

## 가족스포츠여가활동 참여가 중학생들의 학교생활적응에 미치는 영향

이정주<sup>1</sup>, 고의석<sup>2</sup>, 한건수<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>명륜여자중학교, <sup>2</sup>대구대학교 스포츠레저학과

## The Effects of Participation in Family Leisure Activity on School Adjustment of Middle School Students

Jung-Joo Lee<sup>1</sup>, Wisug Ko<sup>2</sup> and Gun-Soo Han<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Myeongryun Girls' Middle School

<sup>2</sup>Department of Sport & Leisure Studies, Daegu University

**요약** 본 연구의 목적은 중학생들의 가족스포츠여가활동 참여가 학교생활 적응에 미치는 영향을 규명하는 것이다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 첫째, 성별에 따른 학교생활적응 수준의 차이, 둘째, 학년에 따른 학교생활 적응 수준의 차이, 셋째, 가족스포츠여가활동 참가에 따른 학교생활적응의 차이를 분석하였다. 연구대상은 경기도 소재 M 여자중학교와 대전의 K남자중학교에 재학중인 학생을 모집단으로 하였고, 유층집락무선표집법으로 총 587명을 선정 하였으며, 회수된 설문지 중 575부를 최종 분석자료로 이용하였다. 설문조사를 통하여 수집된 자료를 연구목적에 따라 분석하기 위해 적용된 통계적 기법으로 t 검정과 일원변량분석(one-way analysis of variance)을 실시하였다. 그 결과, 중학생들의 성별은 학교생활적응에 유의한 영향을 미치지 않았지만, 학년과 가족스포츠여가활동 참가 여부는 중학생들의 학교생활적응에 유의미한 차이가 있었다( $p<.05$ ). 이러한 연구결과들은 중학생들의 학교생활적응을 돕기 위해 가족스포츠여가활동은 유용한 활동이 될 수 있음을 시사해준다.

**Abstract** The purpose of this research was to investigate effects of participation in family leisure activity on school adjustment of middle school students. A total of six hundred questionnaires were distributed to the subjects, but only 587 questionnaires were collected. After excluding 12 questionnaires, 575 questionnaires were used for the analysis. An analysis of variance and independent t test were conducted using SPSS 18.0 for Windows and all comparisons were made at the  $p<.05$  level of significance. The results showed that gender did not affect on school adjustment. There were significant differences in school adjustment by academic grades and family leisure activity participation( $p<.05$ ). It was concluded that participating in family leisure activity may be beneficial for middle school students to adapt their school life better.

**Key Words** : Family leisure, School adjustment, Middle school students

### 1. 서론

청소년기의 발달을 돕는 가장 중요한 사회체계는 학교이다. 청소년은 대부분의 시간을 학교에서 보내고 있기 때문에 학교 내에서의 토래 및 교사와의 관계는 학생들에게 큰 영향을 미친다[1]. 즉, 학교에서의 교우 및 교사

와의 관계는 성공적인 학교생활의 시발점이다. 왜냐하면 학교생활의 성공적인 적응은 정상적인 인격 형성은 물론 사회에서의 성공의 한 잣대로 인식되고 있는 직업적인 성공, 이를 통한 사회적 상승이동의 바탕이 되기 때문이다. 또한 학교에 잘 적응함으로써 정서적 안정감을 갖을 수 있다. 따라서 변화하는 사회의 환경 속에서 올바르게

\*Corresponding Author : Gun-Soo Han

Tel: +82-10-2010-9031 email: gunsoo@gmail.com

접수일 12년 03월 30일 수정일(1차 12년 04월 18일, 2차 12년 04월 25일, 3차 12년 05월 07일) 게재확정일 12년 06월 07일

적응할 수 있는 힘을 길러 나가는 중요한 역할을 의도적으로 수행해 온 기관이 학교라고 할 때 청소년기 학생들의 학교생활 적응이 무엇보다도 선결되어야 한다[2].

성장기의 적극적인 여가활동은 또래들과 협동적이고 경쟁적인 관계를 맺으면서 동시에 타인의 의견을 존중하고 더불어 규칙준수, 조율성, 안정성, 사교성 등과 같은 긍정적 성향의 심성이 발달된다[3]. 이와 같은 관점에서 시작된 정우영, 권세정[4]의 연구에서 중학생의 과외 여가활동 참여에 따른 학교적응을 분석하여 중학생들을 위한 실제적인 학교적응 자료를 제공하였다. 왜냐하면 갈수록 증가되는 청소년의 사회적 문제를 해결하기 위한 뚜렷한 방안이 아직도 마련되지 않았기 때문이다. 이러한 문제들을 해결하기 위해서는 가족이라는 정체성 확립이 무엇보다 시급하다. 가족이라는 사회는 구성원간의 애착 및 신뢰관계 형성을 통해 청소년의 사회성 형성에 영향을 미치며, 가족 간에 발생하는 갈등에 대한 최초 인지 및 올바른 갈등해결 경험은 청소년이 성장한 후 사회구성원으로서 갈등을 해결하는데 있어 중요한 지침을 제공한다는데 매우 큰 의미를 가진다[5].

최근 가족이 활발하게 상호작용하며 함께 여가시간을 공유하는 가족여가활동이 주목받고 있는데, 지영숙, 이태진[6]은 특히 자녀교육기에 있는 가정의 가족여가에 적극 참여할 경우 가족 간의 상호작용, 정서적 안정, 그리고 교육적 기능의 회복에 크게 기여한다고 하였다. 한편, 가족여가활동을 통해 청소년들이 사회적 문제 및 비행에 참여하는 확률이 줄어들기 때문에 청소년의 여가활동은 비행의 예방적 차원에서 중요한 역할을 하며, 더 나아가 청소년의 삶의 질 향상에 있어서도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[7].

같은 맥락에서 Robertson[8]은 가족 구성원이 일반적으로 말하는 ‘여가’라는 시간을 함께 공유하지 않을 때, 청소년들이 부적절한 사회적 행동 및 비행과 학교생활 부적응을 경험할 가능성이 높아진다고 하였는데, 이는 곧 가족여가 활동이 가족의 문화적 체험이나 자녀의 교육에 있어서 중요한 역할을 한다는 것을 의미한다[9]. 이와 같은 선행연구들은 청소년 시기에 나타나는 사회부적응으로 인한 갈등과 이러한 갈등으로 인한 사회적 문제로 인한 학교생활 부적응을 가족여가활동 통해 긍정적인 인격형성을 도모할 수 있음을 강조하는 것이라 할 수 있다. 가족여가활동이 청소년들의 학교생활 적응을 위해 매우 높은 교육적 가치를 지니고 있음에도 불구하고, 청소년들의 가족여가활동에 대한 구체적이고 경험적인 연구는 상당히 부족한 실정이다. 즉, 개인의 여가활동에 대해서는 다양한 프로그램이 개발되어 질적인 변화가 이루어지고 있지만 우리 사회의 특성, 즉 맞벌이 부부 그리고 입시위

주의 교육으로 인한 학생들의 방과 후 및 여가시간을 이용한 사교육은 가족 단위의 여가활동을 계속 위축시키고 있다.

학교 폭력과 같은 청소년들의 문제가 주목받고 있는 현시점에서, 치료 및 예방의 목적으로 가족스포츠여가활동의 실천, 평가연구 및 확산보급이 긴요하게 요청될 것이 분명하다. 따라서 청소년기 가족스포츠여가활동의 가치에 대한 현장 중심의 구체적이고 실험적인 연구가 지속적으로 이루어짐으로써 보다 효율적인 대안을 마련할 것이다. 따라서 본 연구는 중학생들의 가족스포츠여가활동 참가 유·무, 성별, 그리고 학년별에 따른 학교생활 적응에 미치는 영향을 규명하고자 한다. 이러한 연구는 가족스포츠여가활동 참가 여부가 학교생활적응에 어떻게 영향을 미치는 지를 밝힘으로써 중학생들이 보다 나은 학교생활을 할 수 있는 의미 있는 정보를 제공할 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

본 연구는 G도와 D광역시 소재 중학교에 재학중인 학생들을 학년 및 성별을 고려하여 전체 600명을 유층집락 무선표집법으로 선정하였다. 그러나, 실제로 2주에 걸쳐 회수된 설문지는 587부였으며, 검토 후 불성실한 응답, 기본 정보를 응답하지 않은 설문자료 12부를 제외한 575부를 최종 분석자료로 이용하였다. 응답자 중 남학생이 236명(41%), 여학생이 339명(59%)이었고, 중학교 1학년은 188명(32.6%), 2학년은 226(39.3%), 3학년은 161명(28.1%)이었다. 이 연구의 조사대상자에 대한 일반적 특성은 다음의 표 1과 같다. 연구대상의 표본설계 시 성과 연령에 따른 할당 표집한 결과로 남녀의 구성비와 학년별 구성비가 비교적 편중되지 않고 양호하게 표집되었다.

[표 1] 연구대상자의 가족스포츠여가활동 참가 비율  
[Table 1] Leisure activity participants rate of the subjects

구 분		참 가		비참가		계	
		n	%	n	%	n	%
성 별	남	90	38.1	146	61.9	236	100
	여	131	38.6	208	61.4	339	100
학 년	1학년	67	35.6	121	64.4	188	100
	2학년	103	45.6	123	54.4	226	100
	3학년	51	33.8	110	66.2	161	100

## 2.2 측정도구

학교생활적응 수준을 평가하기 위하여 민병수[10]가 제작한 척도를 사용하였다. 이 척도는 25개의 문항으로 구성되며, 하위척도로는 담임교사와의 관계, 교우관계, 학습활동, 학교규칙준수, 학교행사관계 등 다섯 하위 영역으로 구성되어 있다. 일치하는 정도에 따라 문항형식을 평정하였으며, 문항에 대한 응답방식은 ‘매우 그렇다’에서 ‘전혀 아니다’까지 5단계 척도이다. 채점방식은 각 문항별 최고점을 5점으로 최하점을 1점으로(각 세부영역별 만점 = 25점) 하여 점수가 높을수록 학교생활적응이 잘하는 것을 의미한다. 표 2는 학교생활적응 수준을 평가하기 위한 설문지의 구성 및 신뢰도를 보여주고 있다. 각 하위요인별 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 가 .730~.853이며, 전체 신뢰도는 .903으로 매우 양호하게 보고하고 있다.

[표 2] 전체 설문 구성 및 신뢰도

[Table 2] Survey construction and reliability

변	수	문항 구성		Cronbach's $\alpha$
		문항수	전체	
학교 생활 적응	담임교사와의 관계	5		.850
	교우 관계	5		.770
	학습활동	5	25	.810
	규칙준수관계	5		.730
	학교행사관계	5		.853

## 2.3 설문지의 타당도 및 신뢰도

본 연구에서 사용할 조사도구의 신뢰도 검증을 위해 사전에 모집단을 표집 하여 설문지를 작성하였다. 또한, 조사도구의 타당도 검증을 위하여 개념타당도 검증방법을 사용하였다. 표 3은 개념타당도를 검증하기 위해서 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis) 결과를 보여주고 있다. 요인의 고유치는 1.0이상, 요인적재량은 .50이상을 기준으로 하였다. 관련된 변수를 축소, 압축하여 의미 있는 과정을 파악하기 위해서 주성분 분석을 사용하였으며, 인자구조의 단순화를 위하여 직각회전방법 중 베리맥스(varimax) 회전을 이용하였다.

## 2.4 가족스포츠포츠여가활동

휴식과 재충전을 위해 가족의 단위로 여가활동에 이루어지는 활동이며 최소한 가족 중 2인 이상이 함께 하는 것으로써, 본 연구에서는 부모 중 한사람 이상과 한 자녀 이상이 종목에 상관없이 참여하는 스포츠 활동을 가족스포츠포츠여가활동이라고 정의하였다.

[표 3] 학교생활적응의 탐색적 요인분석

[Table 3] Exploratory factor analysis of school adjustment

문항	요인1	요인2	요인3	요인4	요인5
1	.811				
담임	.798				
교사와의	.776				
관계	.820				
5	.854				
6		.775			
7		.798			
교우관계		.847			
9		.832			
10		.804			
11			.785		
12			.887		
학습활동			.764		
14			.805		
15			.845		
16				.881	
17				.835	
규칙준수				.792	
관계				.778	
20				.834	
21					.685
22					.782
학교행사					.832
관계					.780
25					.884
Eigenvalue	7.256	3.253	2.674	2.012	3.734
% of variance	32.567	17.043	10.452	6.457	18.112
Cumulative %	32.567	49.610	60.062	66.519	84.631

## 2.5 조사절차

설문조사는 본 연구자와 설문지에 관하여 사전 교육을 시킨 연구보조원 6명과 함께 선정된 중학교들을 직접 방문하였다. 우선 담임선생님들에게 본 연구의 취지와 목적을 충분히 설명하고, 동의를 구한 후, 각 선생님들의 도움을 얻어 설문지를 일괄적으로 배포하였고 응답이 끝나는 대로 설문지를 회수하였다.

## 2.6 자료 처리

이 연구의 목적을 위하여 회수된 조사자료는 통계프로그램 SPSS 18.0을 이용하여 처리하였으며, 내적일치도를 알아보기 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수를 구하였다. 성별 및 가

족스포츠여가활동 참가 유·무에 따른 학교생활적응의 차이를 알아보기 위하여 독립  $t$  test를, 학년에 따른 학교생활적응의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 집단 간 통계적 유의미한 하위영역에 대한 사후검증을 실시하였다.

### 3. 결 과

#### 3.1 성별에 따른 학교생활적응의 차이

성별에 따른 중학생의 학교생활적응의 차이를 알아보기 위해 집단별 평균 및 표준편차를 산출하였으며  $t$  test를 실시하였다. 또한 집단별 학교생활적응 하위요인별 차이에 대한 분석도 실시하였다.

【표 4】 성별에 따른 학교생활적응의 차이검증 결과  
【Table 4】 Differences in school adjustment by gender

Variables	성별	N	M	SD	t	p
담임교사와의 관계	남	236	17.40	9.82	3.765	.130
	여	339	15.83	8.12		
교우 관계	남	236	16.43	5.65	3.543	.433
	여	339	17.69	4.33		
학습활동	남	236	14.47	4.11	1.104	.354
	여	339	14.10	4.21		
규칙준수관계	남	236	15.64	4.04	4.146	.404
	여	339	16.87	3.97		
학교행사관계	남	236	14.93	3.40	1.567	.543
	여	339	14.44	3.55		
학교생활적응	남	236	78.92	3.90	1.321	.309
	여	339	78.94	3.59		

표 4는 성별에 따른 학교생활적응의 차이를 분석한 결과이다. 표 4에 제시된 집단 간 전체 학교생활적응의 평균을 보면, 남학생과 여학생의 평균이 거의 동일하게 나타났다으며, 이러한 평균의 차이는 유의한 의미가 없는 것으로 나타났다. 또한 학교생활적응의 모든 하위요인에서도 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

#### 3.2 학년에 따른 학교생활적응의 차이

표 5는 집단 간 학교생활적응의 차이를 분석한 결과이다. 학년에 따른 중학생의 학교생활적응의 차이를 알아보기 위해 실시한 일원변량분석의 결과를 보여주고 있다.

표 5에서 보는 바와 같이 학년에 따른 전체 학교생활적응수준에는 1학년의 평균이 가장 높게 나타났고, 다음

으로 3학년과 2학년의 순서였으며, 이러한 생활적응의 하위영역 중 담임교사관계를 제외한 모든 하위영역에서 학년에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다( $p<.05$ ).

즉, 2학년의 학교생활적응 수준이 가장 낮았으며, 모든 하위영역에서도 2학년의 평균이 가장 낮아 학년별 평균의 차이가 유의미한 것을 알 수 있는 결과라 할 수 있다.

【표 5】 학년에 따른 학교생활적응의 차이검증 결과  
【Table 5】 Differences in school adjustment by school grades

Variables	학년	N	M	SD	F	p	Post hoc
담임교사와의 관계	1	185	16.80	3.99	0.87	.421	
	2	223	16.16	4.23			
	3	167	16.54	6.67			
	합계	575	16.48	4.97			
교우 관계	1	185	17.23	4.36	4.11	.017	2<3
	2	223	16.62	3.33			
	3	167	17.86	5.05			
	합계	575	17.16	4.23			
학습활동	1	185	14.79	3.73	4.26	.015	2<1
	2	223	13.68	3.83			
	3	167	14.44	4.42			
	합계	575	14.25	4.00			
규칙준수관계	1	185	16.93	3.61	12.9	.000	2<1,3
	2	223	15.45	3.37			
	3	167	17.00	3.42			
	합계	575	16.37	3.54			
학교행사관계	1	185	15.26	3.83	5.99	.003	2<1
	2	223	14.01	3.52			
	3	167	14.78	3.77			
	합계	575	14.64	3.73			
학교생활적응	1	185	80.97	9.45	7.10	.001	2<1,3
	2	223	76.01	6.12			
	3	167	80.67	9.66			
	합계	575	78.93	7.89			

#### 3.3 가족스포츠 여가활동 참가에 따른 학교생활적응의 차이

가족스포츠여가활동 참가 유·무에 따른 학교생활적응의 차이를 알아보기 위해  $t$  검증을 실시하였다. 표 6은 가족스포츠여가활동 참가 집단과 비참가 집단간 학교생활적응의 하위요인별 차이에 대한 분석결과이다. 표 6에 제시된 가족스포츠여가활동 참가 및 비참가 집단 간 학교생활적응의 평균을 보면, 가족스포츠여가활동 참가집단의 평균이 비참가 집단의 평균보다 높게 나타났으며, 이러한 평균의 차이는 통계적으로 유의하였다( $p<.05$ ). 즉, 가족스포츠여가활동에 참가한 집단은 그렇지 않은 집단보다 학교생활적응에 긍정적인 영향을 나타내는 것으로

볼 수 있다. 또한 가족스포츠여가활동 참가 및 비참가 집단의 학교생활적응의 하위요인별에서는 담임교사와의 관계, 교우관계, 그리고 학교행사관계에서 통계적 유의성이 나타났다( $p < .05$ ).

【표 6】 가족스포츠 여가활동 참가에 따른 학교생활적응의 차이검증 결과

【Table 6】 Differences in school adjustment by family leisure activity participation

Variables	참가	N	M	SD	t	p
담임교사와의 관계	참가	221	13.54	2.11	2.681	.004
	비참가	354	12.37	2.31		
교우 관계	참가	221	16.24	1.27	2.050	.020
	비참가	354	13.14	3.14		
학습활동	참가	221	15.97	1.02	1.914	.278
	비참가	354	14.88	2.44		
규칙준수관계	참가	221	14.69	2.37	.904	.165
	비참가	354	13.87	1.68		
학교행사관계	참가	221	15.66	2.14	2.078	.005
	비참가	354	12.47	1.47		
학교생활적응	참가	221	98.54	12.67	2.948	.000
	비참가	354	79.86	9.55		

#### 4. 논의 및 결론

경제발전과 더불어 우리나라의 여가사회문화는 다양하게 변화되어 왔다. 갈수록 경쟁이 치열한 현대사회에서 학교의 역할은 점점 축소되어 학생들에게 오로지 지식만을 강요하고 있다. 어려운 가계 경제 극복을 위해 맞벌이 부부의 비율 또한 증가하고 있다. 즉, 학교나 가정에서 소외된 학생들의 극단적인 사고는 부정적인 사회 문제를 야기시키고 있다. 이러한 문제들을 해결할 수 있는 하나의 방법은 가족여가활동이다.

이제는 가족의 건강뿐만 아니라 삶의 질 향상을 위해 가족여가의 활동 기반을 조성하고 적극적인 가족복지서비스를 제공하여 우리 사회가 걱정하고 있는 청소년 문제를 지혜롭게 해결해야 할 시기이다. 이러한 관점에서 본 연구는 시작되었다. 특히 가장 민감하고 예민한 중학생들의 가족스포츠여가활동 참가가 학교생활적응에 미치는 영향을 규명하고자 실시되었다.

경기도 소재 M 여자 중학교와 대전의 K남자 중학교에 재학중인 학생을 모집단으로 하여 유층집락무선표집법으로 총 587명을 대상으로 하였으며, 가족스포츠 여가

활동 참가수준에 따른 학교생활적응의 차이에 대한 논의는 다음과 같다. 연구결과, 성별에 따른 학교생활적응의 차이는 없었다. 이는 학교생활적응에 관한 다수의 연구들에서 보여준 결과들과 맥락을 같이한다[11, 12, 13]. 이 연구에서 학교생활적응의 세부항목들에 대한 집단간 차이를 살펴보면, 남자 중학생들의 경우 담임교사와의 관계요인, 학습활동 요인, 그리고 학교행사관계 요인에서 여자 중학생들보다 상대적으로 높게 나타났으며, 교우관계요인과 규칙준수 관계 요인은 여자 중학생들이 남자 중학생들 보다 높게 나타났지만 통계적 유의성은 없었다. 이러한 결과는 여학생들의 경우 인간관계 및 학교 규칙준수가 학교생활에 적응에 많은 영향을 끼치는 것이라 말할 수 있으며, 남학생들은 여학생들과 달리 수업에 열심히 참여하는 것과 정해진 학교행사에 적극적으로 참여하는 것 그리고 마지막으로 자신의 학교생활 및 진로에 높은 비중을 차지하고 할 수 있는 담임교사와의 관계를 통하여 보다 효율적으로 학교생활에 적응하려는 경향을 볼 수 있다.

다음으로 학년에 따른 학교생활적응의 차이 검증을 실시한 결과 교우관계, 학습활동, 규칙준수관계, 그리고 학교행사관계에서 학년별로 통계적 차이를 보였다. 중학교 3학년은 중학교 1학년보다 교우관계가 학교생활적응에 영향을 미친다고 하였다. 반면에 학습활동과 학교행사관계에서는 중학교 1학년들이 중학교 2, 3학년을 보다 학교생활 적응에 더 많은 영향을 미친다고 하였다. 중학교 2학년들은 중학교 1, 3학년에 비해 학교생활적응의 세부요인의 평균이 상대적으로 낮게 나타났다. 유추해보면 중학교 1학년들보다는 학교생활적응에 긍정적인 태도를 보여주는 것이라 볼 수 있으며, 한편으로는 중학교 3학년보다는 학교생활적응에 어려움을 겪는다고 볼 수 있다. 즉, 중학생들의 학년별 학교생활적응 분석 결과, 1학년과 3학년이 2학년보다 학교생활에 적응을 더 잘하고 있는 것으로 나타났다.

마지막으로, 가족스포츠여가활동 따른 학교생활적응의 차이를 분석한 결과, 가족스포츠여가활동에 참가한 집단의 학교생활적응이 그렇지 않은 집단보다 통계적으로 유의하게 높았으며, 이러한 차이는 학교생활적응의 하위요인들인 담임교사와의 관계, 교우관계, 그리고 학교행사관계에서 참가 집단의 평균이 그렇지 않은 집단보다 높았기 때문이다. 이러한 결과는 강선영[14]의 연구결과, 신체활동 참여와 학교생활적응과의 관계에 대한 연구[15]에서 여가활동에 따라 학교생활적응이 달라진다고 보고하여 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 즉, 가족스포츠여가활동에 참여는 그렇지 않은 집단보다 학교생활적응에 긍정적이라는 결과를 보여준 연구[16], 교우관계에

있어 여가활동의 참여가 영향을 미친다는 연구결과[17], 그리고 여가시간의 스포츠활동 참가는 학교생활적응에 영향을 미친다고 보고한 연구[18]와 일치된 결과를 보여 주고 있다.

가족스포츠여가활동의 참여는 학교생활적응에 효율적으로 매개변인의 역할을 할 수 있는 것이다. 비록 본 연구에서 학교생활적응의 하위요인인 학습활동 및 규칙준수관계에서는 가족스포츠여가활동 참가 유·무에 따라 통계적으로 차이는 없었지만, 평균값에서 두 요인 모두 가족스포츠여가활동 참가 집단이 그렇지 않은 집단보다 높게 나타났다. 이러한 결과는 가족스포츠여가활동은 참여를 통해 중학생들의 학습활동에 적응 능력을 함양시키고 더불어 개선된 학습활동은 다른 학교생활적응의 세부항목을 또한 개선시킬 수 있는 매우 중요한 요소라고 할 수 있다.

지금과 같은 치열한 경쟁사회에서 우리 학생들만의 힘으로는 너무 부족한 것이 현실이다. 학교는 지금처럼 살얼음 같은 경쟁의 장(場)이 아닌 지식을 쌓아가면서 지식을 교육받은 것은 물론 학생개개인을 존중함으로써 편안한 대인관계를 통하여 미래의 민주시민으로서 올바르게 성장할 수 있는 교육프로그램을 제공하여야 한다. 하지만 오늘날 학교는 학생들에게 이러한 순기능보다는 수업과 시험을 반복하는 곳으로 인식되고 있다.

어려서부터 자신이 속해 있는 조직이나 집단에서 올바르게 적응하는 것은 건강한 민주시민을 위한 첫걸음이며, 이는 우리나라 교육과정의 목표와도 일치한다. 이러한 관점에서 가족의 올바른 상호작용을 체험할 수 있는 가족스포츠여가활동은 학생들의 사회적 고민을 완화시킬 수 있는 매우 중요한 활동이라고 할 수 있다. 또한 가족스포츠여가활동은 학생들의 정서적 안정 및 교육적 기능회복에 크게 기여할 수 있는 가능성을 본 연구에서 보여주었다. 즉, 가족스포츠여가활동을 통한 올바른 여가시간 활용은 성장기 학생들의 사회적 문제 등 일탈 행동을 예방하는데 긍정적이며 현대사회의 인간의 근본적인 목표인 삶의 질 향상에 있어서도 순기능적 역할을 가능케 하는 하나의 수단으로써 매우 유용한 것이라 사료된다.

## References

- [1] Lee, H. G., & Park, S. J., "The relationship between leisure activity and the school life adjustment among youth", Korean Society of Leisure & Recreation, Vol. 1, pp. 41-50, 1999.
- [2] Eum, S. M., "Relation between self-efficacy and school adaptation and internet addiction of elementary school children", Kyungseong University, Unpublished masters thesis, 2002.
- [3] Kim, S. K., "The relationship between participating sports and building up humanity", Kyunghee University, Unpublished masters thesis, 2001.
- [4] Jeong, W. Y., "The effects of school life adaptation on extracurricular sports activity of middle school students", Korea Sport Research, Vol17, pp. 543-551, 2006.
- [5] Kang, R. H., "The effects of family relationship on the depression of school aged children", Korean Journal of Family welfare, Vol, 11, pp. 39-52, 2006.
- [6] Ji, Y. S., & Lee, T. J., "A study on family leisure of the school age family", Korean Home Management Association, Vol, 19, pp. 153-165, 2001.
- [7] Tinsley, H. E. A., "A theory of the attributes, benefits, and cause of leisure experience", Leisure Science, Vol. 8, pp. 1-45, 1986.
- [8] Robertson, B. J., "Leisure and family: Perspective of male adolescents who engage in delinquent activity as leisure, Journal of Leisure Research, Vol, 31, pp. 335-358, 1999.
- [9] Yang, Y. A., "A study on leisure activities and requirements for middle-class family", Sookmyung Woman's University, Unpublished masters thesis, 1997.
- [10] Min, B. S., "Effects of school adjustment and self-concept on school grade", Unpublished masters thesis, Hongik University, 1991.
- [11] Choi, S. B., & Kim, D. I., "The relationship between family strength, self esteem and school life adjustment of sports participant by highschool students", Korea Sport Society, Vol. 9, pp. 167-178, 2011.
- [12] Won., H. J., Park, S. J., & Ha, J. Y., "The relationships between leisure activity and the school life adjustment among youth", Koran Society for the Sociology of Sport, Vol. 14, pp. 469-478, 2001.
- [13] Oh, H. W., Han, K. L., & Kim, K. S., "The effects of sociality by juvenile' participation in the family sports on the conflict resolution strategies", The Korean Society of Sports Science, Vol. 19, pp. 505-515, 2010.
- [14] Kang, S. Y., "Influence of leisure sports activity on school adaption in adolescents", Journal of Leisure & Recreation Studies, Vol. 34, pp. 115-123, 2010.
- [15] Na, M. H., Chol, J. Y., "An effect of middle school students's participation of leisure activity on school life adjustment", Journal of Sport & Leisure Studies, Vol26, pp. 345-354, 2006.
- [16] Lee, H. G., "The relationship between participation in

physical activity after school and social support, stress among the adolescents". The Journal of Physical Education, Vol. 42, pp. 145-157, 2003.

- [17] Won, H. J, Park, S. J, Ha, J. Y, "The relationships between leisure activity and the school life adjustment among youth", Journal of Korean Sociology of Sport, Vol. 14, pp. 469-478, 2001.
- [18] Kim, J. W, "The relationship between participation in sport leisure activity and job stress, job satisfaction, and self-actualization of teachers", Journal of Korean Sociology of Sport, Vol. 18, pp. 1-20, 2005.

---

## 한 건 수(Gun-Soo Han)

[정회원]



- 2010년 8월 : University of Arkansas, Fayetteville (Ph.D. in Kinesiology)
- 2011년 9월 ~ 현재 : 대구대학교 스포츠레저학과 교수

<관심분야>

Exercise science, Kinesiology, Leisure studies

---

## 이 정 주(Jung-Joo Lee)

[정회원]



- 2011년8월 : 선문대학교(Ph.D)
- 2004년3월 ~ 현재 : 명륜여자중학교 교사

<관심분야>

Sociology of sport and exercise

---

## 고 의 석(Wisug Ko)

[정회원]



- 2001년 8월 : University of Florida, Gainesville(Ph.D)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 대구대학교 스포츠레저학과 교수

<관심분야>

Psychology of sport and exercise, Leisure studies