

석사학위논문

제주도 대학생들의 생활체육
참여실태에 관한 연구

- 제주대학교를 중심으로 -

제주대학교 행정대학원

일반행정전공

김 한 회

제주도 대학생들의 생활체육 참여실태에 관한 연구

- 제주대학교를 중심으로 -

지도교수 강 영 훈
김 한 회

이 논문을 행정학 석사학위 논문으로 제출함.

2002 년 7 월

김한회의 행정학 석사학위 논문을 인준함

2002 년 7 월

심사위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

위 원 _____ (인)

<국문 초록>

제주도 대학생들의 생활체육 참여실태에 관한 연구

- 제주대학교를 중심으로 -

김 한 회

제주대학교 행정대학원 일반행정 전공

지도교수 강 영 훈

본 연구의 목적은 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 대학생들의 건강과 체력, 생활체육 활동 여건, 현재 실시하고 있는 생활체육 활동, 운동경기 관람경험, 생활체육 활동에 대한 인식의 차이를 분석함으로써 대학생들이 효과적으로 생활체육 활동을 실현하기 위한 방안을 마련하는데 그 목적이 있으며, 이 문제를 해결하기 위하여 제주대학교 학생 360명의 대상자를 선정한 후 연구자가 작성한 설문조사를 실시하였으며, 그 결과를 SPSS통계 프로그램을 이용하여 분석한 결과, 나타난 개선방안은 다음과 같다.

첫째, 제주도 특성에 맞는 종목의 육성 및 보급

대학생들은 스스로가 건강하다고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 대학생들의 생활체육 활동은 그 중요성이 높으므로 젊음을 이용한 모험스포츠와 체험스포츠를 제주도 특성에 맞는 종목을 육성 및 보급하는 제주도차원의 노력이 요구된다.

둘째, 제주도 차원의 생활체육 프로그램 개발

대학생들의 여가시간은 증가하고 있는 것으로 나타났으며, 소수의 대학생들이 컴퓨터 게임(1.1%)에 빠져 생활체육 활동을 선호하지 않는 것으로 나타났다. 생활체육의 세계적인 추세를 보면 의식주, 건강, 여가선용 등 생활의 환경요소 뿐만 아니라 일상생활의 기본조건이라는 측면에서 누구나 쉽게 참여할 수 있는 마을단위 생활체육 환경

조성에 역점을 두고 있다. 그러므로 대학생들의 다양한 욕구를 수용하고, 과학적이고, 흥미로운 생활체육프로그램(1인 1스포츠 갖기, 마을단위 생활체육형태의 소규모 생활체육 프로그램)의 제공 등으로 대학생들을 생활체육의 장으로 끌어낼 수 있는 제주도 차원의 프로그램 개발이 특별히 요구된다.

셋째, 전문가를 이용한 운동처방 및 건강상담 시스템 구축

대학생들은 규칙적으로 운동을 하는 비율이 증가하고 있으며, 건강유지 및 증진을 위해 생활체육 활동을 하고 있는 것으로 나타났다. 그러므로 대학생들의 생활체육 활동은 건강유지 및 증진이 우선인 만큼 건강을 위한 생활체육 활동 이용방법, 적용범위 등을 연구 발전시켜야 할 것이다. 즉 스포츠 의학자, 생리학자, 지역 내 의료기관이나 전문가를 이용한 운동처방 및 건강상담 등의 시스템 구축이 제주도 차원에서 뒷받침 되어져야 하겠다.

넷째, 대학생들의 행동하는 생활스포츠 참여로의 유도방안 강구

여학생들의 운동경기관람 비율이 높아지고 있으며, 경기시설의 부족으로 인한 대학생들이 관람욕구가 충족되지 못하고 있다. 기존의 경기장 시설을 활용한 프로경기의 유치 등으로 보는 스포츠의 만 족을 극대화하고, 이를 행동하는 생활스포츠 참여로 유도하는 적극적인 방안(다양한 스포츠 경기 유치 등)이 강구되어야 하겠다.

다섯째, 제주도 차원의 생활체육 활동의 제반 행정지원과 환경조성

대학생들은 생활체육 활동이 삶을 질을 향상시킨다고 인식하고 있었으며, 체험하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 제주도 차원에서 복지향상을 위해 생활체육 활동의 제반 행정지원과 환경을 조성하여 생활체육 활동을 통한 건강하고 행복한 삶을 영위하게 하는 것이 매우 중요하다고 하겠다.

목 차

제 I 장 서 론	1
제 1 절 연구목적	1
제 2 절 연구방법	2
1. 연구방법 및 범위	2
2. 자료수집 및 분석방법	4
3. 연구문제	4
제 II 장 생활체육의 이론적 배경	6
제 1 절 생활체육의 개념	6
1. 생활체육의 개념	6
2. 생활체육의 정의	7
3. 현대사회와 생활체육의 필요성	7
4. 생활체육의 역할	10
5. 건강증진 활동	12
제 2 절 생활체육 활동의 선행연구 고찰	14
제 3 절 연구분석의 틀	17
제 III 장 연구 결과 및 해석	18
제 1 절 연구 대상자의 구성	18
제 2 절 사회인구학적 변인에 따른 건강과 체력의 차이	19
1. 대학생들의 건강에 대한 인식	19
제 3 절 생활체육 활동 여건	20

1. 평균 여가시간	20
2. 여가시간 활용	21
3. 집 가까운 곳의 생활체육 활동 시설 유무	22
4. 생활체육 활동시 지도자 경험	23
제 4 절 현재 생활체육 활동 실태	24
1. 생활체육 활동 횟수/요일/시간대	24
2. 대학생들의 생활체육 활동 종목, 희망종목, 관람종목, 권장종목	25
3. 생활체육 활동을 할 때의 강도	27
4. 평균 생활체육 활동 시간 및 기간	27
5. 주로 생활체육 활동을 하는 장소	28
6. 생활체육 활동 동호인/서클 가입여부	29
7. 생활체육 활동을 하게 된 이유/영향요인	30
8. 생활체육 활동에 필요한 정보획득 방법	31
9. 생활체육 활동에 소요되는 월 경비	32
10. 현재하고 있는 생활체육 활동의 효과	33
11. 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유	35
12. 생활체육 활동의 활성화 방안	35
13. 학창시절(중/고) 운동기능 수행 정도	36
제 5 절 운동경기 관람 경험	38
1. 생활체육 활동 관람 경험 유무	38
2. 생활체육 활동을 직접 관람하지 못한 이유	39
3. 스포츠 방송관련 방송/청취 빈도	40
4. 타인과 스포츠 관련 대화 정도	41
5. 희망하는 TV프로그램 유형	41
제 6 절 생활체육 활동에 대한 인식	42
1. 생활체육 활동 참여에 대한 태도	42
2. 생활체육인에 대한 태도	44
3. 운동선수의 사회적 지위	45
4. 지역사회 생활체육 활동 프로그램	46

5. 엘리트스포츠 중요도	47
6. 필요로 하는 생활체육 활동 시설	48
제 IV 장 결 론	49
제 1 절 분석 결과의 논의	49
제 2 절 개선 방안	51
참 고 문 헌	53
<ABSTRACT>	57
<부 록>	60

표 목 차

< 표 1-1 > 설문지의 구성 내용	3
< 표 1-2 > 연구분석 틀	7
< 표 2-1 > 응답자의 특성별 분포	18
< 표 2-2 > 대학생들의 건강에 대한 인식	19
< 표 2-3 > 평균 여가시간	21
< 표 2-4 > 여가시간 활용	22
< 표 2-5 > 생활체육 시설 유무	22
< 표 2-6 > 생활체육 활동 시 지도자 지도/필요성	24
< 표 2-7 > 생활체육 활동 횟수/요일/시간대	25
< 표 2-8 > 생활체육 활동 종목, 희망종목, 관람종목, 권장종목	26
< 표 2-9 > 생활체육 활동 강도	27
< 표 2-10 > 생활체육 활동 시간 및 운동기간	28
< 표 2-11 > 생활체육 활동 장소	29
< 표 2-12 > 생활체육 동호인 조직/서클 가입	30
< 표 2-13 > 생활체육 활동을 하게된 이유/영향요인	31
< 표 2-14 > 생활체육 활동에 필요한 정보획득 방법	32
< 표 2-15 > 생활체육 활동에 소요되는 월 경비	33
< 표 2-16 > 현재하고 있는 생활체육 활동의 효과	34
< 표 2-17 > 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유	35
< 표 2-18 > 생활체육 활동의 활성화 방안	36
< 표 2-19 > 학창시절 운동기능	37
< 표 2-20 > 생활체육 활동 관람 경험 유무	38
< 표 2-21 > 생활체육 활동을 직접 관람하지 못하는 이유	39

< 표 2-22 > 스포츠관련 방송/청취 빈도	40
< 표 2-23 > 스포츠 관련 대화 정도	41
< 표 2-24 > 시청 TV스포츠 프로그램	42
< 표 2-25 > 생활체육 활동 참여에 대한 태도	43
< 표 2-26 > 생활체육인에 대한 태도	44
< 표 2-27 > 운동선수들의 사회적 지위	45
< 표 2-28 > 지역사회 생활체육 활동 프로그램	46
< 표 2-29 > 엘리트 스포츠의 중요도	47
< 표 2-30 > 필요로 하는 생활체육 활동 시설	48

제 1 장 서 론

제 1 절 연구목적

산업화, 도시화, 자동화로 대변되는 오늘날을 살고 있는 현대인은 과거 어느 세대도 누리지 못했던 안락함과 편리함, 풍요로움을 향유하고 있다. 동시에, 과거에 과거 어느 세대도 경험하지 않았던 새로운 질병들로 인하여 고통받고 있으며, 정신적으로 나약한 상태에 있기도 하다. 한편, 일생 중 청년기에 해당하는 대학생 시기는 전통적인 건강지표인 사망률이나 이환률로 측정했을 때 가장 정력적이고 건강한 시기이지만 우리나라의 대학은 입학 후 자주 접하게 되는 흡연, 음주, 불규칙적인 식습관과 취업난으로 인한 스트레스, 불안 등은 만성질환의 현대병을 유발시킬 수 있다.¹⁾

현대병이라 불리우는 현대의 각종 질병들은 현대문명이 가져다 준 일종의 역기능으로서, 편리함에서 기인되는 운동 부족 등이 주원인인 것으로 분석되고 있다. 일상생활에서의 운동부족을 극복하여 건강하고 풍요로운 삶을 추구하고자 하는 인간의 욕구는 체육활동의 활성화로 나타나 최근에는 생활체육인구가 급증하고 있는 상태에 있다. 생활체육 활동의 효과는 첫째, 생리적 변화를 일으켜 신체를 강건하게 하며, 건강한 신체는 질병에 적극적으로 대항할 수 있는 능력을 향상시키며, 삶을 건강하게 향유할 수 있도록 하고, 둘째, 생활체육 활동은 복잡한 일상생활과 과중한 업무로부터 기인되는 긴장과 스트레스를 해소시켜 항상 신선하고 활력적인 삶을 살 수 있도록 한다. 그리고 생활체육 활동은 단체활동을 통하여 상호간의 이해를 도모하고, 사회 공동의 목표를 위하여 함께 노력할 수 있도록 하는 사회적 기능을 강화시켜 준다.²⁾

대학생활은 대학생 각자가 자기 자신의 시간의 논증이 이루어지는 시기로 이 기간은 학문뿐만 아니라 자아실현을 위한 자기개발의 다양한 여가활동을 필요로 한다. 또한 학생은 체육활동을 통해서 신체적, 사회적, 정서적 및 지적 성장을 얻어 가는 동시에 사회인이 되기 위한 자질, 소양, 태도, 가치, 규범까지도 배우게 된다. 생활체육 활동 정도

1) 허은희 외 2인, 대학생의 건강증진 행위와 자기효능감과의 관계연구(한국학교보건학회지 제11권 2호, 1998), p.204.

2) 한국체육과학연구원, 국민생활체육 활동 참여 실태조사(문화체육부, 1994).

가 질적 혹은 양적인 면에서 높은 상태가 된다면 대학생들의 건강증진 및 향상을 도모하고 미래사회를 대비한 국가적 혹은 국제적인 경쟁에서도 필요한 일이라 본다.

그러므로 대학생시기에 올바른 일상생활양식으로 행위를 변화, 적응하므로 미래의 건전한 사회인으로 성인 이후 중년기, 노년기까지의 건강한 삶을 위한 건강증진을 도모할 수 있는 자신감을 소유할 수 있도록 많은 노력을 기울여야 한다.³⁾

본 연구는 인격형성이 완성되고, 건강한 생활습관을 형성하고 있는 대학생을 대상으로 건강증진 활동 중 생활체육 활동 참여실태를 파악하여 생활체육 활동에 대한 대학생들의 욕구를 구체적으로 파악하고, 건강 관리에 도움을 주며, 건강계획을 수립하는데 지침이 될 수 있는 기초자료를 수집하고자 연구를 시도하였다. 더욱이 제주지역에서 가장 활동력이 왕성한 대학생들의 생활체육실태를 실증적 관점에서 체계적으로 분석함으로써 타 분야에 비해 상대적으로 부진했던 생활체육 활동을 강화해 나아갈 수 있는 계기를 마련하고자 사회인구학적 변인에 따른 대학생들의 건강과 체력, 대학생들의 생활체육 활동 여건, 대학생들이 현재 실시하고 있는 생활체육 활동, 대학생들의 운동경기 관람경험, 대학생들의 생활체육 활동에 대한 인식의 차이를 분석함으로써 대학생들이 효과적으로 생활체육 활동을 실현하기 위한 방안을 마련하는데 그 목적이 있다.

제 2 절 연구방법

1. 연구방법 및 범위

대학생의 건강증진 활동 중 생활체육 활동참여 실태를 조사하는 본 연구는 실증조사를 위해서 설문조사방법(sample survey)을 사용하였으며, 국·내외의 문헌연구와 선행연구, 현황분석에서 제시된 속성들을 토대로 설문지를 작성하고, 작성된 설문지를 회수하는 방법의 설문조사를 실시하였다.

설문조사는 대학생들의 건강과 체력, 생활체육 활동 여건, 현재의 생활체육 활동, 운동경기 관람경험, 생활체육에 대한 인식의 5개 부문 42문항으로 구성하였다. 제 1부분은 대학생들의 건강과 체력에 관련된 3문항, 제2부분은 생활체육 활동 여건에 관련된 5문항,

3) 허은희 외 2인, 앞의 책, p.204.

제3부분은 현재 생활체육 활동 18문항, 제4부분은 운동경기 관람 경험 6문항, 제5부분은 생활체육 활동에 대한 인식 6문항으로 구성하였다. 그 세부사항은 <표1-1>과 같다.

<표1-1> 설문지의 구성 내용

구 성 지 표	구 성 내 용	문 항 수
사회인구학적 특성	· 학년, 성별, 연령, 용돈	4문항
건강과 체력	· 자신의 건강상태 · 건강과 체력유지에 영향을 미치는 것 · 운동을 통해 얻을 수 있는 효과	3문항
생활체육 활동 여건	· 평균 여가 시간 · 여가시간 활용 · 집 근처의 생활체육 시설 유무 · 지도자의 지도를 받아본 경험 · 생활체육 지도자의 필요성	5문항
현재 생활체육 활동	· 생활체육을 하는 횟수 · 주로 하는 생활체육 활동 종목 · 생활체육 활동 강도 · 생활체육 활동 1회 평균운동 시간 · 생활체육 활동 장소 · 생활체육 활동 참여 요일 · 생활체육 활동 시간 · 생활체육 활동 기간 · 생활체육 동호인 조직/서클 가입 · 생활체육 활동을 하게된 직접적인 이유 · 생활체육 활동을 하도록 한 영향 요인 · 생활체육 활동에 필요한 정보 획득 방법 · 생활체육 활동에 소요되는 경비 · 생활체육 활동의 효과 · 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유 · 생활체육 활동 참여를 위한 우선 과제 · 가장 해보고 싶은 생활체육 활동 종목 · 학창시절(중/고) 운동기능 정도	18문항
운동경기 관람 경험	· 운동경기를 관람한 경험 · 주로 관람하는 종목 · 운동경기를 직접 관람하지 못하는 이유 · 스포츠 방송 프로그램 시청 횟수 · 스포츠 관련 신문/잡지 구독 횟수 · 희망하는 스포츠 프로그램	6문항
생활체육 활동에 대한 인식	· 생활체육 활동 참여가 삶에 미치는 영향 · 스포츠 중계가 삶에 미치는 영향 · 자녀의 운동선수 희망 · 운동선수들의 사회적 지위 · 생활체육 활동에 대한 정보 획득 · 도, 시, 군 생활체육 활동에 대한 참여 · 생활체육 활성화를 위한 권장 종목 · 엘리트스포츠가 국가발전에 미치는 영향 · 생활체육 활성화가 국가발전에 미치는 영향 · 생활체육 활동에 필요한 시설	10문항

본 연구의 대상자는 제주도에 소재 하는 제주대학교의 신입생, 편입생, 그리고 재학생 400명을 표본으로 하였다. 표본추출은 무작위 표본추출법을(Random sampling) 통해 표본을 추출하였다.

이와 같은 연구의 목적, 방법 및 범위로 연구된 본 논문의 구성은 모두 4장으로 구성이 이루어져 있다.

제 1 장은 서론으로 연구의 목적, 연구의 방법 등을 기술한다.

제 2 장은 생활체육의 이론적 배경을 살펴보았다.

제 3 장은 설문자료의 분석을 통한 제주대 학생들의 생활체육 활동 실태를 통계 처리하여 분석하였다. 설문조사의 통계기법인 SPSS를 이용하였다.

제 4 장은 결론부분으로, 분석 결과를 논의하고, 결론을 도출하였다.

2. 자료수집 및 분석 방법

본 연구의 자료수집기간은 2002년 4월 1일부터 3일까지 30명을 대상으로 예비조사를 실시하여 각 문항의 내용을 다시 점검한 후 신뢰도가 낮은 몇 문항을 제외하고 본 조사를 실시하였다. 총 400부를 배부하여 375부가 회수되었고, 그 중 불완전한 질문지 15부를 제외한 360부가 본 연구에 사용되었다.(신뢰도 95%, 표본오차 ±5.2%)

수집된 자료 통계분석은 SPSS 통계 프로그램을 이용하여 항목별 단순빈도와 백분율을 계산하여 표본의 일반적 성향을 살펴본 후, 교차분석(Crosstab)을 통하여 사회인구학적 변인과 각 문항간의 카이제곱(X^2 : Chi-square)검정을 실시하여 유의수준 $P < .05$ 인 변인에 대하여 상세히 분석, 기술하였다.

3. 연구문제

앞에서 연구의 목적을 달성하기 위하여 본 연구에서 규명하고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

- 1) 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 건강과 체력은 차이가 있는가?
- 2) 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 생활체육 활동 여건은 차이가 있

는가?

3) 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 현재 생활체육 활동 실태는 차이가 있는가?

4) 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 운동경기 관람 경험은 차이가 있는가?

5) 제주대학교 학생들의 사회인구학적 변인에 따른 생활체육 활동에 대한 인식은 차이가 있는가?

제 II 장 생활체육의 이론적 배경

제 1 절 생활체육의 개념

1. 생활체육의 개념

전술한 바와 같이 생활체육은 사회체육이라는 용어가 변천한 것으로서 사실상 목적이나 내용이 같다. 따라서 생활체육의 개념을 알아보기 위하여 사회체육의 개념부터 설명하기로 한다

사회체육⁴⁾은 1940년대 말에 일본에서 처음 사용하게 되었고, 우리나라에서는 1960년대 초에 대한체육회 산하 사회체육 분과위원회의 설립으로 공식화하게 되었다. 1980년대에 와서는 '86아시안 게임'이나 '88올림픽' 그리고 프로경기의 출범 등 엘리트 체육의 절정기를 맞이하였으나, 한편으로는 사회체육의 필요성이 대두되고 사회체육 인구도 급증하였다. 이에 따라 사회체육 단체가 설립되고, 스포츠 종합센터나 종목별 체육관이 급속하게 들어났다. 대학에는 사회체육학과가 속속 설치되어 사회체육지도자를 양성하기 시작하였다.

이런 와중에 1980년대 말부터 행정부에서는 사회체육과 같은 의미를 담고 있는 '생활체육'이라는 신조어를 쓰기 시작하여 일대 혼란을 일으켰다. 사회체육인가, 생활체육인가라는 말을 놓고, 학술세미나 또는 사회체육 관련자들의 회의석상에서는 항상 언쟁의 대상이 되었다.

그리하여 한 때는 정부에서 '사회(생활)체육지도자'라는 식의 용어를 사용하는 낡은 센스까지 있었으나 1993년 12월 31일, 국민체육진흥법의 개정과 함께 행정부에서는 아예 사회체육이란 말을 삭제하고 생활체육이라는 용어로 통일하였다. 그럼에도 불구하고 아직도 각 대학에선 사회체육학과가 엄존해 있고, 한국사회체육학회, 한국사회체육진흥회, 한국사회체육센터 등 사회체육단체 활동이 활발하게 이루어지고

4) 사회체육의정의 : 개인이 전생애를 통하여 능동적으로 계속적인 체육활동 참여의 기회를 포착함으로써 신체적·정서적·사회적으로 조화적인 발달을 꾀하며, 변화하는 현대적 생활에 슬기롭게 대처하며, 창조적으로 개척해 나갈 수 있는 기능과 성향을 학습하고, 다른 사람과 더불어 공동체의 복지를 증진시켜 나가는 복지사회의 체육을 의미한다. 사회체육학 개론, 위성식 외 1인(대경북스, 2000), pp.22-25.

있는 실정이다.

2. 생활체육의 정의

생활체육이란 무엇인가? 국민체육진흥법 제2조에는 “생활체육이라 함은 건강 및 체력증진을 위하여 행하는 자발적이고 일상적인 체육활동을 말한다.”고 정의하고 있다. 이 내용은, 말의 표현에서 차이를 보이지만 사회체육과 같은 의미로 보인다.

굳이 구별한다면 사회체육이 반대개념을 학교체육이라고 할 때, 생활체육의 반대개념을 전문체육이라고 해설할 수 있겠다.⁵⁾ 생활체육 지도자 연수교재에서는 생활체육을 평생체육(life-long education)의 발상에서 생겨난 것으로 보고 있다.⁶⁾ 체육을 학교체육만이 아니라 개인의 연령에 보다 적합하도록 하는 생애교육의 관점에서부터 수명되어야 한다는 의미이다.

다시 말해서, 체육이 생애 전체에 걸쳐 이루어져야 한다면 학교체육이나 사회체육이 각각의 입장에서만 커리큘럼을 편성하는 것은 모순이라는 것이다. 따라서 학교체육과 사회체육이 생활체육이라는 관점에서 통합적으로 계획되어야 한다는 것이다. 정부가 편의상 생활체육이라는 용어를 하용하고 있는 것은, 사회체육이 평생체육으로 생활화되어야 한다는 것을 강조하고 있는 것으로 풀이된다.⁷⁾

3. 현대사회와 생활체육의 필요성

현대 산업사회의 발달은 기계 문명의 혜택으로 현대인에게 물질적 풍요와 생활의 편리함을 누리도록 하였지만, 기계화된 생활 속에서 자기 표현수단으로서의 신체활동이 억제되어 인간육구의 발로를 저지하고 있다.

인구의 도시집중으로 인한 주택난, 교통난, 도시빈민층의 형성, 물질만능 및 개인주의 사상의 팽배와, 향락풍조의 만연, 범죄의 증가 등의 사회문제가 야기되고, 소음, 진동, 배기가스, 공장폐수 등의 공해로 인한 생활환경의 오염과 새로운 질병을 유발시키고 있는데, 이러한 도시생활은 운동부족, 비활동적 생활이라 할 수 있다. 더욱이 여가

5) 생활체육 개론, 한경희 외 5인(교학연구사, 2001), p.24.

6) 3급 생활체육지도자 연수 교재, 한국체육과학연구원(1998).

7) 사회체육학 개론, 위성식 외 1인(도서출판 대경, 1996).

의 증대로 인하여 신체활동을 감소시키고, 매스 미디어의 발달은 사람들의 직접적인 스포츠 참여를 저하시키고 있다. 또한 인간관계의 문제도 심각해지고 있다. 인간은 원래 직접적 인간 접촉을 통해서 다정하고 호뭇한 친교를 갖고 살아왔었다. 그러나 현재 도시생활은 이웃의 손을 빌릴 일이 거의 없고 인간관계는 간접적으로 변하였다.

이웃의 접촉이 없어지니 자연히 인간관계가 단절되어 갈 수밖에 없다. 직장에서도 작업의 분업화로 인간관계의 한정을 드러내고 있다. 이러한 현실에서 현대인은 삶의 양적 팽창에서 삶의 질적 향상을 추구하게 되었고, 보다 건강하면서 가치 있는 삶을 영위하려는 욕구를 분출하게 되었다. 생활체육은 바로 인간의 삶의 가치 구현에 대한 욕구를 충족시켜 줄 수 있는 기본 조건인 것이다. 생활체육은 인간과 인간의 신체적 접촉을 통하여 인간성 회복과 인간관계를 원활하게 해 준다. 생활체육은 신체활동을 제한 당하고 자기 표현의 활동 기회를 잃은 사람들에게 신체적 접촉을 통하여 인간성 회복과 인간관계를 원활하게 해 준다. 생활체육은 신체활동을 제한 당하고 자기 표현의 활동 기회를 잃은 사람들에게 신체활동의 기회를 주고, 스트레스를 말끔히 해소시켜 삶의 의욕을 북돋우어준다. 스포츠는 활발한 신체활동을 통해서 운동부족·무기력한 활동·운동억제·정적 생활·용구불만·교통의 혼란 등 현대 사회의 병폐를 예방하고 치유하는 역할을 하는 것이다.

이와 같은 세부적인 역할을 기능별로 살펴보면 다음과 같다.⁸⁾

1) 인간성 회복

오늘날 현대사회가 가져온 합리성의 중시는 인간의 기치마저 물질의 가격처럼 시장 지향(market orientation)의 활성을 통해서 형성, 평가되기 때문에 자기분열과 소외를 실감하고, 인간이 소질이나 능력을 상품으로 경험하게 된다.

여기에서 인간의 존엄성에 대한 의식이 없어지게 되고, 인간 상호간에 존중하는 태도가 소멸되며, 일체의 권위라는 것이 상대화되어 버리고 만다. 그러나 체육적 요소는 인간활동의 주요한 한 측면에서 여가생활 욕구에 만족을 가져다주는 수단과 기회를 제공하는 데 그 특징을 이룬다.

그러므로 생활체육을 통하여 자연으로부터 제외되기 쉬운 인간성을 되찾고, 인간회복을 꾀할 수 있게 되는데, 그것은 바로 스포츠 활동에 내재되어 있는 유연성, 명량성,

8) 사회체육 개론, 위성식 외 1인(대경북스, 2000), pp.36-39.

친교성, 창조성, 공동성, 사회성, 도덕성 등이 그대로 발휘되는 건강하고 유쾌한 명랑사회, 즉 복지사회의 건강한 민주시민을 기르는 역할의 요인이 내재되어 있기 때문이다. 따라서, 파괴되어 가는 인간성을 회복하고, 전인적 인간완성을 지향하는 수단으로서 생활체육의 본질적 역할 기능을 인식할 수 있을 것이다.

2) 평생교육

평생교육이란, 전 생애에 걸친 교육철학이고, 여가를 선용하는 활동(recreational activities)을 포함한 다양한 상황을 포괄하는 것으로 이해되어야 할 것이다. 우리 나라에서는 평생교육에 관한 사회교육법이 1982년 12월 31일에 제정되었고, 동법시행령은 1983년 9월 10일 대통령령으로 공포되었으며, 동법시행규칙이 1985년에 제정됨으로써 그 법적 조치가 이루어졌다.

이와 같은 평생교육은 교육에 있어서는 여가교육이 될 것이고, 체육에 있어서는 평생에 걸친 여가활동의 하나인 운동, 스포츠 생활의 교육이 중요한 목표가 될 것이다. 따라서 최근 평생교육론과 관련하여 논의되고 있는 평생스포츠론은 시대적 요청에서 이해되어야 할 것이다. 앞으로 생활체육이 평생교육으로서의 역할을 다하기 위해서는 성별, 연령별 특성, 신체적 특성, 지역 및 직업의 특성을 고찰하여 합리적인 운동프로그램이 개발이 요망된다.

3) 국민건강 증진

우리 나라는 2000년에 이르러 1인당 GNP가 9000달러에 달하면서 국민의 생활패턴에 큰 변화를 가져왔다. 따라서 높은 소득수준에 따른 국민건강 증진이라는 차원에서 생활체육의 역할 기능은 매우 중요한 것이다.

4) 지역사회 개발

현대사회의 특징인 사회기구의 거대화, 합리화로 인해서 인간관계가 비인격화되고, 개인이 비개인화 되어 점점 상호간의 친밀성이나 연대의식의 결핍을 경험하게 되어 고독하고 불안한 정서적 불균형을 느끼게 된다.

이와 같은 생활환경을 탈피하기 위해서는 지역생활체육이 필요하게 되는데, 그 역할 기능의 요인을 살펴보면, 지역사회 주민들의 신체적·정신적 건강유지와 증진, 지역사

회 주민들에게 삶에 대한 의욕과 흥미를 유발, 지역사회 주민들의 건전한 사회적 성품을 조성, 지역사회 주민상호간의 친화력을 높이고 집단목표의 달성을 위한 공감대를 형성시켜 생산성을 높인다.

5) 청소년 선도

우리 나라의 청소년 인구(12~24세)는 1995년도를 기준으로 보면, 총 인구 44,453천명 가운데 13,120천명으로 총인구의 19.5%를 차지하고 있다. 이들 청소년은 장차 국가와 사회에서 주도적 역할과 위치를 담당하게 될 중요한 자원이라는 점을 감안할 때 청소년 문제의 중요성은 자명하다 할 수 있다.

그러나, 오늘날 가정의 교육적 기능 약화, 학교교육의 권위 저하, 사회의 비교육적 요인의 증대로 청소년 문제는 가정의 범위에서 벗어나 사회적, 국가적 문제로 대두되고 있다. 그러므로 건전한 청소년의 교육은 전인적인 활동에 의해서 가능하다고 볼 때, 건전한 스포츠 활동의 여건을 통해 청소년 비행의 예방 및 선도는 생활체육에서 담당해야 할 하나의 중요한 역할 기능이 아닐 수 없다.

현대사회의 바람직하지 못한 구조적인 현상 속에서 생활체육이 청소년들에게 미치게 될 역할 기능의 요인은 지·덕·체의 조화적 발달을 도모하여 전인적 인격형성, 퍼스내리티(Personality) 형성에 도움을 줌으로써 건전한 사회적 성품의 조성, 생리적·사회적·자기실현의 욕구 등 욕구충족 및 공격적 태도의 해소, 창조적 여가이용 능력의 발달, 공동체 의식이 형성된다.

6) 여가선용

현대사회에서의 여가란 결코 남아 돌아가는 시간이 아니라, 보다 적극적인 의미에서 인간이 인간답게 삶을 영위하기 위해 짜낸 시간이라고 할 수 있을 것이다. 그러므로 이 여가를 통해 인간으로서의 삶을 향유하고 현대적 생활질환을 치유하여야 한다는 의미에서 현대사회에 있어 생활체육이 담당해야 할 구체적인 역할 기능은 신체의 건강 유지적 측면, 정신 건강적 측면, 사회 발달적 측면, 재생산 능력적 측면의 이다.

4. 생활체육의 역할

21세기 대통령 자문 회의를 비롯한 각종 기관에서 제시하는 미래 사회의 전만은 인

구 구조면에서는 장·노년층의 인구 구성비가 증가되고, 핵가족화가 가속될 전망이고, 환경 상태의 악화로 인해 단순히 인간 주변의 변화 차원을 넘어 인류의 생활양식의 변화를 초래할 것이며, 정보 기술의 발전으로 인간 관계의 형식 및 내용을 변화시키는 데 커다란 영향을 미칠 것이고, 경제 성장에 따른 소득 수준의 향상, 노동조합이 활성화, 과학기술의 진보로 인하여 여가시간이 증대되고, 양식의 변화, 생활에 대한 의식 구조는 소득 지향적인 외향적 가치의 추구로부터 내실 있는 생활에 만족을 느끼고자 차지하게 될 생활체육의 환경은 어떠한 모습이 될 것인가를 조망해 보면 다음과 같다.⁹⁾

첫째, 인구 증가에 따른 생활체육 인구의 증가가 무엇보다도 가장 큰 변화 요인으로 작용하여, 생활체육에 대한 국가 정책의 발달이 예상된다. 따라서 생활체육 수요 인구의 증가에 따르는 생활체육 활동의 제반 요소들이 필연적으로 요구될 것이며, 이를 위한 여러 가지 생활체육 환경인 시설, 지도자, 프로그램 추진 기관들이 확보, 발달될 것이다.

둘째, 사회구조는 모든 분야에서 전문화, 세밀화, 분업화 될 것이며, 생활체육도 이러한 기대적 분위기에 편승된 전문화, 세밀화 경향을 띄게 될 것이다. 따라서 생활체육 분야에 종사자들의 전문성은 물론 생활체육 관련 기관, 시설, 프로그램 구성과 운영 면에 있어서도 전문화 경향이 두드러지게 되어 생활체육 환경 또한 총체적인 전문성을 갖추게 될 것이다.

셋째, 산업화, 물질화. 황금만능주의의 팽배로 인해 야기되는 여러 가지 사회적 문제들의 해결책으로써 생활체육이 더욱 중시 될 것이다. 따라서 노인, 장애인 등 의존적 인구에 대한 경제적 지원과, 각종 복지 서비스를 제공하여 소외 계층의 생활체육 활동 참여 기회를 확대하고, 저소득층에는 최소한의 생활체육 기회와 경제적인 지원이 이루어지며, 그리고 여성 생활체육 참여의 기회 보장 및 증대를 장려하게 될 것이다.

넷째, 지식, 기능 위주의 교육이 아닌 평생 교육적 측면을 강조하게 되어, 학교와 생활체육, 지역과 생활체육과의 관계가 상호 불가분의 관계에 놓이게 될 것이다. 따라서 생활체육은 주변 지역사회 및 학교에 긴밀하고 체계적인 관계를 맺고 상호보완적인 역할을 담당하게 될 것이다.

다섯째, 사회 각 분야의 거대화, 조직화, 민주화 경향에 발맞추어 생활체육도 행정적, 민간적 양 차원 모두에서 조직성을 가지게 될 것이다. 모든 것이 관주도였던 우리 나라

9) 3급 생활체육 지도자 연수 교재, 문화체육부(동양문화사, 1993).

도 미래에는 사회 전반에 걸쳐 민주화의 정책도 활성화 될 것이며, 따라서 생활체육도 정부 차원에서의 행정적 조치 및 정책이 요구될 뿐만 아니라, 민간 차원에서의 조직적인 정책 및 사업이 개발 보급으로 인해, 사회에서 중핵적인 위치를 담당하게 될 것이다.

그리고 이에 따라 국민체육진흥법과 같은 생활체육 관련 법령의 개정 보완 및 제정도 더욱 활발히 이루어 지라라고 전망할 수 있을 것이다. 이와 같이 미래 사회 생활체육의 모습은 미래의 사회 변화와 긴밀한 관계를 가지게 될 것이다. 후기 산업사회에서 생활체육의 필요성의 강조됨에 따라 생활체육이 사회에서 담당하여야 할 역할과 중요성이 확대되고 있다. 오늘날 생활체육의 역할은 국민의 건전한 심신 발달을 도모하고, 나아가 지역사회 생활체육 활성화를 복지사회의 실현과 민족 문화 창달에 이바지 할 뿐만 아니라 국민 화합에 기여하는 것이다.

5. 건강증진 활동

1) 건강의 저해요소

체력이 약해진다는 것은 곧 건강이 나빠짐을 의미하는 것이며, 병에 전염될 가능성이 높고 건강을 오래 유지하지 못한다는 것이다. 이와 같이 체력을 저하시키는 원인은 운동부족에서 찾아 볼 수 있으며, 강한 활동력, 활발한 혈액순환, 강한 근력이 피로한 상태를 견뎌내는 것은 신체활동에 의해서 이루어지는 것에 반하여, 현대 사회에서는 옛날에 행하던 육체노동으로부터 탈피하여 인간의 창의적인 활동이 육체노동보다 그 가치를 인정받기 때문에 앉아서 하는 일이 많아짐으로써 자연히 체력은 약해지는 것이다.

이러한 기계문명의 발달은 생활의 편리함을 가져다주었지만 운동부족을 초래하여 순환계통의 기능을 떨어뜨리고 불안정한 혈액순환으로 충분한 영양을 공급할 수 없게 되었다. 따라서 피로한 상태, 나약한 모습, 어색한 행동, 그리고 지구력이 약해져 사소한 병에도 민감하게 되는 것이다.

물론 건강을 해치는 원인은 운동부족 이외에도 많이 있다. 그러나 다른 조건이 모두 충족되었다고 해도 운동이 부족하면 체력의 보존은 불가능한 것이다. 건강을 약화시키는 원인으로는 폭음·폭식 또는 영양부족, 앉아서 하는 생활, 레크리에이션과 놀이의 부족, 생활에 대한 흥미 상실, 일과 놀이의 불균형, 지나친 흡연, 정신적 불안, 공포, 긴장, 적극적인 신체활동의 부족 등이 있다.

2) 건강관리 방법

(1) 건강관리의 필요성

인간은 개인적 또는 집단적으로 모두가 어떠한 목적을 가지고 생활하고 있으며 행동하고 있다. 따라서 그 같은 목적을 달성하기 위해서는 보다 적절한 여러 가지의 요건을 갖추어야 할 필요가 있다.

우리가 생활하는 현장에서 직면하고 있는 건강관리 방법에는 여러 가지가 있다. 건강은 개인적으로나 집단적으로나 인간이 가지고 있는 능력을 최대한으로 발휘할 수 있는 기본조건이 되기 때문에 무엇보다도 중요하다. 인간의 몸은 그 개인이 가지고 있는 특성과 생활환경 등 여러 가지 인자에 의해서 복잡한 변화를 일으키면서도 부단히 개체로서의 건강상태를 유지할 수 있는 생리작용을 하고 있다. 이것을 항상성의 유지라고 한다. 그런데 질병 또는 그 밖의 건강장애는 항상성을 유지하지 못하고 건강을 해치는 요인을 제거해야 하기 때문에 건강관리가 필요한 것이다.

현대 생활에 있어서 건강에 관한 문제는 간단한 문제만은 아니다. 예를 들어 산업사회의 발달로 인구의 도시화, 공해문제, 의약품의 남용과 피해, 새로운 질병의 지속적인 발생 그리고 해마다 증가해 가는 각종 사고 등 건강생활의 저해 요인들이 질적, 양적으로 팽배해 가는 상황 속에서 우리의 생존권을 유지한다는 것은 매우 어려운 문제임이 틀림없다.

그러면 자율적이며 능동적인 건강관리라는 관점에서 어떻게 하면 좋을 것인가에 대하여 살펴보면, 건강관리라고 함은 개인적인 입장을 뜻하고 그 내용에는 운동, 영양, 휴식 등에 대한 자율적인 관리기술을 포함하고 있다. 운동, 영양, 휴식 등은 건강의 중요한 요건이다. 즉 건강한 사람이라면 누구나 운동을 할 수 있으며 그렇지 못한 상태에 있는 사람은 병들어 있는 사람이라고 할 수 있다. 그리고 영양상태가 좋은 사람은 역시 건강한 체질의 소유자이며 충분한 휴식을 취할 수 있는 사람이면 누구나 훌륭하게 자신의 건강을 유지해 갈 수 있는 사람이라고 말할 수 있다.

(2) 건강관리 방법

생활체육 활동이나 스포츠 활동에 참가하고 있는 사람을 대상으로 하는 건강관리의 중요한 과제는 운동을 체계적으로 실시함으로써 발생할 수도 있는 개개인의 건강상태,

신체발달 및 운동능력 등의 변화에 대하여 살펴보는 것이 중요하다. 그 내용을 구체적으로 살펴보면, 운동이 과할 때에 일어날 수 있는 건강장해를 예방하는 일, 연령, 성, 체격 등에 따라 알맞은 운동을 실시하는 일, 운동을 계통적으로 실시하려 할 때에 적당한 종목을 선택하는 일, 선택한 종목을 합리적이며 위생적으로 실천하는 일, 생활체육 활동의 효과를 구체적으로 판단하는 일 등을 들 수 있다.

이와 같은 내용 이외에도 생활체육 활동에 제약을 가하는 여러 가지 문제점도 있겠지만 특히 여기에서 강조하고 싶은 것은 개인위생, 공중위생 및 환경위생과 같은 위생학적 기반 위에서 생활체육 활동을 계획하고 실천하라는 것이다. 생활체육 활동을 통한 건강관리의 목적은 적당하지 못한 생활체육 활동에 의해서 발생할 수도 있는 건강의 이상을 연구함으로써 예방치료에 필요한 대책을 강구하여 생활체육 활동에 참가하는 사람의 건강을 배경으로 신체활동의 효과를 극대화시킴으로써 즐거운 생활을 하게 하는 것이다.¹⁰⁾

제 2 절 생활체육 활동의 선행연구 고찰

최근 생활체육에 관한 연구는 여가의 증대, 스포츠 활동 인구의 증가와 함께 생활체육에 대한 가치관의 변화로 관심 있는 연구 분야로 대두되고 있는 바, 생활체육의 활동의 참여 실태와 인식에 관한 선행연구 결과들을 요약하고 본 연구의 분석들에 대한 이론적 토대를 제공하고자 한다.

일반인을 대상으로 한 연구결과들을 살펴보면 다음과 같다.¹¹⁾

고영진(1993)은 ‘제주도민의 생활체육 참여 실태에 관한 연구’에서 54개 문항의 설문지를 이용하여 15세 이상의 제주도민을 대상으로 건강과 체력, 체육환경, 체육활동, 스포츠 경기관람 실태, 스포츠에 대한 인식, 체육정책에 관하여 조사 분석한 결과는 건강 및 체력 유지의 방법으로 규칙적인 운동을 39.7%, 여가활동은 주로 TV시청이며, 체육지도자의 필요성 여부는 54.5%, 체육동호인 가입 여부는 9%, 규칙적인 체육활동 참여는

10) 생활체육의 이론과 실기, 조창남 외 4인(가림출판사, 1997), pp.24-27.

11) 제주도내 초등학교원들의 생활체육 참여 실태에 조사 연구, 강정홍, (제주대학교 교육대학원, 2001), pp.20-22.

44.2%, 운동빈도는 주 1회가 41.2%, 주로 하는 운동 종목은 맨손체조와 줄넘기(21.8%), 배드민턴(9.6%) 순이고, 운동을 하는 이유로 건강유지와 증진이 45.8%, 체육활동을 할 수 없는 이유를 시간 부족(56.5%)과 흥미와 관심결여(16.6%) 순이다. 스포츠 참여 활동의 우선책을 체육시설 확충 개방(66.6%)과 근무시간 단축(18.5%), 체육프로그램 개발 및 보급(7.8%), 운동의 효과를 체력증진(43.6%)과 스트레스 해소(31.3%)와 정신력 강화(15.7%) 순이다. 희망운동 종목을 테니스(17.3%)와 수영(13.3%)과 배드민턴(10.3%) 순이고, 스포츠가 사회에 미친 영향은 생활체육의 확산(36.6%)과 국민의 여가 선용(29.9%) 순이며, 원하는 체육시설은 체육관(28.9%)과 조깅코스(21.4%)와 운동장(14.5%) 순이다. 권장되어야 할 운동 종목을 체조와 에어로빅(18.5%), 구기종목(18.0%) 순이고, 생활체육의 주체를 정부·민간주관(43.6%)과 민간 주관(25.2%)의 순으로 나타났다.¹²⁾

이세형(1995)은 ‘제주도민의 생활체육 참여실태와 개선방안에 관한 연구’에서 제주도 지역 특수성을 고려하여 수정 보완된 설문지를 이용하여 제주도민을 대상으로 조사 분석한 결과는 체육동호인 가입여부는 비가입자가 8.7%, 생활체육 비참여자가 20.8%, 생활체육 참여빈도는 주1회가 49.4%, 운동장소는 집 주변이 46.4%, 운동이유는 건강유지가 56.9%, 운동을 할 수 없는 이유는 시간 부족이 49.2%, 생활체육의 개선사항은 체육시설 확충 및 개방(68.2%), 스포츠 프로그램 개발 보급(9.9%), 여가시간 단축(9.4%), 스포츠 시설 사용료 조절(5.5%) 순이고, 체육정책의 중점은 생활체육 진흥(81.9%), 학교체육 진흥(13.8%), 우수선수 육성(4.4%)순이며, 생활체육의 효과는 체력증진(41.0%), 스트레스 해소(25.2%), 정신력 강화(14.7%), 협동심 함양(11.0%), 인격형성(3.1%), 질서 의식 함양(2.6%), 승리감 쟁취(2.4%) 순으로 나타났다.¹³⁾

김미(1997)는 ‘생활체육 종목에 따른 참여자의 동기 및 만족도에 관한 연구’에서 62개 문항으로 구성된 설문지를 이용하여 경기도 성남시에 거주하는 20세 이상의 생활체육 참여자의 종목에 따른 지적·사회적·인지적 효능·휴식적 참여동기 요인에는 유의한 차이가 있었고, 생활체육 참여자의 종목에 따른 심리적·교육적·사회적·휴식적·신체적·환경적 참여 만족도 요인에는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.¹⁴⁾

12) 제주도민의 생활체육 참여실태에 관한 연구, 고영진. 제주대학교 교육대학원(1993).

13) 제주도민의 생활체육 참여실태와 개선방안에 관한 연구, 이세형. 한양대학교 대학원(1995).

14) 생활체육 종목에 따른 참여자의 동기 및 만족도에 관한 연구, 김미. 이화여자대학교 사회복지대학원(1997).

김경범(1998)은 ‘직장인의 생활체육 참가와 여가만족에 관한 연구’에서 33개 문항으로 구성된 설문지를 이용하여 광주광역시, 전남지역의 직장인을 대상으로 생활체육 활동과 여가만족에 관하여 분석한 결과 생활체육 참가 집단이 여가만족이 높고, 생활체육 참가빈도는 심리·사회·교육·생리·휴양적 여가만족과 생활체육 참가기간은 사회·교육·휴양적 여가만족과, 생활체육 참가 강도는 심리·사회·교육·생리·휴양적 여가만족과 유의한 상관관계가 있었다. 생활체육 참가정도에 따른 빈도, 기간은 직접적인 영향을 미치고, 참여강도는 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.¹⁵⁾

김성민(1998)은 ‘지방공무원의 생활체육 참여실태와 인식도 조사연구’에서 22개 문항으로 구성된 설문지를 광주광역시의 지방공무원을 대상으로 생활체육 활동과 건강상태·시설의 관계, 생활체육 참여 실태와 정책방향을 분석한 결과는 건강과 체력의 유지 방법으로 규칙적인 체육활동(42.45%), 생활체육이 효과를 건강 및 체력증진(59.24%), 체육시설과 환경에 대한 만족도는 18.53%, 체육 시설의 개선점으로 시설미흡(41.52%), 체육지도자의 배치 부족에 89.25%, 생활체육 참여도는 69.79%, 체육활동을 하지 않는 이유는 시간 부족(48.24%)과 동반자(18.53%) 순이고, 참여하는 생활체육 종목으로 등산(27.99%), 조깅(16.24%), 볼링(10.17%) 순이며, 생활체육 참여 목적은 건강증진(74.13%), 운동빈도는 주당 1~2회(65.72%), 1회 운동시간은 40~50분(27.18%), 30~40분(24.24%), 30~20분(20.28%) 순이다. 시기는 주말(49.93%), 평일(21.49%) 순이고, 참여하고 싶은 종목은 스쿼시(15.57%), 수영(15.02%), 골프(14.94%) 순으로, 국가발전에 미치는 영향을 70.46%가 긍정적으로, 공공기관의 체육센터의 필요성에 79.85%가 찬성하는 것으로 나타났다.¹⁶⁾

김주영(1999)은 ‘노인들의 생활체육 활동 실태에 대한 조사 연구’에서 17개 문항으로 구성된 설문지를 이용하여 강원도내 노인들을 대상으로 생활체육 활동 실태를 조사한 결과는 활동실태는 미미하고, 이유는 건강을 위해서 하며, 규칙적인 운동 경험이 없고, 혼자서 하고 있어 운동처방사 제도에 찬성하는 것으로 나타났다.¹⁷⁾

일반인을 대상으로 한 연구의 특징은 주로 자율적인 이유에서 비롯되는 차이가 있으나, 생활체육에 긍정적이고 기대하는 바가 매우 높게 나타났다.

따라서 본 연구자는 선행연구들의 결과에서 나타난 미비점인 대학생들의 사회인구

15) 직장인의 생활체육 참가와 여가만족에 관한 연구, 김경범. 전남대학교 교육대학원(1998).

16) 지방공무원의 생활체육 참여실태와 인식도 조사연구, 김성민, 조선대학교 교육대학원(1998).

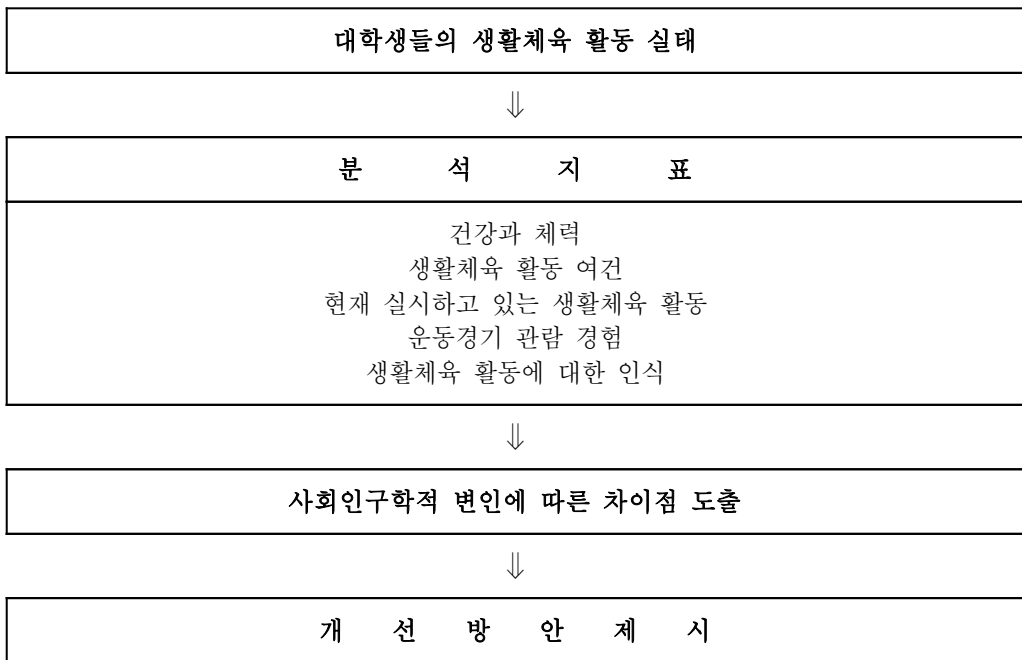
17) 노인들의 생활체육 활동 실태에 대한 조사 연구, 김주영. 강원대학교 대학원(1999).

학적 변인에 따른 건강과 체력, 생활체육 활동 여건, 현재 생활체육 활동 실태, 운동경기 관람 경험, 생활체육 활동에 대한 인식이 차이가 있는가를 규명하고, 개선방안을 제시하고자 한다.

제 3 절 연구분석의 틀

본 연구에서는 제주대학교 학생들의 생활체육 활동 참여 실태에 대하여 사회인구학적 변인에 대한 건강과 체력, 생활체육 활동 여건, 현재 실시하고 있는 생활체육 활동, 운동경기 관람 경험, 생활체육 활동에 대한 인식에 대한 차이점을 도출하고, 결론을 제시하고자 한다. 이와 같은 연구 분석의 틀을 도식화하면 <표1-2> 와 같다.

<표 1-2> 연구분석의 틀



제 III 장 결과 및 해석

제 1 절 연구 대상자의 구성

학년별 분포를 보면 본 설문조사에 응답한 대학생 중 1학년이 93명으로 25.8%, 2학년이 92명으로 25.6%, 3학년이 98명으로 27.2%, 4학년이 21.4%로 나타나고 있다. 성별 분포는 남자가 205명으로 56.9%, 여자가 155명으로 43.1%의 비율을 차지하고 있다. 연령분포는 20세 이하가 193명으로 56.9%, 21~23세가 33.9%, 24~28세가 45명으로 12.5%의 비율을 차지하고 있으며, 용돈별 분포는 10만원 이하가 87명으로 24.2%, 11~20만원이 160명으로 44.4%, 21~30만원이 67명으로 18.6%, 31만원 이상이 46명으로 12.8%로 나타나고 있다.<표 2-1>

<표 2-1> 응답자의 특성별 분포

특성별	요소별	빈도	비율(%)
학 년	1학년	93	25.8
	2학년	92	25.6
	3학년	98	27.2
	4학년	77	21.4
	합 계	360	100.0
성 별	남 자	205	56.9
	여 자	155	43.1
	합 계	360	100.0
연 령	20세 이하	193	53.6
	21~23세	122	33.9
	24~28세	45	12.5
	합 계	360	100.0
용 돈	10만원 이하	87	24.2
	11~20만원	160	44.4
	21~30만원	67	18.6
	31만원 이상	46	12.8
	합 계	360	100.0

제 2 절 사회인구학적 변인에 따른 건강과 체력의 차이

1. 대학생들의 건강에 대한 인식

대학생들의 자신의 건강에 대한 인식을 조사한 결과<표 2-2>와 같이 건강한 편이다라고 생각하는 경우(63.0%), 보통이다(21.3%), 건강하지 못한 편이다(15.7%)로 분석되었으며, 건강한 체력을 유지하기 위하여 규칙적인 운동(49.3%), 충분한 휴식 및 수면(30.0), 규칙적인 식사 및 영양보충(17.9%), 목욕 및 마사지(2.8%)라고 분석되었으며, 생활체육 활동을 통하여 얻을 수 있는 효과에 대해서 건강 및 체력증진(65.3%), 스트레스 해소(21.0%)등을 지적하였다.<표 2-2>

<표 2-2> 대학생들의 건강에 대한 인식

		1. 자신의 건강상태			2. 건강과 체력유지				3. 생활체육 활동을 통해 얻을 수 있는 효과						
		건강하지 못한 편이다	보통이다	건강한 편이다	규칙적인 운동	충분한 휴식 및 수면	목욕 및 마사지	규칙적인 식사 및 영양보충	건강 및 체력 증진	승리감 생취	협동심 함양	인격형성	스트레스 해소	정신력 강화	여가선용
학년*(2) X ² = 19.521,df=9	1학년	15.1	23.7	61.3	37.8	35.5	6.5	19.4	59.1	4.3	3.2	1.1	24.7	2.2	5.4
	2학년	16.9	23.6	59.6	50.6	23.6	3.4	22.5	68.5			2.2	19.7	5.6	4.5
	3학년	20.4	15.3	64.3	48.0	31.6	1.0	19.4	68.4	1.0		1.0	18.4	9.2	2.0
	4학년	9.1	23.4	67.5	62.3	28.6		9.1	64.9	1.3	2.6	1.3	22.1	5.2	2.6
연령**(2) X ² = 29.586,df=3	남자	15.3	17.3	67.3	60.9	24.3	3.5	11.4	63.9	3.0	2.0	1.5	19.3	7.4	3.0
	여자	16.1	26.5	57.4	34.2	37.4	1.9	26.5	67.1		0.6	1.3	23.2	3.2	4.5
연령*(2) X ² = 16.379,df=6	20세이하	14.7	21.5	64.4	41.4	32.5	4.2	22.0	63.9	1.6	1.6	1.0	22.0	4.7	5.2
	21-23세	18.9	21.3	59.8	56.6	28.7		14.8	68.9	1.6	0.8	0.8	19.7	5.7	2.5
	24-28세	13.6	20.5	65.9	41.4	32.5	4.2	22.0	61.4	2.3	2.3	4.5	20.5	9.1	
용돈*(2) X ² = 17.556,df=9	10만원이하	16.3	26.7	57.0	42.2	31.4	8.1	16.3	59.3	2.3	2.3	2.3	19.6	7.0	7.0
	11-20만원	12.7	22.2	65.2	48.7	29.1	0.6	21.5	68.4	2.5	0.6	0.6	20.9	4.4	2.5
	21-30만원	14.9	19.4	65.7	52.2	31.3		16.4	71.6			1.5	19.4	6.0	1.5
	31만원이상	26.1	10.9	63.0	56.5	28.3	4.3	10.9	56.5		4.3	2.2	26.1	6.5	4.3
M =		15.7	21.3	63.0	49.3	30.0	2.8	17.9	65.3	1.7	1.4	1.4	21.0	5.6	3.6

*P<.05, **P<.01, df=9(cv=16.92, p<.05; cv=21.67, p<.01), df=3(cv=7.82, p<.05; cv=11.34, p<.01), df=6(cv=12.59, p<.05; cv=16.81, p<.01)

스스로가 건강하다고 인식하는 비율이 높게 나타났으며, 반면 스스로 허약하다고 인식하는 비율은 낮게 나타났다. 이러한 현상은 영양상태의 개선, 생활체육 활동의 활성화 등으로 인하여 건강을 유지하고 있는 것으로 나타났다. 집단특성별로 살펴보면 연령에 따라서 학년이 높을수록 스스로 건강하다고 인식하는 것으로 나타났다. 물론 그것은 매우 자연스러운 결과이기도 하지만 상급학년이 건강에 대한 적극적인 관심을 촉구하는 결과이기도 하다. 특히 상급학년의 경우 취업준비에 따라 퇴행성의 특성을 띠게 되므로 예방운동이 효과적일 것이다. 대학생들의 생활체육 활동은 그 중요성이 높으며, 이들에 대한 과학적이고, 흥미로운 생활체육프로그램의 제공과 적절한 시설이 제공 등이 특별히 요구된다.

한편 건강을 유지하는 방법으로는 규칙적인 생활체육 활동을 한 학생들이 49.3%로 가장 많았으며, 통계적($p<.01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 특히 규칙적인 식사, 충분한 휴식, 목욕 및 마사지 등과 같은 소극적 건강유지방법을 뒤로하고 규칙적인 운동이라는 적극적 건강유지방법을 가장 중요하게 인식하고 있음은 생활체육의 활성화의 예고와 건강한 정신을 반영하는 결과로 해석된다.

제 3 절 생활체육 활동 여건

1. 평균 여가시간

대학생들의 평균여가시간은 평일에 3~5시간(41.2%), 주말에 3~5시간(36.5%), 휴일에 8시간(38.3%)으로 나타났다. 여가시간에 대한 조사결과는 개인에 따라 상당한 차이가 있어 분명한 경향을 분석할 수 없으나 대체적으로 여가시간은 점차 증가하고 있는 것으로 볼 수 있으며, 통계적($p<.01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-3>

< 표 2-3 > 평균 여가시간

		4-1. 평일					4-2. 토요일					4-3. 휴일(일요일)				
		1시간 이하	1~2 시간	3~5 시간	6~8 시간	8시간 이상	1시간 이하	1~2 시간	3~5 시간	6~8 시간	8시간 이상	1시간 이하	1~2 시간	3~5 시간	6~8 시간	8시간 이상
학년	1학년	17.2	24.7	45.2	9.7	3.2	11.8	7.5	40.9	21.5	18.3	6.5	8.6	31.2	21.5	32.3
	2학년	25.6	25.6	39.0	4.9	4.9	12.5	10.0	31.3	23.8	22.5	10.0	8.8	26.3	17.5	37.5
	3학년	20.6	25.8	42.3	7.2	4.1	9.2	6.1	35.7	19.4	29.6	10.2	1.0	24.5	16.3	48.0
	4학년	21.9	31.5	37.0	6.8	2.7	12.2	13.5	37.8	16.2	20.3	14.9	6.8	32.4	12.2	33.8
성별*(4-3) $\chi^2=10.155$, df=4	남자	20.4	28.1	39.8	7.1	4.6	13.8	11.7	32.1	21.9	20.4	12.2	8.1	26.4	13.2	40.1
	여자	22.1	24.8	43.0	7.4	2.7	8.1	5.4	42.3	18.1	26.2	7.4	3.4	31.1	22.3	35.8
연령**(4-3) $\chi^2=25.922$, df=8	20세이하	20.4	25.3	45.2	5.9	3.2	8.1	7.6	40.0	23.2	21.1	4.9	7.0	30.8	21.6	35.7
	21~23세	19.5	33.9	34.7	6.8	5.1	13.4	9.2	36.1	17.6	23.5	13.4	4.2	30.3	12.6	39.5
	24~28세	29.3	12.2	41.5	14.6	2.4	19.5	14.6	22.0	14.6	29.3	21.4	7.3	12.2	9.8	46.3
용돈	10만원이하	20.0	23.8	45.0	10.0	1.3	12.5	10.0	38.8	18.8	20.0	8.8	7.5	30.0	21.3	32.5
	11~20만원	21.3	25.8	44.5	3.2	5.2	8.4	9.0	35.5	23.9	23.2	7.1	5.2	30.5	18.8	38.3
	21~30만원	25.8	34.8	30.3	7.6	1.5	12.1	6.1	47.0	13.6	21.2	10.6	9.1	31.8	9.1	39.4
	31만원이상	15.9	22.7	38.6	15.9	6.8	18.2	11.4	20.5	20.5	29.5	22.2	2.2	13.3	15.6	46.7
M =		21.2	26.7	41.2	7.2	3.8	11.3	9.0	36.5	20.3	22.9	10.1	6.1	28.4	17.1	38.3

*P<.05, **P<.01, df=4(cv=9.47, p<.05; cv=11.67, p<.01), df=8(cv=15.51, p<.05; cv=20.09, p<.01)

2. 여가시간 활용

대학생들의 여가활용에 대하여 조사한 결과 TV시청(39.2%)이 가장 높았으며, 영화 감상(23.5%), 운동 및 스포츠 활동(16.8%)으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

여가활동유형에서 운동 및 스포츠 활동 참여의 비중이 낮음은 우려할 만한 일이다. 물론 사회의 전반적인 발전으로 인하여 여가 선택의 폭이 다양해졌음을 고려한다 하더라도 여가활동 중 운동 및 스포츠 활동의 비중(16.8%)이 낮다는 사실은 보다 적극적인 신체활동을 요구하는 대학생들에게 사회변화에 부응하는 대책마련이 요구됨을 보여 주는 것이다. 특히, 컴퓨터 게임(기타 1.1%)에 빠져 운동 및 스포츠 활동을 선호하지 않는 학생들에 대한 대책이 시급한 실정이며, 진지한 생활체육 활동 유인 대책이 요구된다.<표 2-4>

< 표 2-4 > 여가시간 활용

		5. 여가시간 활용									
		운동 및 스포츠 활동	음악/ 영화감상	경기 관람	장기/ 바둑	여행	TV 시청	독서	집안 정리	낮잠	기타
학년	1학년	16.1	21.5	2.2	2.2		40.9	4.3	1.1	5.4	6.5
	2학년	15.7	22.5	1.1		1.1	37.1	2.2	2.2	3.4	14.6
	3학년	14.3	25.5				44.9	2.0	1.0	3.1	9.2
	4학년	22.1	24.7			1.3	32.5	2.6		7.8	9.1
성별** X ² =46.186, df=9	남자	26.7	16.3	1.5	0.5	0.5	34.2	3.0	1.5	4.0	11.9
	여자	3.9	32.9		0.6	0.6	45.8	2.6	0.6	5.8	7.1
연령	20세이하	15.2	23.6	1.6	1.0	0.5	42.4	3.1	1.0	3.7	7.9
	21~23세	20.5	25.4				35.2	1.6	1.6	4.9	10.7
	24~28세	13.6	18.2			2.3	36.4	4.5		9.1	15.9
용돈	10만원이하	15.1	17.4	2.3	2.3	1.2	37.2	3.5	2.3	7.0	11.6
	11~20만원	17.7	23.4	0.6		0.6	39.9	2.5		5.1	10.1
	21~30만원	11.9	25.4				44.8	3.0	3.0	3.0	9.0
	31만원이상	23.9	32.6				32.6	2.2		2.0	6.5
M =		16.8	23.5	0.8	0.6	0.6	39.2	2.8	1.1	4.8	9.8

*P<.05, **P<.01, df=9(cv=16.92, p<.05; cv=21.67, p<.01)

3. 집 가까운 곳의 생활체육 활동 시설 유무

< 표 2-5 > 생활체육 시설 유무

		6. 생활체육 시설 유무	
		있다	없다
학년	1학년	67.8	32.2
	2학년	60.0	40.0
	3학년	50.7	49.3
	4학년	54.3	45.7
성별	남 자	57.6	42.4
	여 자	61.9	38.1
M =		59.4	40.6

대학생들의 집 가까운 곳에 운동할 수 있는 생활체육 활동 시설의 유무를 묻은 결과 있다(59.4%)의 대답이 가장 높았으며, 종류 또한 다양하게 나타났다. 생활체육 활동 시설이 있다는 경우 어떤 시설인지를 묻은 결과 헬스 센터(24.3%), 학교운동장(15.4%), 수영장(15.0%), 공원(13.6%), 간이 야외운동시설(10.7%)등의 순으로 나타났다. 그리고 그 운동시설을 사용해본 경험의 물음에 있다(72.0%)고 응답하여 대부분 시설을 이용하고 있는 것으로 분석되었다. 또한 이용하고 있는 생활체육 시설의 만족도를 조사한 결과 만족한다(46.1%)고 응답하였다.

특히 상업시설의 이용이 높았으며, 그 외 집 근처의 쉽게 이용이 가능한 공공생활체육시설의 이용이 높음을 보여주고 있다. 따라서 공공생활체육 활동 시설의 확충과 저렴한 가격에 이용이 가능한 상업스포츠 시설의 유치 및 확충이 요구된다.

시설에 대한 만족 외 불만족의 경우가 13.0%로 이것은 상업스포츠 시설의 기준 설치 및 서비스 부족에 따른 결과로, 상업스포츠 시설의 확대는 적극 도모하되 시설기준을 강화하여 건강을 상품으로 하는 상업스포츠 시설의 합리화를 유도하여야 할 것이며, 정책적인 공공생활체육 활동 시설의 관리 및 확보를 해야 할 것이다.

4. 생활체육 활동시 지도자 경험

응답자의 37.8%가 생활체육 활동시 지도자의 지도를 받아 본 경험이 있다고 응답함으로써 실질적으로 생활체육 활동 참여자의 대부분이 생활체육지도자의 지도를 받은 경험이 있는 것으로 나타났다. 그리고 응답자 과반수 이상이 지도자가 필요하다고 지적하고 있다. 통계적으로도 지도자의 필요성($p < .01$)이, 생활체육 지도와 지도자의 필요성($p < .05$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-6>

엘리트 스포츠가 아닌 생활체육 활동에서도 지도자는 매우 중요한 위치에 있다. 일차적으로는 건강에 필요한 다양한 정보를 얻을 수 있으며, 이차적으로는 상해를 입지 않고 보다 효과적인 운동을 실시 할 수 있으며, 마지막으로 정확한 기술습득을 통하여 지속적인 운동을 도모할 수 있기 때문이다. 이제는 대학생뿐만 아니라 모든 도민이 생활체육지도자의 지도 혜택을 받을 수 있도록 지도자의 양성 및 배출에 제주도 차원의 생활체육행정 계획수립과 지원계획이 수립되어야 할 것이다.

< 표 2-6 > 생활체육 활동시 지도자 지도/필요성

		7. 생활체육지도유무		8. 지도자 필요성		
		있다	없다	불필요하다	그저 그렇다	필요하다
학년**(8) x ² =17.93, df=6	1학년	38.0	62.0	15.1	34.4	50.5
	2학년	33.3	66.7	4.4	26.7	68.9
	3학년	38.8	61.2	7.2	32.0	60.8
	4학년	41.6	58.4	2.6	22.1	75.3
성별*(7, 8) x ² =9.340, df=1 x ² =6.398, df=2	남 자	44.6	55.4	8.3	23.9	67.8
	여 자	28.8	71.2	6.6	36.2	57.2
M =		37.8	62.2	7.6	29.1	63.3

*P<.05, **P<.01, df=1(cv=3.84, p<.05; cv=6.64, p<.01), df=2(cv=16.92, p<.05; cv=21.67, p<.01)
df=6(cv=12.59, p<.05; cv=16.81, p<.01)

제 4 절 현재 생활체육 활동 실태

1. 생활체육 활동 횟수/요일/시간대

설문조사 결과 전혀 하지 않는다(38.1%), 일주일에 2~3번(18.3%), 매일(16.7%), 일주일에 1번(13.9%), 한 달에 2~3번(13.1%)으로 나타났다. 주 2~3회 이상 규칙적으로 운동을 하고 있는 학생들의 비율이 높게 나타났다. 통계적(p<.05)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-7>

1회 운동시간 20분 이상, 주 2~3회 이상의 운동은 생리학적인 운동효과를 기대할 수 있는 운동이다. 이 정도의 운동을 규칙적으로 지속하고 있는 대학생들이 증가하고 있음은 생활체육 활동의 필요성에 대한 대학생들의 고조와 이를 뒷받침하는 다양한 생활체육 행정 및 정책적 지원의 고급화와 질적인 행정지원 대책이 요구된다.

주로 생활체육 활동을 하는 요일에 대하여 질문한 결과 평일이 58.7%로 가장 높고, 일요일/휴일이 30.8%, 토요일이 10.7%의 순으로 나타나 주로 평일에 운동을 실시하고 있는 것으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 생활체육 활동이 주말의 여가활동으로서가 아니라 일상화된 생활의 한 부분으

로서 자리잡고 있음을 보여주는 결과이다. 즉 평일에 운동을 실시하는 대학생들이 증가하는 것은 생활체육 활동의 질이 고급화되는 것을 반영하는 것으로 해석된다. 그리고 운동시간대에 대한 조사결과 오후(29.6%), 저녁(27.4%), 일정하지 않다(20.6%), 아침/새벽포함(14.3%), 오전(5.4%), 점심시간(2.7%)의 순으로 나타났으며, 통계적($p < .01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 대학생들의 신체활동이 왕성한 오후 및 방과후 저녁시간대의 활용도가 높음을 보여주는 것이다.

< 표 2-7 > 생활체육 활동 횟수/요일/시간대

		9. 생활체육 활동 횟수					14. 생활체육 활동 요일			15. 생활체육 활동 시간대					
		전혀 하지 않는다	한달에 2~3번	일주 일에 1번	일주 일에 2~3번	매일	평일	토요일	일요일 /휴일	아침/ 새벽	오전	점심 시간	오후	저녁	일정 하지 않다
학년*(15) $\chi^2=25.00$, $df=15$	1학년	45.2	16.1	12.9	11.8	14.0	60.0	12.0	28.0	10.2	12.2	12.2	18.4	24.5	22.4
	2학년	39.1	9.8	18.5	17.4	15.2	51.8	12.5	35.7	8.8	7.0	3.5	31.6	31.6	17.5
	3학년	35.7	15.3	12.2	21.4	15.3	59.4	9.4	31.3	20.3	3.1		29.7	28.1	18.8
	4학년	31.2	10.4	11.7	23.4	23.4	63.0	9.3	27.8	18.5	7.4		31.5	24.1	18.5
성별**(9,14,15) $\chi^2=70.826$, $df=4$ $\chi^2=6.064$, $df=2$ $\chi^2=15.176$, $df=5$	남자	22.4	9.8	18.5	27.3	22.0	60.0	13.1	26.9	15.6	8.8	4.4	31.9	20.6	18.8
	여자	58.7	17.4	7.7	6.5	9.7	54.7	4.7	40.6	12.5	3.1	1.6	18.8	43.8	20.3
연령	20세이하	43.5	14.0	13.5	15.0	14.0	56.5	11.1	32.4	9.3	6.5	6.5	25.2	30.8	21.5
	21~23세	35.2	10.7	13.1	20.5	20.5	61.7	13.6	24.7	23.2	8.5		28.0	37.1	21.5
	24~28세	22.2	15.6	17.8	26.7	17.8	51.7	2.9	40.0	11.4	5.7	2.9	37.1	28.6	14.3
용돈	10만원이하	40.2	14.9	13.8	18.4	12.6	47.2	11.3	41.5	13.2	13.2	5.7	18.9	28.3	20.8
	11~20만원	36.9	13.1	16.9	16.3	126.9	60.0	11.0	29.0	18.0	5.0	5.0	27.0	27.0	29.0
	21~30만원	41.8	11.9	9.0	22.4	14.9	66.7	2.6	1.2	15.4	10.3		23.1	53.1	21.9
	31만원이상	32.6	10.9	10.9	19.6	26.1	62.5	18.8	30.4	2			53.1	21.9	18.8
M =		38.1	13.1	13.9	18.3	16.7	58.5	10.7	30.8	14.7	7.1	3.6	28.1	27.2	19.2

* $P < .05$, ** $P < .01$, $df=(cv=9.49, p < .05; cv=13.28, p < .01)$, $df=2(cv=5.99, p < .05; cv=9.21, p < .01)$
 $df=5(cv=11.07, p < .05; cv=15.09, p < .01)$

2. 대학생들의 생활체육 활동 종목, 희망종목, 관람종목, 권장종목

농구(21.0%)를 대학생들이 가장 많이 하고 있으며, 가장 해보고 싶은 생활체육 활동 종목으로 스쿼시(19.9%)의 응답이 높았으며, 대학생들이 주로 관람하는 종목으로는 축

구(72.0%)로 월드컵 열풍과 단과대학별 축구동아리 활동이 활성화되어 되어있어 관람기회가 많은 것으로 나타났다. 그리고 생활체육의 보급을 위하여 제주도 차원에서 권장해야 할 운동종목을 질문한 결과 조깅/마라톤(22.9%)의 응답이 높게 나타났다.<표 2-8>

< 표 2-8 > 생활체육 활동 종목, 희망종목, 관람종목, 권장종목

	10. 주로하는 운동		25. 희망운동		27-1. 관람운동		39. 권장운동	
	빈도	유효 %	빈도	유효 %	빈도	유효 %	빈도	유효 %
검 도	6	2.8	23	6.9	2	1.5	3	1.0
게이트볼	2	0.9	1	0.3	1	0.8		
골 프	5	2.3	13	3.9			1	0.3
권 투	2	0.9	7	2.1			3	1.0
기계체조							1	0.3
농 구	45	21.0	6	1.8			6	2.1
등 산	9	2.5	1	0.3			3	1.0
력 비			1	0.3				
롤러스케이트	1	0.5	4	1.2			1	0.3
맨손체조/줄넘기	22	10.3					13	4.53
무 도	3	1.4	4	1.2	1	0.8	2	0.7
배 구	2	0.9			4	3.0		
배드민턴	5	2.3	7	2.1			31	10.8
헬 스	13	6.1	14	4.2			2	0.7
볼 링	15	7.0	3	0.9	1	0.8	7	2.4
빙 상			1	0.3				
사 격			4	1.2				
수 구			1	0.3				
수 영	6	2.8	44	13.3			19	6.6
스 키	1	0.5	5	1.5			1	0.3
스킨수쿠버			13	3.9			1	0.3
승 마			5	1.5				
야 구	1	0.5	3	0.9	9	6.8	3	1.0
에어로빅	6	2.8	7	2.1			8	2.8
유 도			11	3.3	1	0.8		
조깅/마라톤	26	12.1	9	2.7	5	3.8	66	22.9
윈드서핑	1	0.5	5	1.5				
싸이클			2	0.6			4	1.4
조 정							1	0.3
족 구	7	3.3					1	0.3
축 구	27	12.6	15	4.5	95	72.0	58	20.1
탁 구	2	0.9	6	1.8			2	0.7
태권도	4	1.9	6	1.8	3	2.3	15	5.2
테니스			19	5.7			13	4.5
펜 싱			2	0.6				
필드하키							1	0.3
핸드볼							6	2.1
행글라이딩	1	0.5	3	0.9				
스쿼시			66	19.9	1	0.8	3	1.0
기 타	2	0.9	19	5.7	1	0.8	13	4.5

3. 생활체육 활동을 할 때의 강도

대학생들은 생활체육 활동을 할 때의 강도는 약간 힘들게(38.6%), 가볍게(30.0%), 아주 힘들게(20.5%), 아주 가볍게(10.9%)로 나타났으며, 통계적($p<.01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

생활체육 활동의 강도는 생활체육 활동 형태에 따라 그 요구량이 있으므로 어떤 강도가 적절한 것인지는 일반적으로 언급할 수는 없으나, 건강을 위한 생활체육 활동으로서의 생활체육 활동 강도는 자신이 스스로 자각하기에 꽤 힘든 정도까지는 되어야 할 것이다. 생활체육 활동의 효과는 생활체육 활동 강도가 과부하 상태에서 나타나는 것이므로 자신 스스로가 생각하여 가벼운 운동이라고 할 때에는 그 생활체육 활동의 효과를 크게 기대할 수 없을 것이다. 따라서 전반적으로 강도가 높아져야 할 것으로 판단된다.<그림 2-9>

< 표 2-9 > 생활체육 활동 강도

		11. 운동강도			
		아주 가볍게	가볍게	약간 힘들게	아주 힘들게
학년	1학년	16.0	22.0	40.0	22.0
	2학년	13.2	28.3	37.7	20.8
	3학년	12.7	30.2	39.7	17.5
	4학년	1.9	38.9	37.0	22.2
성별** $\chi^2=11.393, df=3$	남자	9.0	26.3	39.1	25.6
	여자	15.6	39.1	37.5	7.8
M =		10.9	30.0	38.6	20.5

* $P<.05$, ** $P<.01$, $df=3$ ($cv=7.82$, $p<.05$; $cv=11.34$, $p<.01$)

4. 평균 생활체육 활동 시간 및 기간

1~2시간(47.0%), 1시간 이하(44.7%)로 1시간 정도의 생활체육 활동 시간이 높게 나타났으며, 생활체육 활동 기간은 1년 이하(46.6%), 3~5년(16.9%), 8년 이상(14.8%)으로 나타났다. 통계적($p<.01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 대체로 운동을

계속해 온 기간은 짧은 것으로 자기의 적성과 취미에 맞는 생활체육 활동으로 선택하여 지속적으로 생활체육 활동을 실시하는 것이 바람직하다. 따라서 생활체육 활동이 단계별 숙달과 흥미의 지속을 위해 합리적인 생활체육 프로그램과 지도자를 배치하며, 생활체육행정 및 정책의 적극적 지원이 요구된다.<표 2-10>

< 표 2-10 > 생활체육 활동 시간 및 기간

		12. 평균생활체육 활동 시간			16. 생활체육 활동 기간				
		1시간 이하	1~2 시간	3시간 이상	1년 이하	1~2년	3~5년	6~8년	8년 이상
학년	1학년	50.0	38.0	12.0	52.0	6.0	24.8	8.0	10.0
	2학년	39.6	56.6	3.8	47.7	18.2	9.1	6.8	18.2
	3학년	41.3	47.6	11.1	47.1	7.8	19.6	9.8	15.7
	4학년	49.1	45.3	5.7	38.6	25.0	13.6	6.8	15.9
성별**12,16 $\chi^2=15.493, df=2$ $\chi^2=16.988, df=4$	남자	36.8	52.3	11.0	38.3	14.2	19.9	9.9	17.7
	여자	64.1	34.4	1.6	70.8	12.5	8.3	2.1	6.3
연령	20세이하	42.3	51.0	6.7	47.3	13.2	18.7	7.7	13.2
	21~23세	43.8	45.0	11.3	44.3	17.1	12.9	10.0	15.7
	24~28세	54.3	40.0	5.7	50.0	7.1	21.4	3.6	17.9
용돈	10만원이하	53.8	38.5	7.7	53.3	11.1	15.6	4.4	15.6
	11~20만원	41.7	49.0	9.4	49.4	12.3	18.5	7.4	12.3
	21~30만원	51.3	46.2	2.6	40.6	25.0	18.8	9.4	6.3
	31만원이상	31.3	56.3	12.5	35.5	9.7	12.9	12.9	29.0
M =		44.7	47.0	8.2	46.6	13.8	16.9	7.9	14.8

* $P<.05$, ** $P<.01$, $df=2(cv=5.99, p<.05; cv=9.21, p<.01)$, $df=4(cv=9.49, p<.05; cv=13.28, p<.01)$

5. 주로 생활체육 활동을 하는 장소

대학생들이 주로 생활체육 활동을 하는 장소로는 집 주변(33.8%), 학교운동장(26.5%), 상업스포츠시설(21.9%), 학교내의 체육시설(11.0%)등의 순이며, 통계적($p<.05$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표2-11>

생활체육 활동 장소로 사용되는 장소로는 집 주변과 학교운동장, 상업스포츠 시설의

높은 이용을 보이며, 학교 내 체육시설, 공공생활체육시설 등은 낮은 이용을 보이고 있다. 한편 사용 가능한 거주지 주변의 운동시설의 조사에서 학교운동장이 높은 비율을 보였으며 실제 사용되는 생활체육 활동 장소로 상향세를 보이고 있는 점은 학교 운동장의 개방에 따른 적극적인 경향을 띠게 된 것으로 분석된다.

그리고 상업스포츠 시설들은 급격히 증가하고 있으며, 이용도도 높아지고 있는 반면, 공공생활체육시설은 정책적으로 집중적인 투자에도 불구하고 수요에는 부족한 편이다.

< 표 2-11 > 생활체육 활동 장소

		13. 어디에서 주로 생활체육 활동을 합니까?					
		집 주변	상업스포츠 시설	학 교 운동장	학교내의 체육시설	공공체육 시설	야 외
학년	1학년	38.0	20.0	26.0	10.0	4.0	2.0
	2학년	39.6	17.0	26.4	7.5	3.8	5.7
	3학년	30.2	22.2	31.7	7.9	4.8	3.2
	4학년	28.3	28.3	20.8	18.9	3.8	
성별* $\chi^2=36.907, df=5$	남자	25.2	18.7	34.8	14.8	4.5	1.9
	여자	54.7	29.7	6.3	1.6	3.1	4.7
연령	20세이하	36.5	23.1	25.0	8.7	2.9	3.8
	21-23세	23.8	22.5	32.5	12.5	6.3	2.5
	24-28세	48.6	17.1	17.1	14.3	2.9	
용돈	10만원이하	48.1	17.3	21.2	3.8	7.7	1.9
	11-20만원	27.8	25.8	28.9	12.4	1.0	4.1
	21-30만원	36.8	18.4	18.4	15.8	7.9	2.6
	31만원이상	25.0	21.9	37.5	12.5	3.1	
M =		33.8	21.9	26.5	11.0	4.1	2.7

*P<.05, **P<.01, df=5(cv=11.07, p<.05; cv=15.09, p<.01)

6. 생활체육 활동 동호인/서클 가입여부

대학생들의 생활체육 활동 동호인/서클조직 가입여부의 분석결과 비가입(79.5%)이 높게 나타났다. 비가입 이유로는 개인적인 시간이 맞지 않아서(44.3%), 구속받기 싫어

서/관심 없어서(11.2%) 등으로 나타났으며, 통계적(p<.05)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-12>

동호인 조직/서클을 통한 생활체육 활동의 조직화는 지속적 생활체육 활동의 중요한 관건이다. 시간적, 신체적으로 힘든 생활체육 활동을 지속하는데는 동호인/서클의 역할이 중요하기 때문이다. 혼자서 운동을 할 경우에는 쉽게 중단하게 되지만 조직에 가담하여 운동을 하게 하여 조직원으로서의 의무감과 운동과정에서 생겨나는 동료애가 운동을 지속하도록 자극하기 때문이며, 다양한 형태의 동호인 조직/서클을 활성화 시켜 개인적 요구에 맞는 생활체육 활동을 활성화해야 할 것이다.

< 표 2-12 > 동호인 조직/서클 가입

		7. 생활체육 동호인 조직 / 서클 가입 여부	
		있다	없다
학년	1학년	20.8	79.2
	2학년	27.3	72.7
	3학년	24.2	75.8
	4학년	9.3	90.7
성별* X ² =3.993, df=1	남자	23.9	76.1
	여자	11.7	88.3
M =		20.5	79.5

*P<.05, **P<.01, df=5(cv=3.84, p<.05; cv=6064, p<.01)

7. 생활체육 활동을 하게된 이유/영향요인

생활체육 활동을 하게된 이유로는 건강증진 및 유지(35.1%), 스트레스 해소(14.3%), 체중조절(12.4%) 여가선용(12.0%)으로 나타났으며, 생활체육 활동을 하도록 영향을 준 요인으로는 친구(37.5%), 아무의 영향도 안받음(33.9%), 가족 및 친지(11.2%), 대중매체(10.7%) 등의 순으로 나타났다.<표 2-13>

생활체육 활동을 하게 된 이유 중 가장 큰 비율을 나타낸 것은 건강증진이며, 다음으로는 자기만족을 나타냈다. 한편 학년이 높을수록 건강유지 및 증진을 위하여 생활체육 활동을 실시하게 되었다고 했으며, 학년이 높을수록 스트레스 해소를 상대적으로

높게 강조하고 있으며, 통계적($p < .05$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 그것은 졸업 후 취업에 대한 과도한 스트레스를 생활체육 활동으로 해소하는 방법으로 택하는 것으로 분석되었다. 또한 생활체육 활동을 하도록 영향을 준 요인 응답자 중 37.5%의 많은 학생들이 누구에게서도 생활체육 활동 참여에 영향을 받지 않았다고 응답하였으며, 통계적($p < .01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 직접 혹은 뚜렷한 영향을 받지 않았으나 대중매체, 부모/형제, 친구, 교사 등의 다양한 주요 타자들로부터 직·간접으로 고루 영향을 받았다고 해석할 수 있다.

< 표 2-13 > 생활체육 활동을 하게 된 이유/영향요인

		18. 생활체육 활동을 하게 된 직접적인 이유						19. 생활체육 활동을 하도록 영향을 준 요인				
		여가 선용	건강유지 및 증진	체중 조절	스트레스 해소	자기 만족	대인관계 및 사교	가족 친지	친구	지도자 교사, 코치	대중 매체	아무영향 안받음
학년*(18,19) $X^2=30.545, df=15$ $X^2=26.650, df=12$	1학년	20.0	24.0	22.0	6.0	20.0	8.0	60.	34.0	2.0	16.0	42.0
	2학년	16.1	26.8	10.7	14.3	21.4	10.7	8.9	46.4		5.4	39.3
	3학년	6.3	40.6	9.4	12.5	18.8	12.5	7.9	39.7	11.1	9.5	31.7
	4학년	7.3	47.3	9.1	23.6	12.7		21.8	29.1	12.7	12.7	23.6
성별**(18) $X^2=43.930, df=5$	남자	14.9	39.1	3.7	16.1	19.3	6.8	9.9	34.8	9.3	9.9	36.0
	여자	4.7	25.0	34.4	9.4	15.6	10.9	14.3	44.4		12.7	28.6
연령	20세이하	19.4	27.8	17.6	8.3	16.7	10.2	7.5	43.0	1.9	12.1	35.5
	21~23세	6.2	42.0	9.9	18.5	19.8	3.7	14.8	35.8	13.6	7.4	28.4
	24~28세	2.8	41.7	2.8	22.2	19.4	11.1	13.9	25.0	5.6	13.9	41.7
용돈	10만원이하	13.0	35.2	13.0	13.0	18.5	7.4	9.3	35.2		14.8	40.7
	11~20만원	17.0	36.0	14.0	12.0	17.0	4.0	10.1	42.4	7.1	4.0	36.4
	21~30만원	5.1	33.3	15.4	15.4	15.4	15.4	12.8	33.3	10.3	17.9	25.6
	31만원이상	3.1	34.4	3.1	21.9	25	12.5	15.6	31.3	12.5	15.6	25.0
M =		12.0	35.1	12.4	14.2	18.2	8.0	11.2	37.5	6.7	10.7	33.9

* $P < .05$, ** $P < .01$, $df=15$ ($cv=25.00$, $p < .05$; $cv=30.58$, $p < .01$), $df=12$ ($cv=21.03$, $p < .05$; $cv=26.22$, $p < .01$)
 $df=5$ ($cv=3.84$, $p < .05$; $cv=15.09$, $p < .01$)

8. 생활체육 활동에 필요한 정보획득 방법

생활체육 활동을 하기 위한 정보획득 방법으로 친구(38.7%), TV/인터넷(27.1%), 신

문 및 잡지(17.3%), 전문가(11.2%)등으로 나타났다.<표 2-14>

생활체육 활동에 필요한 정보를 얻는 방법은 친구가 가장 높았으며, 다음으로 TV/인터넷의 응답비율이 높게 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 대중매체 및 인터넷 보급에 따른 일반적 의존도를 반영하는 것으로 해석된다.

< 표 2-14 > 생활체육 활동에 필요한 정보획득 방법

		20. 생활체육 활동에 필요한 정보 획득 방법				
		TV / 라디오	신문 / 잡지	친 구	가 족	전문가
학년	1학년	27.7	23.4	36.2	6.4	6.4
	2학년	32.1	11.3	39.6	7.5	9.4
	3학년	25.0	15.0	40.0	1.7	18.3
	4학년	24.1	20.4	42.6	3.7	9.3
성별** x ² =10.292, df =2	남자	28.1	14.4	41.8	3.3	12.4
	여자	24.6	24.6	34.4	8.2	8.2
연령* x ² =23.361, df=12	20세이하	7.5	43.0	1.9	12.1	35.5
	21~23세	14.8	35.8	13.6	7.4	28.4
	24~28세	13.9	25.0	5.6	13.9	41.7
용돈	10만원이하	30.0	18.0	34.0	12.0	6.0
	11~20만원	28.9	14.4	41.2	4.1	11.3
	21~30만원	8.1	24.3	54.1		13.5
	31만원이상	40.0	16.7	26.7		16.7
M =		27.1	17.3	38.7	4.7	11.2

*P<.05, **P<.01, df=2(cv=3.84, p<.05; cv=6.64, p<.01)

*P<.05, **P<.01, df=12(cv=21.03, p<.05; cv=26.22, p<.01)

9. 생활체육 활동에 소요되는 월 경비

생활체육 활동에 소요되는 경비는 1만원 이하(51.9%), 2~5만원(34.1%), 6만원 이상(14.1%)로 나타났다.<표 2-15>

< 표 2-15 > 생활체육 활동에 소요되는 월 경비

		21. 생활체육 활동에 드는 월 경비		
		1만원 이하	2~5만원	6만원 이상
학년	1학년	62.0	26.0	12.0
	2학년	41.5	48.8	9.8
	3학년	60.8	25.5	13.7
	4학년	39.5	39.5	20.9
성별** $\chi^2=20.041, df=8$	남자	48.5	36.6	14.9
	여자	60.8	27.5	11.8
연령	20세이하	55.7	31.8	12.5
	21~23세	52.1	36.6	11.3
	24~28세	38.5	34.6	26.9
용돈	10만원이하	53.2	27.7	19.1
	11~20만원	53.2	38.0	8.9
	21~30만원	53.6	28.6	17.9
	31만원이상	45.2	38.7	16.1
M =		51.9	34.1	14.1

*P<.05, **P<.01, df=8(cv=15.51, p<.05; cv=20.09, p<.01)

생활체육 활동에 소요되는 경비는 급격한 증가세에 있으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 생활수준의 향상과 함께 상업스포츠 시설 사용의 증가를 반영하는 것으로 판단된다. 생활체육 활동 경비는 용돈이 많을수록 많은 것으로 나타났다. 이것은 물론 생활체육 활동 경비가 경제적 능력에 따라 좌우되는 것이므로 당연한 결과로 해석된다.

10. 현재하고 있는 생활체육 활동의 효과

현재 하고있는 생활체육 활동의 효과로 만족한다(65.7%), 그저 그렇다(29.1%), 불만족(5.2%)으로 나타났다.<표 2-16>

< 표 2-16 > 현재하고 있는 생활체육 활동의 효과

		22. 현재 하고있는 생활체육 활동의 효과		
		불만족	그저 그렇다	만족한다
학년	1학년	10.4	20.8	68.8
	2학년	3.8	28.3	67.9
	3학년	5.0	40.0	55.0
	4학년	1.9	25.0	73.1
성별	남자	5.3	22.7	72.0
	여자	4.8	44.4	50.8
연령	20세이하	5.8	28.8	65.4
	21~23세	5.2	29.9	64.9
	24~28세	3.1	28.1	68.8
용돈	10만원이하	8.0	26.0	66.0
	11~20만원	4.2	30.2	65.6
	21~30만원	5.3	31.6	63.2
	31만원이상	3.4	27.6	69.0
M =		5.2	29.1	65.7

생활체육 활동 효과에 대한 질문 결과 일반적으로 상당히 만족하고 있는 것으로 나타났다. 남자의 만족도가 여자보다 높고, 학년이 높을수록 만족도가 높으며, 학년이 낮을수록 만족도가 낮았다. 그리고 생활체육 활동 효과에 대한 불만족의 원인으로는 생활체육 활동 종목의 부적절 이라는 개인적 요인 외에는 지도자에 대한 불만이 가장 높았다. 이것은 상업스포츠가 활성화되고 있음을 뜻하고, 비용을 들인 만큼 보상받는 서비스의 수준이 떨어져 불만족의 원인이 되고 있음을 나타낸다.

따라서 향후의 생활체육 활동은 개인의 특성을 고려하여 선택이 범위를 넓혀 다양한 종목의 생활체육 활동이 실천되어야 할 것이며, 상업스포츠 또한 서비스향상과 지도자의 자질향상에 중점을 두고 발전시켜야 하며, 강력한 생활체육행정의 뒷받침이 이루어져야 하겠다.

11. 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유

규칙적으로 생활체육 활동을 하지 못하는 이유로는 시간이 없어서(43.3%), 게을러서(38.5%), 운동할 장소/시설이 없어서(4.8%), 같이 할 사람이 없어서(4.8%) 등의 순으로 나타났으며, 통계적(p<.05)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-17>

< 표 2-17 > 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유

		23. 규칙적으로 생활체육 활동을 할 수 없는 이유								
		시간이 없어서	몸이 약해서	게을러서	운동장소·시설이 없어서	같이 할 사람이 없어서	지도자가 없어서	경제적 여유가 없어서	정보가 부족해서	관심이 없어서
학년	1학년	35.6	1.1	44.8	4.6	8.0	2.3			3.4
	2학년	47.7		33.7	5.8	5.8		1.2	1.2	4.7
	3학년	48.9	3.3	34.8	3.3	1.1			3.3	5.4
	4학년	40.0	4.3	41.4	5.7	4.3		1.4		2.9
성별* x ² =20.041, df=8	남자	43.2	2.7	35.7	5.4	7.6	1.1	0.5	2.2	1.6
	여자	43.3	1.3	42.0	4.0	1.3		0.7		7.3
나이	20세 이하	44.3	0.5	38.8	4.4	4.9	1.1	0.5	0.5	4.9
	21~23세	46.0	2.7	35.4	6.2	3.5			1.8	4.4
	24~28세	30.8	7.7	46.2	2.6	7.7		2.6	2.6	
용돈	10만원 이하	40.5	2.4	41.7	7.1	4.8			1.2	2.4
	11~20만원	43.6	1.3	38.9	4.0	4.0	0.7	1.3	0.7	5.4
	21~30만원	40.6	1.6	39.1	4.7	6.3			1.6	6.3
	31만원 이상	52.6	5.3	28.9	2.6	5.3	2.6		2.6	
M=		43.3	2.1	38.5	4.8	4.8	0.6	0.6	1.2	4.2

*P<.05, **P<.01, df=8(cv=15.51, p<.05; cv=20.09, p<.01)

12. 생활체육 활동의 활성화 방안

생활체육 활동을 활성화하기 위한 방안으로 다양한 생활체육시설의 확충 및 개방(58.2%), 생활체육 활동에 대한 적극적인 홍보활동 강화(16.9%), 생활체육 활동 프로그램 개발 및 보급(14.3%), 생활체육 시설의 사용료 조절(5.7%), 지도자의 자질 및 질적 향상과 양적 증가(4.9%)의 순으로 나타났다.<표 2-18>

< 표 2-18 > 생활체육 활동의 활성화 방안

		24. 생활체육 활동의 활성화 방안				
		다양한 생활체육시설의 확충 및 개방	생활체육시설의 사용료 조절	생활체육 활동 프로그램의 개발 및 보급	생활체육 지도자의 질적 향상 및 양적 증가	생활체육 활동에 대한 적극적인 홍보활동
학년	1학년	47.8	4.3	18.5	10.9	18.5
	2학년	60.2	9.1	11.4	3.4	15.9
	3학년	67.0	2.1	12.8	3.2	14.9
	4학년	57.3	8.0	14.7	1.3	18.7
성별	남자	60.2	6.6	13.8	4.1	15.3
	여자	55.6	4.6	15.0	5.9	19.0
나이	20세 이하	56.6	5.8	15.3	6.9	15.3
	21~23세	59.3	5.9	11.9	3.4	19.5
	24~28세	61.9	4.8	16.7		16.7
용돈	10만원 이하	51.2	9.3	9.3	8.1	22.1
	11~20만원	64.7	4.6	13.7	3.9	13.1
	21~30만원	56.1	4.5	19.7	1.5	18.2
	31만원 이상	52.3	4.5	18.2	6.8	18.2
M=		58.2	5.7	14.3	4.9	16.9

대학생들의 생활체육 활동 참여를 위한 선행 조건에 대하여는 절대다수(51.4%)가 생활체육 시설의 확충을 첫째로 지적하였다. 둘째로, 홍보활동의 강화(20.3%)를 지적하고 있다. 제한된 정보취득 기회를 반영하는 것으로 분석되어, 보다 다양하고 취득이 용이한 형태의 홍보활동이 강화되어야 할 것으로 판단된다.

13. 학창시절(중/고) 운동기능 수행 정도

과거 운동기능을 분석한 결과 잘했다(48.0%), 보통이었다(33.8%), 못했다(18.2%)의 순으로 나타났으며, 통계적($p < .01$)으로도 의한 차이가 있는 것으로 나타났고, 전반적인 본인 스스로 최소한 자신이 보통이상의 운동기능을 가지고 있었던 것으로 조사되었다. 이것은 물론 객관적 능력정도와 무관하게 본인 스스로의 기준으로 판단하는 기능의 정도이므로 객관적 사실은 아니다. 그러나, 이와 같은 인지된 운동기능정도는 성인기의

생활체육 활동 참여에 가장 크게 영향을 미치는 요인임이 이미 많은 연구에서 증명된 사실이다. 본 연구에서도 동일한 결과가 나왔다.<표 2-19>

< 표 2-19 > 학창시절 운동기능

		26. 학창시절(중·고) 운동기능의 정도		
		못했다	보통이었다	잘했다
학년** $\chi^2=16.861$, $df=6$	1학년	25.8	35.5	38.7
	2학년	12.0	27.2	60.9
	3학년	14.6	43.8	41.7
	4학년	20.8	27.3	51.9
성별* $\chi^2=6.100$ $df=2$	남자	13.8	35.0	51.2
	여자	23.9	32.3	43.9
나이	20세 이하	18.1	34.7	47.2
	21~23세	19.8	30.6	49.6
	24~28세	13.6	38.6	47.7
용돈	10만원 이하	21.8	33.3	44.8
	11~20만원	18.1	35.0	46.9
	21~30만원	19.4	25.4	55.2
	31만원 이상	9.1	43.2	47.7
M=		18.2	33.8	48.0

* $P<.05$, ** $P<.01$, $df=6$ ($cv=12.59$, $p<.05$; $cv=16.81$, $p<.01$), $df=2$ ($cv=5.99$, $p<.05$; $cv=9.21$, $p<.01$)

학창시절(중/고) 운동기능 정도가 높다고 인지하는 학생일수록 현재의 생활체육 활동 참여율이 높으며, 질적으로 적극적인 상태였다. 따라서 학교체육은 단순히 현재의 교육활동 일환이라는 소극적 자세에서가 아니라, 미래 한 개인이 건강을 보장하는 막중한 책임감을 가지고 운영되어야 할 것이다. 이러한 관점에서 학교체육은 생활체육 종목의 수용을 통하여 교과과정운영을 유연성 있게 해야하며, 특정 기능의 숙달보다는 학생의 요구를 적극 수용하여, 이들의 관심도를 제고함으로써 학생의 자발적 참여를 유도해야 할 것이다.

생활체육 활동의 부문에서도 생활체육 활동 발전의 미래를 보장하는 담보인 학교체육의 발전을 위해 보다 적극적인 정책이 요구된다. 즉, 학생선수의 양성이라는 부분에만 집착할 것이 아니라 모든 학생의 생활체육 활동 활성화를 위한 적극적 정책이 요구되는 것이다. 여기에는 생활체육차원에서 학교체육시설의 확충을 위한 재정적 지원, 일

반학생 생활체육 활동을 위한 프로그램의 개발 보급, 학생과외자유체육활동을 위한 생활체육지도자의 배치, 활용 등이 포함될 수 있겠다.

제 5 절 운동경기 관람 경험

1. 생활체육 활동 관람 경험 유무

생활체육 활동 관람 경험 유무를 분석한 결과 있다가 38.6%, 없다가 61.4%로 나타났으며, 통계적($p < .01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-20>

< 표 2-20 > 생활체육 활동 관람 경험 유무

		27. 지난 1년동안 경기장에서 직접 운동경기를 관람한 경험의 유무	
		있다	없다
학년** $\chi^2=24.125, df=1$	1학년	34.8	65.2
	2학년	39.1	60.9
	3학년	36.7	63.3
	4학년	44.7	55.3
성별* $\chi^2=7.865, df=3$	남자	49.5	50.5
	여자	23.8	76.2
나이	20세 이하	34.4	65.6
	21~23세	40.5	59.5
	24~28세	51.1	48.9
용돈	10만원 이하	32.1	67.9
	11~20만원	37.3	62.7
	21~30만원	37.3	62.7
	31만원 이상	56.5	43.5
M=		38.6	61.4

* $P < .05$, ** $P < .01$, $df=1$ ($cv=3.84$, $p < .05$; $cv=6.64$, $p < .01$), $df=3$ ($cv=7.82$, $p < .05$; $cv=11.34$, $p < .01$)

생활체육 활동 관람 경험 유무의 질문에 있다고 응답한 대학생들은 주로 관람하는 운동종목<표 2-7>이 축구(72.0%)가 가장 많았으며, 특히 축구, 농구 등은 여학생들에게서 높은 반응을 보이고 있다. 축구관람은 월드컵 열풍과 단과대학별 축구동아리

활동이 활성화 되어있어 여학생들이 관람이 매우 높게 나타났다 운동경기 관람 빈도는 년 1~2회(72.8%)의 응답이 가장 많았으며, 대학생들의 관람 빈도가 높아지고 있어 개인의 생활체육 활동 참여에 영향을 미치는 것으로 분석된다.

또한 생활체육 활동 관람 이유로는 선수/팀 응원(41.6%) 여가선용(31.4%), 스트레스 해소(18.2%)의 순으로 나타났다.

2. 생활체육 활동을 직접 관람하지 못한 이유

직접관람하지 못하는 원인 중 관심/흥미가 없어서(25.3%)라는 응답이 가장 높았으며 그 다음으로 주변에 경기장이 없어서(19.8%), 시간이 부족해서(17.0%), 불만한 경기가 없어서(16.7%)의 순으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 도내 경기시설이 부족하거나 제한적이어서 대학생들의 관람욕구를 충족시켜주지 못하고 있기 때문인 것으로 분석된다.<표 2-21>

< 표 2-21 > 생활체육 활동을 직접 관람하지 못하는 이유

		28. 생활체육 활동을 직접 관람하지 못하는 이유					
		시간이 부족해서	경제적으로 여유가 없어서	근처에 경기장이 없어서	TV로 보는 것을 더 좋아해서	관심 또는 흥미가 부족해서	불만한 운동경기가 없어서
학년	1학년	13.9	12.7	26.6	15.2	22.8	8.9
	2학년	16.4	12.3	16.4	6.8	24.7	23.3
	3학년	22.8	7.6	21.5	11.4	22.8	13.9
	4학년	13.8	6.9	13.8	10.3	32.8	22.4
성별** x ² =26.570, df=5	남자	19.2	10.6	26.5	12.6	13.2	17.9
	여자	14.5	9.4	13.0	9.4	38.4	15.2
나이	20세 이하	16.0	12.9	22.1	11.0	23.3	14.7
	21~23세	18.7	6.6	18.7	9.9	28.6	17.6
	24~28세	17.1	5.7	14.3	14.3	25.7	22.9
용돈* x ² =26.173, df=15	10만원 이하	18.4	10.5	19.7	13.2	23.7	14.5
	11~20만원	14.2	7.1	16.5	11.8	34.6	15.7
	21~30만원	11.3	15.1	24.5	7.5	17.0	24.5
	31만원 이상	33.3	12.1	27.3	9.1	6.1	12.1
M=		17.0	10.0	20.1	11.1	25.3	16.6

*P<.05, **P<.01, df=5(cv=11.07, p<.05; cv=6.64, p<.01), df=15(cv=25.00, p<.05; cv=30.58, p<.01)

3. 스포츠 방송관련 방송/청취 빈도

스포츠 관련 방송 시청/청취 빈도 조사결과 자주 본다(30.8%)에 비해 가끔 본다(40.9%)의 비율이 높게 나타나고 있으며, 가끔 또는 자주 한다는 비율이 71.6% 까지 이르러 스포츠 방송에 대한 시청/청취율이 상당히 높은 것으로 나타났다. 또한 통계적 ($p<.01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이것은 스포츠에 대한 관심이 증가하고 있음을 나타내고 있는 것이며, 시설미비로 인한 직접관람 불가를 TV시청이라는 간접관람으로 대체하고 있는 것으로 해석된다.<표 2-22>

<표 2-22 > 스포츠관련 방송/청취 빈도

		29. 스포츠중계방송에 대한 관심					30. 스포츠관련기사에 대한 관심				
		전혀 보지 않는다	가끔 본다	틈나면 본다	자주 본다	거의 항상 본다	거의 읽지 않는다	제목만 읽는 편이다	대충 훑어보는 편이다	자세히 읽는 편이다	거의 다 읽는다
학년	1학년	11.8	39.8	12.9	32.3	3.2	16.1	26.9	30.1	19.4	7.5
	2학년	7.8	43.3	11.1	31.1	6.7	10.0	16.7	50.0	16.7	6.7
	3학년	12.4	43.3	11.3	24.7	8.2	14.4	11.3	40.2	23.7	10.3
	4학년	10.4	36.4	10.4	36.4	6.5	16.9	10.4	42.9	16.9	13.0
성별** (29,30) $\chi^2=50.091, df=4$ $\chi^2=64.112 df=4$	남자	5.4	30.7	13.4	40.6	9.9	5.9	12.9	37.6	29.7	13.9
	여자	17.4	54.2	9.0	18.1	1.3	25.2	21.3	44.5	5.8	3.2
나이	20세 이하	9.9	43.5	11.0	30.9	4.7	14.7	21.5	39.3	17.3	7.3
	21~23세	13.1	40.2	13.1	26.2	7.4	15.6	10.7	41.8	22.1	9.8
	24~28세	6.8	31.8	9.1	43.2	9.1	9.1	11.4	43.2	20.5	15.9
용돈	10만원 이하	11.6	40.7	12.8	29.1	5.8	11.6	15.1	39.5	19.8	14.0
	11~20만원	10.8	48.1	7.6	29.7	3.8	16.5	15.8	40.5	20.9	6.3
	21~30만원	11.9	32.8	16.4	29.9	9.0	16.4	19.4	44.8	11.9	7.5
	31만원 이상	6.5	28.3	15.2	39.1	10.9	8.7	17.4	37.0	23.9	13.0
M=		10.6	40.9	11.5	30.8	6.2	14.3	16.5	40.6	19.3	9.2

* $P<.05$, ** $P<.01$, $df=4$ ($cv=9.49$, $p<.05$; $cv=13.28$, $p<.01$)

4. 타인과 스포츠 관련 대화 정도

타인과 스포츠 관련 대화는 가끔 한다(49.7%), 자주 한다(32.9%), 전혀 하지 않는다(17.4%)의 순으로 나타났으며, 가끔 및 자주 한다는(82.6%) 자주 대화를 하는 것으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-23>

< 표 2-23 > 타인과 스포츠 관련 대화 정도

		31. 스포츠와 관련된 내용에 대한 대화의 정도		
		전혀 하지 않는다	가끔 한다	자주 한다
학년	1학년	24.7	45.2	30.1
	2학년	12.2	56.7	31.1
	3학년	18.6	50.5	30.9
	4학년	13.2	46.1	40.8
성별** X ² =39.761 df=2	남자	8.9	46.5	44.6
	여자	28.6	53.9	17.5
나이	20세 이하	19.9	50.3	29.8
	21~23세	15.7	51.2	33.1
	24~28세	11.4	43.2	45.5
용돈	10만원 이하	17.4	51.2	31.4
	11~20만원	18.5	52.9	28.7
	21~30만원	22.4	41.8	35.8
	31만원 이상	6.5	47.8	45.7
M=		17.4	49.7	32.9

*P<.05, **P<.01, df=2(cv=5.99, p<.05; cv=9.21, p<.01)

5. 희망하는 TV프로그램 유형

희망하는 TV프로그램 유형을 분석한 결과 운동경기 중계(41.6%), 스포츠 뉴스(40.2%), 건강운동 프로그램(9.3%)등의 순으로 나타났다. 희망하는 TV스포츠 프로그램을 질문한 결과 운동경기 중계가 41.6%로 가장 높았으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 특히 여자일 경우에는 건강 운동 프로그램이

16.6%로 높게 나타났다. 특히 학년별로는 학년인 낮을수록 건강운동 프로그램을 지지 하였으며, 반응이 높았다.<표 2-24>

< 표 2-24 > 시청 TV스포츠 프로그램

		32. 시청을 원하는 TV 스포츠 프로그램					
		운동경기 중계	스포츠 기록영화	건강운동 프로그램	스포츠 뉴스	스포츠 기술지도	기타 프로그램
학년	1학년	49.5	3.2	11.8	29.0	6.5	
	2학년	38.2	3.4	10.1	46.1	1.1	1.1
	3학년	43.3	3.1	5.2	42.3	4.1	2.1
	4학년	33.8	4.1	10.8	44.6	4.1	2.7
성별** x ² =28.655 df=5	남자	37.0	3.5	4.0	49.0	5.5	1.0
	여자	47.7	3.3	16.3	28.8	2.0	2.0
나이	20세 이하	48.4	3.7	10.0	33.7	3.7	0.5
	21~23세	32.8	4.2	7.6	48.7	4.2	2.5
	24~28세	36.4		11.4	45.5	4.5	2.3
용돈	10만원 이하	46.5	7.0	10.5	29.1	4.7	2.3
	11~20만원	40.3	3.2	10.4	43.5	1.9	0.6
	21~30만원	38.8	1.5	10.4	40.3	7.5	1.5
	31만원 이상	41.3		2.2	50.0	4.3	2.2
M=		41.6	3.4	9.3	40.2	4.0	1.4

*P<.05, **P<.01, df=5 (cv=11.07, p<.05; cv=15.09, p<.01)

제 6 절 생활체육 활동에 대한 인식

1. 생활체육 활동 참여에 대한 태도

직접 생활체육 활동에 참여하는 것이 자신의 삶에 미치는 영향으로 긍정적(90.2%), 보통(7.6%), 부정적(2.2%)으로 나타났으며, 운동경기를 보거나 TV중계 시청이 자신의 삶에 미치는 영향으로 긍정적(59.6%), 보통(37.0%), 부정적(3.3%)의 순으로 나타났으며

통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-25>

< 표 2-25 > 생활체육 활동 참여에 대한 태도

		33. 생활체육 활동에 직접 참여하는 것에 의한 자신의 삶에 대한 영향			34. 운동경기 관람 또는 TV중계 시청에 의한 자신의 삶에 대한 영향		
		부정적	보통	긍정적	부정적	보통	긍정적
학년**(34) x ² =19.292 df=6	1학년	6.5	8.6	84.9	9.7	40.9	49.5
	2학년		7.8	92.2		39.1	60.9
	3학년	2.1	8.2	89.7	1.0	33.0	66.0
	4학년		5.2	94.8	2.6	35.1	62.3
성별**(34) x ² =25.159 df=2	남자	2.5	6.4	91.1	4.4	26.0	69.6
	여자	1.9	9.0	89.0	1.9	51.6	46.5
나이	20세 이하	3.1	7.9	89.0	4.7	39.9	55.4
	21~23세	0.8	9.0	90.2	2.5	37.2	60.3
	24~28세	2.3	2.3	95.5		24.4	75.6
용돈	10만원 이하	4.7	7.0	88.4	6.9	40.2	52.9
	11~20만원	1.9	5.7	92.4	1.3	41.9	56.9
	21~30만원	1.5	9.0	89.6	4.5	25.8	69.7
	31만원 이상		13.0	87.0	2.2	30.4	67.4
M=		2.2	7.6	90.2	3.3	37.0	59.6

*P<.05, **P<.01, df=6 (cv=12.59, p<.05; cv=16.81, p<.01), df=2 (cv=5.99, p<.05; cv=9.21, p<.01)

전체응답자의 90.2%가 생활체육 활동의 참가가 자신의 삶에 긍정적이라고 응답한 것은 생활체육 활동의 가치에 대한 인식과 관련하여 볼 때 매우 중요한 결과이다. 이것은 체육 또는 생활체육 활동이 삶의 질을 향상시킨다는 사실을 대학생들이 잘 인식하고 있으며, 체험하고 있는 것으로 평가된다.

따라서 제주도 차원에서 복지향상을 위해 생활체육 활동을 이한 제반 행정지원과 환경을 조성하여 대학생뿐만 아니라 온 국민이 운동을 함으로서 건강하고 행복한 생활을 영위케 하는 것은 매우 중요하고 의의 있는 일이라 할 수 있다.

또한 운동의 직접참여(운동)와 간접참여(관람/TV시청)가 자신의 삶에 긍정적으로 영향을 미친다고 응답한 비율은 각각 90.27%와 59.6%로 나타나 참여종류간에 상당한 차이를 보이고 있다. 능동적 여가활동인 직접참여가 수동적 여가활동인 간접참여 보다 삶의 질에 더 많은 영향을 미친다는 사실은 다수의 관련연구 결과에서도 입증된 사

실이다. 따라서 이러한 결과는 “보는 체육”에서 “행동하는 체육”으로 생활체육 활동의 방향이 전환되는 것이 바람직하다는 것을 시사하는 결과라 할 수 있다.

2. 생활체육인에 대한 태도

자녀가 운동선수를 희망할 경우(남자)는 권장하겠다(35.9%), 상관 않겠다(33.2%), 만류하겠다(15.9%) 등의 순으로 나타났으며, 자녀가 운동선수를 희망할 경우(여자)는 상관 않겠다(28.4%), 만류하겠다(27.0%), 권장하겠다(21.6%), 적극 만류하겠다(18.1%) 등의 순으로 나타났다.<표 2-26>

< 표 2-26 > 생활체육 활동 참여에 대한 태도

		35. 중·고등학교에 다니는 자녀나 동생이 운동선수가 되겠다고 한다면									
		35-1. 남자인 경우					35-2. 여자인 경우				
		적극 만류	만류	상관 않겠다	권장	적극 권장	적극 만류	만류	상관 않겠다	권장	적극 권장
학년*(35-1),**(35-2) x ² =23.575 df=12 x ² =24.422 df=12	1학년	10.7	22.6	23.8	34.5	8.3	22.0	29.7	25.3	17.6	5.5
	2학년	7.3	9.8	23.2	48.8	11.0	14.6	23.6	21.3	31.5	9.0
	3학년	4.3	15.1	43.0	31.2	6.5	18.1	26.6	27.7	25.5	2.1
	4학년	6.7	16.0	42.7	29.3	5.3	17.6	28.4	41.9	9.5	2.7
성별*(35-1) x ² =10.110 df=4	남자	6.3	13.2	30.2	40.5	9.8	20.2	24.4	28.0	23.3	4.1
	여자	8.5	20.2	38.0	28.7	4.7	15.5	30.3	29.0	19.4	5.8
나이	20세 이하	7.6	18.8	25.3	41.2	7.1	18.8	26.3	24.7	24.2	5.9
	21~23세	6.7	11.8	42.9	31.9	6.7	17.6	27.7	33.6	18.5	2.5
	24~28세	6.7	15.6	37.8	26.7	13.3	16.3	27.9	30.2	18.6	7.0
용돈	10만원 이하	3.9	22.1	27.3	39.0	7.8	15.3	30.6	21.2	27.1	5.9
	11~20만원	6.7	14.0	35.3	38.0	6.0	17.5	26.6	29.9	21.4	4.5
	21~30만원	11.3	11.3	32.3	33.9	11.3	21.9	23.4	29.7	17.2	7.8
	31만원 이상	8.9	17.8	37.8	26.7	8.9	20.0	26.7	35.6	17.8	
M=		7.2	15.9	33.2	35.9	7.8	18.1	27.0	28.4	21.6	4.9

*P<.05, **P<.01, df= 12(cv=21.03, p<.05; cv=26.22, p<.01), df=4 (cv=9.49, p<.05; cv=13.28, p<.01)

생활체육인에 대한 태도를 알아보기 위하여 자녀의 운동선수로서의 권장여부를 질문한 결과, 남자 자녀인 경우 43.7%가 권장을, 15.9%가 만류로 응답하여 긍정적인 것으로 나타났으며, 통계적(p<.05)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 여자 자녀일 경

우 26.5%가 권장으로, 45.1%가 만류로 응답하여 체육인에 대한 태도가 상당히 부정적인 것으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

3. 운동선수의 사회적 지위

운동선수의 사회적 지위에 대해 인기종목에 대해 분석한 결과 높다(77.2%), 보통(13.6%), 낮다(9.2%)의 순으로 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 비인기종목에 대해 분석한 결과 낮다(72.87%), 보통(21.7%), 높다(5.6%)의 순으로 나타났다.<표 2-27>

< 표 2-27 > 운동선수들의 사회적 지위

		36. 운동선수들의 사회적 지위					
		36-1. 인기종목인 경우			36-2. 비인기종목인 경우		
		낮다	보통	높다	낮다	보통	높다
학년	1학년	9.7	10.8	79.6	78.5	15.1	6.5
	2학년	7.6	14.1	78.3	65.2	27.2	7.6
	3학년	5.1	18.4	76.5	68.4	26.5	5.1
	4학년	15.6	10.4	74.0	80.5	16.9	2.6
성별**(36-1) x ² =12.722 df=2	남자	13.7	14.6	71.7	73.2	20.5	6.3
	여자	3.2	12.3	84.5	72.3	23.2	4.5
나이**(36-1) x ² =21.862 df=4	20세 이하	7.8	13.5	78.8	71.5	22.8	5.7
	21~23세	4.9	12.3	82.8	73.8	22.1	4.1
	24~28세	26.7	17.8	55.6	75.6	15.6	8.9
용돈	10만원 이하	12.6	11.5	75.9	71.3	23.0	5.7
	11~20만원	6.3	15.0	78.8	71.3	23.1	5.6
	21~30만원	11.9	13.4	74.6	76.1	19.4	4.5
	31만원 이상	8.7	13.0	78.3	76.1	17.4	6.5
M=		9.2	13.6	77.2	72.8	21.7	5.6

*P<.05, **P<.01, df= 2(cv=5.99 p<.05; cv=9.21, p<.01), df= 4(cv=9.49, p<.05; cv=13.28, p<.01)

4. 지역사회 생활체육 활동 프로그램

관공서에서 주관하는 생활체육 활동에 대한 정보를 들어본 적이 있는가에 대한 분석결과 있다.(27.5%), 없다(72.5%)는 경우로 나타났으며, 관공서에서 주관하는 생활체육 활동 프로그램에 참여해 본적이 있는가에 대한 분석결과 있다(15.%), 없다(84.8%)로 나타났으며, 통계적(p<.05)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-28>

< 표 2-28 > 지역사회 생활체육 활동 프로그램

		37. 관공서에서 주관하는 생활체육 활동에 대한 정보의 습득 여부		38. 관공서에서 주관하는 생활체육 활동에 대한 참여 여부	
		있다	없다	있다	없다
학년	1학년	29.0	71.0	17.4	82.6
	2학년	21.7	78.3	18.7	81.3
	3학년	27.6	72.4	13.4	86.6
	4학년	32.5	67.5	10.5	89.5
성별*(38) x ² =6.215 df=1	남자	28.8	71.2	19.3	80.7
	여자	25.8	74.2	9.7	90.3
나이	20세 이하	25.4	74.6	15.2	84.8
	21~23세	32.8	67.2	16.5	83.5
	24~28세	22.2	77.8	11.4	88.6
용돈	10만원 이하	25.3	74.7	19.8	80.2
	11~20만원	29.4	70.6	11.9	88.1
	21~30만원	25.4	74.6	15.2	84.8
	31만원 이상	28.3	71.7	17.8	82.2
M=		27.5	72.5	15.2	84.8

*P<.05, **P<.01, df= 1(cv=3.84 p<.05; cv=6.64, p<.01)

참여한 생활체육 활동에 대한 만족도는 만족한다(38.9%), 불만족 한다(31.5%)로 나타나 대체로 긍정적인 평가를 하고 있는 것으로 나타났다. 그러므로 보다 실용적인 프로그램 개발이 요망되며, 일과성 행사가 아닌 실질적으로 대학생들의 건강을 도모하며 행정 정책적으로 지속적, 실질적 프로그램이 되어야 할 것이다. 또한 여학생의 경우 장

소와 시설이 부적절 하다고 응답한 비율이 높은바 편의시설의 확보 등 장소 선정 시에는 행정 정책적인 시행이 요구되고 있다.

5. 엘리트스포츠 중요도

엘리트스포츠 발전이 국가발전에 어떤 영향을 미치는가를 분석한 결과 중요하다(83.8%)고 생각하는 경우가 높았으며, 생활체육 활동의 활성화가 국가발전에 미치는 영향을 분석한 결과 중요하다(82.9%)로 높게 나타났으며, 통계적(p<.01)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-29>

< 표 2-29 > 엘리트 스포츠의 중요도

		40. 엘리트스포츠의 발전이 국가발전에 미치는 영향			41. 생활체육 활동의 활성화가 국가발전에 미치는 영향		
		중요하지 않다	그저 그렇다	중요하다	중요하지 않다	그저 그렇다	중요하다
학년	1학년	6.5	9.7	83.9	5.4	16.1	78.5
	2학년	3.3	14.3	82.4	1.1	11.1	87.8
	3학년	5.2	13.5	81.3		16.7	83.3
	4학년	1.3	10.4	88.3	3.9	14.3	81.8
성별**(41) X ² =9.502 df=2	남자	3.9	9.9	86.2	3.5	9.9	86.6
	여자	4.5	14.9	80.5	1.3	20.8	77.9
나이	20세 이하	3.6	11.5	84.9	2.6	13.1	84.3
	21~23세	5.0	14.2	80.8	2.5	20.8	76.7
	24~28세	4.4	8.9	86.7	2.2	4.4	93.3
용돈	10만원 이하	7.0	12.8	80.2	5.8	17.4	76.7
	11~20만원	2.5	11.9	85.6	1.9	13.8	84.4
	21~30만원	7.5	14.9	77.6	1.5	16.7	81.8
	31만원 이상		6.8	93.2		9.1	90.9
M=		4.2	12.0	83.8	2.5	14.6	82.9

*P<.05, **P<.01, df= 2(cv=5.99 p<.05; cv=9.21, p<.01)

엘리트 스포츠의 중요성과 생활체육 활동의 중요성을 질문한 결과 두 가지 모두 국가발전에 매우 중요한 것으로 인식되고 있는 것으로 나타났다. 본 조사연구에서는 엘

리트 스포츠와 생활체육 활동의 중요성을 분리하여 조사하였으므로 엘리트 스포츠와 생활체육이 차이 없이 매우 중요한 것으로 조사되었다 예측되어지기는 생활체육 활동이 보다 중요한 것으로 나타날 것으로 기대되었으나 결과는 거의 동등하게 나왔다. 이것은 질문에서 국가발전에 미치는 영향을 서술하였기에 엘리트 스포츠가 상대적으로 중요성이 부각된 것으로 판단된다.

6. 필요로 하는 생활체육 활동 시설

본인이 생활체육 활동을 하기 위해 필요한 생활체육 활동 시설로는 체육관(24.6%), 근린 생활체육시설(24.3%), 수영장(16.4%), 조깅/등산코스(15.3%), 테니스장(10.5%), 운동장(9.0%)의 순으로 나타났으며, 통계적($p < .05$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.<표 2-30>

< 표 2-30 > 필요로 하는 생활체육 활동 시설

		42. 필요로 하는 생활체육 활동 시설					
		운동장	체육관	수영장	테니스장	근린체육시설	조깅, 등산코스
학년	1학년	12.9	17.2	18.3	12.9	22.6	16.1
	2학년	8.8	26.4	13.2	12.1	33.0	6.6
	3학년	8.4	29.5	16.8	6.3	18.9	20.0
	4학년	5.3	25.3	17.3	10.7	22.7	18.7
성별** $\chi^2=26.679$ df=5	남자	13.4	30.7	13.9	7.9	22.8	11.4
	여자	3.3	16.4	19.7	13.8	26.3	20.4
나이	20세 이하	9.4	21.9	17.2	11.5	25.5	14.6
	21~23세	9.4	29.1	15.4	12.0	19.7	14.5
	24~28세	6.7	24.4	15.6	2.2	31.1	20.0
용돈	10만원 이하	8.2	23.5	15.3	10.6	28.2	14.1
	11~20만원	7.6	20.9	15.8	9.5	31.6	14.6
	21~30만원	10.4	26.9	17.9	14.9	10.4	19.4
	31만원 이상	13.6	36.4	18.2	6.8	11.4	13.6
M=		9.0	24.6	16.4	10.5	24.3	15.3

* $P < .05$, ** $P < .01$, df= 5(cv=11.07 $p < .05$; cv=15.09, $p < .01$)

제 IV 장 결 론

제 1 절 분석결과의 논의

대학생활은 대학생 각자가 자기 자신의 시간의 논증이 이루어지는 시기로 이 기간은 학문뿐만 아니라 자아실현을 위한 자기개발의 다양한 여가활동을 필요로 한다. 또한 학생은 체육활동을 통해서 신체적, 사회적, 정서적 및 지적 성장을 얻어 가는 동시에 사회인이 되기 위한 자질, 소양, 태도, 가치, 규범까지도 배우게 된다고 한다. 생활체육 활동 정도가 질적 혹은 양적인 면에서 높은 상태가 된다면 대학생들의 건강증진 및 향상을 도모하고 미래사회를 대비한 국가적 혹은 국제적인 경쟁에서도 필요한 일이라 본다.

그러므로 대학생시기에 올바른 일상생활양식으로 행위를 변화, 적응하므로 미래의 건전한 사회인으로 성인 이후 중년기, 노년기까지의 건강한 삶을 위한 건강증진을 도모할 수 있는 자신감을 소유할 수 있도록 많은 노력을 기울여야 한다.

본 연구는 궁극적으로 대학생들의 건강한 삶에 결정적이며, 폭넓은 영향을 미치는 요소로서 생활체육 활동의 실태에 대하여 조사하였다. 이러한 본 연구의 조사를 통하여 얻어진 결과를 토대로 하여 제주대학교 학생들의 생활체육 활동 참여실태에 대하여 종합적으로 논의하고자 한다.

첫째, 사회인구학적 변인에 따른 대학생들의 건강과 체력의 차이

대학생들 스스로가 건강하다고 인식하는 비율이 높게 나타났으며, 반면 스스로 허약하다고 인식하는 비율은 낮게 나타났다. 이러한 현상은 영양상태의 개선, 생활체육 활동의 활성화 등으로 인하여 건강을 유지하고 있는 것으로 나타났다. 집단특성별로 살펴보면 연령에 따라서 나이가 적을수록 스스로 건강하다고 인식하는 것으로 나타났다. 물론 그것은 매우 자연스러운 결과이기도 하지만 상급학년의 경우 건강에 대한 적극적인 관심을 촉구하는 결과이기도 하다. 특히 상급학년의 경우 취업준비에 따라 퇴행성의 특성을 띠게 되므로 예방운동이 효과적일 것이다.

한편 건강을 유지하는 방법으로는 규칙적인 생활체육 활동을 한 학생들이 50.0%로 가장 많았으며, 유의한 차이($p < .01$)가 있는 것으로 나타났으며, 고영진(1993)의 연구(39.7%), 김성민(1998)의 연구(42.45%)에서도 볼 수 있다. 특히 규칙적인 식사, 충분한 휴식, 목욕 및 마사지 등과 같은 소극적 건강유지방법을 뒤로하고 규칙적인 운동이라는 적극적 건강유지방법을 가장 중요하게 인식하고 있음은 생활체육의 활성화의 예고와 건강한 정신을 반영하는 결과로 해석된다.

둘째, 사회인구학적 변인에 따른 생활체육 활동 여건 차이

제주대학교 학생들의 여가시간은 평균 2.46시간이며, 개인에 따라 차이는 있지만 대체적으로 여가시간이 증가하고 있다. 여가활동 유형에서 생활체육 활동 참여의 비중이 16.9%로 낮음은 우려할만한 일이다. 물론 사회의 전반적인 발전으로 인하여 여가 선택의 폭이 다양해졌음을 고려한다 하더라도 여가활동 중 생활체육 활동의 비중이 낮다는 사실은 보다 적극적인 신체활동을 요구하는 대학생들에게 사회변화에 부응하는 대책마련이 요구됨을 보여주는 것이며, 유의한 차이($p < .01$)가 있으며, 고영진(1993)의 연구에서도 TV시청이 여가활동의 비중이 높은 것으로 나타났다. 특히, 컴퓨터 게임(기타 1.1%)에 빠져 생활체육 활동을 선호하지 않는 학생들에 대한 대책이 시급한 실정이며, 진지한 생활체육 활동 유인 대책이 요구된다.

셋째, 사회인구학적 변인에 따른 현재 생활체육 활동 실태 차이

주 2-3회 이상 규칙적으로 운동을 하고 있는 학생들의 비율이 높게 나타났다. 특히 매일 운동을 하고 있는 학생들의 증가와 함께 평일에 운동을 실시하는 학생들이 증가하는 것은 생활체육 활동의 질이 향상되었음을 보여주고 있으며, 유의한 차이($p < .01$)가 있는 것으로 나타났으며, 고영진(1993)의 연구(41.2%), 이세형(1995)의 연구(49.4%), 김성민(1998)의 연구(65.72%)에서도 볼 수 있다. 또한 생활체육 활동을 하게 된 가장 큰 이유로는 건강유지 및 증진이며, 유의한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났으며, 고영진(1993)의 연구(45.8%), 이세형(1995)의 연구(56.9%), 김성민(1998)의 연구(74.13%)에서도 볼 수 있다.

넷째, 사회인구학적 변인에 따른 운동경기 관람경험의 차이

학생들의 운동경기 관람 빈도가 높아지고 있으며, 특히 여학생들의 관람비율이 선수/팀 응원을 위한 관람으로 상대적으로 높게 나타났다. 관람을 하지 못하는 원인 중 주변에 경기장이 없기 때문이라는 응답이 높아 도내 경기시설이 부족하거나 제한적이어서 대학생들의 관람욕구를 충족시켜주지 못하고 있으며, 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($p < .01$). 이것은 직접관람 불가를 TV시청이라는 간접관람으로 대체하고 있는 것으로 나타나 생활체육 활동을 제한하는 요인으로 나타났다. 그러므로 직접관람을 통한 욕구를 자극시켜 “보는 체육”에서 “행동하는 생활스포츠” 참여로의 유도가 중요하다고 하겠다.

다섯째, 사회인구학적 변인에 따른 생활체육 활동 인식의 차이

생활체육 활동을 함으로써 삶의 질을 향상시킨다고 인식(90.2%)하고 있으며, 체험하고 있는 것으로 나타났고, 통계적($p < .01$)으로도 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

제 2 절 개 선 방 안

본 연구의 결과를 바탕으로 다음과 같은 개선방안을 제시하고자 한다.

첫째, 제주도 특성에 맞는 종목의 육성 및 보급

대학생들은 스스로가 건강하다고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 대학생들의 생활체육 활동은 그 중요성이 높으므로 젊음을 이용한 모험스포츠와 체험스포츠를 제주도 특성에 맞는 종목을 육성 및 보급하는 제주도차원의 노력이 요구된다.

둘째, 제주도 차원의 생활체육 프로그램 개발

대학생들의 여가시간은 증가하고 있는 것으로 나타났으며, 소수의 대학생들이 컴퓨터 게임(1.1%)에 빠져 생활체육 활동을 선호하지 않는 것으로 나타났다. 생활체육의 세계적인 추세를 보면 의식주, 건강, 여가선용 등 생활의 환경요소 뿐만 아니라 일상생

활의 기본조건이라는 측면에서 누구나 쉽게 참여할 수 있는 마을단위 생활체육 환경 조성에 역점을 두고 있다.¹⁸⁾ 그러므로 대학생들의 다양한 욕구를 수용하고, 과학적이고, 흥미로운 생활체육프로그램(1인 1스포츠 갖기, 마을단위 생활체육형태의 소규모 생활체육 프로그램)의 제공 등으로 대학생들을 생활체육의 장으로 끌어낼 수 있는 제주도 차원의 프로그램 개발이 특별히 요구된다.

셋째, 전문가를 이용한 운동처방 및 건강상담 시스템 구축

대학생들은 규칙적으로 운동을 하는 비율이 증가하고 있으며, 건강유지 및 증진을 위해 생활체육 활동을 하고 있는 것으로 나타났다. 그러므로 대학생들의 생활체육 활동은 건강유지 및 증진이 우선인 만큼 건강을 위한 생활체육 활동 이용방법, 적용범위 등을 연구 발전시켜야 할 것이다. 즉 스포츠 의학자, 생리학자, 지역 내 의료기관이나 전문가를 이용한 운동처방 및 건강상담 등의 시스템 구축이 제주도 차원에서 뒷받침 되어져야 하겠다.

넷째, 대학생들의 행동하는 생활스포츠 참여로의 유도방안 강구

여학생들의 운동경기관람 비율이 높아지고 있으며, 경기시설의 부족으로 인한 대학생들이 관람욕구가 충족되지 못하고 있다. 기존의 경기장 시설을 활용한 프로경기의 유치 등으로 보는 스포츠의 만족을 극대화하고, 이를 행동하는 생활스포츠 참여로 유도하는 적극적인 방안(다양한 스포츠 경기 유치 등)이 강구되어야 하겠다.

다섯째, 제주도 차원의 생활체육 활동의 제반 행정지원과 환경조성

대학생들은 생활체육 활동이 삶을 질을 향상시킨다고 인식하고 있었으며, 체험하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 제주도 차원에서 복지향상을 위해 생활체육 활동의 제반 행정지원과 환경을 조성하여 생활체육 활동을 통한 건강하고 행복한 삶을 영위하게 하는 것이 매우 중요하다고 하겠다.

18) 뉴 밀레니엄과 국민생활체육의 전망, 엄삼탁. 국민생활체육진흥 학술세미나/제주(2001)

참 고 문 헌

1. 단행본

- 강복장, 「체육행정학」, 서울, 태근문화사, 2001.
- 강신복, 「즐거운 생활체육」, 서울, 대한체육회, 1995.
- 문화체육부, 「국민생활체육 활동 참여실태조사」, 한국체육과학연구원, 서울, 1994.
- 박정근, 「스포츠 행정 및 관리」, 서울, 21세기 교육사, 1996.
- 육조영 외, 「체육행정학」, 서울, 도서출판 흥경, 1998.
- 위성식 외 1인, 「최신 사회체육학 개론」, 서울, 대경북스, 2000.
- 전매희 외 1인, 「여성의 건강과 운동」, 서울, 보경문화사, 1996.
- 한경희 외 5인, 「생활체육개론」, 서울, 교학연구사, 2001.
- 한경희, 「생활체육」, 한양대학교 출판원, 서울, 1991.
- 한경희, 「사회체육행정관리」, 서울, 도서출판 금광, 1996.

2. 논문

- 강병길, 「사회적 특성과 생활양식별 선호도 및 참여도」, 한양대 박사학위 논문, 1993.
- 강정홍, 「제주도내 초등학교원들의 생활체육 참여 실태 조사 연구」, 제주대 석사학위 논문, 2001.
- 김경수, 「중등교사의 생활체육 의식 및 참여실태에 관한 연구」, 한국교원대 석사학위 논문, 1999.
- 김경태, 「여가활동 참여와 여가태도 관계」, 서울대 석사학위 논문, 1996.
- 김종임, 「자조집단 활동과 지지효능성 증진법을 이용한 수중 운동 프로그램이 류마티스관절염 환자의 통증, 생리적 지수 및 삶의 질에 미치는 영향」, 서울대 박사학위 논문, 1994.

박병국, 「생활체육참가자의 사회인구학적 특성에 따른 체육활동 만족과 생활양식에 관한 연구」, 국민대 박사학위 논문, 1996.

박인숙, 「건강증진 생활양식에 관한 연구」, 부산대 박사학위 논문, 1995.

박정란, 「서울시내 일부 대학생의 건강에 대한 지식, 태도 및 행동에 관한조사」, 이화여대 석사학위 논문, 1999.

신윤아, 「대학생의 생활스트레스와 대처유형에 관한 연구」, 청주대학교 석사학위 논문, 1998.

이세형, 「제주도민의 생활체육 실태에 관한 조사연구」, 제주대 석사학위 논문, 1995.

이태화, 「건강증진 행위에 영향을 미치는 변인분석」, 연세대 석사학위 논문, 1990.

3. 기타

국민생활체육 협의회(2001), 「국민생활체육진흥 학술세미나」, 제주

김명배(2001), 「신체활동 참여가 대학생의 가치의식에 미치는 영향」, 한국사회체육학회지, 16

김애경(1995), 「성인의 건강 행위에 대한 근거 이론적 접근」, 간호과학, 6

김재현 외 4인(2001), 「스포츠참가자의 스포츠행정 만족에 관한 연구」, 한국사회체육학회.

김현리 외 1인, 「일부 대학생들의 건강증진 행위」, 한국보건간호학회지, 9(2)

박인숙(1995), 「건강증진 생활양식에 관한 연구」, 간호학회지, 22(3)

박정숙 외 2인(1996), 「건강교육이 대학생의 건강증진 행위에 미치는 영향」, 대한간호학회지, 26(2)

변영순 외 1인(1992), 「건강증진 개념분석」, 성인간호학회지. 22(3)

이미라(1997), 「대학생의 건강증진 생활양식 결정요인에 관한 연구」, 대한간호학회지, 27(1)

이상덕 외 2인(2001), 「생활체육행정직의 직무만족에 관한 연구」, 한국사회체육학회지, 16

임준택 외 3인(1998), 「대학생의 생활체육 실태와 인식에 관한 분석」, 한국체육학회, 38
옥찬명 외 2인, 「서울시 일부 대학생들의 건강습관과 건강상태의 관련성 연구」, 대
한보건학회학술지, 27(3)

허은희외 2인(1998), 「대학생의 건강증진행위와 자기효능감과의 관계연구」, 한국학교
보건학회지, 11(2)

4. 외국문헌

Anderson. N.(1961). Work and Leisure, London : Routledge.

Andrews, F.M & Withey, S.B.(1976), Social indicators of well-being : America's
perception of life quality, New York : Plenum Press.

Beard, J.G. &rahgeb, M.G.(1980). Measuring Leisure satisfaction Journal of leisure.
Research, 12(1), pp.20~33.

Brightbill C.K.(1963), The Challenge of Leisure, Englewood Cliffs, New Jersey :
Prentice-Hall.

Cambell. A.(1981), The sense of Well-being in America : Recent patterns and
trends New York : McGraw-Hill.

Ellis, M.J.(1973), Why people play. Englewood Cliffs, N.J : Prentice-Hall, Inc.

Harry Edwards, Sociology of sport(1973), pp.52~58.

Mcguire, F.A.(1984), A factor analytic Study of leisure constraints in advanced
adulthood, Leisure Science, 6, pp.313~326.

Okum, M.A, Stock, W.A, Haring, M.J. & Witter, R.A.(1984), Health and subjective
well-being : A meta-analysis, Journal of aging and Human Derontologist.

Ray, R.O.(1979), Life satisfaction and activity involvement : Implications for leisure
service, Journal of leisure Research, 11, pp.112~119.

Richard G. Kraus and Joseph E. curtis, Creative Management in Recreation and
park. ST Louis : Moshy Company, (1982).

Toseland, R.& Rasch, J.(1979-1980). Correlates of life satisfaction : An AID

analysis, *International Journal of Aging and Human Development*.

Wessman, A.e(1957), A psychological inquiry into satisfaction and happiness (Doctoral dissertation, Princeton University, 1956), *Dissertation Abstracts International*, 17, 1384.

<ABSTRACT>

**A study about Cheju National University students'
participation in sports for all
- centered upon the Cheju National University -**

Hanhoe Kim

Major at General Administration

Administrative Graduate School

Cheju National University

Jejudo, Korea.

(Supervised by Professor Younghoon Kang)

The purpose of this paper is to analyse the disparities of university students' consciousness toward health and physical strength, conditions for sports for all activities, their own sports for all activities, viewing experiences of sport games, and sports for all activities. Taking it one step further, this paper prepares a variety of ways that help to realize their effective sports for all activities. I selected 360 Cheju National University students as subjects, questionnaired them, and analysed the questionnaires with SPSS. Accordingly, reform measures are as follows:

First, promotion and distribution of local sports University Students are found to recognize themselves that they are healthy. Sports for all Activities are quite important for their health. Therefore, taking advantage of their youth and vigor, efforts are required in the level of Jeju administrative organs to promote and publicize venture sports and on the-sports, feasible in Jejudo.

Second, Development of sports for all programs in the level of Jeju administrative organs.

This survey shows that these days university students spend more time for their leisure activities, while a small number of them who are addicted to computer games(1.1%), consecutively, indifferent to sports for all activities.

Looking into global tendency, the world is focusing on constituting suitable environment for sports for all in their own communities considering living factors such as clothing, food, housing, health, leisure and sports for all which are fundamental condition for daily life. Likewise, it is demanded to create a variety of programs in the level of the Jeju provincial office that are conducive to make university students participate in sports for all. For example, we can think of campaign(one sport per one person or creation of sports for all that fit it with particular communities on a small scale).

Third, systematizing prescription of exercising ways and counsel for health with the help of specialists.

The rate of university students who do exercise regularly is rising and they are found out to do sports for all activities to keep their health. As much as the priority of their sports for all activities is to keep their health, it is required to develop practical methods and scope. That is, with the help of vital dynamists and physiologists, local clinics and specialists, we should systemize physical exercise prescription ways and counsel for health in the level of the Jeju provincial office.

Fourth, conceiving methods to induce university students' participation in sports for all.

The rate of girl audiences is going up, but athletic facilities are still short of to satisfy their viewing desire. Therefore, it is indispensable to generate aggressive alternatives which lead people to enjoy sports for all. For example, to maximize

viewing pressure, we can attract professional games, making use of existing gym facilities. Taking it one step further, it is desirable to have people enjoy sports for all there.

Fifth, comprehensive financial support and constitution of suitable environment for sports for all in the level of Jeju provincial office.

University students are found to recognize that sports for all activities improve the quality of life, and perform in their daily lives. Therefore, it is considered crucial to finance administratively and constitute suitable environment in the level of the Jeju provincial office in order to make them enjoy healthy and happy lives through sports for all.

<부 록>

생활체육 활동 참여실태 조사

안녕하십니까?

본 설문조사는 대학생의 생활체육 활동에 관한 연구를 목적으로 실태조사를 실시하고 있습니다.

이 설문지는 무기명으로 통계 처리되며, 응답하신 내용은 연구 목적 이외에는 절대로 사용되지 않으며, 개인에 대한 사항은 절대 비밀이 보장됩니다.

본 연구를 위하여 잠시만 시간을 내어 성의껏 답변해 주시면 귀하의 귀중한 의견은 연구에 큰 도움이 될 것입니다.

바쁘신 가운데에도 본 설문에 협조하여 주신데 대하여 감사드립니다.

2002. 4 .

제주대학교 행정대학원 일반행정전공 김한희
(☎ 754-2351)

<귀하의 건강과 체력에 대하여 묻고자 합니다.>

1. 귀하께서는 자신이 어느 정도 건강하다고 생각하십니까?
 1. 아주 허약하다
 2. 건강하지 못한 편이다
 3. 보통이다
 4. 건강한 편이다.

2. 귀하께서는 건강과 체력을 유지하는데 무엇이 가장 중요하다고 생각하십니까?
 1. 규칙적인 운동
 2. 충분한 휴식 및 수면
 3. 목욕, 마사지
 4. 규칙적인 식사 및 영양보충

3. 귀하께서는 운동을 통해 얻을 수 있는 가장 중요한 효과는 무엇이라고 생각하십니까?
 1. 건강 및 체력증진
 2. 승리감 쟁취
 3. 협동심 함양
 4. 인격 형성
 5. 스트레스 해소
 6. 질서의식 함양
 7. 정신력 강화
 8. 여가 선용

<귀하의 생활체육 활동 여건에 대해 묻고자 합니다.>

4. 귀하께서는 하루 중 일하는 시간, 식사하는 시간, 잠자는 시간, 출·퇴근하는 시간, 신변 잡일하는 시간 등을 제외한 여가 시간을 평균 얼마나 됩니까?
 - 가. 평 일 시간 나. 토요일 시간
 - 다. 휴 일 시간

5. 귀하께서는 여가시간을 주로 어떻게 활용하십니까?
 1. 운동 및 스포츠 활동
 2. 음악 및 영화감상
 3. 경기관람
 4. 장기 및 바둑
 5. 여 행
 6. 낚 시
 7. TV 시청
 8. 독 서
 9. 집안정리
 10. 낮 잠
 11. 기 타()

10. 귀하께서는 주로 하시는 생활체육 활동 종목은 무엇입니까?

1. 검 도	16. 볼 링	31. 유 도
2. 게이트볼	17. 빙 상	32. 육상 · 조깅
3. 골 프	18. 사 격	33. 윈드서핑
4. 권 투	19. 사 냥	34. 자전거 · 싸이클
5. 기계체조 · 철봉	20. 석궁 · 양궁 · 국궁	35. 조정 · 보트 · 싸이클
6. 농 구	21. 소프트볼	36. 족 구
7. 등 산	22. 수 구	37. 축 구
8. 럭비 · 미식축구	23. 수 영	38. 탁 구
9. 레스링	24. 스 키	39. 태권도
10. 롤러스케이팅	25. 스킨스쿠버	40. 테니스
11. 맨손체조, 줄넘기	26. 승 마	41. 펜 싱
12. 무도(태권도, 검도등 제외)	17. 씨 림	42. 필드하키
13. 배 구	28. 아이스하키	43. 핸드볼
14. 배드민턴	29. 야 구	44. 행글라이딩
15. 보디빌딩(역기등)	30. 에어로빅, 미용체조	46. 기타

11. 귀하께서는 운동을 할 때 어떤 강도로 하십니까?

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 아주 가볍게 | 4. 꽤 힘들게 |
| 2. 가볍게 | 5. 매우 힘들게 |
| 3. 약간 힘들게 | |

12. 귀하의 1회 운동시간은 평균적으로 어느 정도입니까?

시간 분

13. 귀하께서는 주로 어디서 운동을 하십니까?

1. 집 주변(공원 · 골목 · 공터 · 약수터 등)
2. 상업스포츠시설(헬스센터 · 체육관 · 골프장 · 테니스장 등)
3. 학교운동장
4. 직장의 체육시설
5. 공공의 체육시설(사회체육센터, YMCA)
6. 야외(산 · 강 · 바다 · 들판)

14. 귀하께서는 주로 무슨 일요일에 운동을 하십니까?

- | | | |
|-------|--------|-------------|
| 1. 평일 | 2. 토요일 | 3. 일요일 · 휴일 |
|-------|--------|-------------|

15. 귀하께서는 주로 어느 시간대에 운동을 하십니까?

- 1. 아침(새벽포함) 4. 오 후
- 2. 오 전 5. 저녁
- 3. 점심시간 6. 일정하지 않다

16. 귀하께서는 현재의 운동을 얼마나 오랫동안 해 오셨습니까?
년 월

17. 귀하께서는 체육 동호인 조직(헬스클럽 등의 교습모임은 제외)에 가입하여 운동을 하고 계십니까?

- 1. 예 2. 아니오 → (18로)

17-1. 귀하는 체육동호인 조직에 가입하지 않은 이유는 무엇입니까?

- 1. 회비 등 경제적 부담 때문에
- 2. 개인적으로 시간이 맞지 않아서
- 3. 주위에 마음에 드는 조직이 없어서
- 4. 구속받기가 싫어서
- 5. 조직이 어디 있는지를 몰라서

18. 귀하께서는 운동을 하게 된 가장 직접적인 이유는 무엇입니까?

- 1. 여가선용 4. 스트레스 해소
- 2. 건강유지 및 증진 5. 자기만족
- 3. 체중조절 6. 대인관계 및 사고

19. 귀하께서는 운동을 하도록 하는데 가장 큰 영향을 준 것은 무엇입니까?

- 1. 가족, 친지 4. 대중매체
- 2. 친구 5. 아무의 영향도 받지 않았다
- 3. 지도자(교사, 코치)

20. 귀하께서는 운동에 필요한 정보를 어떻게 얻으십니까?

- 1. TV 3. 잡지 5. 친구 7. 전문가
- 2. 라디오 4. 신문 6. 가족

21. 귀하께서는 운동하시는데 드는 경비는 한달 평균 어느 정도입니까?
개인(월 평균) 원

22. 현재 하시는 운동의 효과에 대하여 어떻게 생각하십니까?

1. 매우 불만족
2. 불만족
3. 그저 그렇다
4. 만 족 → (23으로)
5. 매우 만족 → (23으로)

22-1. 불만족하신 이유는 무엇입니까?

1. 운동장소
2. 지도자
3. 운동방법
4. 운동종목의 부적절
5. 자신의 게으름

23. 귀하께서는 규칙적으로 운동을 할 수 없는 이유는 무엇입니까?

1. 일(가사, 아르바이트, 공부)이 바빠서, 시간이 없어서
2. 몸이 약해서, 나이가 들어서
3. 게을러서
4. 주위에 운동한 장소, 도구, 시설이 없어서
5. 같이 할 사람이나
6. 지도자가 없어서
7. 경제적 여유가 없어서
8. 정보(방법, 장소, 효과 등)가 부족해서
9. 관심이 없어서

24. 귀하께서는 모든 사람들이 체육활동에 참여하기 위해서 무엇이 우선되어야 한다고 생각하십니까?

1. 다양한 체육시설의 확충 및 개방
2. 체육시설의 사용료 조절
3. 체육활동 프로그램의 개발 및 보급
4. 지도자의 질적 향상 및 양적 증가
5. 체육활동에 대한 적극적인 홍보활동

25. 귀하께서는 가장 해보고 싶은 운동종목은 무엇입니까?

<운동종목 보기카드 제시>

26. 귀하의 확장시설 운동기능은 어느 정도였습니까?

- 1. 매우 못했다
- 2. 못했다
- 3. 보통이었다
- 4. 잘했다
- 5. 매우 잘했다

<귀하의 운동경기 관람 경험에 대해 묻고자 합니다.>

27. 귀하께서는 지난 1년 동안 경기장에서 직접 운동경기를 관람한 경험이 있습니까?

- 1. 예
- 2. 아니오 → (문29로 가시오)

27-1. 귀하께서는 주로 관람하는 종목은 무엇입니까?

<운동종목 보기카드 제시>

27-2. 그 경기를 얼마나 자주 관람 하셨습니까?

- 1. 1년에 1~2회
- 2. 3~4개월에 1~2회
- 3. 한 달에 1~2회
- 4. 일주일에 1~2회

27-3. 귀하께서는 운동경기를 관람하는 이유는 무엇입니까?

- 1. 여가선용
- 2. 스포츠 기록영화
- 3. 건강운동 프로그램
- 4. 스포츠 뉴스
- 5. 스포츠 기술지도
- 6. 기타()

28. 귀하께서는 운동경기를 직접 관람하지 못하신 이유는 무엇입니까?

- 1. 시간이 부족하다.
- 2. 경제적으로 여유가 없다.
- 3. 근처에 경기장이 없다.
- 4. TV로 보는 것을 더 좋아한다.
- 5. 관심 또는 흥미가 부족하다.
- 6. 볼만한 경기가 없다.

29. 귀하께서는 TV나 라디오의 스포츠중계 방송을 어느 정도 자주 보거나 들습니까?

- 1. 전혀 하지 않음
- 2. 가끔 본다
- 3. 틈나면 본다
- 4. 자주 본다
- 5. 거의 항상 봄

30. 귀하께서는 신문이나 잡지의 스포츠 관련 기사를 어느 정도 읽으십니까?

- 1. 스포츠란을 거의 읽지 않는다
- 2. 스포츠란을 제목만 읽는 편이다
- 3. 스포츠란을 대충 훑어보는 편이다
- 4. 스포츠란을 자세히 읽는 편이다
- 5. 스포츠란을 거의 다 읽는다

31. 귀하께서는 다른 사람과 스포츠와 관련된 내용(경기결과, 선수나 팀, 스포츠 규칙, 작전)에 대해 어느 정도 이야기를 나누십니까?

- 1. 전혀 하지 않음
- 2. 가끔 한다
- 3. 종종 한다
- 4. 자주 한다
- 5. 매우 자주

32. 귀하께서는 시청을 원하는 TV 스포츠 프로그램은 어떤 것입니까?

- 1. 운동경기 중계
- 2. 스포츠 기록영화
- 3. 건강운동 프로그램
- 4. 스포츠 뉴스
- 5. 스포츠 기술지도
- 6. 기타()

<생활체육에 대한 인식에 대하여 묻고자 합니다.>

33. 귀하께서는 운동에 직접 참여하시는 것이 자신의 삶에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?

- 1. 매우 부정
- 2. 부정적
- 3. 보 통
- 4. 긍정적
- 5. 매우 긍정

34. 귀하께서는 운동경기를 구경하시거나 TV중계를 보는 것이 자신의 삶에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?

- 1. 매우 부정
- 2. 부정적
- 3. 보 통
- 4. 긍정적
- 5. 매우 긍정

35. 귀하께서는 만약 중·고등학교에 다니는 자녀나 동생이 운동선수가 되겠다고 한다면 어떻게 하시겠습니까?

35-1. 남자의 경우라면 :

- | | |
|------------------|-------------|
| 1. 적극 만류하겠다 | 4. 권장하겠다 |
| 2. 만류하겠다 | 5. 적극 권장하겠다 |
| 3. 권장도 만류도 안 하겠다 | |

35-2. 여자의 경우라면

- | | |
|------------------|-------------|
| 1. 적극 만류하겠다 | 4. 권장하겠다 |
| 2. 만류하겠다 | 5. 적극 권장하겠다 |
| 3. 권장도 만류도 안 하겠다 | |

36. 귀하께서는 운동선수(일반실업선수)들의 사회적 지위가 어느 정도라고 생각하십니까?

36-1. 인기종목인 경우는?

- | | |
|----------|----------|
| 1. 매우 낮다 | 4. 높다 |
| 2. 낮다 | 5. 매우 높다 |
| 3. 보통 | |

36-2. 비인기종목인 경우는?

- | | |
|----------|----------|
| 1. 매우 낮다 | 4. 높다 |
| 2. 낮다 | 5. 매우 높다 |
| 3. 보통 | |

37. 귀하께서는 제주도, 시. 군 등의 관공서에서 주관하는 생활체육 활동에 대한 정보를 들어 본적이 있습니까?

- | | |
|-------|-------|
| 1. 있다 | 4. 없다 |
|-------|-------|

38. 귀하께서는 제주도, 시. 군 등의 관공서에서 주관하는 생활체육 활동에 참여해 본적이 있습니까?

- | | |
|-------|----------------|
| 1. 있다 | 4. 없다 →[39번으로] |
|-------|----------------|

38-1. 참여한 체육활동에 대하여 어떻게 생각하십니까?

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1. 매우 불만족 한다 | 4. 만족한다 →[문39로] |
| 2. 불만족 한다 | 5. 매우 만족한다 →[문39로] |
| 3. 보통이다 →[문39로] | |

38-2. 불만족한 원인은 무엇입니까?

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. 내용이 형식적이다 | 4. 프로그램의 지속성이 부족하다 |
| 2. 지도자의 성의가 부족하다 | |
| 3. 장소와 시설이 부적절하다 | |

39. 생활체육의 보급을 위하여 국가적 차원에서 권장해야 할 운동종목은 무엇이라고 생각하십니까?(보기 : 운동 종목)

40. 귀하께서는 엘리트스포츠의 발전(운동선수의 경기력 향상, 국제대회에서의 우수한 성적)이 국가 발전에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?

- | | |
|------------|----------|
| 1. 전혀 관계없음 | 4. 중요 |
| 2. 중요하지 않다 | 5. 매우 중요 |
| 3. 그저 그렇다 | |

41. 귀하께서는 생활체육의 활성화가 국가발전에 어떤 영향을 미친다고 생각하십니까?

- | | |
|------------|----------|
| 1. 전혀 관계없음 | 4. 중요 |
| 2. 중요하지 않다 | 5. 매우 중요 |
| 3. 그저 그렇다 | |

42. 귀하께서 필요로 하시는 운동시설은 어떤 것입니까?

- | | |
|--------|----------------|
| 1. 운동장 | 4. 테니스장 |
| 2. 체육관 | 5. 동네(근린) 체육시설 |
| 3. 수영장 | 6. 조깅 또는 동산코스 |

☞ 다음장 계속

▣ 아래사항은 통계분석에 필요한 기초자료입니다.

▣ 해당번호에 V표 또는 기입하여 주시면 감사하겠습니다.

1. 귀하의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년 ④ 4학년

2. 귀하의 성별은?

- ① 남 자 ② 여 자

3. 귀하의 나이는?(만으로 표시)

- ① 20세 이하 ② 21~23세 ③ 24~28세

4. 귀하의 한달 용돈은?

- ① 10만원 이하 ② 11~20만원 ③ 21~30만원 ④ 31만원 이상

※ 대단히 수고 하셨습니다.

귀하께서 주신 의견은 고귀한 자료로 활용이 될 것입니다.