

## 스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족의 차이\*

안만수  
체육학부

### <요 약>

스포츠 참여자의 성별, 연령별, 운동종목별 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 U광역시  
에 거주하고 있는 성인 남녀로서 평소 생활체육활동에 적극적으로 참여하고 있는 성인 남  
녀 313명을 대상으로 여가만족의 차이를 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째,  
스포츠 참여자의 성별 여가만족의 차이는 남자가 여자에 비해 여가만족이 높으며 성에 따  
른 여가만족은 유의한 차이가 있었다. 둘째, 스포츠 참여자의 연령별 여가만족의 차이는  
장년층이 가장 높았으나 연령에 따른 여가만족은 유의한 차이가 없었다. 셋째, 스포츠 참  
여자의 운동종목별 여가만족의 차이는 축구종목에서 가장 높았으며 운동종목에 따른 여가  
만족은 유의한 차이가 없었다.

## Leisure Satisfaction across Gender, Age, Athletics Event of Sport Participants

Ahn, Man-Soo  
School of Physical Education

### <Abstract>

The purpose of this study was to investigate the differences in leisure satisfaction  
across gender, age, athletics event of sport participants. The subject were selected 313  
males and females who ranged in age from 20 to 55 year old in sport participated at

\* 이 논문은 2000년 울산대학교 연구비에 의해 연구되었음.

sport center. The results were as follows.

First, the difference of leisure satisfaction across gender was increased male than female, and leisure satisfaction across gender has significant difference. Second, the difference of leisure satisfaction across age was high increased middle-aged class, and leisure satisfaction across age has not significant difference. Third, the difference of leisure satisfaction across athletics event was high increased soccer event, and leisure satisfaction across athletics event has no significant difference.

## I. 서론

인간생활에 있어서 체육은 인간이 추구하고 있는 즐겁고 평화롭고 행복한 삶을 영위하는데 있어 신체활동을 통한 정신함양과 시민의식을 고취하는 요소이다. 인간의 신체활동은 삶의 기본이며 생존경쟁의 수단인 동시에 문화의 유형이다. 체육은 신체활동을 통하여 정신을 튼튼히 발달시키고 아름다운 정신과 근전한 사회성을 형성하며 위생생활을 습관화하여 사회활동에 최선을 발휘할 수 있는 능력을 가지게 함을 목적으로 삼고 있다(한국사회체육학회, 1993). 현대의 체육은 현대사회의 급속한 변화와 삶의 질적 향상을 지향하는 개인과 사회의 체육 인식 변화에 따라 건전한 신체활동에 의해 인간이 향유할 수 있는 모든 것을 자유롭고 행복하게 표현하려는 사회적 욕구로 생활체육이라는 새로운 체육개념을 도출시켰다(박경자, 1993).

Kenyon과 McPherson(1974)은 스포츠 활동의 참여에 영향을 미치는 사회학적 변인으로 서 사회경제적 지위를 들고 있으며 지위가 높은 가정과 높은 성취 지향적인 부모를 둔 가정의 자녀가 생활체육참가도가 높다는 사실을 보고하고 있다. 지금까지 스포츠 활동에 참여하는 사람들의 행동은 집단내에서의 계층을 나타내는 연령, 수입, 직업, 교육정도라는 지표에 의해 상당한 정도까지 파악이 가능하다. 그러나 성숙화된 사회속에서 국민 대부분이 중류의식을 갖고 사람들의 행동양식, 지위나 수입에 관계없이 다양화된 현대사회에서는 단일 지표에 의해 체육활동을 파악하는 것이 더욱 어렵게 되었다. 스포츠와 신체활동에 있어 스포츠 활동 참여에 대한 대부분의 연구는 청소년층에 초점이 되고 있으며 신체활동과 관계있는 태도와 기능은 일반적으로 생활주기 단계에 의해 발달되었다. 스포츠 활동 참여에 대한 연구는 청소년과 부모, 교사, 동료 그리고 코치간에 상관관계가 있다(Snyder & Spreitzer, 1974a). 청소년층은 스포츠에 대한 긍정적인 태도로 발달되었지만 다른 연령층은 부정적인 태도로 발달되어 스포츠로 부터 사회화 과정이 이탈되었다.

최근 생활체육 동향은 엘리트 스포츠를 보고 즐기는 것에서 점차 벗어나 자신의 건강과 흥미를 위하여 스스로 행하는 스포츠에 참여하는 빈도가 증가하고 있다. 그러나 생활체육은 아직도 대도시를 중심으로 조기회, 각종 스포츠 클럽이나 단체 강습활동을 통한 에어로빅, 수영, 골프, 스키 등의 레저 스포츠는 점차 발전경향을 보이고 있으나 아직까지 스포츠 참여자들에게 만족할 만한 운동시설, 지도력, 운동 프로그램 등의 흡족한 운동환경을 제공하지 못하고 있는 실정이다(구우영, 1993). 종래의 스포츠는 고도의 기능을 추구하는 일부 계층의 활동이었으나 지금은 특정한 선수 중심의 스포츠에서 벗어나 대중이 함께 즐기고 참여하는 문화로 탈바꿈하고 있다. 특히 대부분의 계층이 스포츠를 레저활동이나 건강증진

활동으로 참여하고 있으며, 볼링장, 수영장, 스케이트장, 테니스 코트, 에어로빅, 헬스 등의 많은 시설단체의 증가는 대중들이 스포츠를 즐기고 있는 실제적인 모습이고 이러한 사람들의 욕구를 충족시켜 주기 위해서 상업스포츠 시설이 도시를 중심으로 활발하게 설치되고 있는 추세이다.

스포츠 활동의 참여는 생활체육 집단의 구조, 개인의 지위, 참가의 자발성과 사회화 관계의 본질성 등이 의미있는 변인으로 존재한다. 또한 스포츠 활동의 참가에 영향을 미치는 요인으로는 특정 개인이 접근 가능한 물질적 재화와 용역으로서 이용 가능한 스포츠 시설 및 용기구, 클럽 회원권, 교습 및 프로그램은 물론 스포츠 시설이나 장소의 근접성 및 편의성 등이 포함된다. 스포츠 활동의 참여에 있어서 기회상황의 중요성은 가정, 이웃, 학교, 대중매체를 통한 역할 모형에의 노출이 스포츠 사회화 과정의 영향력 있는 주관자가 된다는 점에서도 설명이 가능하다(박승호, 1995).

따라서 본 연구는 일상생활에서 나타나는 신체활동의 저해요인과 운동부족 현상을 해소하고 삶의 질을 향상시키기 위하여 규칙적인 신체활동이 증대되어야 할 필요가 있다. 또한 스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족도를 알아보고 신체활동의 참여기회를 제공하고 생활체육을 활성화 시키는데 본 연구의 목적이 있다.

이러한 연구목적에 따라 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 스포츠 참여자의 성에 따른 여가만족은 차이가 있는가?

둘째, 스포츠 참여자의 연령에 따른 여가만족은 차이가 있는가?

셋째, 스포츠 참여자의 운동종목에 따른 여가만족은 차이가 있는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 U광역시에 거주하고 있는 남녀로서 평소 생활체육활동에 적극적으로 참여하고 있는 성인 남녀 313명을 본 연구의 대상자로 선정하였다.

### 2. 연구변인

스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 연구변인은 독립변인과 종속변인으로 구분하였다. 본 연구의 독립변인은 성, 연령, 운동종목으로 한정하였으며 종속변인은 여가만족으로 한정하였다.

### 3. 측정도구

스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 본 연구에서 사용하고자 한 측정도구는 설문지로서 국내외의 선행연구에서 이미 설문지의 신뢰도 및 타당도 검증은 실시하여 사용했던 설문지 가운데 본 연구의 목적에 적절한 설문지를 선별하여 사용하였다.

본 연구에서 사용한 설문지는 Beard와 Ragheb(1980)가 개발한 여가만족 척도(Leisure Satisfaction Scale : LSS)를 번안하여 사용하였다. Beard와 Ragheb(1980)의 여가만족도에 관한 설문지는 최초 51개 문항에서 24개 문항으로 축소한 것으로 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 여가만족 등의 6개 하위요인으로 세분화되어 있다. Beard와 Ragheb(1980)의 여가만족척도 전체 신뢰도 계수는 .911이며, 하위 신뢰도 계수는 .670~.850이었으며 본 연구에서 사용될 설문지의 신뢰도 계수는 .834로 나타나 신뢰성이 있는 척도라고 평가할 수 있다.

여가만족 설문지의 응답형태는 Likert-type의 5단계 평정척도로 구성하였으며 점수가 높을수록 여가만족이 적극적인 것을 의미한다.

#### 4. 연구절차

스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 설문지는 사전에 교육을 받은 조사자가 연구 대상자를 직접 방문하여 연구 대상자에게 배포한 다음 자기평가기입법(self-adminstration)으로 설문내용에 대해 응답하도록 지시하였으며 완성된 설문지를 회수하였다.

#### 5. 자료처리

스포츠 참여자의 성, 연령, 운동종목에 따른 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 설문지의 응답결과를 기입한 설문지를 회수한 후 응답내용과 신뢰성이 부실하다고 판단되는 설문지는 분석대상에서 제외시키고 분석 가능한 자료만 코딩(coding) 하였다.

자료처리는 SPSS/PC\* 통계 패키지를 사용하여 평균(M)과 표준편차(SD)를 산출하고 공분산분석(ANCOVA)을 이용하여 자료를 검증하였다. 유의성 검증은  $\alpha=.05$ 에서 각각 검증하였다.

### III. 결과 및 논의

#### 1. 스포츠 참여자의 성별 여가만족의 차이

스포츠 참여자의 성별 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 평균과 표준편차, 공변량분석한 결과는 <표 1>과 <표 2>와 같다.

표 1. 성별 여가만족의 평균과 표준편차

	평 균	표준편차
남자(n=168)	3.301	.284
여자(n=145)	2.964	.176
계	3.147	.293

<표 1>과 같이 성별 여가만족의 평균과 표준편차는 남자  $3.301 \pm 0.284$ , 여자  $2.964 \pm 0.176$ 으로 남자가 여자에 비해 여가만족의 차이가 높게 나타났다.

표 2. 성별 여가만족의 공변량분석

	자승합(SS)	자유도(df)	평균추정치(MS)	F
공변인	6.027	2	3.013	2.642*
연령	5.925	1	5.925	3.339*
운동종목	.042	1	.042	.737
주효과				
성	3.043	1	3.034	3.105*
설명변인	9.070			
잔 차	17.708			
합 계	26.778	312		

\* p&lt;.05

<표 2>와 같이 성별 여가만족의 공변량분석에서 연령과 운동종목을 통제한 공변인에서는 유의한 차이가 나타난 반면 주효과인 성별에서도 유의한 차이가 나타났다.

스포츠 참여자의 성별 여가만족의 차이에서 남자가 여자에 비해 여가만족이 높게 나타났다. 이러한 결과는 박승호(1995)의 연구에서 남성이 여성에 비해 성취감, 기술의 숙달과 경쟁 그리고 흥미를 추구하기 위하여 스포츠 활동에 참여하고 있는 것과 유사하게 나타났으며, Kenyon(1969)의 연구에서 남자들은 친화성, 인격형성, 활동성 그리고 성취동기가 여자들보다 높다는 연구보고와 부분적으로 일치하고 있다. 또한 Synder와 Spreitzer(1974a)의 연구에서 나타난 공통적인 견해는 남여는 각기 다른 생물학적인 성에 따라 그에 적절한 성 역할 사회화 과정을 경험함으로써 결과적으로 스포츠 참여에 긍정적, 부정적 영향을 미친다고 보고 하였다.

박병국(1996)의 연구에 의하면 스포츠 참여자의 성별에 따른 여가만족의 차이는 남성의 경우 직장 또는 지역사회로 부터 스포츠 참여에 대한 인식과 스포츠 환경에 쉽게 접근하여 스포츠 활동에 참여하는 동기가 여자보다 상대적으로 높아 스포츠 활동 참여에 적극적으로 참여하였으며 여성은 사회적, 문화적 성 역할에 대한 고정관념으로 인하여 상대적으로 신체활동이 위축되어 여가활동에 참가하는 빈도가 낮다고 보고 하였다. 이러한 결과는 현대가사 노동의 감소, 직업 여성의 증가, 여성의 자아의식의 변화 등으로 전통적인 성 역할은 점점 붕괴되고 있는 실정에도 불구하고 남여간의 성적인 분리와 신체활동은 여전히 제약 받고 있는 실정이다(Rudman, 1984).

## 2. 스포츠 참여자의 연령별 여가만족의 차이

스포츠 참여자의 연령별 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 평균과 표준편차, 공변량분석한 결과는 <표 3>과 <표 4>와 같다.

표 3. 연령별 여가만족의 평균과 표준편차

	평 균	표준편차
청년층(25세-35세)(n=83)	2.967	.185
중년층(36세-45세)(n=117)	3.105	.295
장년층(46세-55세)(n=113)	3.315	.264
계	3.147	.293

<표 3>과 같이 연령별 여가만족의 평균과 표준편차는 청년층  $2.967 \pm 0.185$ , 중년층  $3.105 \pm 0.295$ , 장년층  $3.315 \pm 0.264$ 로 장년층이 여가만족의 차이가 가장 높게 나타났다.

표 4. 연령별 여가만족의 공변량분석

	자승합(SS)	자유도(df)	평균추정치(MS)	F
공변인	9.023	2	4.511	8.824***
성	8.922	1	8.922	5.879***
운동종목	.166	1	.166	2.906
주효과				
연령	.127	1	.127	1.108
설명변인	9.150			
잔 차	17.628			
합 계	26.778	312		

\*  $p < .05$

<표 4>와 같이 연령별 여가만족의 공변량분석에서 성과 운동종목을 통제한 공변인에서는 유의한 차이가 나타난 반면 주효과인 연령별에서 유의한 차이가 나타나지 않았다.

스포츠 참여자의 연령별 여가만족의 차이분석에서 연령이 젊을 수록 스포츠 활동에 참여하는 기회가 더욱 증가하고 있는 반면 연령이 많을수록 상대적으로 스포츠 활동의 참여가 감소하는 경향을 보였다. 이는 전 연령층에서 스포츠 활동에 대한 관심을 많이 가지고 있음에도 불구하고 스포츠 활동을 할 수 있는 스포츠 환경과 시설의 부족으로 인하여 스포츠 시설을 이용하는 것 보다 조깅이나 가벼운 체조 그리고 등산 등과 같은 극복 스포츠에 더 많이 참여하고 있는 것으로 사료된다. 이러한 결과는 Dishman(1986)의 연구결과에서 청년층은 중·장년층에 보다 건강에 대해 주의를 덜 기울이고 연령이 들수록 신체활동을 통한 신체적, 정신적 건강의 이로운에 관심이 높다는 결과와 부분적으로 일치되고 있다. 또한 McPherson(1983)과 Dishman(1984)의 연구결과에서 연령은 스포츠 참여의 프로그램 상황 요인 중 다양성, 적합성, 흥미성에 있어서 중간 연령에서 높은 만족도를 나타내고 있는데, 이는 스포츠 참여가 연령과 직접적인 역상관 관계가 있다고 주장한 연구와 부분적으로 일치되고 있다. 이것은 성년기일수록 복잡한 사회생활 속에서 쌓이는 스트레스를 해소하며 다양한 신체활동을 추구하고자 하는 경향이 반영되어 있음을 시사하는 것이라고 사료된다.

### 3. 스포츠 참여자의 운동종목별 여가만족의 차이

스포츠 참여자의 운동종목별 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 평균과 표준편차, 공변량분석한 결과는 <표 5>와 <표 6>과 같다.

표 5. 운동종목별 여가만족의 평균과 표준편차

	평 균	표준편차
골 프 (n=39)	3.301	.284
볼 링 (n=42)	3.189	.247
배드민턴 (n=30)	3.217	.470
수 영 (n=43)	3.180	.232
에어로빅 (n=36)	3.001	.222
축 구 (n=21)	3.373	.140
테 니 스 (n=56)	2.975	.187
탁 구 (n=46)	3.234	.335
계	3.147	.293

<표 5>와 같이 운동종목별 여가만족의 평균과 표준편차는 골프 3.301±0.284, 볼링 3.189±0.247, 배드민턴 3.217±0.470, 수영 3.180±0.232, 에어로빅 3.001±0.222, 축구 3.373±0.140, 테니스 2.975±0.187, 탁구 3.234±0.335로 축구종목에서 여가만족이 가장 높게 나타났다.

표 6. 운동종목별 여가만족의 공변량분석

	자승합(SS)	자유도(df)	평균추정치(MS)	F
공변인	8.924	2	4.462	5.403*
성	2.940	1	2.940	2.851
연령	.067	1	.067	1.443
주효과				
운동종목	3.683	1		1.248
설명변인	12.606			
잔 차	14.171			
합 계	26.778	312		

\*\*\* p<.001

<표 6>과 같이 운동종목별 여가만족의 공변량분석에서 성과 연령을 통제한 공변인에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

스포츠 참여자의 운동종목별 여가만족의 차이에서 축구종목이 가장 높게 나타났다. 윤이중(1996)의 연구에 의하면 현대인이 선호하는 여가활동은 신체의 움직임을 필요로 하는 조

깅, 수영, 골프, 테니스, 등산, 캠핑 등과 같은 종적 여가활동이 주류를 이루고 있는 것과 본 연구의 결과와는 약간 상반되는 경향을 가지고 있다. 본 연구에서는 축구종목이 다른 종목에 비해 여가만족이 높게 나타난 것은 축구경기는 다른 운동경기에 비해 신체적 활동이 많고 또한 강인한 체력을 향상시키는 운동종목이므로 자신의 건강 유지 및 증진 뿐만 아니라 신체적, 정신적인 측면에서 지대한 효과를 미치기 때문에 다른 운동종목에 비해 여가만족이 높게 나타난 것으로 사료된다.

따라서 건강 유지 및 건강 증진에 높은 관심을 가지고 스포츠 활동에 참여하고 있는 참여자는 다양한 변화를 경험하면서 신체적으로 지치거나 건강을 악화시킬 수 있는 상황에 견딜 수 있는 에너지 대사와 새로운 환경에 적응하며 폭넓은 인간관계를 유지하는데 필요한 힘을 신체활동을 통해 습득해야 한다. 특히 삶의 질을 중요시 여기는 후기산업사회에 들어서면서 점차 젊은 신세대에게 신체활동은 어떤 면에서는 삶을 영위하는 수단인 일보다 더 중요한 것으로 인식되고 있다는 것을 주목할 만하다.

#### IV. 결 론

스포츠 참여자의 성별, 연령별, 운동종목별 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 U광역시 에 거주하고 있는 성인 남녀로서 평소 생활체육활동에 적극적으로 참여하고 있는 성인 남녀 313명을 대상으로 여가만족의 차이를 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 스포츠 참여자의 성별 여가만족의 차이는 남자가 여자에 비해 여가만족이 높으며 성에 따른 여가만족은 유의한 차이가 있었다.

둘째, 스포츠 참여자의 연령별 여가만족의 차이는 장년층이 가장 높았으나 연령에 따른 여가만족은 유의한 차이가 없었다.

셋째, 스포츠 참여자의 운동종목별 여가만족의 차이는 축구종목에서 가장 높았으며 운동종목에 따른 여가만족은 유의한 차이가 없었다.

#### 참고문헌

- 구우영 (1993). 생활체육의 활동형태에 관한 변인분석. 동의대학교 사회체육연구소, 창간호.  
 박경자 (1993). 생활체육의 운동수요가 사회적 가치와 체육문화에 미치는 효과. 동의대학교 사회체육연구소, 창간호.  
 박병국 (1996). 사회인구학적 특성에 따른 체육활동만족과 생활양식의 연구. 박사학위논문, 국민대학교.  
 박승호 (1995). 사회체육 참여자의 사회인구학적 특성과 동기유발요인 및 참여도와의 관계. 박사학위논문, 한국체육대학교.  
 윤이중 (1996). 직장인의 생활체육 참가가 인지된 삶의 질에 미치는 영향. 박사학위논문, 서울대학교.  
 한국사회체육학회 (1993). 사회체육지도론. 교학연구사.  
 Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of*



*Leisure Research*, 12(1), 20-33.

- Dishman, R. K. (1986). Mental health. In seefeldt, V. (ed.), physical activity and well-being. Reston, VA : *American Alliance for Health Physical Eudcation, Recreation and Dance*, 303-341.
- Kenyon, G. S., & McPherson, B. D. (1974). Becoming involved in physical activity and sport : A process of socialization. In G. L. Rarick(Ed.), *Physical activity : Human growth and development*(pp.304-333). New York : Academic Press.
- McPherson, M. D. (1983). *Aging as a social process* : An Introduction to Individual and population aging. Toronto : Butterworths.
- Rudman, W. (1986). Sport as a part of successful aging. *American Behavioral Science*, 12, 453-479.
- Snyder, E. E., & Spreitzer, E. (1974a). Orientations toward work and leisure as predictors of sport involvement. *Research Quarterly*, 45, 398-406.