

<국문초록>

## 수영인구의 저변확대를 위한 방안에 대한 연구

김 용 수

제주대학교 교육대학원 체육교육전공

지도교수 류 재 청

본 연구는 생활의 즐거움과 체력 및 건강 증진에 도움을 줄뿐만 아니라 성인병 예방에도 효과가 있으며, 삶의 가치 구현에 대한 욕구를 충족시켜 주는 수영에 대한 이해를 높이고, 수영인구의 저변확대를 위한 방안에 대하여 연구하기 위하여 현재 제주도에 소재하고 있는 수영장의 시설 및 운영실태와 수영활동에 참여하는 도민들의 의식을 조사 분석함으로써 수영활동의 대중화에 관련된 저해요인을 파악한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 제주도내 전체 수영장은 26개소이며, 실내수영장은 18개소이고, 실외수영장은 8개소이다. 실내수영장 18개소 중 일반인에게 4개월 내내 개방되는 수영장은 10개소밖에 안 된다. 나머지 수영장에 대해서는 정부나 민간기업자의 재정적 투자를 통해 일반인들에게 개방을 해야 하겠다.

2. 도민들은 운동(수영)의 중요성을 인식하면서도 수영장이용 부족으로 수영장경영의 악화를 초래하여 수영장을 폐쇄하는데, 도민들의 보다 적극적인 참여가 있어야 하겠다.

---

\* 본 논문은 1999년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위논문임.

3. 수영을 시작하게 된 동기는 ‘스스로 참여’하는 경우가 많았고, 수영을 하는 목적은 전 연령층에서 ‘건강 및 체력 향상’을 위해서 참여하고 있었다. 참여자 대부분은 수영장에서 가까운 거리에 거주하고 있었으며, 시설 및 서비스에 대한 불만을 갖고 있었다.

4. 참여자들은 수영을 시작한 이후 육체적·정신적 건강에 아주 효과적인 운동이라고 생각하고 있었고, 특히 종합체력과 전신지구력이 향상됐다고 생각했다.

5. 참여자들은 수영지도자의 지도방법에 대하여 불만이 있었으며, 이는 수영지도자들의 체계적인 재교육을 실시함으로써 보완할 수 있다.

6. 참여자들은 수영장 시설에 대하여 불만을 갖고 있었고, 종업원들의 서비스에 대해서도 과반수 정도가 불만족을 표현했는데, 이는 종업원들의 친절한 태도가 부족하다는 것을 의미했다.

7. 수영의 활성화를 위한 기본방향에 대한 질문에 대하여 참여자들은 정부를 중심으로 한 시설확충과 국민 스스로의 참여도가 높았을 때 수영이 활성화가 될 수 있다고 생각하고 있었다.

# 목차

I. 서론.....	1
1. 연구의 필요성 및 목적.....	1
2. 연구의 제한점.....	2
II. 이론적 배경.....	4
1. 수영의 의의.....	4
2. 수영의 역사.....	4
3. 수영의 가치.....	5
4. 수영의 특성.....	8
III. 연구방법.....	10
1. 연구대상.....	10
2. 연구기간.....	11
3. 연구도구.....	11
4. 자료처리.....	12
IV. 연구결과.....	13
1. 제주도 수영장 현황.....	13
2. 건강과 체력에 대한 인식.....	14

3.참여실태.....	15
4.수영의 효과.....	23
5.수영지도자.....	27
6.시설 및 서비스.....	28
7.활성화 방안.....	30
V.결론 및 제언.....	32
1.결론.....	32
2.제언.....	34
참고문헌.....	35
ABSTRACT.....	36
부록(설문지).....	38

## 표 목 차

〈표-1〉 조사대상자의 특성.....	10
〈표-2〉 제주도 수영장 현황.....	13
〈표-3〉 자신의 건강 정도.....	14
〈표-4〉 건강과 체력의 유지 요인.....	15
〈표-5〉 수영을 시작하게 된 동기.....	16
〈표-6〉 수영을 하는 목적.....	17
〈표-7〉 수영장을 이용하는 기간.....	18
〈표-8〉 주 당 수영장을 이용하는 회수.....	19
〈표-9〉 수영장을 이용하는 시간.....	19
〈표-10〉 수영장을 이용하는 형태.....	20
〈표-11〉 수영장 이용 시 교통수단.....	21
〈표-12〉 집에서 수영장까지의 거리.....	21
〈표-13〉 수영을 하는데 애로사항.....	22
〈표-14〉 수영을 하기 전에 준비 운동.....	23
〈표-15〉 수영을 시작한 이후 생활.....	24
〈표-16〉 수영이 육체적 건강 증진에 대한 효과.....	25
〈표-17〉 수영이 어떤 체력에 도움을 주는가.....	25
〈표-18〉 수영이 정신적 스트레스 해소에 도움.....	26
〈표-19〉 수영의 지도방법 및 내용.....	27
〈표-20〉 수영장의 수질상태.....	28

〈표-21〉 수영장 이용 요금.....	29
〈표-22〉 종업원의 서비스.....	30
〈표-23〉 수영의 활성화를 위한 방법.....	31

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

경제성장과 더불어 여가시간의 증대는 우리에게 스포츠를 즐길 수 있는 여건을 마련해 주었고, 기계문명의 발달로 인한 운동부족과 열악한 환경 및 복잡한 사회생활 속에서 오는 스트레스는 운동을 하지 않을 수 없게 만들고 있다.<sup>1)</sup>

현대사회에서 스포츠는 거대하고 복잡한 사회 문화적 현상으로 되어 있다. 그것은 대중문화의 중심부를 차지하고 있으며 정치적으로나 경제적으로도 커다란 영향력을 가지면서 사람들의 일상생활 속에 깊이 관여하고 있다. 스포츠 활동은 단순히 건강 유지 및 체력 단련의 차원을 초월하여 신체 활동과 레크리에이션 영역으로서 개개인의 삶의 질을 높여 주고 여가시간을 건전하게 활용하게 하는 효과적인 방법으로 인정될 뿐만 아니라 각국의 정책적으로 추구하고 있는 바와 같이 복지 국가 건설의 일환으로서 체육 및 스포츠 활동의 가치를 더욱 폭 넓게 이해하고 있으며 현대 사회의 특성은 점차 스포츠 활동이 고급화 활동을 통해 생활의 리듬과 활력소를 갖게 된다.

우리 나라에서는 86년 아시안게임과 88년 서울 올림픽을 온 국민의 관심과 협조 하에 성공리에 치른 이후 국민들의 스포츠에 대한 관심은 대단히 높아져 가고 있다.<sup>2)</sup> 큰 스포츠 행사의 계기로 이전의 엘리트스포츠 위주의

---

1) 김창국 외(1995), 「水泳의 指導와 管理」 大庚, p.7.

2) 강태웅(1986), 「사회체육진흥을 위한 小考」 한국체육학회지 제25권 제2호, p.45

체육정책에서 탈피하여 사회체육의 중요성을 인지하게 되었다. 이러한 사회분위기로 인하여 간접적인 스포츠참여 보다는 직접적으로 스포츠에 참여하게 되었다. 이러한 여건으로 인하여 오늘날 스포츠 센터는 곳곳에 많이 생겨나고 있고, 이를 많은 사람들이 이용하고 있다.

특히, 수영은 건강관리 측면에서 가장 많이 사람들이 찾고 있어 수영이 인기 있는 스포츠임에 틀림없다는 것을 알 수 있다. 수영은 물과 접촉하여 물과 친숙하게 되고 물에 대한 공포심이 없어지게 되며<sup>3)</sup> 물의 부력 때문에 활동하기가 용이해서 노약자와 어린이들도 쉽게 배울 수 있는 운동이다. 오늘에 이르러서 수영은 생활체육의 한 종목으로서 계절에 관계없이 할 수 있는 운동이기 때문에 평소 활동을 함으로써 생활의 즐거움과 체력 및 건강 증진에 도움을 줄뿐만 아니라 성인병 예방에도 효과가 있으며, 삶의 가치 구현에 대한 욕구를 충족시켜주는 기본 조건이 된다.

따라서 본 연구는 도내에서는 다루어 지지 않았던 수영인구의 저변확대를 위한 방안에 대하여 연구하기 위하여 현재 제주도에 소재하고 있는 수영장의 시설 및 운영실태와 수영활동에 참여하는 도민들의 의식을 조사 분석함으로써 수영활동의 대중화에 관련된 저해요인을 파악하여 이와 관련된 개선방안을 탐색하는데 그 목적이 있다.

## 2. 연구의 제한점

본 연구의 있어서 다음과 같은 제한점이 있음을 밝혀둔다.

### 1) 본 연구의 결과는 제주도내에 있는 수영장 회원으로 제

---

3) 최영덕(1988), 「Breast stroke 지도의 실제」 중앙대 스포츠 과학연구소, p.28



한하였으므로 본 연구의 결과를 전국적으로 일반화하여 해석하는 데에는 한계가 있다.

2) 본 연구 방법은 설문지에 의한 것이어서 그 자체가 가지고 있는 한계가 있을 수 있다.

3) 대상의 비교는 연령별로만 하였다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 수영의 의의

수영이란 말은 인간이나 동물이 자기 스스로의 힘(自力)으로 수면위로 몸체 일부를 내어놓거나, 수면 밑을 이동해 나아 가든가, 일정한 체위를 유지하면서 수면에 머물러 있는 것을 말한다. 여기서 자력(自力)이란 다른 동력이나, 보조 기구를 사용하지 않는다는 것을 말한다.<sup>4)</sup>

대한수영연맹에서 말하는 ‘수영’은 단순히 헤엄칠 뿐만 아니라, 체조경기와 유사성이 많은 다이빙경기, 음악과 조화된 동작의 예술적 표현과 구성을 중시하는 싱크로나이즈스위밍, 수중 볼게임인 수구(水球)경기, 그리고 물에 빠진 사람들에게 대한 구조법 등을 포함한다. 이들 종목에는 ‘수영’과는 다른 다양한 요인이 포함되어 있으나, 모두가 수영동작을 기본으로 하여 성립된다는 점에서 공통점이 있다.

### 2. 수영의 역사

수영은 인류역사와 같은 시기에 시작하여, 운동과 건강의 기초가 되는 중요한 스포츠로 되어 왔다.<sup>5)</sup>

수영을 처음으로 시작한 인간이 물가에 거주하였을 것이라고 상상할 수

---

4)김창국 외(1995), 「水泳의 指導와 管理」, 大庚, p.27.

5)박순호 외(1997), 「수영교실」, 태근문화사, 머리말

있겠으나, 그 곳이 어느 곳인지는 전혀 불분명하다. 흔히 고대문명의 발달 지역이라는 說을 말하는 사람도 있으나, 그것은 현재 판명되고 있는 자료에서 만의 說로 긍정이나 부정도 할 수 없으며, 불분명하다는 것 이외에는 업을 것이다.

우리 나라에 있어서는 수영에 관한 역사적 자료가 거의 전무한 형편이다. 현재의 기록을 통해볼 때, 3면에 바다를 가졌던 신라에서는 무사들이 수영에도 힘을 기울인 듯 「삼국사기열전 장보고 전」에 “鄭年이 수영에도 능하여 해중(海中) 50리를 헤엄쳤다”는 기록이 보이고 있다.<sup>6)</sup>

한국에서의 수영 보급은 1916년 7월 8일 元山青年會 주최로 수영강습회를 실시하였으며 1928년 8월 2일부터 10일간 당시의 조선 체육회와 동아일보사가 공동 주최로 원산의 송도원에서 제1회 강습회를 개최하여 전국에서 모여든 60여명에 강습을 하였고, 이어 회원중의 유지들이 모여 朝鮮水泳구락부가 수영강습회는 물론 수영경영대회를 주재하였다. 이 시기부터 수영은 널리 보급되기 시작하여 오늘에 이르고 있다.<sup>7)</sup>

### 3.수영의 가치

시대가 흐름에 따라 수영이 대단히 인기 있는 운동으로 발돋움하게 되어 사람들은 수영하는데 많은 시간을 보내게 되었다. 그것은 사람들이 물속에 들어감으로써 어떤 상쾌한 기분이나 청량감을 느끼게 된다는 것과 땅위에서 느낄 수 없는 물이 가지고 있는 독특한 무중력 상태란 이질감이 육체적·정신적인 피로를 회복시켜 주기도 하고, 또 긴장을 제거시켜 줄 수 있는 오락적인 기회를 가져다준다는 데 그 이유가 있는 것으로 생각된다.<sup>8)</sup>

---

6)김창국 외(1995), 「水泳의 指導와 管理」, 大庚, p.33.

7)정민영(1983), 「수영」형설출판사, p. 11.

8)김홍대(1982), 「수영」형설문화사, p. 11

### 1) 생리적 가치

우리의 심장, 폐, 장이나 근육 그리고 육체적인 조직은 규칙적이고 활기찬 운동을 필요로 한다. 그러므로 사람들은 평소에 여러 운동 중에서 어느 하나를 택하여 자기 나름대로 부단히 운동을 계속하고 있는 것이다. 모든 운동의 대부분이 그러하듯이 생체의 발달과정이나 유지에 많은 기여를 하고 있지만, 특히 심폐기능이나 근육, 그리고 근육조직을 강화시키는데 수영만큼 공헌을 하는 활동은 없을 것으로 생각된다. 수영은 본래 물의 저항을 이용한 지구력을 기르는 활동이기 때문에 신체근육의 대부분을 사용함으로써 힘을 얻게 하는데 효과적일 뿐만 아니라 나아가 심장출혈을 강화하고 조직하는 데에는 보다 효과적이라 할 수 있다.

### 2) 레크리에이션(recreation)적 가치

산업과 과학, 의학 그리고 경제 등의 발달은 사람들로 하여금 창조적인 개성의 완성을 위해서 여가시간을 보다 많이 가지려는 경향으로 흐르게 했다. 수영을 배우는 것은 오락적인 것에나 여가활동에 무제한의 기회를 만들어 줄 뿐 아니라 미래의 모험적인 수상활동을 준비하는데 도움을 준다. 여러 가지 수상활동을 위한 기구나 설비를 갖춘다는 것은 이미 어려운 일은 아니다. 그것은 매년 많은 돈이 수영을 하는데 도움을 주기 위해 쓰이고 있기 때문이다.

### 3) 사회적 가치

수영을 배우려는 가장 중요한 이유중의 하나는 수영활동에 사회적 가치가 있기 때문이다. 수영은 남·여·노·소를 막론하고 건전하고 자연적인 수상활동에 다 같이 참가하는데 더할 나위 없는 기회를 제공해 준다. 수상활동은 너무나 다양하기 때문에 여러 형태의 수상활동을 위한 클럽(club)들이 조직되고, 이들은 수영경기 수준의 향상과 사회화를 목적으로 주기적인

집회를 갖는다.

#### 4) 안전적 가치

해마다 익사하는 사람들의 수가 증가해 가고 있는 추세에 있지만 그들의 약 반은 익사사건이 일어났을 때 수영을 배우지 않았거나 수영실력의 미숙 때문에 일어나고 있음을 볼 때 수영을 할 줄 안다는 것이 안전이라는 가치 면에서 얼마나 중요한가를 보여준다 하겠다. 수영을 할 줄 아는 능력은, 닥쳐올 불행과 사고를 대비할 수 있으며 많은 위험사태를 방지해 준다. 사회와 가족의 안전을 위해서나 자신의 안전을 위해서도 자기 자신이 수영하는 것을 배워야만 한다.

#### 5) 특수적 가치

수영은 어떤 정신적·신체적 장애자에게는 대단히 좋은 것임을 의사들은 말하고 있다. 물에 의해 생겨 나는 부력은 장애자가 땅 위에서 활동하는데 불가능한 어떤 신체운동을 가능하게 해준다. 신체장애는 수영을 통해서 신체장애 부분의 기능 회복이나 치료될 수 있을 만한 탈출구를 찾게 될 수 있을 지도 모를 일이다. 장애자에게는 신체적 운동은 빠른 치료와 회복에 절대 필요한 것이다.

#### 6) 경쟁적 가치

인간은 본능적으로 경쟁적인 면을 지니고 있다. 사람은 어떤 기량을 나타내는데 서로가 어떤 방법으로 경쟁하는가를 보는 것을 좋아한다. 수영은 여러 면에서 다른 사람과 경쟁할 기회를 사람들에게 제공해 줄 것이다. 누가 더 빨리 더 멀리 헤엄을 치는가, 누가 더 오래 물 속에 잠겨 있을 수 있고 또 가장 멋진 다이빙을 할 수 있는가가 사람들이 즐겨하는 경쟁이다. 이러한 경쟁적인 시험은 어떤 특수한 방법을 쓰지 않아도 사람들의 신

체적·정신적 면을 치료도 할 수 있고 또한 발전시키는데 도움을 주는 것이다. 더 큰 경쟁의 기회를 원하는 사람들은 학교에서 조직된 팀이나 조직된 협회를 이용하면 더욱 효과적인 활동을 할 수 있을 것이다.

## 4. 수영의 특성

수영은 물을 매체로 행해지므로, 육상에서 하는 기타 운동과는 다른 다음과 같은 특성을 지니고 있다.

1) 고정된 지점 없이 행해진다. 수영은 동요하기 쉬운 물 속에서 신체의 밸런스(balance)를 유지하면서, 각각 수영 목적에 맞도록 몸, 팔, 다리, 호흡 등의 동작을 기교 있게 조합해야 한다.

2) 자기 체중의 대부분을 지탱할 필요가 없다. 수중에서는 아르키메데스의 원리에 의해 수중에 있는 부피와 같은 물 무게의 부력을 받는다. 이러한 수영이 유아, 아동, 노인, 신체부자유자들의 운동에 적합한 요인중의 하나이기도 하다.<sup>9)</sup>

3) 체위는 수면에 평행이 되므로, 팔의 동작이 몸을 추진시키는 데 큰 역할을 한다.

4) 운동을 하며, 자기 몸의 움직임 특히, 팔 동작을 보기는 힘들다. 따라서 미숙한 단계에서는 그릇된 동작을 하기 쉽고 수영 방법에 나쁜 버릇을 갖게 되기 쉽다.

5) 특수한 호흡 법이 필요하다. 전방에 방해적 작용을 하는

---

9)김창국(1990) 「체육스포츠백과 四 수영」, 大庚, p. 36.

저항을 적게 하든가, 수영의 정확한 조화를 이룬 조정력 (coordination) 을 위한 특수 호흡 법이 필요하다. 경기적인 트레이닝에 있거나 스피드를 중요로 하는 단거리 종목에서는 무산소적인 호흡(무기호흡), 장거리 종목에서는 유산소호흡(유기호흡)이 중시된다.

다른 스포츠 종목에 비해, 운동으로서의 수영의 기본 형태는 비교적 단순하다. 따라서, 어린이들도 가능하지만, 장차 성장할 수 있는 기본적인 것을 포함하여 장래에 진보, 개선할 수 있는 탄력성을 지닌 것이다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구대상

본 연구의 대상 선정은 제주도내에 소재하고 있는 실내수영장을 이용하는 도민 208명을 단순임의 추출법(Simple random sampling)에 의거 추출하였다. 연구대상의 신상배경은 <표-1>과 같다.

<표-1> 조사대상자의 특성

배 경		구 분	인 원(명)	비 율(%)
성 별		남	66	31.73
		여	142	68.27
연 령		20세 미만	17	8.17
		20대	39	18.75
		30대	62	29.81
		40대	58	27.88
		50세 이상	32	15.38
결혼여부		기혼	149	71.63
		미혼	59	28.37
직 업		가사(주부)	88	42.31
		자영업(개인사업)	28	13.46
		공무원	20	9.62
		회사원	37	17.79
		학생	27	12.98
		기타	8	3.85
월 평균 가구 당 수입		80만원 미만	5	2.40
		80 - 120만원	46	22.12
		120 - 150만원	49	23.56
		150 - 200만원	73	35.10
		200만원 이상	35	16.83
계			208	100.00



## 2. 연구기간

- 1) 논제선정 및 논문계획서 제출 : 1998년 11월 27일 - 1998년 12월 15일
- 2) 선행연구 및 자료수집 : 1998년 12월 16일 - 1999년 1월 15일
- 3) 설문지 작성 : 1999년 1월 16일 - 1999년 1월 31일
- 4) 설문지 배부 및 회수 : 1999년 2월 1일 - 1999년 2월 29일
- 5) 자료 처리 및 고찰 : 1999년 3월 1일 - 1999년 4월 15일
- 6) 논문 작성 : 1999년 4월 16 -

## 3. 연구도구

설문지는 선행연구자들(1992년 박종남, 1993년 모연미)의 설문지를 고안, 예비 검사를 거쳐 설문내용을 수정하여 제작하였다.

설문지의 구성요소는 배경문항 5개, 건강 인식에 대한 문항 2개, 참여실태에 관한 문항 10개, 수영효과에 관한 문항 4개, 지도자 및 지도방법에 관한 문항 1개, 시설 및 서비스에 관한 문항 3개, 활성화 방안에 관한 문항 1개 등 총 26문항으로 구성하였다.

## 4. 자료처리

수집된 자료 중에서 기재된 내용이 부족하거나 자료 검색 과정에서 신뢰도가 부적격하다고 판정된 질문지는 대상에서 제외시키고, 유효 표본만을 자료화하였으며 조사 통계는 백분율로 처리하였으며, PC-SAS(Statistical Analysis System)을 이용하여 각 변인간 백분율을 산출하였고 각 문항에 대해  $\chi^2$ 검증을 실시하였다.

## IV. 연구결과

본 연구의 과제를 해결하기 위해 설문지를 통하여 얻은 조사결과에 대한 논의한 내용은 다음과 같다.

### 1. 제주도 수영장 현황

<표-2>에서 보면 제주도내 수영장 수는 총 26개소이다. 이 중에서 실내수영장은 18개소, 실외수영장은 8개소이다.

<표-2> 제주도 수영장 현황

(단위:개)

실내 수영장		실외 수영장	계
일반	3	0	3
호텔	6	8	14
학교	9	0	9
계	18	8	총계 26

실내수영장 18개소 중 4계절 일반인들에게 개방되는 수영장은 10개소밖에 안되고 있다. 그리고 호텔과 학교수영장을 제외한 정부가 운영하거나 민간수영장은 3개소밖에 없다. 이는 인구수로 비교해보면 대략 17만명 당 1개소밖에 되지 않는다. 이는 광주광역시(인구수-1,201,750명, 수영장 수-5개소)의 24만명당 1개소 보다는 높은 수치를 나타냈다. 또한 도민들의 수영에 대한 인식 부족으로 인한 수영참여의 부족으로 도내 수영장들이 경영악화로 수영장을 폐쇄하고 있는 상태이다.

## 2. 건강과 체력에 대한 인식

수영장을 이용하는 사람들의 건강 인식 정도를 분석하기 위하여 자신의 건강정도, 건강을 유지하는 요인을 연령별로 조사하였다.

### 1) 자신의 건강정도

<표-3>에서 보는 바와 같이, “건강하다”가 43.27%로 가장 많으며, “보통이다”가 36.54%가 다음으로 나타났다.

<표-3> 자신의 건강 정도

문항 내용 구 분		귀하께서는 자신이 어느 정도 건강하다고 생각하십니까?											
		아주 건강하다		건강하다		보통이다		건강하지 않다		아주 건강하지 않다		합계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	6	2.88	9	4.33	2	0.96	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	4	1.92	17	8.17	17	8.17	1	0.48	0	0.00	39	18.75
	30대	3	1.44	23	11.06	26	12.50	8	3.85	2	0.96	62	29.81
	40대	8	3.85	28	13.46	17	8.17	5	2.40	0	0.00	58	27.88
	50세이상	0	0.00	13	6.25	14	6.73	5	2.40	0	0.00	32	15.38
계		21	10.10	90	43.27	76	36.54	19	9.13	2	0.96	208	100.00
$X^2 = 33.435, P < .05$													

한편, “건강하지 않다”와 “아주 건강하지 않다”가 10.09%(21명)으로 나타났다는데, 이는 질병을 치료하기 위해서 수영을 하고 있다고 생각된다.

### 2) 건강과 체력의 유지 요인

도민들의 생각하고 있는 건강과 체력을 유지하기 위한 요인들을 살펴보면

<표-4>와 같다.

이를 살펴보면, “규칙적인 운동”이 62.50%로 가장 높게 나타났고, 다음으로는 “충분한 휴식 및 수면(22.12%)”, “규칙적인 식사(10.58)”순으로 나타났다. 이는 도민들이 건강과 체력을 유지하기 위해서는 규칙적인 운동만으로 이루어지는 것이 아니라 충분한 휴식과 수면, 그리고 규칙적인 식사도 병행해야 한다는 것을 인식하고 있다고 생각된다.

<표-4>건강과 체력의 유지 요인

문항 내용 구분		건강과 체력을 유지하는데 가장 중요한 요인은											
		규칙적인 운동		충분한 휴식 및 수면		목욕(사우나) 및 마사지		규칙적인 식사		영양보충		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	15	7.21	1	0.48	0	0.00	1	0.48	0	0.00	17	8.17
	20대	22	10.58	11	5.29	2	0.96	4	1.92	0	0.00	39	18.75
	30대	35	16.83	13	6.25	2	0.96	10	4.81	2	0.96	62	29.81
	40대	42	20.19	11	5.29	1	0.48	3	1.44	1	0.48	58	27.88
	50세이상	16	7.69	10	4.81	0	0.00	4	1.92	2	0.96	32	15.38
계		130	62.50	46	22.12	5	2.40	22	10.58	5	2.40	208	100.00
$X^2=18.439, p<.05$													

### 3. 참여실태

수영장의 참여실태를 분석하기 위해서 참여동기, 목적, 참여경력, 이용회수, 이용시간, 이용형태, 교통수단, 수영장까지의 거리, 애로사항, 준비운동 등을 연령별로 조사하였다.

#### 1) 참여동기

스포츠로서의 사회화에 영향을 미치는 준거집단에 대해 알아보기 위하여 수영운동의 참여동기를 살펴보면 <표-3>과 같다.

<표-5> 수영을 시작하게 된 동기

문항 내용 구분		최초에 수영을 하게 된 동기는?											
		스스로 참여		가족 및 주위사람의 권유		학교수업을 통해		수영장이 가까워서		매스컴, 홍보물을 통해		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령별	20세 미만	9	4.33	3	1.44	5	2.40	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	25	12.02	10	4.81	3	1.44	1	0.48	0	0.00	39	18.75
	30대	29	13.94	29	13.94	1	0.48	1	0.48	2	0.96	62	29.81
	40대	36	17.31	17	8.17	0	0.00	1	0.48	4	1.92	58	27.88
	50세 이상	8	3.85	22	10.58	0	0.00	1	0.48	1	0.48	32	15.38
계		107	51.44	81	38.94	9	4.33	4	1.92	7	3.37	208	100.00
$X^2=55.948, p<.05$													

이를 살펴볼 때 전체적인 경향은 “스스로 참여”가 51.44%로 가장 많으며, “가족 및 주위사람의 권유”가 다음으로 나타났다.

한편, “학교수업을 통해서”는 전체 연령집단에서 거의 전무(4.33%)한 것으로 나타났는데, 이는 수영에 대한 학교수업의 부재현상을 극명하게 시사하고 있다.

## 2) 참여 목적

수영운동의 참여목적은 전 연령층에서 “건강 및 체력향상(60.58%)”을 위해서가 가장 높게 나타났고, “미용효과(21.63%)”가 다음으로 나타났다. 이는 운동과 건강이 매우 밀접하다는 인식이 지배적인 것을 알 수 있었다.

그리고 시간이 지남에 따라서 미용효과 비율이 점차 증가하는 추세(“생활 체육종목으로서 수영운동의 활성화 방안”, 1993년 박종남 석사학위 논문 중에서 ‘미용효과-12.23%’)로 나타났다.

<표-6>수영을 하는 목적

문항 구분		수영을 하시는 목적은 무엇입니까?											
		건강 및 체력향상		미용효과 (비만해 소)		여가선용		불의의 사고에 대비		스트레스 해소		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	11	5.29	1	0.48	1	0.48	4	1.925	0	0.00	17	8.17
	20대	24	11.54	9	4.33	2	0.96	2	0.96	2	0.96	39	18.75
	30대	34	16.35	14	6.31	5	2.40	3	1.44	6	2.88	62	29.81
	40대	37	17.79	14	6.773	3	1.44	1	0.48	3	1.44	62	29.81
	50세이상	20	9.62	7	3.37	3	1.44	0	0.00	2	0.96	32	15.38
계		126	60.58	45	21.63	14	6.73	10	4.81	13	6.25	208	100.00
$X^2=21.066, p<.05$													

### 3)참여자의 수영 경력

참여자의 수영 경력을 살펴보면 <표-7>과 같다.

이를 살펴보면 “3-6개월”이 26.92%로 가장 높게 나타났으며, “3개월 미만(26.44%)”, “2년 이상(25.69%)”순으로 나타났다. 이는 수영을 시작하여 3개월에서 6개월을 고비로 1년이 지나면 8.17%, 2년이 지나면 25.69%로써 수영의 지속도가 매우 높음을 알 수 있다. 이는 5,6개월 동안에 4가지 방법을 전부 배우도록 하는 각 수영장의 프로그램 운영과도 상관이 있는 것으로 생각된다.

<표-7>수영을 하고 있는 기간

문항 내용 구분		현재 수영을 하시는 기간은?											
		3개월 미만		3-6개월		6개월-1년		1-2년		2년 이상		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령별	20세미만	8	3.85	6	2.88	1	0.48	0	0.00	2	0.96	17	8.17
	20대	15	7.21	14	6.73	3	1.44	3	1.44	4	1.92	39	18.75
	30대	20	9.62	14	6.73	11	5.29	6	2.88	11	5.29	62	29.81
	40대	9	4.33	7	3.37	8	3.85	5	2.40	29	13.94	58	27.88
	50세이상	3	1.44	15	7.21	3	1.44	3	1.44	8	3.85	32	15.38
계		55	26.44	56	26.92	26	12.50	17	8.17	54	25.96	208	100.00
$X^2=47.573, p<.05$													

#### 4) 주 당 수영장을 이용하는 회수

수영장 이용 빈도를 알아보면 <표-8>과 같다.

<표-8>에 의하면 “주 당 5-6회” 수영장을 이용한다고 응답을 한 경우가 36.54%로 가장 높게 나타났으며, “주 당 3-4회”가 36.06%로 나타났다. 이를 연령별로 살펴보면 50세 이상에서는 “주당 3-4회” 17명(32명 중)으로 가장 많았다. 이는 고령층에서는 거의 매일 수영을 하기에는 체력이 부족하기 때문으로 사료되며, 한편으로는 각 수영장의 강습시간 운영(주당 4-5일)과도 무관하지 않을 것으로 사료된다.



<표-8> 주 당 수영장을 이용하는 회수

문항 내용 구분		주 당 수영장을 이용하는 회수는?									
		1-2회		3-4회		5-6회		매일		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	4	1.92	7	3.37	5	2.40	1	0.48	17	8.17
	20대	6	2.88	17	8.17	12	5.77	4	1.92	39	18.75
	30대	9	4.33	18	8.65	24	11.54	11	5.29	62	29.81
	40대	6	2.88	16	7.69	25	12.02	11	5.29	58	27.88
	50세이상	1	0.48	17	8.17	10	4.81	4	1.92	32	15.38
계		26	12.50	75	36.06	76	36.54	31	14.90	208	100.00
$X^2=14.102, p<.05$											

### 5) 이용시간

<표-9>에 의하면 이용시간은 “오전 9-12시”가 44.71%로 가장 높게 나타났으며, “오전 6-9시”가 32.21%로 나타났다. 이는 가사를 돌보는 주부의 참여율이 높은 관계가 있는 것으로 생각된다.

<표-9>수영장을 이용하는 시간

문항 내용 구분		수영장을 이용하시는 시간은 주로 어느 때 입니까?											
		오전6-9시		오전9-12시		오후12-3시		오후3-6시		오후6시 이후		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	7	3.37	3	1.44	1	0.48	5	2.40	1	0.48	17	8.17
	20대	14	6.73	11	5.29	4	1.92	1	0.48	9	4.33	39	18.75
	30대	16	7.69	36	17.31	1	0.48	1	0.48	8	3.85	62	29.81
	40대	19	9.13	29	13.94	4	1.92	4	1.92	2	0.96	58	27.88
	50세이상	11	5.29	14	6.73	3	1.44	3	1.44	1	0.48	32	15.38
계		67	32.21	93	44.71	13	6.25	14	6.73	21	10.10	208	100.00
$X^2=41.228, p<.05$													

## 6) 이용 형태

수영장을 이용 형태는 <표-10>과 같다.

<표-10>수영장을 이용 형태

문항 내용 구분		수영장을 주로 이용하는 형태는?							
		강습에 참가		혼자서 자유수영		가족 또는 동료와 함께		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	13	6.25	4	1.92	0	0.00	17	8.17
	20대	14	6.73	22	10.58	3	1.44	39	18.75
	30대	28	13.46	30	14.42	4	1.92	62	29.81
	40대	16	7.69	37	17.79	5	2.40	58	27.88
	50세이상	6	2.88	22	10.58	4	1.92	32	15.38
계		77	37.02	115	55.29	16	7.69	208	100.00
$X^2=20.460, p<.05$									

<표-10>에 의하면 수영장을 이용하는 형태는 “혼자서 자유수영”이 55.29%로 가장 높게 나타났으며, “강습에 참가”가 37.02%로 나타났다. 이는 이미 수영강습을 통해 4가지 영법의 기술을 모두 습득하여서 개인이 충분하게 수영을 즐길 수 있다고 볼 수도 있고, 각자의 바쁜 일정 때문에 불규칙적으로 수영장을 이용하고 있다고 생각된다.

## 7) 교통수단

<표-11>에 의하면 “자가용 승용차(39.90%)”가 가장 높으며, “도보(35.10%)”가 다음 순으로 나타났다. 이는 현대 사회가 소득 수준의 향상으로 자동차 보유수가 증가했기 때문이라고 생각된다. 그리고 수영장이 집과 가까운 거리에 있어서 “도보”의 비율이 높게 나타났다고 생각된다.

<표-11>수영장 이용 시 교통수단

문항 내용 구분		수영장에 사실 때 교통수단은?											
		도보		시내버스		자가용 승용차		수영장 셔틀버스		영업용 택시		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	5	2.40	8	3.85	3	1.44	1	0.48	0	0.00	17	8.17
	20대	13	6.25	15	7.21	11	5.29	0	0.00	0	0.00	39	18.75
	30대	22	10.58	12	5.77	26	12.50	0	0.00	2	0.969	62	29.81
	40대	14	6.73	10	4.81	33	15.87	0	0.00	1	0.48	58	27.88
	50세이상	19	9.13	3	1.44	10	4.81	0	0.00	0	0.00	32	15.38
계		73	35.10	48	23.08	83	39.90	1	0.48	3	1.44	208	100.00
$X^2=41.835, p<.05$													

<표-12>집에서 수영장까지의 거리

문항 내용 구분		집에서 수영장까지의 거리는 어느 정도입니까?											
		걸어서 10분 이내		걸어서 10-30분		차로 10분 이내		차로 10-30분		차로 30분 이상		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	3	1.44	2	0.96	4	1.92	6	2.88	2	0.96	17	8.17
	20대	10	4.81	6	2.88	10	4.81	8	3.85	5	2.40	39	18.75
	30대	16	7.69	13	6.25	14	6.73	17	8.17	2	0.96	62	29.81
	40대	12	5.77	10	4.81	18	8.65	16	7.69	2	0.96	58	27.88
	50세이상	14	6.73	5	2.40	6	2.88	6	2.88	1	0.48	32	15.38
계		55	26.44	36	17.31	52	15.00	53	25.48	12	5.77	208	100.00
$X^2=15.122, p<.05$													

### 8)집에서 수영장까지의 거리

<표-12>에서 보는 바와 같이 ‘걸어서 10분 이내’가 가장 높게 나타났으며, “차로 10-30분”이 다음으로 나타났다. 이는 도민들이 수영장을 선택할 때 수영장의 시설을 보고 선택하는 것이 아니라, 대체적으로 가까운 거리에 있는 수영장을 선호하고있다고 생각된다. 이는 바로 수영장 시설이 부족하기 때문에 발생하는 문제라고 생각된다.

### 9)수영을 하는데 애로사항

<표-13>수영을 하는데 애로사항

문항 내용 구분		수영을 하는데 있어서 가장 큰 애로사항은?											
		경제적 부담		수영장과 의 거리 가 멀다		이용시간		지도자에 대한 불만		시설 및 서비스에 불만		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	6	2.88	5	2.40	2	0.96	0	0.00	4	1.92	17	8.17
	20대	16	7.69	10	4.81	9	4.33	1	0.48	3	1.92	39	18.75
	30대	17	8.17	11	5.29	11	5.29	1	0.48	22	40.58	62	29.81
	40대	13	6.25	15	7.21	7	3.37	0	0.00	23	11.06	58	27.88
	50세이상	9	4.33	7	3.37	3	1.44	0	0.00	13	6.25	32	15.38
계		61	29.33	48	23.08	32	15.38	2	0.96	65	31.25	208	100.00
$X^2=19.646, p<.05$													

<표-13>에 의하면 “시설 및 서비스에 불만(31.25%)”이 가장 높게 나타났으며, 다음으로 “경제적 부담(29.33%)”으로 나타났다. 이는 시설부족의 문제와 직원들의 서비스의 질 문제를 나타낸다고 생각된다. 그리고 아직까지도 수영이 경제적으로 부담을 느끼는 도민들이 많다고 생각된다.

### 10)준비운동

<표-14>에서 보는 바와 같이 “5분 미만(52.40%)”이 가장 높게 나타났으며, “5-10분(25.48%)”이 다음으로 나타났다. 이는 준비운동 부족으로 심장

마비 같은 큰 안전사고를 초래할 수 있으므로 수영지도자들이 충분한 교육을 실시하여 안전사고에 대비해야 한다고 생각된다.

<표-14>수영을 하기 전에 준비 운동

문항 내용 구분		수영을 하기 전에 준비 운동은 어느 정도 하십니까?											
		5분 미만		5-10분		10-30분		30분-1시간		1시간 이상		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	8	3.85	5	2.40	4	1.92	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	23	11.06	9	4.33	5	2.40	2	0.96	0	0.00	39	18.75
	30대	31	14.90	20	9.62	10	4.81	1	0.48	0	0.00	62	29.81
	40대	28	13.46	16	7.69	9	4.33	4	1.92	1	0.48	58	27.88
	50세이상	19	9.13	3	1.44	7	3.37	2	0.96	1	0.48	32	15.38
계		109	52.40	53	25.48	35	16.83	9	4.33	2	0.96	208	100.00
$X^2=13.074, p<.05$													

## 4.수영의 효과

건강과 여가생활 면에서 수영을 함으로써 어떠한 효과가 있는가에 대하여 조사하였다.

### 1)생활의 변화

<표-15>에 의하면 “대단히 활기차게 되었다”와 “효과가 있다”가 94.72%로 나타났다. 이는 바로 수영이 일반 생활에서 큰 활력을 자져다 준다고 생각된다.

<표-15>수영을 시작한 이후 생활

문항 내용 구분		수영을 시작한 이후 귀하의 생활을 이전과 비교할 때?											
		대단히 활기차게 되었다		효과가 있다		그저 그렇다		효과가 없다		전혀 효과가 없다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	5	5.40	11	5.29	1	0.48	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	6	2.88	32	15.38	1	0.48	0	0.00	0	0.00	39	18.75
	30대	14	6.73	43	20.67	5	2.40	0	0.00	0	0.00	62	29.81
	40대	18	8.65	37	17.79	3	1.44	0	0.00	0	0.00	58	27.88
	50세이상	4	1.92	27	12.98	1	3.13	0	0.00	0	0.00	32	15.38
계		47	22.60	150	72.12	11	5.29	0	0.00	0	0.00	208	100.00
$X^2=8.218, p<.05$													

## 2) 육체적 건강

<표-16>에 의하면 “효과가 있다(75.00%)”가 가장 높게 나타났으며, “대단히 효과가 있다(20.67%)”가 다음으로 나타났다. 이는 수영은 육체적 건강에 아주 효과적인 운동임에 틀림없다고 생각된다.

<표-17>에 의하면 “종합체력(45.67%)”이 가장 높게 나타났고, 다음으로 “전신지구력(20.19%)”로 나타났는데 이는 수영은 어느 한 가지 체력에 효과가 있는 것이 아니라 전체적인 체력증진에 효과가 있다고 생각된다.

<표-16>수영이 육체적 건강 증진에 대한 효과

문항 내용 구분		수영이 육체적 건강 증진에 효과가 있다고 생각하십니까?											
		대단히 효과가 있다		효과가 있다		그저 그렇다		효과가 없다		전혀 효과가 없다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	6	2.88	11	5.29	0	0.00	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	8	3.85	28	13.76	3	1.44	0	0.00	0	0.00	39	18.75
	30대	11	5.29	48	23.08	3	1.44	0	0.00	0	0.00	62	29.81
	40대	15	7.21	40	19.23	3	1.44	0	0.00	0	0.00	58	27.88
	50세이상	3	1.44	29	13.94	0	0.00	0	0.00	0	0.00	32	15.38
계		43	20.67	156	75.00	9	4.33	0	0.00	0	0.00	208	100.00
$X^2=9.687, p<.05$													

<표-17>수영이 어떤 체력에 도움을 주는가

문항 내용 구분		수영의 효과를 느낀다면 어떤 체력이라고 생각하십니까?											
		전신지구 력		유연성		근력		평형성		종합체력		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	5	2.40	3	1.44	2	0.96	0	0.00	7	3.37	17	8.17
	20대	13	6.25	4	1.92	7	3.37	0	0.00	15	7.21	39	18.75
	30대	10	4.81	11	5.29	11	5.29	0	0.00	30	14.42	62	29.81
	40대	6	2.88	12	5.77	10	4.81	0	0.00	30	14.42	58	27.88
	50세이상	8	3.85	7	3.37	4	1.92	0	0.00	13	6.25	32	15.38
계		42	20.19	37	17.79	34	16.35	0	0.00	95	45.67	208	100.00
$X^2=11.463, p<.05$													

### 3)정신적 건강

<표-18>에 의하면 “도움이 된다(75.00%)”가 가장 높고 다음으로는 “대단히 도움이 된다(20.67%)”가 나타났다. 이는 수영이 육체적 건강뿐만 아니라 스트레스 해소에도 도움이 된다고 생각된다.

정신적 건강과 육체적 건강은 불가분의 관계에 있다. 즉 운동의 효과가 체력증진에 있다고 하면, 마찬가지로 정신적 건강을 위한 스트레스에 견디는 힘이나 스트레스 해소의 능력증진에도 큰 효과가 있는 것이다.<sup>10)</sup>

<표-18>수영이 정신적 스트레스에 도움

문항 내용 구분		수영이 정신적 스트레스에 도움이 된다고 생각하십니까?											
		대단히 도움이 된다		도움이 된다		그저 그렇다		도움이 안된다		도움이 전혀 안된다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	7	3.37	10	4.81	0	0.00	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	12	5.77	24	11.54	2	0.96	1	0.48	0	0.48	39	18.75
	30대	7	3.37	51	24.52	2	0.96	0	0.00	2	0.96	62	29.81
	40대	12	5.77	45	21.63	1	0.48	0	0.00	0	0.00	58	27.88
	50세이상	5	2.40	26	12.50	1	0.48	0	0.00	0	0.00	32	15.38
계		43	20.67	156	75.00	6	2.88	1	0.48	2	0.96	208	100.00
$X^2=21.120, p<.05$													

10)윤이중 외(1991), 「현대사회와 스포츠」, 보경문화사, p.321



## 5.수영지도자

체육현장에서 지도자의 본질적인 역할은 체육활동 참가자의 운동효과를 극대화시키고, 활동의 합리성을 고양하며, 지도원리를 적용해서 효율적인 체육활동이 이루어지도록 지도관리하는 것이며 이러한 지도원리의 효율화를 위해서 전문 지도자가 필요 한다.

<표-19> 수영의 지도방법 및 내용

문항 내용 구분		수영지도자의 지도방법 및 내용에 대하여 어떻게 생각하십니까?											
		매우 만족한다		만족한다		그저 그렇다		불만이다		매우 불만이다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	3	1.44	12	5.77	2	0.96	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	6	2.88	18	8.65	13	6.25	1	0.48	1	0.48	39	18.75
	30대	4	1.92	30	14.42	26	12.50	2	0.96	0	0.00	62	29.81
	40대	1	0.48	30	14.42	23	11.06	4	1.92	0	0.00	58	27.88
	50세이상	3	1.44	15	7.21	13	6.25	1	0.48	0	0.00	32	15.38
계		17	8.17	105	50.48	77	37.02	8	3.85	1	0.48	208	100.00
$X^2=19.602, p<.05$													

<표-19>에 의하면 “만족한다(50.48%)”로 가장 높게 나타났고, “그저 그렇다(37.02%)”가 다음으로 나타났다. 불만족에 가까운 대답이 과반수의 인원에 달했는데, 이는 체계적인 지도자 교육을 받지 못한 결과인 것으로 생각된다. 수영지도자에 인식을 제고하기 위해서 뿐만 아니라 수영의 대중화를 위해서는 보다 체계적이고 과학적인 지도자 양성과 재교육이 필요할 것이다.

## 6.시설 및 서비스

수영을 하기 위한 시설에는 풀 이외에도 운동 전후에 청결을 유지하기 위한 샤워시설, 휴게실, 화장실, 용품을 판매하는 시설 등 여러 가지가 필요하다. 그리고 종업원의 서비스 또한 수영장을 이용하는 사람에게 즐거움을 주게 된다.

### 1)시설

<표-20>에 의하면 수영장 수질상태에 대하여 “그저 그렇다(43.27%)”가 가장 높게 나타났다. 이는 각 수영장 경영자들이 경비 절감을 위해서 풀(pool) 속의 물을 자주 갈아주지 않기 때문이라고 생각한다. 특히 IMF시

<표-21>수영장의 수질상태

문항 내용 구분		수영장 수질상태에 대하여 어떻게 생각하십니까?											
		매우 만족한다		만족한다		그저 그렇다		불만이다		매우 불만이다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연령 별	20세미만	3	1.44	4	1.92	7	3.37	3	1.44	0	0.00	17	8.17
	20대	1	0.48	12	5.77	16	7.69	8	3.85	2	0.96	39	18.75
	30대	0	0.00	19	9.13	25	12.02	12	5.77	6	2.88	62	29.81
	40대	0	0.00	10	4.81	26	12.50	16	7.69	6	2.88	58	27.88
	50세이상	0	0.00	10	4.81	16	7.69	5	2.40	1	0.48	32	15.38
계		4	1.92	55	26.44	90	43.27	44	21.15	15	7.21	208	100.00
$X^2=33.611, p<.05$													

대 이후 난방비가 너무 많이 들기 때문에 겨울에는 물의 교체 시기를 늦추는 것으로 생각된다. 그리고 겨울에는 수영장을 개장하지도 않는 사태까지도 발생하고 있다.

<표-22>에 의하면 수영장 이용요금에 대하여 “적당하다(54.81%)”가 가장 높았고, “비싸다(39.90%)”가 다음으로 나타났다. 이는 예전과는 달리 생활 환경이 나아졌기 때문이라고 생각된다. 그러나 아직도 수영장 이용요금이 다소 비싸다고 생각되는 사람들이 많이 있었다.

<표-22>수영장 이용요금

문항 내용 구분		수영장 이용요금에 대하여 어떻게 생각하십니까?											
		매우 비싸다		비싸다		적당하다		싸다		매우 비싸다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	1	0.48	9	4.33	6	2.88	1	0.48	0	0.00	17	8.17
	20대	1	0.48	20	9.62	18	8.65	0	0.00	0	0.00	39	18.75
	30대	2	0.96	24	11.54	33	15.87	3	1.44	0	0.00	62	29.81
	40대	0	0.00	22	10.58	34	16.35	2	0.96	0	0.00	58	27.88
	50세이상	0	0.00	8	3.85	23	11.06	1	0.48	0	0.00	32	15.38
계		4	1.92	83	39.90	114	54.81	7	3.37	0	0.00	208	100.00
$X^2=13.232, p<.05$													

## 2)종업원의 서비스

<표-23>에 의하면 종업원의 서비스에 대하여 “만족한다(42.79%)”가 “그저 그렇다(42.31%)”를 근소한 차이로 높았다. 이는 수영장에서 일하는 종업원들의 태도가 수영장을 이용하는 사람들로 하여금 친절함을 느끼지 못한다고 생각된다. 종업원들이 항상 친절한 태도로 수영장을 이용하는 손님을 맞이한다면 이 또한 수영의 활성화를 자재울 수 있다고 생각된다

<표-22>수영장 종업원의 서비스

문항 내용 구분		수영장 종업원의 서비스에 대하여 어떻게 생각하십니까?											
		매우 만족한다		만족하다		그저 그렇다		불만이다		매우 불만이다		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	1	0.48	9	4.33	7	3.37	0	0.00	0	0.00	17	8.17
	20대	0	0.00	16	7.69	19	9.13	4	1.92	0	0.00	39	18.75
	30대	1	0.48	27	12.98	23	11.06	10	4.81	1	0.48	62	29.81
	40대	1	0.48	20	9.62	25	12.02	12	5.77	0	0.00	58	27.88
	50세이상	1	0.48	17	8.17	14	6.73	0	0.00	0	0.00	32	15.38
계		4	1.92	89	42.79	88	42.31	26	12.50	1	0.48	208	100.00
$X^2=17.808, P<.05$													

## 7.활성화 방안

수영의 활성화를 위한 기본방향을 제시하기 위하여 조사하였다.

<표-23>에서 보는 바와 같이 수영의 활성화를 하기 위한 방안에 대하여 “정부의 관심(37.50%)”이 가장 높게 나타났으며, “국민의 관심(32.21%)”가 다음으로 나타났다. 이는 정부에서 앞장을 서서 수영장 시설확충 및 관리를 맡아서 국민들로 하여금 쉽게 수영을 접할 수 있게 하고, 국민들도 자기 스스로 수영이 얼마나 건강에 도움을 주는 것인가를 지각해야 한다는 것을 의미한다고 생각된다.

<표-24>수영의 활성화를 위한 방법

문항 내용 구분		수영의 활성화를 위한 방안은 무엇이라고 생각하십니까?									
		사회단체 의 관심		정부의 관심		국민의 관심		학교의 관심		계	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
연 령 별	20세미만	0	0.00	6	2.88	5	2.40	6	2.88	17	8.17
	20대	3	1.44	10	4.81	18	8.65	8	3.885	39	18.75
	30대	11	5.29	28	13.46	19	9.13	4	1.92	62	29.81
	40대	10	4.81	22	10.58	18	8.65	8	3.85	58	27.88
	50세이상	10	4.81	12	5.77	7	3.37	3	1.44	32	15.38
계		34	16.35	78	37.50	67	32.21	29	13.94	208	100.00
$X^2=24.744, p<.05$											

## V. 결론 및 제언

제주도 수영인구저변확대를 위한 수영장시설 및 운영의 개선방안을 모색하고자 제주도 소재 실내수영장을 이용하고 있는 208명을 대상으로 의식조사를 실시하였고, 수영장운영 및 실태에 관한 문제에 대해 조사를 실시하여 얻은 자료를 분석한 결과를 논의하여 얻은 결론은 다음과 같다.

### 1. 결론

#### 1) 제주도 수영장의 분포현황

전체 수영장은 26개소이며, 실내수영장은 18개소이고, 실외수영장은 8개소이다. 실내수영장 18개소 중 일반인에게 4계절 내내 개방되는 실내수영장은 10개소밖에 안 된다. 나머지 8개소는 하절기 동안만 개방한다든지, 선수들만 사용할 수 있도록 되어 있었다. 이들 수영장들에 대해서 정부나 민간기업자의 재정적 투자를 통해 일반인들에게 개방을 한다면 수영인구가 저변확대 될 것이다.

#### 2) 건강과 체력에 대한 인식

도민들은 대부분 건강하다고 생각하고 있었으며, 건강을 유지하기 위해서는 규칙적인 운동과 충분한 휴식 및 수면, 규칙적인 식사 순으로 생각하고 있었다. 도민들은 운동(수영)의 중요성을 인식하면서도 수영장이용 부족으로 수영장경영의 악화를 초래하여 수영장을 폐쇄하는데, 도민들의 보다 적극적인 참여가 있어야 하겠다.

### 3) 참여실태

수영을 시작하게 된 동기는 스스로 참여하는 경우가 가장 많았고, 수영을 하는 목적은 전 연령층에서 건강 및 체력향상을 위해서 하고 있으며, 참여자의 수영경력은 3-6개월이 가장 많았다. 그리고 참여자 가운데 주 당 5-6회 수영장을 이용한다는 사람이 가장 많았고, 이용시간은 오전9-12시에 가장 많이 이용하고 있었으며, 혼자서 자유 수영하는 참여자가 가장 많았다. 교통수단은 자가용을 이용하는 경우와 걷는 참여자가 가장 많았고, 참여자 대부분은 수영장에서 가까운 거리에 거주하고 있었으며, 시설 및 서비스에 불만을 많이 갖고 있었다. 그리고 준비운동의 부족으로 안전사고를 초래할 수 있으므로 지도자들의 충분한 지도가 필요했다.

### 4) 수영의 효과

참여자들은 수영을 시작한 이후 일상 생활에서 큰 활력을 가져다준다고 생각하고 있었고, 육체적 건강에도 아주 효과적인 운동이라고 생각하고 있었다. 특히, 종합체력과 전신지구력이 향상됐다고 했다. 그리고 육체적 건강뿐만 아니라 정신적 스트레스 해소에도 효과가 많다고 했다.

### 5) 수영지도자

참여자들은 수영지도자의 지도방법에 과반수에 가깝게 불만이 있었다. 이는 수영지도자가 체계적인 지도자 교육을 받지 못한 결과인 것으로 생각된다.

### 6) 시설 및 서비스

참여자들은 수영장 수질에 대해서 불만을 갖고 있었고, 수영장 요금에 대해서는 적당하다는 의견이 많았다. 그러나 아직도 요금이 비싸다는 의견이 적지 않았다. 그리고 종업원의 서비스에 대해서는 과반수 정도가 불만족을

표현했는데 종업원들이 친절한 태도가 부족하다는 것을 의미했다.

## 7) 활성화 방안

수영의 활성화를 위한 기본방향에 대한 질문에 정부의 관심과 국민의 관심의 비율이 높게 나왔다. 이는 정부를 중심으로 한 시설확충과 국민 스스로의 참여도가 높았을 때 수영이 활성화가 될 수 있을 것으로 생각하고 있었다.

## 2. 제언

수영인구의 저변확대를 위한 방안 설정을 몇 가지로 구분하여 다음과 같이 제언한다.

- 1) 정부차원에서 시설을 확충하고 합리적이고 효율적으로 관리를 해야 한다.
- 2) 수영지도자의 자격, 임용제도의 개편 및 법규강화, 그리고 정기적인 재교육이 철저하게 시행되어야 한다.
- 3) 교육기관에서는 초등학교부터 수영의 중요성을 인지해서 조기교육이 확대 실시되어야겠다.
- 4) 보고 즐기는 간접적인 참여보다는 직접 참여하여 마음껏 즐기는 스포츠로 인식이 전환될 수 있도록 하기 위해서는 수영활동에 필요한 정보 제공을 위하여 적극적인 홍보활동이 필요한 것이다.



## 참 고 문 헌

- 김홍대(1982) : '수영', 형설출판사
- 박순호, 남덕현, 노민상, 정천규(1997) : '수영교실', 태근문화사
- 유창하(1987) : '현대사회체육', 나남출판사
- 김용길(1982) : '국민건강과 사회체육', 월간사회체육, 제6권
- 김창국(1990) : '수영', 체육스포츠백과 4
- 정해영(1988) : '수영', 서울 영운출판사,
- 이상우(1984) : '대학체육', 서울 살아사
- 임번장(1982) : '수영', 형설출판사
- 윤이중 외 2인(1991) : '현대사회와 스포츠', 보경문화사
- 한성일 외 5인(1985) : '사회체육', 양지사
- 김용길(1987) : '사회체육에 관한 연구', 국민대학교 대학원 박사학위논문
- 모연미(1992) : '수영인의 저변확대를 위한 활성화 방안에 대한 연구', 석사학위논문
- 박종남(1993) : '생활체육으로서 수영운동의 활성화 방안', 석사학위논문
- 정민영(1988) : '수영', 형신출판사
- 한성일(1983) : '체육 스포츠 사회학', 서울 동화문화사
- 김병태(1983) : '한국의 사회체육발전을 위한 정책적 시안', 서울대 석사학위논문
- councilman J.E(1968) : 'The Science of Swimming, New Jersey' Prentice-Hall Inc
- William Anderson(1970) : 'Teaching the Physically Handicapped to Swim', Faber
- Mackenzie M.M. & Spears Betty(1968) : 'Begining Swimming, California', Wadsworth Publishing Co

<ABSTRACT>

Study of swimming populatijon growth plan

Kim, Yong-Soo

Physicas Education Major  
Graduate School of Education, Cheju National University  
Cheju, Korea

Supervised by Professor Ryu, Che-Cheong

This study will help the people explain that the swimming is good for preventing diseases of the adult people, the people's health and the happiness of life. This study also will help introduce the reasonable idea to the people and making growth of the swimming population. This study is based on the facilities, the managing of system and the activities, also the events of the Swimming in Cheju island. The result of this research which is based on the study of the Cheju people's consciousness is as below.

1. Cheju province has facilitated 26 of swimming; 18 of the indoor pool, 8 of the outdoor pool. Out of the indoor swimming pools, only 10 are opened during the period without holiday, and the rests need investment of the government or the business man.

---

\* A thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju National University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in August, 1999.

2. Cheju people has already recognized the need of swimming for their health, but they rarely come to the swimming because the inconvenience of use. This make serious problem of the facility management.

3. The most people begin to swim by voluntary motivation, and their purpose is making progress of their health. The most of swimming people are members of the swimming center where are near located men their house, and they have some complaints of the swimming center.

4. The swimming people think that the swimming is very soundness sports for their body and the spirit.

They say that the total-fitness and the endurance has puogressed outstandingly.

5. The swimming people has complaints of their trainer, and this problem will be solved out by reeducation.

6. The swimming people has complaints of the facilities and the services.

7. The swimming people answered of the prosperous swimming. The first key is - They should be leaded by the government. And the secondAry is - increasing the facilities. And the final key is - the people voluntary participation.





참여실태에 대하여 묻고자 합니다.

1. 최초로 수영을 시작하게 된 동기는?

- 1) 스스로 참여    2) 가족 및 주위사람의 권유    3) 학교수업을 통해서
- 4) 수영장이 가까워서    5) 마스크 및 홍보물을 통하여

2. 수영을 하시는 목적은?

- 1) 건강 및 체력향상    2) 미용효과(비만해소)    3) 여가선용
- 4) 불의의 사고(수상안전)에 대비    5) 스트레스 해소

3. 현재 수영을 하시고 있는 기간은?

- 1) 3개월 미만    2) 3-6개월    3) 6-1년
- 4) 1-2년    5) 2년 이상

4. 주당 수영장을 이용하시는 회수는?

- 1) 1-2회    2) 3-4회    3) 5-6회
- 4) 매일

5. 수영장을 이용하시는 시간은 주로 어느 때 입니까?

- 1) 오전 6-9시    2) 오전 9-12시    3) 오후 12-3시
- 4) 오후 3-6시    5) 오후6시 이후

6. 수영장을 주로 이용하시는 형태는?

- 1) 강습에 참가    2) 혼자서 자유수영    3) 가족 또는 동료와 함께 자유수영

**7. 수영장에 가실 때 교통수단은?**

- 1) 도보                                      2) 시내버스                                      3) 자가용 승용차
- 4) 수영장 셔틀버스                                      5) 영업용 택시

**8. 귀하의 집에서 수영장까지의 거리는 어느 정도입니까?**

- 1) 걸어서 10분 이내      2) 걸어서 10-30분                                      3) 차로 10분 이내
- 4) 차로 10-30분                                      5) 차로 30분 이상

**9. 수영을 하는데 있어서 가장 큰 애로사항은 무엇입니까?**

- 1) 경제적 부담                                      2) 수영장과의 거리가 멀다                                      3) 이용시간
- 4) 수영지도자에 대한 불만      5) 수영장 시설 및 서비스에 대한 불만

**10. 수영을 하기 전에 준비운동은 어느 정도 하십니까?**

- 1) 5분 미만                                      2) 5 - 10분                                      3) 10 - 30분
- 4) 30 - 1시간                                      5) 1시간 이상

**수영의 효과에 대하여 묻고자 합니다.**

**1. 수영을 시작한 이후 현재 귀하의 생활을 이전과 비교하여 볼 때**

- 1) 대단히 활기차게 되었다      2) 효과가 있다                                      3) 그저 그렇다
- 4) 효과가 없다                                      5) 전혀 효과가 없다

**2. 수영운동이 육체적 건강 증진에 효과가 있다고 생각하십니까?**

- 1) 대단히 효과가 있다                                      2) 효과가 있다                                      3) 그저 그렇다
- 4) 효과가 없다                                      5) 효과가 전혀 없다

**3. 효과를 느낀다면 어떤 체력이라고 생각하십니까?**





4) 불만이다

5) 매우 불만이다

활성화 방안에 대하여 묻고자 합니다.

1. 수영의 활성화를 위한 방법은 무엇이라고 생각하십니까?

1) 사회 단체의 관심

2) 정부의 관심

3) 국민의 관심

4) 학교의 관심

**\*\*\* 대단히 감사합니다.\*\*\***