	1시간	88	4.010	.596	1.374	.243	
		2시간	80	4.150	.576			
		3시간	61	4.170	.631			
		4시간	34	4.040	.550			
		5시간	23	3.910	.641			
	사회적	1시간	88	4.030	.730	.441	.779	
		2시간	80	4.110	.709			
		3시간	61	4.160	.700			
		4시간	34	4.010	.593			
		5시간	23	4.030	.563			
	교육적	1시간	88	3.980	.700	1.144	.336	
		2시간	80	4.130	.629			
		3시간	61	4.140	.564			
		4시간	34	3.950	.625			
		5시간	23	3.990	.524			
	환경적	1시간	88	3.740	.883	.835	.504	
		2시간	80	3.910	.750			
		3시간	61	3.890	.888			
		4시간	34	3.750	.918			
		5시간	23	4.000	.759			
	심리적	1시간	88	4.020	.552	.649	.628	
		2시간	80	4.110	.577			
		3시간	61	4.160	.615			
		4시간	34	4.030	.739			
		5시간	23	4.040	.526			

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

여가만족	심리만족	1시간	88	3.960	.634	.462	.763
		2시간	80	4.060	.669		
		3시간	61	4.070	.713		
		4시간	34	4.020	.613		
		5시간	23	3.920	.565		
	사회만족	1시간	88	4.010	.692	.707	.588
		2시간	80	4.110	.706		
		3시간	61	4.140	.700		
		4시간	34	4.160	.632		
		5시간	23	3.940	.763		
	신체만족	1시간	88	4.020	.823	1.462	.214
		2시간	80	4.110	.729		
		3시간	61	4.290	.704		
		4시간	34	4.130	.594		
		5시간	23	3.960	.620		
	교육만족	1시간	88	3.980	.795	.552	.698
		2시간	80	4.080	.731		
		3시간	61	4.160	.854		
		4시간	34	4.040	.678		
		5시간	23	4.130	.711		

* $p<.05$

참여시간에 따른 요인들간 차이는 참여동기의 하위요인인 외적동기(F=2.810) 외에 나머지 모든 요인에서 차이가 없는 것으로 나타났다. 참여동기의 하위요인인 외적동기에서 구체적으로 집단간 비교를 해보면 1시간 참여하는 동호인보다 3시간 참여하는 동호인이 높은 외적동기를 가지는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 상관관계 분석

댄스스포츠 동호인의 참여동기, 삶의 질, 여가만족의 변인들 간의 관련성을 확인하기 위해 Pearson 적률 상관분석을 수행한 결과는 <표 12>와 같다.

표 12 Pearson 상관계수

변인	요인	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	Ⅴ	Ⅵ	Ⅶ	Ⅷ	Ⅸ	Ⅹ	Ⅺ
참여동기	내적동기	1.000										
	외적동기	.792**	1.000									
삶의 질	신체적	.723**	.751**	1.000								
	사회적	.603**	.617**	.669**	1.000							
	교육적	.622**	.636**	.632**	.653**	1.000						
	환경적	.511**	.563**	.526**	.551**	.612**	1.000					
	심리적	.593**	.624**	.651**	.702**	.599**	.505**	1.000				
여가만족	심리만족	.619**	.641**	.690**	.706**	.700**	.594**	.700**	1.000			
	사회만족	.563**	.582**	.611**	.668**	.612**	.549**	.549**	.652**	1.000		
	신체만족	.503**	.519**	.539**	.549**	.526**	.343**	.571**	.600**	.513**	1.000	
	교육만족	.506**	.540**	.603**	.535**	.499**	.430**	.508**	.571**	.615**	.493**	1.000

** p<.01

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 여가만족에 미치는 영향 검증

1) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향

표 13 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향

모형		여가만족 (심리적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.397	.177	-	7.890	<.001**	-
	내적동기	.283	.069	.299	4.110	<.001**	2.680
	외적동기	.373	.067	.404	5.570	<.001**	2.680
R^2=.444, $adj.R^2$=.440, F(2,283)=113(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 심리적 여가만족에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=4.110, p<.001, β=.299), 외적동기(t=5.570, p<.001, β=.404)가 심리적 여가만족에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=113, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 44.4%(R^2=.444)로 나타났다. 외적동기(β=.404)가 내적동기(β=.299)보다 심리적 여가만족에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향

표 14 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향

모형		여가만족 (사회적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.536	.202	-	7.620	<.001**	-
	내적동기	.278	.078	.275	3.550	<.001**	2.680
	외적동기	.359	.076	.364	4.700	<.001**	2.680
R^2=.367, $adj.R^2$=.362, F(2,283)=82(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 사회적 여가만족에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=3.550, p<.001, β=.275), 외적동기(t=4.700, p<.001, β=.364)가 사회적 여가만족에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=82, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 36.7%(R^2=.367)로 나타났다. 외적동기(β=.364)가 내적동기(β=.275)보다 사회적 여가만족에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향

표 15 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향

모형		여가만족 (신체적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.713	.225	-	7.600	<.001**	-
	내적동기	.263	.086	.246	3.000	<.001**	2.680
	외적동기	.338	.085	.324	3.960	<.001**	2.680
R^2=.292, $adj.R^2$=.287, F(2,283)=58.4(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 신체적 여가만족에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=3.000, p<.001, β=.246), 외적동기(t=3.690, p<.001, β=.324)가 신체적 여가만족에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=58.4, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 29.2%(R^2=.292)로 나타났다. 외적동기(β=.324)가 내적동기(β=.246)보다 신체적 여가만족에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향

표 16 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향

모형		여가만족 (심리적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.497	.233	-	6.420	<.001**	-
	내적동기	.236	.091	.211	2.600	.010*	2.680
	외적동기	.407	.088	.373	4.600	<.001**	2.680
R^2=.308, $adj.R^2$=.303, F(2,283)=63(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

참여동기가 교육적 여가만족에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=2.600, p=.010, β=.211), 외적동기(t=4.600, p<.001, β=.373)가 교육적 여가만족에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=63, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 30.8%(R^2=.308)로 나타났다. 외적동기(β=.373)가 내적동기(β=.211)보다 심리적 여가만족에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4. 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 삶의 질에 미치는 영향 검증

1) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향

표 17 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (신체적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (신체적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.264	.137	-	9.250	<.001**	-
	내적동기	.300	.053	.345	5.660	<.001**	2.680
	외적동기	.405	.052	.478	7.830	<.001**	2.680
R^2=.608, $adj.R^2$=.650, F(2,283)=219(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 신체적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=5.660, p<.001, β=.345), 외적동기(t=7.830, p<.001, β=.478)가 신체적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=219, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 60.8%(R^2=.608)로 나타났다. 외적동기(β=.478)가 내적동기(β=.345)보다 신체적 삶의 질에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향

표 18 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (사회적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (사회적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.395	.192	-	7.280	<.001**	-
	내적동기	.308	.074	.308	4.140	<.001**	2.680
	외적동기	.364	.073	.373	5.010	<.001**	2.680
R^2=.416, $adj.R^2$=.412, F(2,283)=101(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 사회적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=4.140, p<.001, β=.308), 외적동기(t=5.010, p<.001, β=.373)가 사회적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=101, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 41.6%(R^2=.416)로 나타났다. 외적동기(β=.373)가 내적동기(β=.308)보다 사회적 삶의 질에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향

표 19 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (교육적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (교육적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.519	.172	-	8.830	<.001**	-
	내적동기	.291	.067	.318	4.370	<.001**	2.680
	외적동기	.344	.065	.384	5.280	<.001**	2.680
R^2=.442, $adj.R^2$=.438, F(2,283)=112(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 교육적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=4.370, p<.001, β=.318), 외적동기(t=5.280, p<.001, β=.384)가 교육적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=112, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 44.2%(R^2=.442)로 나타났다. 외적동기(β=.384)가 내적동기(β=.318)보다 교육적 삶의 질에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (환경적)에 미치는 영향

표 20 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (환경적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (환경적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	.955	.252	-	3.790	<.001**	-
	내적동기	.216	.098	.176	2.210	.028*	2.680
	외적동기	.505	.010	.423	5.300	<.001**	2.680
R^2=.328, $adj.R^2$=.323, F(2,283)=69.1(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

참여동기가 환경적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=2.210, p=.028, β=.176), 외적동기(t=5.300, p<.001, β=.423)가 환경적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=69.1, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 32.8%(R^2=.328)로 나타났다. 외적동기(β=.423)가 내적동기(β=.176)보다 환경적 삶의 질에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

마) 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향

표 21 댄스스포츠 동호인의 참여동기가 (심리적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (심리적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
참여동기	(상수)	1.767	.166	-	10.680	<.001**	-
	내적동기	.230	.064	.266	3.580	<.001**	2.680
	외적동기	.348	.063	.413	5.550	<.001**	2.680
R^2=.416, $adj.R^2$=.412, F(2,283)=101(p<.001)							

** p<.01

참여동기가 심리적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 참여동기의 내적동기(t=3.580, p<.001, β=.266), 외적동기(t=5.550, p<.001, β=.413)가 교육적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=101, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 2.680으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 41.6%(R^2=.416)로 나타났다. 외적동기(β=.413)가 내적동기(β=.266)보다 심리적 삶의 질에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

5. 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 삶의 질에 미치는 영향 검증

1) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (신체적)에 미치는 영향

표 22 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (신체적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (신체적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
여가만족	(상수)	.990	.166	-	5.960	<.001**	-
	심리적	.357	.053	.389	6.680	<.001**	2.180
	사회적	.138	.049	.161	2.830	.005**	2.080
	신체적	.091	.042	.112	2.190	.029*	1.670
	교육적	.176	.041	.226	4.280	<.001**	1.800
R^2=.563, $adj.R^2$=.557, F(4,281)=90.6(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

여가만족이 신체적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 심리적 여가만족(t=6.680, p<.001, β=.389), 사회적 여가만족(t=2.830, p=.005, β=.161), 신체적 여가만족(t=2.190, p=.029, β=.112), 교육적 여가만족(t=4.280, p<.001, β=.226)이 신체적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=90.6, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 1.670에서 2.180으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 56.3%(R^2=.563)로 나타났다. 심리적 여가 만족이(β=.389)이 가장 많이 신체적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (사회적)에 미치는 영향

표 23 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (사회적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (사회적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
여가만족	(상수)	.458	.186	-	2.460	.015*	-
	심리적	.420	.060	.398	7.020	<.001**	2.180
	사회적	.308	.055	.311	5.610	<.001**	2.080
	신체적	.116	.047	.124	2.490	.013*	1.670
	교육적	.049	.046	.055	1.070	.286	1.800
R^2=.586, $adj.R^2$=.580, F(4,281)=99.3(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

여가만족이 사회적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 심리적 여가만족(t=7.020, p<.001, β=.398), 사회적 여가만족(t=5.610, p<.001, β=.311), 신체적 여가만족(t=2.490, p=.013, β=.112)이 사회적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치고 교육적 여가만족은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=99.3, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 1.670에서 2.180으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 58.6%(R^2=.586)로 나타났다. 심리적 여가만족이(β=.398)이 가장 많이 사회적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (교육적)에 미치는 영향

표 24 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (교육적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (교육적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
여가만족	(상수)	.884	.180	-	4.919	<.001**	-
	심리적	.446	.058	.460	7.714	<.001**	2.180
	사회적	.209	.053	.230	3.935	<.001**	2.080
	신체적	.097	.045	.112	2.150	.032*	1.670
	교육적	.032	.045	.040	.729	.467	1.800
R^2=.541, $adj.R^2$=.535, F(4,281)=82.8(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

여가만족이 교육적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 심리적 여가만족(t=7.714, p<.001, β=.460), 사회적 여가만족(t=3.935, p<.001, β=.230), 신체적 여가만족(t=2.150, p=.032, β=.112)이 교육적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치고 교육적 여가만족은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=82.8, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 1.670에서 2.180으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 54.1%(R^2=.541)로 나타났다. 심리적 여가만족이(β=.460)이 가장 많이 교육적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

4) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (환경적)에 미치는 영향

표 25 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (환경적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (교육적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
여가만족	(상수)	.380	.273		1.388	.166	
	심리적	.563	.088	.435	6.399	<.001**	2.180
	사회적	.335	.081	.276	4.156	<.001**	2.080
	신체적	-.099	.068	-.086	-1.443	.150	1.670
	교육적	.059	.068	.054	.875	.382	1.800
R^2=.404, $adj.R^2$=.396, F(4,281)=47.6(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

여가만족이 환경적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 심리적 여가만족(t=6.399, p<.001, β=.435), 사회적 여가만족(t=4.156, p<.001, β=.276)이 환경적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치고 신체적 여가만족과 교육적 여가만족은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=47.6, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 1.670에서 2.180으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 40.4%(R^2=.404)로 나타났다. 심리적 여가 만족이(β=.435)이 가장 많이 환경적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

5) 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (심리적)에 미치는 영향

표 26 댄스스포츠 동호인의 여가만족이 (심리적)에 미치는 영향

모형		삶의 질 (심리적)			t	p	VIF
		비표준화계수		표준화계수			
		B	SE	β			
여가만족	(상수)	1.106	.170	-	6.510	<.001**	-
	심리적	.434	.055	.476	7.950	<.001**	2.180
	사회적	.071	.050	.083	1.410	.159	2.080
	신체적	.163	.042	.201	3.830	<.001**	1.670
	교육적	.066	.042	.086	1.570	.117	1.800
R^2=.537, $adj.R^2$=.530, F(4,281)=81.5(p<.001)							

* p<.05, ** p<.01

여가만족이 심리적 삶의 질에 미치는 영향을 확인한 결과 심리적 여가만족(t=7.950, p<.001, β=.476), 신체적 여가만족(t=3.830, p<.001, β=.201)이 심리적 삶의 질에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치고 사회적 여가만족과 교육적 여가만족은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의하였고(F=81.5, p<.001), 분산팽창계수(VIF : Variance Inflation actor)의 값이 1.670에서 2.180으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않았으며, 회귀모형의 설명력은 53.7%(R^2=.537)로 나타났다. 신체적 여가 만족이(β=.476)이 가장 많이 심리적 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅴ. 논의

본 연구는 댄스스포츠 참가자의 댄스스포츠 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 기여하는데 목적이 있다. 앞서 얻어진 연구 결과를 기초로 하여 댄스스포츠 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향에 대하여 논의하고자 한다.

1) 댄스스포츠 참여함으로써 인구통계학적 특성에 따른 참여동기, 삶의질의 차이

남자가 여자에 비해 높은 내적동기 유의한 차이가 나타났다. 외적동기는 성별 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 신체적, 사회적 삶의 질에 남자가 여자에 비해 높은 것으로 나타났다. 교육적, 환경적, 심리적 삶의 질은 성별 간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 김은미(2004)의 연구에 내적동기에서만 다르고 나머지는 부분적으로 일치 하고 있다.

2) 댄스스포츠 참여자의 참여정도(시간, 기간, 빈도)에 따른 참여동기, 삶의질의 차이

댄스스포츠 참여정도 참여시간에서는 외적동기 외에 나머지 모두 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 참여 기간에는 환경적, 심리적 요인에서 유의한 차이가 나타나지 않았고, 참여빈도에서는 모두 유의한 차이가 나타났다. 김은미(2004)의 연구에서 내적, 외적동기가 모두 유의한 차이가 나타났으므로 본 연구의 결과와 다르게 나타났다.

3) 댄스스포츠 참여자의 참여동기(내적, 외적)가 삶의질에 미치는 영향

댄스스포츠 참여자의 참여동기(내적, 외적)의 신체적, 사회적, 교육적, 환경적, 심리적, 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 회귀모형도 모두 유의하게 나타났으며, 외적동기가 내적동기보다 신체적, 사회적, 교육적, 환경

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

적, 심리적, 삶의 질에 전부 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

댄스스포츠 참여로 인한 삶의 질의 관계에서 댄스스포츠 참여에 따른 객관적 요인(신체적)에서 근력발달 및 체력증진, 유연성, 아름다운 신체구성, 균형감각, 심신 단련·자발적 참여, 활기차고 지속적 움직임유도, 심폐기능 향상, 운동신경 개발 효과에서 대부분 높은 만족도가 높아 선행연구와 유의하게 일치하게 나타났다(한지현, 2005; 정정화, 2013; 조수정, 2006). 주관적 요인(심리·사회적)에서는 스트레스 해소와 정서적 안정, 자부심, 성취감 증가, 즐거움, 생활의 활력, 사교성, 인간관계 형성, 사회적 참여 및 적응력 향상, 건전하고 밝은 생활, 친교·협동심 증가에 모두 대부분 높은 만족도를 보였으므로, 선행연구와 대부분 유희하게 높게 나타났다(한지현, 2005; 정정화, 2013; 조수정, 2006). 효용적 요인(환경·교육적)에서는 시설과 장소의 쾌적함, 흥미, 교육시 기자재 활용의 만족도, 지도자 통솔력의 만족도, 지도자시범의 만족도, 수업진도 및 내용만족도, 기승 습득의 만족, 리듬감 고취시켜 다른 춤에 쉽게 접근도, 대부분 높은 만족도로 보였으며, 선행연구와 대부분 부분적으로 유희하게 일치하게 나타났다(한지현, 2005; 정정화, 2013; 조수정, 2006). 본 연구에서도 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질의 요인인 신체적, 심리적, 사회적, 환경적, 교육적인 면에서 모두 향상 되었다는 결과는 선행연구의 결과를 지지하는 것으로 볼 수 있다.

4) 댄스스포츠 참여자의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기, 여가만족의 차이

남자가 여자에 비해 높은 내적동기 차이가 나타났고, 심리적 여가만족에 유의한 차이가 나타났다. 심리적 여가만족에서 남자가 여자보다 높은 것으로 나타났으며, 이외에 사회적, 신체적, 교육적에서는 성별 간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 즉 남성참여자가 여성보다 댄스스포츠에 더 활동적으로 참여하는 것으로 해석된다. 정은이(2007)와 정용각(1997) 여자가 남자에 비해 내적동기가 높은 것으로 나타났으며, 연구결과에 대한 다르게 나타났다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

선행연구에서는 댄스스포츠 참여자의 인구통계학적 특성과 여가만족을 분석한 결과 심리적, 신체적, 교육적 만족은 연령에 따라 유의한 차이가 나타났고, 사회적, 심리적, 신체적 만족은 성별에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(윤옥주, 2017; 장승원, 2007). 또한 최종학력에서 사회적, 신체적, 교육적 만족이 최종학력에 유의한 차이가 나타났다(윤옥주, 2017). 이와 같은 결과는 김문식(1999)과 이하얀(1999)의 연구결과와 사회적 활동의 역할과 반경에 큰 영향을 미치는 연령과 성별, 학력에 따라서 댄스스포츠에 참여하는 참여자들의 만족감 또한 달라질 수 있음을 밝혔지만 본 연구의 결과에서는 다르게 나타났다.

본 연구 결과 20-50세 이상의 참여자들이 여가만족의 하위요인인 심리적, 사회적, 신체적, 교육적 만족이 모두 대체적으로 높게 나타났다. 나이에 상관없이 모두 건강한 여가만족 하고 있다. 따라서 댄스스포츠를 통해 신체적으로 건강함을 유지하며 참여하는 것이 긍정적으로 느껴지는 것으로 보인다. 한남회(2002)의 연령은 여가만족에 유의한 영향을 미친다고 보고하여 본 연구를 지지하고 있다.

또한, 성별에서 남성이 여성들의 비해 심리적, 만족도가 높게 나타났다. 선행연구 윤옥주(2017)은 성별에 따른 댄스스포츠 활동의 참여만족에서 환경적 만족과 교육적 만족이 유의하게 높게 나타낸다고 하여 본 연구 결과 다르게 나타났다고 할 수 있다. 즉 남성이 여성보다 여가 스포츠 활동에 있어서 만족도가 높게 나타났으며, 남성이 신체적에 있어서 댄스스포츠를 통해 몸매를 가꾸는 것에 대한 만족도가 높다는 것으로 해석된다.

5) 댄스스포츠 참여자의 참여정도(시간, 기간, 빈도)에 따른 참여동기, 여가만족의 차이

댄스스포츠 참여 시간에 따른 참여동기에서는 외적동기 내적동기 모든 요인에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 참여기간에 따른 참여동기에서는 신체적에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이를 제외한 나머지요인들은 참

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

여기간에 따른 유의한 차이가 나타났다. 댄스스포츠 참여빈도에서는 모두 유의한 차이가 나타났다.

이러한 결과는 참여빈도가 높을수록 여가만족도가 높다고 한 김소영(2004)의 연구결과와 부분적으로 일치하였고, 댄스스포츠 참여기간이 길수록 여가만족도가 높다는 김소영(2004), 김은지(2003), 이재희(2000), 임명주(2001), 정숙경(2006)의 연구결과와도 부분적으로 일치하는 것으로 나타났다(윤옥주, 2017; 조수정, 2006).

대화를 시도하려면 신체 접촉을 해야 하기 때문에 다른 참여자들과 친근감이 생기며, 상대방의 관계가 성공적으로 이루어지므로 사회성도 강화되므로 여가만족 및 삶의 질이 향상되고 삶의 만족도가 높아진다는 연구 결과와는 부분적으로 반대되는 결과로 나타났다.(윤옥주, 2017).

6) 댄스스포츠 참여자의 참여동기(내적, 외적)가 여가만족에 미치는 영향

분석한 결과 내적, 외적 모두 심리적, 사회적, 신체적, 교육적 여가만족에, 유의한 영향을 미치는 결과가 나타났다. 회귀모형은 모두 유의하였으며, 외적동기가, 내적동기보다 심리적, 사회적, 신체적, 교육적 여가만족에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

채재성(1999)의 연구에서도 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 여가만족과 생활만족에 미치는 영향이 참여자들의 내적, 외적동기에 기인된다고 하여 본 연구와 부분적으로 유희하게 일치하는 결과이다(윤옥주, 2017; 박용선, 2007; 정용승, 채재성, 1999; 장석준, 2017).

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구의 목적은 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 규명하기 위한 것이다.

본 연구의 대상은 2020년 현재 광주광역시에 소재한 학원, 민간문화센터에서 댄스스포츠 수업에 참여하고 있는 20대-50대까지 이상의 성인을 모집단으로 설정하였고, 총 305부의 설문지를 배포 및 회수하였고, 불성실한 응답을 한 19부를 제외한 286부가 실제 자료 분석에 사용되었다. 수집된 자료는 연구 목적에 따라 SPSS(Statistical Package for the SocialScience) 프로그램을 이용하였으며 타당도확인을 위해 탐색적 요인분석과 신뢰도확인을 위해 Cronbach's α 방법을 사용하였다.

위와 같은 연구방법과 자료 분석 결과는 다음과 같다.

첫째, 댄스스포츠 참여자의 인구통계학적 특성에서 연구대상자들은 참여동기의 차이를 검정한 결과 남자가 여자에 비해 높은 내적동기 차이가 나타났고, 외적동기는 성별 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 신체적, 사회적 삶의 질에 남자가 여자에 비해 높으며, 교육적, 환경적, 심리적 삶의 질은 성별간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 댄스스포츠 참여로 인한 삶의 질의 요인들에서는 대부분 높은 만족도를 갖는 것으로 나타났다.

둘째, 댄스스포츠 참여정도 참여시간에서는 외적동기 외에 나머지 모두 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 참여기간에는 환경적, 심리적 요인에서 유의한 차이가 나타나지 않았고, 참여빈도에서는 모두 유의한 차이가 나타났다. 댄스스포츠 참가 함 으로써 삶의 질과 여가만족의 요인들에서는 부분적으로 높은 만족도를 나타났다.

셋째, 댄스스포츠 참여자의 참여동기(내적, 외적)의 신체적, 사회적, 교육적,

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

환경적, 심리적, 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 회귀모형도 모두 유의하게 나타났으며, 외적동기가 내적동기보다 신체적, 사회적, 교육적, 환경적, 심리적, 삶의 질에 전부 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.
성인대상의 댄스스포츠 참여가 삶의 질의 요인인 신체적, 사회적, 교육적, 환경적, 심리적인 면에서 향상 되었다고 나타났다.
넷째, 댄스스포츠 참여함으로서 인구통계학적 특성에 대한 참여동기 및 여가만족에 차이가 있는지에 대해 분석한 결과에는 남자가 여자에 비해 높은 내적동기 차이가 나타났고, 여가만족의 하위요인인 심리적 만족의 경우만 유의한 차이가 나타났고, 심리적 만족을 제외하고 이외에 모든 여가 만족의 하위요인과 참여동기에 대해서 유의한 차이를 나타나지 않았다고 판단된다. 유의차이를 보이는 변인들에서는 모든 변인들이 공통적으로 남성의 평균이 높게 나타났다. 나이의 경우 참여동기 중 내적동기 제외하고 모든 유의한 차이를 보이고 있었음을 확인할 수 있었다.
다섯째, 댄스스포츠 참여자의 참여정도에 따라 참여동기, 여가만족에 차이를 분석한 결과 댄스스포츠 참여시간에 따른 참여동기에서는 외적동기 외에 나머지 모든 요인에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 참여기간에 따른 참여동기에서는 신체적에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이를 제외한 나머지요인들은 참여기간에 따른 유의한 차이가 나타났다. 댄스스포츠 참여빈도에서는 모두 유의한 차이가 나타났다.
따라서 영향력 검증을 할때 영향을 주고 있음을 알 수 있다.
여섯째, 댄스스포츠 참여자들의 참여동기와 참여정도가 여가만족에 미치는 영향을 분석한 결과 참여동기 중 내적, 외적에서 여가만족 하위요인인 심리적, 사회적, 신체적, 교육적 만족도는 향상에 영향을 미치고 있으며, 모든 요인이 80% 높은 설명을 나타내고 있다. 대부분 참여빈도와 참여기간, 내적동기보다 외적동기가 여가만족에 향상에 기여도를 나타내고 있으며, 참여빈도와 참여기간이 증가함으로써 여가만족에 대한 점수가 높으며, 내적동기보다 외적동기가 높아짐에 따라 여가만족 또한 증가하는 것을 볼 수 있다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 제언

본 연구는 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 알아보려는 목적에서 연구되었다. 결과 및 결론을 연구에서 고려사항이 되는 문제에 제언은 다음과 같다.

첫째, 댄스스포츠 동호인들의 참여동기가 삶의 질과 여가만족에 미치는 영향을 볼 때 댄스스포츠를 건전하고 여가스포츠로써 확실히 자리 하기 위해서 연속적인 댄스스포츠 프로그램에 대한 연구가 사료된다.

둘째, 댄스스포츠가 삶의 질과 여가만족을 향상시키는 요인 중 지도자의 교육방식이 중요하다고 볼 수 있다. 따라서 지도자의 지도방법, 여가만족, 윤리의식, 삶의 질에 대한 모두 다르게 나타날 수 있도록 연구하는 것이 필요하다고 사료된다.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

참 고 문 헌

강현미(2004). **성인의 댄스스포츠 참여가 정신건강에 미치는 영향**. 미간행 석사학논문. 목포대학교 대학원.

고세환(2016). **사회인 야구리그 참가자의 참가동기와 생활만족이 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 조선대학교 교육대학원.

곽윤길(2010). **노인의 여가활동 참여가 사회적 관계에 미치는 영향에 관한 연구:댄스스포츠 참여 사례를 중심으로**. 2010.09.34(3)48,27~42

김경란(2000). **주부의 댄스스포츠 참가와 부부의사소통, 부부갈등해소 및 결혼생활만족의 관계**. 미간행 박사학위논문. 국민대학교 대학원.

김경래, 신현균, 김문석, 이소영(2003). 댄스스포츠의 가치와 활성화 방안. **한국체육학회지, 11**(2), 355-373

김상용(2004). **댄스스포츠 참여와 결혼생활만족도의 관계**. 미간행 석사학위논문. 중앙대학교 대학원.

김영민(2001). **노인들의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 단국대학교 대학원.

김은미(2004). **댄스스포츠 참가가 삶의 질에 미치는 효과**. 미간행 박사학위논문. 대구대학교 대학원: 특수체육학과 특수체육학전공 2004

김종우(2007). **댄스스포츠에 대한 동호인들의 인식 조사 연구**. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 교육대학원.

김진탁, 김원인(2001). **현대여가론**. 미간행 서울: 학문사.

문보라(2012). **신문의 댄스스포츠 보도경향 연구**. 미간행 석사학위논문. 성균관대학교 일반대학원.

문화체육관광부.(2011).문화체육부,1994

민경신(2001). **노인복지시설의 여가활동만족도 조사**. 미간행 석사학위논문. 명지대 사회복지대학원.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

민영남(2016). **댄스스포츠 참여 여성노인의 동기, 열정 및 정서의 관계**. 미간행 석사학위논문. 강원대학교 일반대학원.

박성한(2009). **골프 참여자의 참여 동기와 몰입경험과의 관계**. 미간행 석사학위논문. 경남대학교 대학원.

박유진(2002). **여가경험과 여가정체성 현출성이 여가 및 생활만족에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문. 중앙대학교 대학원.

박재간(1997). **노년기 여가생활의 실태와 정책과제**. 미간행 노인여가의 현황과 과제. 서울: 한국노인문제연구소.

박태경, 박주영(2003). 댄스스포츠 교육이 여중생들의 신체의식 및 신체존중감에 미치는 영향. 미간행 **한국사회체육학회, 19**(2). 935-939.

백기숙(2013). **댄스스포츠 모던과 라틴종목에 따른 운동 상해 비교분석**. 미간행 석사학위논문. 공주대학교 교육대학원.

성현수(2010). **중년여성의 여가스포츠 참가, 여가제약, 여가제약협상 및 여가만족의 관계**. 미간행 석사학위논문. 건국대학교 교육대학원.

손민지(2006). **댄스스포츠 선수들의 몰입경험. 미간행 석사학위논문**. 숙명여자대학교 교육대학원.

송원익(2003). **도시근로자의 여가참여형태 및 제약이 여가만족과 생활만족에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문. 연세대학교 대학원.

양은심(2010). (초보자를 위한)댄스스포츠 : 라틴 댄스.글누림,서울.

엄인숙(2008). **여가활동과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 대구가톨릭대학교 대학원.

연상국(2005). **호텔종사원의 여가활동유형이 내부고객만족에 미치는 영향에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문. 동국대학교 대학원.

오재용(2001). **댄스스포츠가 노인들의 정서변화에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.

오정은(2011). **댄스스포츠 참여가 노인여성의 건강관련 체력 및 요소에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.

원효리(2014). **여가활동으로서의 댄스스포츠 참여가 중・장년층의 주관적 건**

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

강인식과 몰입경험 및 삶의 질에 미치는 영향. 미간행. 高麗大學校 大學院.

원효리(2014).**여가활동으로서의 댄스스포츠 참여가 중・장년층의 주관적 건강인식과 몰입경험 및 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 學位論文(碩士)-- 高麗大學校 大學院.

유대우(2015). **"중·고령자의 여가문화 활동이 삶의 질에 미치는 영향"**. 미간행 박사학위 논문. 대구한의대학교 대학원,

유우봉(1997). **한국댄스스포츠의 발전과제, 댄스스포츠의 이론과 실제**. 한국댄스스포츠 연맹. 인천대학교 스포츠 과학연구.

윤옥주(2017). **댄스스포츠 참여정도와 동기가 여가만족에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 공주교육대학교 교육대학원.

이명희(2017). **노인의 여가만족과 여가몰입이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구: 심리적 안녕감의 매개효과 중심으로**. 미간행 석사학위논문. 예명대학원대학교 사회복지학과 노인복지전공.

이성범(2017). **부모의 유소년스포츠클럽 선택 동기가 참여만족에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 목포대학교 교육대학원.

이영민(2005). **대학생의 스포츠 참여동기에 따른 여가 및 생활만족도의 관계**. 미간행 석사학위논문. 상명대학교 교육대학원.

이영희(2005). **댄스스포츠 참여자의 참여동기, 만족 및 지속참여의도와의 관계**. 미간행 석사학위논문. 동덕여자대학교.

이재희(2000). **댄스스포츠 참여자들의 참여 동기와 기술 유능감에 따른 여가인지 및 관여도 분석**. 미간행 석사학위논문. 연세대학교 대학원.

이정희(2003). **중.노년 여성의 댄스스포츠 참여정도와 생활만족도 연구**. 미간행 석사학위논문. 광주:조선대학교 대학원.

이태인(2013). **남성노인의 생활무용 참여가 여가만족 및 생활만족에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 경성대학교 교육대학원.

임번장(1994). **스포츠사회학개론**. 서울: 동화문화사.

장보라(2015). **댄스스포츠 선수들의 파트너 폭력과 스트레스, 운동중단, 대처방**

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

안에 관한 연구. 미간행 석사학위논문 전남대학교 교육대학원

장승원(2007). **댄스스포츠 참여 노인의 재밋거리와 관여도,여가만족 및 운동 지속의사의 관계**. 미간행 석사학위논문. 동덕여자대학교 대학원.

전유나(2011). **노인의 댄스스포츠 참여 정도가 여가생활만족도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.

정대영(2002). **댄스스포츠 동호회 참여자와 개별적 참여자의 여가 만족도에 관한 비교 연구**. 미간행 석사학위논문. 연세대학교 교육대학원.

정대일(2007). **댄스스포츠 참여자의 활동영역에 따른 댄스스포츠의 참여태도, 참여동기 및 만족도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 경기대학교 대학원.

정미송(2004). 라틴 및 모던 댄스스포츠 종목별 운동 강도 비교. **한국운동생리학회, 13**(2). 273-284.

정수정(2008). **댄스스포츠 참여자의 몰입 경험이 부부관계와 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 단국대학교대학원.

정영린(1997). **생활체육 참가와 여가만족의 관계**. 미간행 석사학위논문. 서울대학교 대학원.

정용각(1998). 여가스포츠의 소비문화적 의미. **한국스포츠사회학회지, 10**,111-123.

정재성(2008). **비즈장식을 이용한 라틴아메리칸 댄스스포츠 의상 디자인 연구**. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 테크노디자인전문대학원.

정혜미(2013). **생활무용 참여정도에 따른 여가제약 및 여가만족도의 관계 연구**. 미간행 석사학위논문. 우석대학교 교육대학원.

조건숙(2001). **댄스스포츠 활동이 여성의 신체상에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 계명대학교 교육대학원.

최갑현(2015). **은퇴자의 여가문화활동과 자기효능감·생활만족도간의 관계분석**. 미간행 박사학위 논문. 호남대학교 대학원.

하경분(2013). **"노인음악활동이 노인 건강과 여가 및 심리적복지감에 미치는 효과"**. 미간행 박사학위 논문. 호서대학교 대학원.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

한지현(2005). **중년여성의 댄스스포츠 참여가 삶의 질에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 공주대학교 교육대학원.

Bissonnett, R., & Vallerand, R. J. (1992). Intrinsic extrinsic and motivational style as predictors of behavior: A prospectivestudy. Journal of Personality and Social Psychology, 60,599-620.

Brightbill, C. K., and Nan C. (1961). Man and leisure: A philosophy of recreation. Englewood Cliffs NJ: Prenticed-Hall.

Bucher, C. A.(1975). Foundations of physical education / 7th ed. Saint Louis: The C. V. Mosby.

Campbell, A., converse, P. E., & Rodrers, W. L.(1976). The Quality of American Life. New York: Russell Sage Foundation.

Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety. San Francisco:Jossey-Bass.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determinationinhumanbehavior.New York:Plenym.

Deci,E.L.,& Ryan,R.M.(1985b).Theroleofinterestinlearning anddevelopment(pp.43-70).Hillsdale,NJ:Erlbaum.

Deci,E.L.,& Ryan,R.M.(1987).Thesupportofautonomyandthe controlofbehavior.JournalofPersonality and Psychology,53,1024-1037.

Dumazedier, J. (1967). Toward a society of leisure. New York: The Free Press.(1974). Sociology of leisure. Amsterdam: Elsevier.

Floyd, M. F.(1997). Pleasure, Arousal, and Dominance: Exploring Affective Determinants of Recreation Satisfaction. Leisure Science, 19(2) 83-96.

Hegemann,D.(1997). IDSF strategicissuesforthe IOC .Paris: Minutes of IDSF generalmeeting.

Hyuncheol, K. (2013). A Guide on the Use of Factor Analysis in the

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Assessment of Construct Validity. Journal of Korean Academy of Nursing, 43(5).

Iso Ahloa ,S .E.(1980).The psychology of leisure and recreation. Dubuque ,I owa :Wi m.C.Br ownc ompa nyPubl i s he r s .

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

Journal of Personality and Social Psychology, 60, 599-620.

Kaplan, M.(1975). Leisure : Theory and Policy. New York : Wiley.

Knapp,M.(1976).Predicting the Dimension of life Stisfaction .Journal of Archaeology ,31(5),569-604.

Kraus, R. (1971). Recreation and Leisure in modem society. New York: Appleton Century Crofts.

Patrick, G. (1977). The psychology of relaxation. Boston: Houghton ? Mifflin.

Ragheb, M. G. & Griffith, C. A.(1982). The contribution of leisureparticipation and leisure satisfaction to life satisfaction of older person. Journal of Leisure Research, 14(4), 295-306.

Reeve, J.(1997). Understanding motivation and emotion. Orlando:Harcourt Brace College Publisher.

Rutledge, A. (1971). Anatomy of a park: The essentials of recreation are Planning and design. New York: MCFRAW-Hill Book company.

Slotije, D. J., Seully, G. W., Hirshberg, J. G., and Hayes, K. J.(1991). Measuring the Quality of Life Across Countries, Westview Press.

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.

Tinsley, H. E. A. & Tinsley, D. J.(1986). A theory of the attitude benefits

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

and cause of leisure experience. Leisure Science, 8, 1-45.

Vallerand, R, J., & Bissonnette, R.(1992). Intrinsic extrinsic and motivational style as predictors of behavior: A Prospective study.

Weiner,B.(1986).An attribution theory ofmotivation and emotion. Springer series in social psychology. Springer-Verleg NY: Prentice-Hall.

Willson,W.R.(1967).Correlates of avowed happiness.Psychological Bulletin, 67,294-306.

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

<부록>

[설문지]

안녕하십니까? 본 설문지는 댄스스포츠 참여에 관한 조사 연구입니다. 귀하의 응답 내 용은 **연구목적 이외에 다른 목적으로 사용하지 않을 것이며 개인적인 사항 은 비밀이 보장될 것을 약속드립니다.** 이 설문지는 옳고 그름이 없으니 댄스스포츠 발전에 조금이나마 도움이 될 수 있도록 여러분의 응답이 소중한 자료로 활용 할 수 있도록 답변 부탁드립니다.

조선대학교 교육대학원 체육교육전공
석사과정 고재호

※다음은 일반적인 인구통계학적특성 관한 사항입니다. 각 질문 문항마다 번호에 "V" 체크 해 주십시오.

1. 귀하의 성별은?
   ①남 ②여
2. 귀하의 연령은?
   ①20세~29세 ②30~39세 ③40~49세 ④50세~59세
3. 귀하의 최종학력은?
   ①고졸미만 ②고졸 ③대졸(전문대포함) ④대학원이상
4. 귀하 가정의 월 소득은?
   ①200만원미만 ②200~300만원미만 ③300~400만원미만 ④400만원이상
5.귀하의 댄스스포츠 참여 기간은?
   ①6개월 미만 ②6개월 이상~1년 미만 ③1년이상~2년 미만 ④2년이상~3년미만 ⑤3년이상
6. 귀하의 댄스스포츠 참여 빈도는?
   ①주1회 ②주 2~3회 ③주 4~5회 ④주 6회 ⑤주 7회
7. 귀하의 댄스스포츠 1회 참여 시간은?
   ①1시간 ②2시간 ③3시간 ④4시간 ⑤5시간 이상

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

다음의 문장들은 **참여동기**에 대한 질문입니다.
자세히 읽으시고 해당 항목에 ∨표로 체크 해 주시기 바랍니다.

번호		질문문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
내적동기	1	댄스스포츠 운동을 통해 자신감을 얻는다.	①	②	③	④	⑤
	2	댄스스포츠 운동을 하는 동안 마음이 편안하다.	①	②	③	④	⑤
	3	댄스스포츠 운동은 휴식을 취하는데 도움을 준다.	①	②	③	④	⑤
	4	댄스스포츠 운동을 통해 새로운 운동기술을 수행해냈을 때 오는 흥분감 때문에 한다.	①	②	③	④	⑤
	5	댄스스포츠 운동은 매우 재미있다.	①	②	③	④	⑤
	6	댄스스포츠 운동은 새로운 것을 시도해 볼 수 있는기회를 제공한다.	①	②	③	④	⑤
	7	댄스스포츠 운동은 스트레스를 푸는데 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
외적동기	8	댄스스포츠 운동을 통하여 새로운 친구를 사귈기회를 갖는다.	①	②	③	④	⑤
	9	댄스스포츠 운동은 체중조절에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
	10	댄스스포츠 운동은 체력향상에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
	11	댄스스포츠 운동을 통해 나의 신체적 능력을시험해 볼 수 있다.	①	②	③	④	⑤
	12	댄스스포츠 운동을 통해서 내 실력을 다른 사람에게 보여줄 수 있는 기회가 된다.	①	②	③	④	⑤
	13	댄스스포츠 운동은 건강한 삶을 사는데 도움을 준다.	①	②	③	④	⑤

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

다음의 문장들은 **삶의 질**에 대한 질문입니다.
자세히 읽으시고 해당 항목에 ∨표로 체크 해 주시기 바랍니다.

번호		질문문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
신체적	1	댄스스포츠를 통해서 체력이 증진된다.	①	②	③	④	⑤
	2	댄스스포츠는 몸 전체 근육의 균형적인 사용을 하게한다.	①	②	③	④	⑤
	3	댄스스포츠를 통해서 유연해 진다.	①	②	③	④	⑤
	4	댄스스포츠는 아름다운 신체를 만들어준다.	①	②	③	④	⑤
	5	댄스스포츠를 통해서 균형성이 좋아진다.	①	②	③	④	⑤
	6	댄스스포츠를 통해 심신 안정과 지속적으로 참여하게 된다.	①	②	③	④	⑤
	7	댄스스포츠는 활기차고 지속적인 움직임을 유도하게 한다.	①	②	③	④	⑤
	8	댄스스포를 통하여 심폐기능이 향상된다.	①	②	③	④	⑤
	9	댄스스포츠를 통하여 운동신경 개발에 효과가 있다.	①	②	③	④	⑤

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

다음의 문장들은 **삶의 질**에 대한 질문입니다. 자세히 읽으시고 해당 항목에 ∨표로 체크 해 주시기 바랍니다.							
번호		질문문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
환경적	1	댄스스포츠를 하는 시설 및 장소는 쾌적하다.	①	②	③	④	⑤
	2	댄스스포츠를 하는 시설 및 장소는 흥미를 갖게 한다.	①	②	③	④	⑤
	3	댄스스포츠 교육시 기자재 활용에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
교육적	4	댄스스포츠 지도자의 통솔력에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
	5	댄스스포츠 지도자의 시범에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
	6	댄스스포츠 수업 진도 내용에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
	7	댄스스포츠 기능 습득에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
	8	댄스스포츠를 통해 리듬감을 고취시켜 다른 춤에 쉽게 접근할 수 있는 능력을 배양한다.	①	②	③	④	⑤

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

다음의 문장들은 **삶의 질**에 대한 질문입니다.
자세히 읽으시고 해당 항목에 ∨표로 체크 해 주시기 바랍니다.

번호		질문문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
심리적	1	댄스스포츠는 스트레스 해소에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
	2	댄스스포츠는 정서적 안정을 갖게 한다.	①	②	③	④	⑤
	3	댄스스포츠는 나로 하여금 자부심과 성취감을 느끼게 한다.	①	②	③	④	⑤
	4	댄스스포츠는 즐거움을 느끼게 한다.	①	②	③	④	⑤
	5	댄스스포츠를 통해 생활에 활력을 얻는다.	①	②	③	④	⑤
사회적	6	댄스스포츠는 타인과의 관계 속에서 사려 깊게 행동하여 사교성이 증진된다.	①	②	③	④	⑤
	7	댄스스포츠는 원만한 인간관계가 형성된다.	①	②	③	④	⑤
	8	댄스스포츠는 사회적 참여 및 적응력을 향상 시켜준다.	①	②	③	④	⑤
	9	댄스스포츠를 통해 건전하고 밝은 생활을 하게 된다.	①	②	③	④	⑤
	10	댄스스포츠를 통해 협동심과 친교를 느끼게 한다.	①	②	③	④	⑤

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

다음의 문장들은 **여가만족**에 대한 질문입니다.
자세히 읽으시고 해당 항목에 ∨표로 체크 해 주시기 바랍니다.

번호		질문문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
심리적요인	1	댄스스포츠를 통해서 많은 행복감을 느끼고 있다.	①	②	③	④	⑤
	2	나의 댄스스포츠 활동에 자부심을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
	3	나는 댄스스포츠에 심취하고 있는 것 같다.	①	②	③	④	⑤
	4	댄스스포츠 시간이 항상 기다려진다.	①	②	③	④	⑤
	5	내가 하고 있는 댄스스포츠는 매우 재미있다.	①	②	③	④	⑤
	6	댄스스포츠를 할 때 느끼는 성취감이 좋다.	①	②	③	④	⑤
	7	댄스스포츠를 하면 스트레스가 해소 된다.	①	②	③	④	⑤
사회적요인	8	나와 함께 댄스스포츠를 즐기는 사람들은 친절 하며 사교성이 좋다.	①	②	③	④	⑤
	9	댄스스포츠를 즐김으로써 새로운 문화를 배울 수 있는 기회가 생긴다.	①	②	③	④	⑤
	10	댄스스포츠를 즐김으로써 사람들과 좋은 유대관계를 가질 수 있다.	①	②	③	④	⑤
신체적요인	11	댄스스포츠를 하고나면 몸이 개운해진다.	①	②	③	④	⑤
	12	댄스스포츠는 체력 증진에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
교육적요인	13	댄스스포츠를 통해 나의 신체적 능력을 평가할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
	14	댄스스포츠를 함으로써 여러 가지 지식을 많이 얻고 있다.	①	②	③	④	⑤