



경상대학 207

교육/01/발표논문/

## 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향

김정모 · 이충영 (나사렛대학교)

### 논문초록

이 연구는 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향을 분석하여 교양체육수업의 질과 가치를 높이기 위한 개선방법과 기독교대학생들에게 교양체육수업의 필요성과 중요성에 대한 기초자료를 효율적으로 제공하기 위함이며, 기독교대학생들의 건전한 여가생활과 운동지속을 통한 삶의 질을 향상시키는데 기여할 수 있는 동기부여와 생활습관을 형성할 수 있는 효율적인 정보를 제공하는 것을 그 목적으로 한다. 연구대상으로 선정된 3개 기독교대학의 교양체육 수업 참여 학생들을 대상으로 비확률표본추출방법 중 판단표본추출방법을 이용하여 총 343부를 최종 유효 표본으로 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS/PC ver. 18.0 프로그램을 이용하여 분석을 실시하였으며 교양체육 수업만족도가 여가기능(여가조절, 여가만족, 여가욕구, 여가심취도), 여가제약(구조적제약, 대인적제약, 인간내적제약), 여가권태(여가권태감, 여가만족감)에 미치는 영향관계에 대한 분석결과는 다음과 같이 도출하였다. 교양체육 수업만족도는 여가기능중 여가욕구에서 '환경적(t=5.878, p=.000)', 심리적(t=3.965, p=.000), 신체적(t=6.057, p=.000)요인이 높은 영향관계가 나타났으며, 여가제약에서는 인간내적제약이 '환경적(t=5.600, p=.000)', '심리적(t=4.485, p=.000)', '신체적(t=2.396, p=.017)', '사회적(t=2.103, p=.036)요인에서 높은 영향관계가 나타났고, 여가권태에서는 여가만족감에 '환경적(t=-5.321, p=.000)', '심리적(t=5.378, p=.000)', '신체적(t=3.615, p=.000)', '사회적(t=4.682, p=.000)요인에서 높은 영향관계가 나타났다.

주제어 : 기독교대학생, 교양체육, 여가기능, 여가제약, 여가권태

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 교통·통신의 발달, 산업화, 도시화, 정보화 되어 가면서 점차 여가시간이 늘어나고 있으며, 과열 경쟁과 업무과다, 복잡한 조직사회, 불규칙한 식습관 등으로 과도한 스트레스를 받고 있다. 이로 인해 현대인

\* 교신저자 cylee@kornu.ac.kr

들은 스트레스 해소를 위한 방안으로 다양한 여가활동에 참여하고 있으며, 이와 같은 여가에 대한 관심과 집중은 다양한 스포츠활동의 참여를 증가시키고 있다. 임민정(1994)은 “스포츠활동이 현대사회의 각종 공해에 노출되어 생활하고 있는 현대인의 각종 스트레스를 신체활동을 통하여 지속적으로 해소할 수 있게 하고, 심신의 건강을 도모하여 삶의 질을 제고시키는 역할을 한다는 점에서 현대사회에서 매우 가치 있는 여가형태이다”라고 하였다. 건전한 여가선용으로서 스포츠활동의 참여는 체력을 증진시켜 건강한 삶을 유지하는데 기여하며(김양래, 2009; 오은택, 김성주, 윤영구, 2012), 재미있고 활기찬 생활을 통해서 정신건강에 긍정적인 영향을 미치고(문태영, 허중욱, 2011; 박영옥, 허현미, 2008), 여가만족(김계운, 2001), 직무만족(최승재, 2011), 생활만족(장봉우, 윤현노, 2009)을 높여 궁극적으로는 삶의 질을 향상시키고 행복한 삶에 영향을 미친다고 보고하였다(박상욱, 1993; 강경빈, 2006; 김태운, 2006).

이러한 여가활동의 시작은 청소년기에 시작된다고 할 수 있으나, 우리나라의 대학생들은 잘못된 입시위주 교육정책의 희생양이 되어 청소년기인 중·고등학교 시절에 여가활동을 위한 취미생활을 경험하지 못하는 실정이다. 그러므로 대학생활은 우리나라 교육현실에서 건전한 여가선용을 위한 중요한 시기라고 할 수 있다. 그러나 대학생활은 중·고등학교 시기의 획일적이고 수동적인 생활이 아닌 능동적인 학습이수, 시간관리, 다양한 인간관계, 진로 및 취업에 대한 고민과 같은 책임감과 진로 의식이 잠재적 스트레스를 받고 있다(Coffman, Gilligan, 2002). 이숙경과 유지현(2008)에 의하면 대학생활은 성인생활을 준비하는 과도기로서 능동적이고 개방된 새로운 환경에 직면하면서 대학생활에 많은 스트레스를 겪는다고 하였다. 또한 대학생의 스트레스는 지속적으로 악화되는 글로벌 경제위기와 취업난으로 증가하고 있는 추세이다. 스트레스의 증가는 자살로 이어지며, 이는 사회문제로 나타나고 있다. 손정남(2007)은 연구에서 우울과 스트레스가 주요인으로 대학생 자살에 영향을 미친다고 보고하였으며, 학생 자살에 대한 교육과학기술부 통계에 따르면 연간 평균 230명 정도의 대학생이 자살을 하였다고 보고하였으며, 이는 초·중·고 학생의 자살평균 150명보다 훨씬 많은 수로서 대학생의 스트레스가 증가되고 있음을 시사하고 있다(중앙일보, 4월 11일자).

대학에서는 학생들이 겪는 스트레스를 해소하기 위한 방안으로 건전한 대학생활을 돕고 있으며, 특히 문화, 종교, 체육, 예술, 봉사, 자기개발 등의 다양한 동아리활동 참여를 활발하게 유도하고, 넓은 영역의 교양수업과정을 통해 자연스럽게 여가활동 참여기회를 확대시키고 있다. 특히 교양체육 수업은 대학생들에게 다양한 신체활동에 참여할 수 있는 기회를 제공한다. 김석희(2002)의 연구에 의하면 교양체육수업을 통해 폭넓은 교우관계 형성, 스포츠 활동을 통한 스트레스 해소, 대학생활의 활력 등 다양한 재미거리와 경험을 제공하기 때문에 학생들에게 관심이 증대되고, 매우 중요한 과목이라고 보고하였다. 심상진(2003)은 대학 교육과정에서 참여하는 교양체육 수업은 다양한 신체활동의 경험을 얻게 되며, 이러한 경험은 바람직한 여가선용으로 직결된다고 보고 하였으며, 그 종류는 농구, 축구, 배구, 볼링, 수영, 탁구, 테니스, 배드민턴, 소프트볼, 수키시, 에어로빅, 제스댄스, 스포츠댄스, 합기도, 호신술, 태권도, 유도, 레크레이션, 요가, 수상스키, 워터서핑, 야외활동, 인라인스케이팅, 겨울스키, 빙상, 골프, 민속무용, 뉴스포츠 등으로 다양하게 운영되고 있다. 또한 이러한 교양체육에 대한 수업만족은 여가만족과 생활만족에도 긍정적인 영향이 있음을 보고하였다(강병일, 2010; 김재필, 문한식, 2008; 김세웅, 장진, 이상호, 2006). 교양체육 수업에 참여한 대학생들은 수업만족으로 통해서 운동지속으로 생활체육의 연장선에 있음을 주장하였다(강창곤, 2006).

대학에서의 교양체육 수업은 다양한 신체활동을 통하여 건강을 증진·유지시키고, 올바른 인성과 도덕성을 함양시켜 건강한 자아를 형성하도록 도우며, 여가능력과 신체적성을 발달시켜 평생체육의 실현능력을 갖도록 도와 국가와 사회의 건강한 구성원이 되도록 한다(이종철, 이상섭, 정병근, 2008). 이숙준과 김승재(2010)에 의하면 대학은 사회에 진출하기 전의 다양한 지식과 전문적인 학문을 연구 개발 할 수 있는 유일한 전당이자 학문의 완결관 이므로 대학 교양체육은 평생체육과 생활체육을 발전시키는 시발점인 동시에, 국민의 건강한 삶을 영위하고, 삶의 질을 향상시키는 데 긍정적인 영향을 미친다고 보고 하였다. 이러한 연구결과들은 대학생들에게 교양체육 수업의 필요성을 시사해 준다.

그러나 현재 대학에서 이루어지고 있는 체육수업은 1989년 교육법 시행령 119조 4항이 개정됨으로써 체육필수 이수규정이 삭제되면서 많은 대학에서 교양체육수업을 선택과목으로 운영하고 있으며, 학점의 이수형태가 대부분 1학점으로 축소되어 운영하고 있다(김계우, 2003). 이러한 현상이 지속될 경우 대학 생활 중 한 번도 체육이론이나 실기를 경험해 보지 못하고 졸업하는 학생도 생길 것을 시사한다. 또한 목회자를 양성하는

국내의 기독교대학의 교육 프로그램에서는 교양체육의 참여가 전무하거나, 그 필요성조차도 인식하지 못하고 있는 실정이다. 이러한 현실은 목회 후보생들과 기독교대학생들에 스포츠활동을 통한 신체적 건강을 증진·유지시키고 스트레스를 해소하는 건전한 여가선용의 기회를 제약시키며, 스트레스를 감소시키는 보호 요인으로 신앙심과(김효경, 정미애, 2010) 사회적지지(장선희, 이미애, 2010)형태만을 취하고 있다고 할 수 있다. 또한 목회자나 기독교인이 되어 신앙생활을 하게 되면서 여가시간을 평생체육과 생활스포츠로 연계되지 못하고 종교생활에만 전념하게 되므로 목회자들의 목회현장과 기독교인들이 신앙생활에서 받는 스트레스와 우울증 극복에 긍정적인 기여를 하지 못하고 있다. 조성웅(2002)의 연구에 의하면 목회자들도 목회적 특수상황이 빚어낸 산물인 교회 성장의 중압감, 목회의 이상과 좌절에서 오는 상실과 결핍, 성도와의 갈등, 하나님과의 관계에서 오는 죄책감, 높은 도덕심과 성실감에서 비롯된 좌절감, 과중한 사역에서 오는 탈진, 가정적인 원인 등으로 인해서 우울을 경험한다고 보고하였다. 교회의 목회자 리더십은 교회성장과 문화에 영향을 미치기 때문에 교회 안에서 신앙생활을 하는 교인들도 대부분의 여가시간이 대중적 종교활동과 개인적 신앙생활로 채워지게 된다.

그러나 미국에서는 기독교대학 목회자 양성 교육프로그램 중 체육교육을 기초과목으로 채택하고 있으며, 그 중요성을 인식하고 있다(Eitzen & Sage, 1982). 우리나라의 기독교가 미국의 선교사들에 의해서 주도적으로 전파 되었으며, 기독교대학의 설립목적이 기독교 진리를 전파하며, 민족과 열방에 거룩한 영향력 있는 리더를 배출하는 것이 대학의 사명이라면, 교육 과정을 점검하여 체육교육의 중요성을 인식한 진인교육에 힘써야 할 필요성이 있다. 체육활동의 참여에 대하여 임민정(1996)은 사회의 축소판으로서 참여자들이 놀이 및 경기 경험을 통하여 획득한 긍정성은 일반사회의 합법성과 준법성을 수용하는 바탕이 되고, 정서적 안정과 사회적 유대감 강화, 규범 준수 및 바람직한 태도 형성 등을 배울 수 있다고 하였다.

교양체육에 대한 선행연구자들의 연구를 살펴보면 기독교대학생들이 아닌 일반대학생들을 대상으로 한 대학 교양체육 수업의 질적 제고와 개선을 위한 연구주제들이 주를 이루어 왔다. 세부적인 주제들은 주로 문제점과 활성화방안(김금주, 2001; 김선희, 2004; 서희진, 2003), 인식 및 만족도(강창곤, 2006; 김석희, 신용석, 2002; 유상석, 2003), 참여동기와 만족도(박상욱, 심향보, 2008; 김지영, 이철원, 정윤하, 2008; 권병선, 강익원, 2010)에 대한 연구들이다. 많은 연구들이 교양체육 수업의 인식조사나 만족도 연구 차원에서 그치고 있으나, 최근의 연구들은 교양체육 수업에 대한 중요성과 필요성에 대한 연구들로 참여동기와 여가몰입(이종호, 채한소, 2002; 이종철, 이상섭, 정병근, 2008), 교양체육 수업만족과 심리적 웰빙(임진선, 이철원, 2011), 수업만족과 운동지속 관계(조성원, 박윤식, 2012; 김도훈, 김근오, 2009), 참여동기가 자기효능감, 대인관계형성(고대선, 강익원, 2009) 등에 관한 연구들이 활발하게 진행되고 있다. 하지만 기독교대학생의 교양체육 수업의 인식과 만족도, 중요성과 필요성에 대한 연구들은 국내에서는 전무한 현실이다.

따라서 본 연구의 목적은 하나님 사랑을 실천하는 인재양성을 목적으로 하는 기독교대학에서 학문하는 세상의 리더가 될 기독교대학생들의 교양체육 참여 인식과 만족도를 규명하고, 여가기능, 여가계약, 여가권태와의 영향관계를 도출한다. 이것은 향후 기독교대학에서 교양체육 수업의 가치와 질을 향상시키고, 기독교대학생에게 교양체육수업의 중요성과 필요성을 인식시키는 효율적인 정보를 제공하는 데 그 목적이 있다.

## 2. 연구 문제 및 가설

이 연구는 구체적으로 다음의 문제를 해결하고자 한다.

가설 1. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능(여가조절, 여가만족감, 여가욕구, 여가심취도)에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가계약(구조적계약, 대인적계약, 인간내적계약)에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가권태(여가권태감, 여가만족감)에 영향을 미칠 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

이 연구는 기독교대학생의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향을 규명하기 위하여 충청남도에 위치한 기독교대학 3개 대학교를 선정하여 2012년도 교양체육수업에 참여한 남·여 기독교대학생들을 모집단으로 선정하였으며, 선정된 학교에서 교양체육수업을 강의하고 있는 교수님들에게 사전 협조를 득하여 진행하였다. 연구를 위한 조사대상자의 표집방법은 비확률표본추출방법(non-probability sampling method)중 판단표본추출법(purposive sampling method)을 이용하여 표본을 추출하였다. 자료의 수집을 위한 실제조사는 사전교육을 받은 보조조사원들의 도움을 받아 실시하였으며, 설문조사시 연구의 목적과 방법 등을 상세히 알려준 후 응답자가 설문항목에 대해 직접 기입하는 자기평가기입법(self-administered questionnaire survey method)을 사용하였다. 설문지는 총 350부를 배포하여 현장에서 수거하였으며, 수거된 설문지에서 일부 누락이 있거나 불성실한 응답치리로 통계분석이 곤란한 7부를 제외한 유효한 설문지 343부를 가지고 최종적으로 실증분석에 사용하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성

	내 용	빈 도(명)	백분율(%)	성 별
성 별	남성	107	31.2	은 남성 이 107
	여성	236	68.8	
학 년	1학년	137	39.9	명  (31.2%), 여 성 이 2 3 6 명
	2학년	118	34.4	
	3학년	48	14.0	
	4학년	40	11.7	
전 공	인문사회	117	34.1	으로 남 서 보 다 여 성 이 수 업 참
	자연과학	82	23.9	
	사범계열	54	15.7	
	예·체능	90	26.2	
계		343	100	

여가 높은 것으로 조사되었으며, 학년별 특성을 살펴보면 1학년 137명(39.9%), 2학년 118명(34.4%), 3학년 48명(14%), 4학년 40명(11.7%)의 순으로 저학년일수록 수업참여가 높은 것으로 나타났다. 전공구분에서는 인문사회 117명(34.1%), 자연과학 82명(23.9%), 예·체능 90명(26.3%), 사범계열 54명(15.7%)의 순으로 나타났다.

### 2. 측정도구 및 방법

#### (1) 참여만족도

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도를 측정하기 위하여 Raghed와 Beard(1980)가 개발한 여가만족

척도(Leisure Satisfaction Scale)의 측정도구 토대로 국내 선행연구자들이 교양 체육수업 만족도에 대한 선행 연구자 한동수(2010), 구민상(2010), 김양래(2000), 최철형(2006) 등의 연구에서 사용한 설문지를 본 연구에 맞게 수정·보완하여 설문문항을 구성하였다. 예비조사를 통해서 문항이 적절하지 못하거나 요인분석결과 .5이하의 문항들은 삭제 하였고, 설문문항은 전체 12문항으로 구성되었으며, 5점 Likert형으로 제작되었다.

수업참여 만족도에 대한 설문지문항의 내적 구조에 기초한 근거를 추정하는 구인타당도를 검사하기 위해 요인분석을 실시하였으며, 분석결과는 <표 2>와 같이 나타났다. 분석결과 74%의 설명력을 나타내었으며, 대부분의 요인적재량이 .5 ~.8로 추출되어 타당성을 확보한 것으로 검증되었다. 하위요인으로는 환경적만족, 심리적만족, 신체적만족, 사회적만족 4개의 영역으로 나타났다.

표 2. 수업참여 만족도 구인타당도 및 신뢰도 검증 결과

	환경적만족	심리적만족	신체적만족	사회적만족	( 2 )
I - 7	.891	.138	.167	.104	여 가 기 능  기 독 대 학 생 들 의 교 양 체 육 수 업 참 여 만족 도가 여 가 기 능 에 미치 는 영향
I - 8	.834	.198	.122	-.084	
I - 6	.829	.105	.117	.209	
I - 9	.624	-.059	.460	.302	
I -10	.516	.431	.376	-.027	
I - 5	.227	.799	.025	.147	
I - 4	.135	.789	.327	.118	
I - 3	.086	.748	.195	.261	
I -11	.287	.173	.822	.096	
I -12	.133	.258	.803	.158	
I - 1	.241	.249	.224	.789	
I - 2	-.040	.557	.063	.639	
합계	3.070	2.546	1.931	1.323	
% 분산	25.583	21.220	16.092	11.026	
% 누적	25.583	46.804	62.895	73.921	
Cronbach's $\alpha$	.867	.806	.765	.625	

을 분석하기 위하여 여가기능 척도를 사용하였으며, Witt와 Ellis(1987)가 개발하고 원형중(1989)이 번안하여 표준화시킨 “여가활동 기능척도(Leisure Diagnostic Bettey:LDB)”를 사용하였다. 본 연구에 사용된 여가기능 설문지는 국내 선행연구자들 홍석표(1991), 하지연(1995), 이계준(2000), 최윤소(2006), 백현(2010)이 여가기능 척도(LDB)를 사용한 설문지를 이 연구에 맞게 수정·보완하였다. 예비조사를 통해서 문항이 적절하지 못하거나 요인분석결과 .5이하의 문항들은 삭제 하였고, 설문문항은 전체 14문항으로 구성되었으며, 5점 Likert형으로 제작되었다.

여가기능에 대한 설문지문항을 내적 구조에 기초한 근거를 추정하는 구인타당도를 검사위해 요인분석을 실시하였으며, 분석결과는 <표 3>와 같이 나타났다. 분석결과 67%의 설명력을 나타내었으며, 대부분의 요인 적재량이 .5 ~.8로 추출되어 타당성을 확보한 것으로 검증되었다. 하위요인으로는 여가조절, 여가자신감, 여가욕구, 여가심취도 4개의 영역으로 나타났다.

표 3. 여가기능 구인타당도 및 신뢰도 검증 결과

여가조절	여가자신감	여가욕구	여가심취도
------	-------	------	-------

					( 3 )
II- 7	.769	.036	.436	.004	여가제약
II- 5	.733	.154	.109	.302	
II- 6	.722	.206	.209	.211	
II- 4	.606	.432	-.008	.301	
II- 8	.568	.332	.374	-.134	
II- 2	.167	.859	.181	.173	기 독
II- 1	.095	.854	.257	.126	
II- 3	.372	.763	.123	.083	
II-11	.207	.198	.732	-.029	대 학 생
II- 9	.125	.174	.666	.292	
II-12	.185	.232	.647	.335	들 의 교
II-10	.194	.045	.633	.275	
II-13	.226	.117	.175	.786	양 체 육
II-14	.102	.177	.340	.712	
합계	2.708	2.585	2.444	1.694	수 업 참
% 분산	19.345	18.462	17.460	12.100	
% 누적	19.345	37.807	55.267	67.366	여 만족
Cronbach's $\alpha$	.823	.864	.750	.645	

하기 위하여 여가제약 척도를 사용하였으며, Crawford & Godbey(1991)가 작성하여 원형중(1998)이 번안한 여가제약척도(Leisure Constraints Scale : LSC)를 사용하였다. 본 연구에 사용된 여가제약 설문지는 선행연구자들 문정원(2010), 신혜숙(2010), 송은일(2011), 박왕수(2011)이 사용한 LSC:여가제약척도 설문지를 이 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 예비조사를 통해서 문항이 적절하지 못하거나 요인분석결과 .5이하의 문항들은 삭제 하였고, 설문문항은 전체 총 10문항으로 5점 Likert형으로 제작되었다

본 조사를 실시 한 후 최종적으로 여가제약에 대한 설문지문항을 내적 구조에 기초한 근거를 추정하는 구인타당도를 검사위해 요인분석을 실시하였으며, 분결결과는 <표 4>와 같이 나타났다. 요인분석결과 60%의 설명력을 나타내었으며, 대부분의 요인적재량이 .5 ~.8로 추출되어 타당성을 확보한 것으로 검증되었다. 하위 요인으로는 구조적제약, 대인적제약, 인간내적제약 3개의 영역으로 나타났다.

표 4. 여가제약 구인타당도 및 신뢰도 검증 결과

	구조적제약	대인적제약	인간내적제약	
III-10	.886	-.028	-.090	( 4 )
III- 8	.790	.272	-.086	
III- 9	.789	.120	.175	
III- 5	-.029	.617	.166	
III- 3	-.007	.607	.005	
III- 7	.315	.602	.014	여가권
III- 6	.237	.576	-.528	
III- 4	.361	.555	-.128	
III- 2	.186	-.117	.856	대 학 생
III- 1	-.127	.304	.723	
합계	2.368	1.946	1.624	들 의 교
% 분산	23.678	19.456	16.240	
% 누적	23.678	43.133	59.373	양 체 육
Cronbach's $\alpha$	.800	.623	.578	

가권태에 미치는 영향을 분석하기 위하여 여가권태 척도를 사용하였으며, Iso-Ahola와 Weissinger(1987, 1990)가 개발한 여가권태척도(Leisuer Boredom Scale : LBS)를 사용하였다. 이 척도를 번안하여 사용한 박수정(1994), 원형중(1995), 이성철(2000)의 설문지를 이 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 예비조사를 통해서 문항이 적절하지 못하거나 요인분석결과 .5이하의 문항들은 삭제하였고, 설문문항은 총 7개 문항으로 5점 Likert형으로 제작되었다. 본 조사를 실시한 후 최종적으로 여가권태에 대한 설문지문항을 내적 구조에 기초한 근거를 추정하는 구인타당도를 검사위해 요인분석을 실시하였으며, 분결결과는 <표 5>와 같이 나타났다. 요인분석결과 75%의 설명력을 나타내었으며, 대부분의 요인적재량이 .5 ~.8로 추출되어 타당성을 확보한 것으로 검증되었다. 하위요인으로는 여가권태감, 여가만족감 2개의 영역으로 나타났다.

표 5. 여가권태 구인타당도 및 신뢰도 검증 결과

	여가권태감	여가만족감
IV- 2	.897	-.168
IV- 1	.891	-.111
IV- 4	.829	-.167
IV- 3	.782	-.237
IV- 6	-.105	.851
IV- 7	-.237	.848
IV- 5	-.173	.840
합계	2.994	2.273
% 분산	42.774	32.468
% 누적	42.774	75.243
Cronbach's $\alpha$	.889	.830

### 3. 자료처리 방법

이 연구의 사전조사는 충청지역 3개 기독교대학에 진행된 2012년 1학기 교양체육수업에 참여한 기독교대학생들에게 직접 방문하여 각 50명의 대학생을 대상으로 실시하였다. 각 대학의 교양체육 담당 교수님들에게 사전 허가를 받은 후 조사를 실시하였으며, 설문 조사가 완료된 설문지를 현장에서 직접 회수하였다. 최종적인 조사대상자는 충청남도지역 3개 기독교대학의 2012년 2학기 교양체육수업에 참여한 기독교대학생들 350명에게 설문조사를 실시하였다.

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능(여가조절, 여가자신감, 요가욕구, 여가심취도), 여가 제약(구조적제약, 대인적제약, 인간내적제약), 여가권태(여가권태감, 여가만족감)에 미치는 영향을 규명하는 연구목적 달성을 위하여 회수된 설문지의 자료처리는 부호화 과정(date coding)과 오류검토 작업(date cleaning)과정을 거쳐 자료분석을 실시하였다. 자료분석을 위해서는 SPSS ver 18.0 for Windows 통계패키지 프로그램을 이용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다

첫째, 본 연구를 위하여 구성된 설문지 구인타당도를 검증하기 위하여 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis:EFA)을 실시하였으며, 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's  $\alpha$  계수를 측정하여 검증을 실시하였다.

둘째, 조사대상자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위하여 기술통계분석(Descriptive Analysis) 및 빈도분석(Frequence Analysis)을 실시하였다.

셋째, 기독교대학생들의 교양체육 수업 참여가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향을 분석하기 위하

여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 이용하여 변수간의 영향관계를 분석하였다.

### III. 결 과

이 연구에서 얻어진 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능(여가조절, 여가자신감, 여가욕구, 여가심취도), 여가제약(구조적제약, 대이적제약, 인간내적제약), 여가권태(여가권태감, 여가만족감)에 미치는 영향에 대한 결과는 다음과 같다.

#### 1. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도, 여가기능, 여가제약, 여가권태 상관관계

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도, 여가기능, 여가제약, 여가권태 변인들간의 다중회귀분석을 실시하기 위한 선행단계로서 변인간의 Pearson의 상관관계 분석을 실시하였으며, 다음 <표 6>과 같이 나타났다.

변인들간의 상관관계 분석을 실시한 결과 대체적으로 유의수준 .01에서 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, '사회적만족'과 '심리적만족' 변인간 상관관계가 가장 높은 것으로 나타났다.

표 6. 교양체육 수업참여 만족도, 여가기능, 여가제약, 여가권태 상관관계 검증결과

	환경적 만족	심리적 만족	신체적 만족	사회적 만족	여가 조절	여가 자신감	여가 욕구	여가 심취도	구조적 제약	대인적 제약	인간내적 제약	여가 권태감	여가 만족감
환경적 만족	1												
심리적 만족	.425**	1											
신체적 만족	.539**	.472**	1										
사회적 만족	.342**	.631**	.414**	1									
여가 조절	.159**	.320**	.316**	.192**	1								
여가자 신감	.128**	.279**	.181**	.138**	.575**	1							
여가 욕구	.387**	.396**	.442**	.245**	.578**	.479**	1						
여가심 취도	.360**	.359**	.316**	.344**	.459**	.396**	.548**	1					
구조적 제약	.028	-.220**	.006	-.027	-.073	-.093	.054	-.107	1				
대인적 제약	-.033	-.002	.055	.019	.062	.064	.001	-.081	.385**	1			
인간내 적제약	.335**	.257**	.204**	.222**	.236**	.161**	.262**	.232**	.031	-.039	1		
여가권 태감	-.078	-.167**	-.134**	-.118**	-.195**	-.108**	-.167**	-.232**	.258**	.319**	-.140**	1	
여가만 족감	.368**	.415**	.299**	.341**	.275**	.342**	.306**	.358**	-.005	-.077	.208**	-.388**	1

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

## 2. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능에 미치는 영향

### (1) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가조절에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가조절에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 7>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 4.5%(R<sup>2</sup>=.045)를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 (F=4.007, p<.003)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 여가조절에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '심리적(t=2.536, p=.012)', 신체적(t=2.532, p=.012)'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 심리적( $\beta$ =.135), 신체적( $\beta$ =.135)이 동일하게 여가조절에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 7. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가조절에 미치는 영향

	주요요인	B	$\beta$	t	P
여가조절	(상수)	-1.146E-16		.000	1.000
	환경적	-.089	-.089	-1.665	.097
	심리적	.135	.135	2.536	.012
	신체적	.135	.135	2.532	.012
	사회적	.034	.034	.643	.521
		F=4.007	p=.003	R <sup>2</sup> = .045	

### (2) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가자신감에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가자신감에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 8>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 4.6%(R<sup>2</sup>=.046)를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 (F=4.029, p<.003)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 여가자신감에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '심리적(t=3.762, p=.000)'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수 값은 심리적( $\beta$ =.200)에서 여가자신감에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 8. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가자신감에 미치는 영향

	주요요인	B	$\beta$	t	P
여가자신감	(상수)	6.677E-17		.000	1.000

	환경적	심리적	신체적	사회적
	-.009	.200	-.008	-.073
	-.009	.200	-.008	-.073
	-.167	3.762	-.150	-1.383
	.867	.000	.881	.168
F=4.029 p=.003 R <sup>2</sup> = .046				

### (3) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가욕구에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가욕구에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 9>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 20.7%(R<sup>2</sup>=.207)를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 (F=22.085, p<.000)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 여가욕구에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '환경적(t=5.878, p=.000)', 심리적(t=3.965, p=.000)', 신체적(t=6.057, p=.000)'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 신체적( $\beta$  = .293), 환경적( $\beta$  = .285), 심리적( $\beta$  = .192)의 순서로 여가욕구에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 9. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가욕구에 미치는 영향

	주요요인	B	$\beta$	t	P
	(상수)	-1.457E-16		.000	1.000
여가욕구	환경적	.285	.285	5.878	.000
	심리적	.192	.192	3.965	.000
	신체적	.293	.293	6.057	.000
	사회적	.057	.057	1.173	.242
F=22.085 p=.000 R <sup>2</sup> = .207					

### (4) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가심취도에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가심취도에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 10>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 13.5%(R<sup>2</sup>=.135)를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 (F=13.175, p<.000)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 여가심취도에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '환경적(t=4.656, p=.000)', 사회적(t=5.073, p=.000)'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 사회적( $\beta$  = .257), 환경적( $\beta$  = .236)의 순서로 여가심취도에 영향을 미

치는 것으로 나타났다.

표 10. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가심취도에 미치는 영향

	주요요인	B	$\beta$	t	P
	(상수)	-5.284E-17		.000	1.000
여가심취도	환경적	.236	.236	4.656	.000
	심리적	.065	.065	1.281	.201
	신체적	.097	.097	1.910	.057
	사회적	.257	.257	5.073	.000
F=13.175 p=.000 R <sup>2</sup> = .135					

## 3. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가제약에 미치는 영향

### (1) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 구조적제약에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 구조적제약에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 11>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 10.6%(R<sup>2</sup>=.106)를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 (F=9.971, p<.000)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 구조적제약에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '심리적(t=-5.241, p=.000)', 사회적(t=3.046, p=.003)'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 심리적( $\beta$  = -.270), 사회적( $\beta$  = .157)의 순서로 구조적제약에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 11. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 구조적제약에 미치는 영향

	주요요인	B	$\beta$	t	P
	(상수)	-5.438E-17		.000	1.000
구조적제약	환경적	.066	.066	1.282	.201
	심리적	-.270	-.270	-5.241	.000
	신체적	.063	.063	1.224	.222
	사회적	.157	.157	3.046	.003
F=9.971 p=.000 R <sup>2</sup> = .106					

## (2) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 대인적제약에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 대인적제약에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 12>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 3.7%( $R^2=.037$ )를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 ( $F=3.226$ ,  $p<.013$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 대인적제약에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '심리적( $t=2.714$ ,  $p=.007$ )', 사회적( $t=-2.249$ ,  $p=.025$ )이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 심리적( $\beta=.145$ ), 사회적( $\beta=-.120$ )의 순서로 대인적제약에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 12. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 대인적제약에 미치는 영향

주요요인	B	$\beta$	t	P
(상수)	-9.295E-17		.000	1.000
환경적	-.032	-.032	-.595	.552
대인적제약				
심리적	.145	.145	2.714	.007
신체적	-.019	-.019	-.352	.725
사회적	-.120	-.120	-2.249	.025
F=3.226    p=.013 $R^2 = .037$				

## (3) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 인간내적제약에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 인간내적제약에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 13>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 15.47%( $R^2=.154$ )를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 ( $F=15.408$ ,  $p<.000$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 인간내적제약에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '환경적( $t=5.600$ ,  $p=.000$ )', '심리적( $t=4.485$ ,  $p=.000$ )', '신체적( $t=2.396$ ,  $p=.017$ )', '사회적( $t=2.103$ ,  $p=.036$ )'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 환경적( $\beta=.280$ ), 심리적( $\beta=.224$ ), 신체적( $\beta=.120$ ), 사회적( $\beta=.105$ )의 순서로 인간내적제약에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 13. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 인간내적제약에 미치는 영향

주요요인	B	$\beta$	t	P
(상수)	-1.028E-16		.000	1.000
인간내적제약				
환경적	.280	.280	5.600	.000

심리적	.224	.224	4.485	.000
신체적	.120	.120	2.396	.017
사회적	.105	.105	2.103	.036
F=15.408    p=.000 $R^2 = .154$				

## 4. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가권태에 미치는 영향

### (1) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가권태감에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가권태감에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 14>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 1.3%( $R^2=.013$ )를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 ( $F=2.158$ ,  $p<.073$ )로 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

표 14. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가권태감에 미치는 영향

주요요인	B	$\beta$	t	P
(상수)	-3.153E-17		.000	1.000
환경적	.058	.058	1.072	.284
여가권태감				
심리적	-.042	-.042	-.775	.439
신체적	-.117	-.117	-2.175	.030
사회적	-.079	-.079	-1.466	.143
F=2.158    p=.073 $R^2 = .013$				

### (2) 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가만족감에 미치는 영향

기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가만족감에 미치는 영향을 분석하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였으며, 다음 <표 15>과 같이 나타났다.

다중회귀 분석결과 전체변량 중 20.5%( $R^2=.205$ )를 설명하고 있으며, 모형의 적합도는 ( $F=23.056$ ,  $p<.000$ )로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면 유의수준 .05에서 여가만족감에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 '환경적( $t=-5.321$ ,  $p=.000$ )', '심리적( $t=5.378$ ,  $p=.000$ )', '신체적( $t=3.615$ ,  $p=.000$ )', '사회적( $t=4.682$ ,  $p=.000$ )'이며, 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 심리적( $\beta=.259$ ), 환경적( $\beta=.257$ ), 사회적( $\beta=.226$ ), 신체적( $\beta=.174$ )의 순서로 여가만족감에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 14. 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가만족감에 미치는 영향

주요요인	B	$\beta$	t	P	
(상수)	-1.552E-16		.000	1.000	
여가만족감	환경적	.257	.257	5.321	.000
	심리적	.259	.259	5.378	.000
	신체적	.174	.174	3.615	.000
	사회적	.226	.226	4.682	.000
F=23.056    p=.000    R <sup>2</sup> = .205					

## IV. 논 의

이 연구는 기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족이 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향을 분석하여, 교양체육 수업에 대한 인식조사를 통해서 수업의 질과 환경을 개선하고, 기독교대학생들에게 수업의 필요성 및 중요성에 대한 기초자료를 제공하는데 목적이 있으며, 분석을 통해서 도출된 연구결과를 선행연구와 이론적 배경을 토대로 다음과 같이 논의하였다.

첫째, 이 연구에서는 교양체육 수업만족요인 환경적, 심리적, 신체적, 사회적 만족이 여가기능의 조가조절, 자신감, 여가욕구, 여가심취도에 미치는 영향을 분석하였다. 이계존(1995)에 의하면 여가기능을 개인의 여가생활에서 자신의 성장과 발달에 기여하는 이익을 얻는 능력으로서 개념화 하였고, 개인에게 여가시간이 주어졌을 경우 비교적 일관성 있는 여가활동능력으로 정의하였다.

도출되어진 연구결과를 살펴보면 다음과 같다. 환경적요인은 여가욕구와 여가심취도 요인에서, 심리적요인은 여가조절과 여가자신감과 여가욕구 요인에서, 신체적요인은 여가조절과 여가욕구에서, 사회적요인은 여가욕구에서만 통계적으로 유의한 정(+)의 영향관계가 나타났다. 이러한 연구결과로 미루어 볼 때 교양체육 수업만족이 높을수록 여가기능이 부분적 요인에서 높게 나타나며, 특히 심리적만족이 높을수록 여가기능이 높음을 의미한다. 이와 같은 연구의 결과를 박수정(1994), 백현(2010), 소라(2010)가 지지하고 있으며, 여가활동 경험은 여가기능에 직접적이며 정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였다. 즉 여가경험에 높을수록 여가경험도 높아진다고 할 수 있다. Godbey(1985)는 여가경험은 항상 여가기능을 수반하며, 이 둘의 인과관계가 있다고 보고하였고, 여가스포츠 참여시, 여가경험을 발전시켜 만족감이 여가기능을 높이기 위한 연구의 개발을 제안하고 있다. 이상의 연구결과를 볼 때 교양체육 수업에 대한 긍정적 만족의 요인들이 여가조절, 여가자신감, 여가욕구, 여가심취도에 영향을 미치는 것을 알 수 있으며, 긍정적 만족요인을 높일수록 여가를 선택할 수 있는 준비된 역량으로서의 여가기능을 높일 수 있음을 설명하고 있다.

둘째로 교양체육 수업만족도의 환경적, 심리적, 신체적, 사회적 요인이 구조적제약, 대인적제약, 인간내적제약에 미치는 영향을 분석하였다. 이 연구의 종속변수인 여가제약은 원형중(1996)이 여가활동 참여에 직접적·간접적으로 영향을 주는 것이라고 개념화 하였으며, 개인이 여가활동을 이용하고 선택하는데 있어 개인의 능력을 제한하는 요소들이라고 정의하였다(문정원, 2009).

이 연구에서 도출되어진 연구결과를 살펴보면 다음과 같다. 환경적요인은 인간내적제약(+)에서, 심리적으로 인은 구조적제약(-), 대인적제약(+), 인간내적제약(+)에서, 신체적요인은 인간내적제약(+)에서, 사회적요인은

구조적제약(+), 대인적제약(-), 인간내적제약(+)에서 통계적으로 유의한 영향관계가 나타났다. 이러한 연구결과로 미루어 볼 때 교양체육 수업만족은 여가제약에 부분적으로 영향을 주며, 특히 각 요인에 대하여 긍정적으로 또는 부정적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 참여만족이 여가제약에 부(+)적인 영향을 미치는 연구 결과는 윤선아(2007), 최무현(2006), 박왕수(2010)의 연구에서 참여만족과 참여제약의 관계에 대하여 본 연구를 부분적으로 지지하였다. 이상의 연구결과를 볼 때 교양체육 수업에 대한 수업만족이 여가제약에 미치는 영향 관계는 여가참여를 제약하는 결정적인 요소가 아니라 단순하게 영향을 미치는 요소이다. 따라서 수업참여에 대한 만족도와 관계없이 여가참여에 대한 욕구, 동기가 강하다면 여가제약에도 불구하고 참여가 이루어질 것으로 사료된다.

셋째로 교양체육 수업만족도의 환경적, 심리적, 신체적, 사회적 요인이 여가권태감, 여가만족감에 미치는 영향을 분석하였다. 여가권태를 이영길(1990)에 의하면 여가경험을 통하여 도달하고자 하는 욕구와 실제적 참여 사이의 과정에서 욕구를 충족시키기에 부족한 심리상태를 의미한다고 개념화 하였다.

이 연구에서 도출되어진 연구결과를 살펴보면 다음과 같다. 수업만족은 여가권태에서 여가만족감요인에서 환경적, 심리적, 신체적, 사회적 만족이 통계적으로 유의한 정(+)의 영향관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과로 미루어볼 때 교양체육 신체적만족이 높을수록 여가만족감이 높아짐을 알 수 있다. 이 연구의 결과는 전형적인 연구결과를 나타내고 있으며, 선행연구자들 유한나(2012), 권형석(2010), 선은정(2010), 이계형(2000) 등이 지지하고 있다. 따라서 교양체육 수업만족과 여가만족감은 정적인 상관관계가 있는 것으로 사료된다.

## V. 결론 및 제언

이 연구는 기독교대학생들의 교양체육 수업만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향을 분석하여 교양체육수업의 질과 가치를 높이기 위한 개선방법과 기독교대학생들에게 교양체육수업의 필요성과 중요성에 대한 기초자료를 효율적으로 제공하기 위함이며, 기독교대학생들의 건전한 여가생활과 운동지속을 통한 삶의 질을 향상시키는데 기여할 수 있는 동기부여와 생활습관을 형성할 수 있는 효율적인 정보를 제공하는 것을 그 목적으로 한다. 연구대상으로 선정된 3개 기독교대학의 교양체육 수업 참여 학생들을 대상으로 비확률표본추출방법 중 판단표본추출방법을 이용하여 총 343부를 최종 유효 표본으로 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS/PC ver. 18.0 프로그램을 이용하여 분석을 실시하였으며 교양체육 수업만족도가 여가기능(여가조절, 여가만족, 여가욕구, 여가심취도), 여가제약(구조적제약, 대인적제약, 인간내적제약), 여가권태(여가권태감, 여가만족감)에 미치는 영향관계에 대한 분석결과는 다음과 같이 도출하였다.

첫째 기독교대학생들의 교양체육 수업만족도가 여가기능에 미치는 영향관계를 분석한 결과, 여가기능중 여가욕구에서 '환경적(t=5.878, p=.000)', 심리적(t=3.965, p=.000)', 신체적(t=6.057, p=.000)' 요인이 가장 높은 영향관계가 나타났다.

둘째 기독교대학생들의 교양체육 수업만족도가 여가제약에 미치는 영향관계를 분석한 결과, 인간내적제약이 '환경적(t=5.600, p=.000)', '심리적(t=4.485, p=.000)', '신체적(t=2.396, p=.017)', '사회적(t=2.103, p=.036)' 요인에서 가장 높은 영향관계가 나타났다.

셋째 기독교대학생들의 교양체육 수업만족도가 여가권태에 미치는 영향관계를 분석한 결과, 여가권태에서는 여가만족감에 '환경적(t=-5.321, p=.000)', '심리적(t=5.378, p=.000)', '신체적(t=3.615, p=.000)', '사회적(t=4.682, p=.000)' 요인에서 정(+)의 영향관계가 나타났다.

이상과 같은 본 연구의 절차 및 과정을 통하여 얻어진 결과는 학문적·실용적 견지에서 효용성이 있



우리라 기대되지만 본 연구의 수행과정에서 드러난 문제점들과 보완되어야 할 점을 토대로 앞으로의 연구과제에 대한 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 충청남도에 소재한 4년제 기독교대학에서 개설된 교양체육 수업에 참여한 기독교대학생들을 대상으로 제한하였기 때문에 연구 결과를 일반화하기에는 한계가 있을 수 있다. 따라서 연구대상에 있어서는 전국 단위의 활동표본추출법을 사용하여 결과를 도출하여 비교·분석하여 차이점을 규명하는 것도 좋을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 측정도구를 설문지 한가지로 제한하였기 때문에 설문지의 내용에 대한 이해오류가 발생할 가능성이 높으므로, 조사의 정확성을 높이기 위하여 심층면접 또는 관찰법과 전문가의 의견을 수렴하는 델파이기법 등을 설문지법과 같이 병행하는 것이 요구된다.

이와 같은 제언을 토대로 기독교대학생들의 교양체육 수업 참여에 대한 필요성과 중요성을 인식하여 다양하고 체계적인 연구가 이루어진다면, 기독교대학생들의 교양체육 인식과 참여가 높아지고, 수업의 개선과 질적 향상은 참가자들의 참여만족을 높이게 될 것이며, 이런 결과는 운동지속으로 연결되어 여가기능과 여가만족을 높이는 선순환 구조의 계기가 될 것이다.

## 참고 문헌

강경빈(2006). “대학생의 여가활동 참여에 따른 대학생 만족비교연구”. 『한국스포츠리서치』 17(2), 221-232.

강병일(2010). “대학생의 교양체육 참여만족과 여가태도 차이분석”. 미간행박사학위논문. 고려대학교 대학원.

강창근(2006). “여대생들의 교양체육인식에 관한 질적연구”. 『한국여성체육학회지』 20(5), 93-104.

고대선, 강익권(2009). “교양체육수업 참여동기가 자기표능감, 수업만족도, 대인관계형성에 미치는 영향”. 『한국사회체육학회지』 36, 943-957.

구민상(2010). “동계스포츠 참여자의 참여동기가 스포츠몰입과 참여만족도에 미치는 영향”. 석사학위논문. 한양대학교 대학원.

권병선, 강익권(2010). “대학생들의 교양체육수업 참여동기가 수업만족도와 대인관계형성에 미치는 영향”. 『한국체육과학회지』 19(3), 91-103.

권형석(2010). “직장인의 스포츠 활동참여가 삶의 질 및 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 성균관대학교 교육대학원.

김금주(2001). “대학 교양체육 수업의 선호도와 만족도”. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

김도훈, 김근오(2009). “대학교 교양 골프수업 참여동기와 수업몰입, 수업만족 및 운동지속의사와의 관계”. 『한국체육과학회지』 18(4), 683-694.

김석희(2002). “대학 스포츠문화 연구(1): 교양체육(2)”. 『한국사회체육학회지』 17, 23-37.

김선희(2004). “안목의 습득을 위한 대학교양체육: 수업사례연구”. 『한국스포츠교육학회지』 11(2), 105-120.

김세용, 장진, 이상호(2006). “스포츠여가활동을 즐기는 대학생들의 여가만족이 대학생활만족에 미치는 영향”. 『한국사회체육학회지』 28, 523-534.

김양래(2009). “여가활동유형과 주관적 건강상태 및 행복한 삶의 관계”. 『체육과학연구』 20(3), 553-566.

김양래(2000). “동계스포츠 참가자의 참여동기가 참여만족도에 미치는 영향”. 『한국체육학회지』 39(3), 116-125.

김재우(2003). “대학문화 형성을 위한 교양체육의 역할”. 『한국기술교육대학교 논문집』 10(1), 575-590.

김재운(2001). “대학생의 교양체육 수강과 동아리활동 참여가 여가태도에 미치는 영향”. 『한국체육교육학회지』 5(2), 126-134.

김계필, 문한신(2008). “대학 교양체육 참여 학생들의 웰니스와 생활만족과의 관계”. 『한국여가레크리에이션학회지』 32(4), 5-19.

김지영, 이철원, 정윤하(2008). “교양체육으로 댄스 수업에 참여하는 대학생들의 참여동기와 여가만

족의 관계”. 『여가학연구』 5(3), 71-90.

김태운(2006). “스포츠 동아리활동 대학생의 건강증진 행위가 대학생생활 만족에 미치는 영향”. 『한국스포츠리서치』 17(1), 347-359.

김효정, 정미애(2010). “대학생의 가족능력과 자기효능감이 자살생각에 미치는 영향”. 『한국간호교육학회지』 16(1), 43-50.

문정원(2010). “한국 여자프로골프선수들의 여가태도 및 여가제약이 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

문태영, 허중욱(2011). “생활체육 참여활동이 여가만족과 심리적, 주관적 웰빙에 미치는 영향”. 『한국산학기술학회논문지』 12(9), 3984-3993.

박상욱(1998). “청소년의 여가활동 참여와 참가유형이 심리적 안녕감에 미치는 영향”. 박사학위논문. 성균관대학교 대학원.

박상욱, 심향보(2009). “교양수업 레크리에이션 참가자의 참가동기가 몰입 경험과 수업만족도에 미치는 영향”. 『한국체육학회지』 48(6), 174-184.

박수정(1994). “고등학생의 몰입형 여가경험이 여가기능, 여가권태, 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 이화여자대학교 사회복지대학원.

박영옥, 허현미(2008). “체육활동 참가변인별 신체적, 정신적 건강효과에 대한 금전적 가치 및 심리적 행복감 분석”. 『한국스포츠사회학회지』 21(2), 443-461.

박왕수(2011). “태권도 선수들의 여가제약과 여가만족의 관계”. 석사학위논문. 명지대학교 산업대학원.

백현(2010). “여가스포츠 참여자의 여가경험과 여가기능, 몰입경험 및 운동지속의사의 관계”. 박사학위논문. 단국대학교 대학원.

서희진(2003). “대학생의 운동욕구와 교양체육만족 및 운동지속의사의 관계”. 『한국스포츠사회학회지』 16(1), 93-109.

소라(2010). “대학생들의 여가경험이 여가기능 및 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 단국대학교 대학원.

손정남(2007). “대학생의 자살생각 관련 요인들에 대한 판별분석”. 『정신간호학회지』 16(3), 267-275.

송은일(2011). “대학 태권도 선수의 여가활동 유형별 몰입, 여가제약 및 여가만족의 구조모형분석”. 박사학위논문. 경기대학교 대학원.

신은정(2010). “스포츠센터의 댄스스포츠 참여가 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.

신혜숙(2010). “에어로빅 지도자의 여가제약이 여가동기와 여가참여에 미치는 영향”. 석사학위논문. 경상대학교 대학원.

오은택, 김성주, 윤영구(2012). “여가스포츠 활동 참여자의 사회적지지, 생활만족 및 건강증진행위의 관계”. 『한국체육학회지』 51(2), 179-188.

원형중(1995). “청소년 중독성 물질남용, 여가참여, 여가권태, 여가만족의 인과모형 설정을 위한 연구”. 『한국여가레크리에이션학회지』 12(1), 46-58.

원형중(1998). “성인근로자의 여가활동 참여동기와 제약요인에 관한 기본연구”. 『한국체육학회지』 37(2), 396-386.

유상석(2003). “교양체육을 수강하는 대학생의 고등학교 체육에 대한 인식분석”. 『한국스포츠리서치』 14(6), 111-124.

유한나(2012). “중년여성의 에어로빅스 참여가 정신건강 및 여가만족에 미치는 영향”. 석사학위논문. 원광대학교 교육대학원.

윤선아(2007). “간호사의 여가참여와 여가제약에 관한 조사연구”. 석사학위논문. 한국방송통신대학교 평생대학원.

윤수정(2011). “여대생의 교양체육 수업만족과 참여지속에 관한 연구”. 석사학위논문. 고려대학교 교육대학원.

이계준(1995). “성인남자의 여가생활과 여가기능에 대한 분석”. 『한국여가레크리에이션학회지』 12(1), 87-97.

이성철(2000). “노인들의 사회체육활동 참여가 여가몰입, 여가권태 그리고 고독감에 미치는 영향”.

『한국여가레크리에이션학회지』 12(0). 59-76.

이승준, 김승재(2010). “대학 교양체육의 참여동기에 따른 수업만족도 및 운동지속의사의 관계”. 『한국사회체육학회지』 42. 1197-1206.

이영길(1990). “청소년 여가 : 권태감 및 여가 권태감과 청소년 약물남용과의 관계”. 『한국여가레크리에이션학회지』 7(1). 76-90.

이재형(2000). “대학생들의 스포츠 유형에 따른 여가 만족도에 관한 연구”. 석사학위논문. 중앙대학교 대학원.

이정숙, 유지현(2008). “대학생의 학업 및 진로 스트레스와 대학생활의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과”. 『교육심리연구』 22(3). 589-607.

이종철, 이상섭, 정병근(2008). “교양 체육수업의 참여동기 물입경험 및 수업만족과의 관계”. 『한국체육과학회지』 17(2). 211-222.

임진선, 이철원(2011). “대학생의 교양체육 수업만족, 심리적 웰빙과 지속의도와의 관계”. 『한국체육학회지』 50(5). 275-283.

장봉우, 윤현노(2009). “직장인의 체육활동 참여가 생활만족에 미치는 영향”. 『평생체육연구』 20. 93-103.

장선희, 이미예(2010). “청소년의 자살행각 관련 요인 연구: 사회적지지 및 자아존중감의 완충효과를 중심으로”. 『청소년학연구』 17(8). 27-55.

정숙희, 전명희(2011). “기독교 대학생들의 스트레스와 자살생각과의 관계에 관한 연구”. 『신앙과 학문』 16(2). 231-254.

조성원, 박윤식(2012). “교양체육 수업만족이 운동지속에 미치는 영향”. 『한국체육과학회지』 21(5). 903-913.

조성용(2002). “목회자 우울증 원인에 대한 연구”. 석사학위논문. 한남대학교 신학대학원.

중앙일보, 2011년 4월 11일자.

최무현(2006). “생활무용 참여자의 여가 참여만족과 제약에 관한 질적연구”. 석사학위논문. 경남대학교 대학원.

최승재(2011). “초등교사의 직장내 스포츠활동 참여와 조직문화 및 직무만족과의 관계”. 『한국체육과학회지』 20(3). 133-146.

최윤소(2006). “대학생 동계스포츠 참여자의 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향”. 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.

최철형(2006). “스키리조트 이용자의 참여동기가 만족도에 미치는 영향”. 석사학위논문. 강원대학교 대학원.

하지연(1996). “직업유무에 따른 성인여성의 여가기능, 여가태도, 여가권태의 차이”. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.

한동수(2010). “대학 교양체육의 참여의식과 운동지속에 관한 연구”. 석사학위논문. 충남대학교 교육대학원.

홍석표(1991). “여가활동 유형과 여가인지의 라이프스타일에 따른 여가 제약과 유능감의 관계분석”. 석사학위논문. 연세대학교 대학원.

Coffman, D. L., & Gilligan, T. D. (2002). "Social suport, stress and self-efficacy: Effects on student's satisfaction." *Journal of College Student Retentio.* 4(1). 53-66.

Eitzen, D. S., & Sage. G. H.(1982). "Sociology of American sport." Dubuque. IW : Wim.C.Brown.

Godbey, G.(1995). "Leisure in your life: An exploration". (2nd ed.) State College, PA: Venture Publishing, Inc.

Iso-Ahola, S. E.(1980). "The social psychology of leisure and recreation Dubuque, Iowa : M. c. Browon company publishers. 24-33.

Ragheb, M. G., & Beard, J. G.(1980). "Leisure Satisfaction: concept, theory and measurement. In S. Iso-Ahola(Ed.)". *Social psychological perspectives on leisure and recreation.* Springfield, IL: Charles C. Thomas. v.

Witt, P. A., & Ellis, G. D.(1985). "Development of a Short Form to barriers to leisure enjoyment and family stages". *Leisure Science.* 4. 29-49.

교육/01/논평문/

## “기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향”의 논평

이규일 (경북대학교)

고백하자면, 저는 질적연구를 주로 수행해 왔고, 전공하는 분야도 체육교육 분야입니다. 그래서 설문 조사이며 스포츠 여가 연구인 이 글에 전문적인 의견을 더하기는 어려울 것 같습니다. 발표자 및 독자 들께서 이 점을 양해해 주시면서 저의 토론글을 읽어주시길 바랍니다.

발표자의 주장을 요약해 보면 다음과 같다. 여가는 현대사회에서 매우 중요하지만, 청소년기 여가 교육은 거의 이루어지지 않고, 점차적으로 대학의 여가교육 기능도 약화되고 있다. 더불어, 기독교대학은 설립목적에 의거 여가를 위한 체육교육이 중요하데, 이에 대한 연구 관심은 부족한 상황이다. 그래서 기독교대학생들의 교양체육 참여 인식과 만족도를 규명하고 여러 요인의 영향관계를 도출하는 이 연구는 기독교대학생 및 학교 당국에게 교양체육수업의 중요성을 인식시키고 보다 나은 교양체육교육 실행을 위한 효율적 정보를 제공할 수 있다. 연구 결과들을 통해 교양체육수업에 만족한 학생들은 여가만족감이 높아지며 향후 여가 참여가 높을 것이란 결론을 맺고 있다.

이 연구를 읽으면서 한 가지 의문이 든다. 왜 기독교대학생의 여가인가? 이 연구의 제목은 “기독교대학생들의 교양체육 수업참여 만족도가 여가기능, 여가제약, 여가권태에 미치는 영향”이다. 이때, 기독교대학생들은 누구인가? 단순히 생각해 보면, 일반 대학에 다니는 기독교를 믿는 대학생들도 기독교대학생인데, 기독교대학에 다니는 학생들을 기독교대학생으로 정의한 이유는 무엇인가란 의문이다. 다른 측면에서, 기독교대학생들은 일반 대학들과 달리 특별하게 요구되는 또는 강조되어야 하는 여가를 위한 교양체육수업이 필요한가란 의문이다. 이 연구의 서론에서는 기독교대학의 설립목적과 목회자 양성 프로그램으로 이 점을 설명하고 있는데, 논리적 설득이 조금은 불충분해 보인다.

논리적 설득을 위해 체육활동과 기독교의 관계를 논의에 포함하면 좋겠다는 생각이 듭니다. 제가 아는 범위에서 간략하게 제안하면 다음과 같습니다.

체육역사 분야에서는 중세 1,000년을 체육사의 암흑기로 정의한다. 성경, 특히 바울 서신에서는 ‘육’의 생각이 ‘불신’임을 강조하며 금욕적 삶을 강조한다. 이와 함께 로마의 기독교 박해 때 순교한 많은 이들이 로마의 잔인한 여가 문화로 희생되는 역사도 체육활동을 억압하는데 한 몫 한다. 로마의 여가 문화는 전차 경기나 검투 경기와 같이 잔인한 피의 문화로 상징된다. 그 외에도 황소 괴롭히기(투우), 곰 괴롭히기, 닭 멀리 던지기 등과 같이 잔인한 놀이가 주를 이루었다. 이를 ‘피의 여가’(bloody sports)라 하는데, 이러한 잔인한 놀이가 로마를 통해 유럽 및 영국으로 전파되었고, 기독교 전통은 이를 금할 것을 엄명한다. 중세 체육 문화는 방어를 위한 최소한의 활동만이 장려되었는데, 대표적으로 기사 계급의 체육 활동이 있다.

중세 후반 기독교의 복음주의는 체육(혹은 스포츠) 활동을 통한 복음의 전파를 강조한다. 여기에 영국의 스포츠 근대화 과정과 독일의 건강주의가 결합하면서, ‘육’적 욕망의 불출구로 여겨졌던 체육활동이 ‘정신’을 단련할 수도 있다는 생각이 스며든다. 즉, 체육 활동의 고된 육체적 수행이 강한 정신을 배양할 수 있다는 것이다. 이러한 생각은 미국의 실용주의와 결합하여 강건한 기독교주의(Muscular Christianity)로 정립된다. 그 결과, 영국과 미국 등지에서는 휴일(주일) 스포츠 활동 금지 법령이 폐지되고, 예배 후 스포츠를 즐기는 문화가 주일 문화로 자리한다.

제국주의 전쟁기, 스포츠는 미복음국가의 복음화에 큰 역할을 한다. 오른손에는 총과 왼손에는 크리켓