

윈드서핑동호인의 재미요인이 운동몰입과 지속행동에 미치는 영향

현무성¹·정기홍²

^{1,2}강남대학교 교수

An Analysis on Relationship among Enjoyment, Commitment and Adherence behavior of Windsurfing Club Members

Hyun, Moo-Sung¹·Joung, Ki-Hong²

^{1,2}Kangnam University

Abstract

The purpose of this research is to verify the relationship the effect of enjoyment on commitment and adherence behavior of Windsurfing club members. To achieve the goal, A total of 288 samples were used for a data analysis. Conducted with frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability verification, correlation analysis and multiple regression analysis with SPSS 21.0 ver. statistical program. The results are as follows.

First, health factor and social factor of enjoyment had significant effect on cognitive factor of commitment. Therefore it is necessary to apply measures such as maintaining interest and objectively presenting the health benefits of participating in windsurfing. interest factor, health factor and social factor of enjoyment had significant effect on behavior factor of commitment unlike the sports that determined competition and competition, the joy felt through the exchange with the club members was judged to be the important value of windsurfing. Second, As a result of analyzing the relationship between windsurfing hobbyists' fun factors and exercise persistence, interesting factors, social factors, and recognition factors were found to have a significant influence on exercise persistence. Third, all of factor commitment had significant effect on adherence behavior. In order to draw continued club members in windsurfing, it will be necessary to strengthen the enjoyment factors that affect commitment.

Key words: windsurfing, enjoyment, commitment, adherence behavior

본 연구는 2018학년도 강남대학교 교내연구비 지원에 의해 수행되었음.

주요어: 윈드서핑, 재미요인, 운동몰입, 지속행동

Address reprint requests to: Joung, Ki-Hong

Kangnam University, 40 Kangnam-ro, Giheung-gu, Gyeonggi-do, Korea

E-mail: jkihong@naver.com

Received: August, 9, 2020 Revised: September, 3, 2020 Accepted: September, 17, 2020

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

주 52시간 근무는 빠르게 변하는 사회 변화의 과정이다. 노동의 양을 중시하는 노동환경에서 노동의 질을 중요시 하는 노동환경 패러다임 전환은 여가시간의 활용을 통하여 삶의 질 향상이라는 화두를 던지게 되었다. 결국 늘어나는 여가시간의 긍정적인 활용의 고민과 국민소득 3만 달러 시대는 삼면이 바다인 우리나라의 지리적 특성과 어우러져 다양한 해양스포츠의 발전을 가지고 왔다. 해양레저스포츠 체험인구는 2017년 기준 95만명으로 2013년 대비 31.4%의 급격한 증가 추세를 보여준다(한국해양수산개발원, 2019).

이러한 해양스포츠의 양적 질적 확대는 자연과 환경을 생각하는 친환경 해양스포츠가 주목 받는 시대를 만들어내고 있다. 다양한 해양스포츠 종목 중 윈드서핑은 일상생활에서 벗어나 바다, 강, 호수에서 행해지는 대표적인 종목으로 자연 친화적일 뿐만 아니라, 신체건강, 정신적 건강까지도 얻을 수 있는 스포츠이다. 우리나라 윈드서핑클럽은 전국적으로 약 300개 이상, 클럽의 동호인 수는 10만명 이상이다. 윈드서핑 동호인들을 위한 3개의 전국대회와 10개 이상의 시도대회가 해마다 열리고 있을 정도로 관심이 높다(조찬호, 2015).

김경숙, 김선희, 허현미(2006)의 연구에서 스포츠 참가 동호인은 자신이 특정 종목을 자유롭게 선택하고 자발적인 참여를 통하여 내적인 행복을 추구하며 구성원간의 다양한 인간관계도 형성되어 스포츠를 통한 다양한 사회화 과정을 촉진 시킨다고 하였고 김현석(2012)의 연구에서 스포츠 동호회 참여초기 단계에는 자신의 건강증진을 위하여 스포츠에

참여하게 되지만 재미와 몰입이 스포츠의 지속적인 참여를 결정하는 중요한 요인으로 작용할 수 있다고 하였다. 또한 박상훈과 전영록(2014)의 연구에서는 스포츠 동호회 활동의 재미요인은 수행에 대한 긍정적인 정서적 반응으로 과제에 강한 동기적 속성을 가지며 심리적 안정감과 행동의 결과에 대한 흥미를 가지고 즐거움을 느낄수 있는 심리적 상태라고 정의 하였다. 재미는 스포츠 활동 참가에 대한 흥미, 즐거움등과 같은 긍정적 정서 반응을 유발 하며 스포츠 활동에 몰입을 유인하는 요인으로 작용하고 있으며 스포츠 활동 참여 강도를 결정하는 요인으로 작용한다. 이는 결국 운동몰입을 결정 짓는 중요한 변수가 될수 있으며 스포츠 동호회 활동을 지속하게 하는 중요한 변수가 될 수 있음을 의미한다(봉성용, 2010; 노동연, 공성배, 한대호, 2015).

함규환과 양명환(2011)에 따르면 운동몰입은 스포츠참여를 지속시키는 강력한 요인으로 스포츠에 완전하게 몰두할 때 일어나는 심리적 현상이다. 또한 스포츠 참여의 신념, 기대 및 희망은 스포츠 참가를 지속하려는 욕구에 반영되는 최적의 심리상태를 의미한다. 스포츠에 대한 재미나 즐거움과 같은 내적 동기가 향상 될 때 몰입과 스포츠참여 지속에 대한 갈망이 높아지는 것으로 보고 되고 있다(Scanlan & Simons, 1992). 즉 긍정적 정서상태가 운동몰입과 같은 긍정적 변인을 통해 운동 참여 및 지속에 영향을 미칠 가능성이 높을 것으로 예상되며 이동섭과 류호상(2015)의 스포츠의 지속적인 참여는 운동재미와 운동몰입에 밀접히 관계가 있다는 연구결과를 뒷받침 하고 있다. 따라서 스포츠의 지속적인 참여의 가장 큰 이유는 재미와 즐거움이라고 할 수 있다(이계윤, 이은정, 김유석, 2001).

Scanlan 와 Simons(1992)의 연구에 따르면 스포츠 참여에 재미와 몰입 경험을 느끼지 못

하면 중도포기 가능성이 높고 스포츠참여에 재미를 느끼면 몰입경험도 높을 것이고 몰입경험이 높을수록 스포츠 참여의 지속성도 높아진다고 하였다. 또한 스포츠 종목, 참여수준, 배경에 관계없이 재미와 몰입은 스포츠활동의 지속에 상당한 영향을 준다고 하였다 (Wankal & Kreisel, 1985).

많은 선행연구에서 재미요인과 몰입요인은 스포츠 지속 참여에 중요한 요인이라고 말하고 있으며 현선희(2006)의 댄스포츠 연구, 봉성용(2010)의 농구 동호회 연구, 이민재(2014)의 크로스핏 연구, 노동연, 공성배, 한대호(2015)의 종합격투기 연구, 김가람(2017)의 복싱클럽 연구등 다양한 종목에서 이러한 관계를 규명하기 위한 지속적인 연구가 이루어지고 있다. 하지만 윈드서핑 관련 선행 연구는 윈드서핑 참여자의 참여 동기와 만족간의 관계를 보고 있는 연구가 대다수 이다(한경석, 2018; 문태영, 2017; 이동욱, 2013).

윈드서핑에 대한 관심의 증가와는 달리 학문적 연구와 구체적인 조사는 미흡한 실정으로 윈드서핑에 관련된 다양한 연구가 필요한 시점이다. 따라서 본 연구는 윈드서핑 동호인의 재미요인과 운동몰입의 영향관계를 파악하여 건전한 여가활동의 지속참여를 권장하는데 목적이 있다. 이러한 연구의 목적을 달성하기 위해 아래와 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 윈드서핑 동호인의 재미요인이 운동몰입에 미치는 영향력 관계는 어떠한가?

둘째, 윈드서핑 동호인의 재미요인이 지속행동에 미치는 영향력 관계는 어떠한가?

셋째, 윈드서핑 동호인의 운동몰입이 지속행동에 미치는 영향력 관계는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집방법

2020년 4월부터 6월까지 서울 및 경기도 소재 윈드서핑장의 클럽회원을 대상으로 설문 을 실시하였다. 조사대상의 표집방법은 비확률 표본추출법 중 편의추출법을 사용하여 총 300명을 표집 하였다. 그 가운데 불성실하게 응답한 12명의 자료를 제외한 총 288부의 설문지를 최종분석에 사용하였다. 전체적인 연구대상의 특성은 다음의 <표 1>과 같다.

표 1. 인구사회학적 특성

	구분	빈도	퍼센트
성별	남	170	59.1
	여	118	40.9
연령	30세미만	58	20.1
	40세미만	69	24
	50세미만	74	25.7
	60세미만	87	30.2
기간	6개월 미만	34	11.8
	6개월 이상 1년 미만	79	27.4
	1년 이상 2년 미만	91	31.6
	2년 이상	84	29.2
	계	288	100.0

2. 연구도구

본 연구에서 사용한 조사도구는 연구대상자의 기초배경을 묻는 3문항, 재미요인을 측정하기 위하여 김병준, 성장훈(1997)의 스포츠 재미요인 질문지(SEQ)를 유효준(2001), 임우택, 김영재(2006), 문병민, 김영수, 김진국(2011)등의 연구에서 사용한 문항을 토대로 흥미(4문항), 건강(4문항), 사교(4문항), 인정(4문항)으로 4개 하위요인 총 16 문항으로 구성하였다.

운동몰입은 Scanlan et al.(1993)이 개발한 스포츠 참가 몰입 모델을 바탕으로 정용각(1997)이 국내 실정에 맞도록 번안하여 검증한 설문지를 본 연구 특성에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 인지몰입(4문항), 행동몰입(4문항)으로 2개의 하위요인 총 8문항으로 구성하였다.

지속행동은 이동준(2006)의 연구에서 사용한 척도를 본 연구에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였으며 총 3 문항으로 단일 차원성 으로 구성하였다. 설문지의 구성은 <표 2>와 같다.

표 2. 설문지의 구성

구분	구성지표	문항수
개인적 특성	성별, 연령, 참여기간	3
재미요인	흥미	4
	건강	4
	사교	4
	인정	4
운동몰입	인지몰입	4
	행동몰입	4
지속행동	운동지속	3
총 문항 수		30

3. 타당도 및 신뢰도 검증

연구에서 사용된 설문지의 내용 타당도를 확보하기 위하여 체육학과 교수 2인, 박사학위 소지자 2인, 윈드서핑 관련 종사자 1인에게 자문을 구하여 설문문항의 내용 적합성을 확보하였다.

다음의 <표 3>은 재미요인에 대해 하위요인이 어떻게 분류되는지 파악하고자 요인분석을 실시하였다. 요인추출 방법으로는 주축 요인 추출을 실시하였고 베리맥스 회전을 하였다. 그 결과 16개 항목 중 인정의 1개의 항목은 타당도를 저해하여 분석에서 제외하였고 총 15개 항목으로 요인 분석을 실시하였다.

KMO의 표준적합도 수치는 .751으로 나타

났고 Bartlett의 구형성 검정 결과도 유의확률이 .05미만으로 나타나 요인분석 모형이 적합한 것으로 판단되었다. 한편 누적 분산이 64.444%로 나타나, 구성된 4개의 요인의 설명력이 높은 것으로 판단되었다.

요인부하량이 .6이상인 문항을 추출하여 총 15문항과 4개의 하위요인이 도출되어 각각 '흥미', '건강', '사교', '인정'으로 명명하였다. Cronbach's α 값에 의한 신뢰도 검증 결과 .737~.872로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다. 전반적인 측정도구의 신뢰도와 타당도를 만족하였으며, 추가적인 항목 제외 및 조정 없이 분석을 진행하였다.

표 3. 재미요인의 타당도 및 신뢰도

구분	흥미	건강	사교	인정
윈드서핑은 재미있다	.884	.058	.112	.065
윈드서핑은 마음에 든다	.847	.036	.051	.095
윈드서핑은 흥미롭다	.822	.079	.002	.088
운동능력을 향상 시켜준다	.805	.111	.046	.147
건강에 도움이 된다	.085	.760	.087	-.009
열심히 하는 내가 대견하다	.038	.754	.013	.147
몸이 튼튼해 진다	.153	.752	.037	.039
스트레스가 해소 된다	-.011	.725	.048	.053
여러사람을 만나게 해준다	-.011	.009	.791	.069
새로운 친구를 사귀어 좋다	.059	.092	.758	.162
여러사람과 어울려 좋다	.080	.115	.753	.084
만난 친구들이 편해서 좋다	.062	.162	.678	.129
주위사람들의 칭찬이 좋다	.132	.043	.042	.828
다른사람보다 잘할 때 좋다	.173	.023	.070	.826
운동하는 것이 멋있어 보인다	.045	.040	.059	.824
고유값	2.917	2.312	2.267	2.171
%분산	19.447	15.413	15.112	14.471
%누적	19.447	34.860	49.973	64.444
신뢰도	.872	.748	.737	.792

K.M.O측도=.751, Bartlett의 구형성=1486.134, p =.000

다음의 <표 4>는 몰입요인에 대해 하위요인이 어떻게 분류되는지 파악하고자 요인분석을 실시하였다. 요인추출 방법으로는 주축 요인추출을 실시하였고 베리맥스 회전을 하였다.

KMO의 표준적합도 수치는 .882으로 나타났고 Bartlett의 구형성 검정 결과도 유의확률이 .05미만으로 나타나 요인분석 모형이 적합한 것으로 판단되었다. 한편 누적 분산이 63.341%로 나타나, 구성된 2개의 요인의 설명력이 높은 것으로 판단되었다.

요인 부하량이 .5이상인 문항을 추출하여 총 8문항과 2개의 하위요인이 도출되어 각각 ‘인지몰입’, ‘행동몰입’으로 명명하였다.

Cronbach's α 값에 의한 신뢰도 검증 결과 .748~.783로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

지속행동 요인은 단일요인으로 탐색적 요인분석 결과는 제시하지 않았다.

Cronbach's α 값에 의한 신뢰도 검증 결과 .812로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

4. 자료처리

본 연구에서 질문지를 사용하여 조사하였으며 회수된 질문지 중 이용할 수 없다고 판단되는 자료를 제외한 후 코딩작업을 진행하였다. IBM SPSS(Win. Ver. 21) 프로그램을 이용하여 다음과 같은 분석기법으로 결과를 도출하였다.

첫째, 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 조사도구의 타당도를 검증하기 위하여 주성분분석을 통한 인자계수의 추출과 베리맥스(Varimax) 회전을 통하여 인자행렬을 단순구조화 하였다.

셋째, Cronbach's α 검사를 통한 각 요인의 신뢰도를 검증하였다.

넷째, Pearson의 상관분석을 실시하여 각 하위요인 간의 상관정도를 분석하였다.

다섯째, 다중회귀분석을 이용하여 각 변인의 영향력 관계를 살펴보았다.

표 4. 운동몰입의 타당도 및 신뢰도

구분	인지 몰입	행동 몰입
윈드서핑이 항상 기다려진다	.853	.143
윈드서핑은 나의 삶에서 매우 소중하다	.772	.194
윈드서핑을 하면 행복감을 느낀다	.740	.254
윈드서핑을 생각하면 즐거워 진다	.657	.325
윈드서핑 기술에 대한 정보를 얻으려 노력함	.040	.839
시간만 있으면 윈드서핑을 자주 타고 싶다	.277	.774
나는 윈드서핑을 멋지게 타는 상상을 한다	.346	.668
나는 윈드서핑에 빠져있는 것 같다	.389	.588
고유값	2.744	2.324
%분산	34.296	29.045
%누적	34.296	63.341
신뢰도	.748	.783

K.M.O측도=.882, Bartlett의 구형성=834.286, $p=.000$

Ⅲ. 결과

1. 상관관계분석

윈드서핑참가자의 재미요인, 운동몰입, 지속행동의 하위요인 간 상관관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시한 결과는<표 5>와 같다.

외생 변인 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 상관계수의 값이 .85를 초과하지 않았기 때문에 판별타당성이 확보되었다. 또한 독립변수간의 상관관계를 나타내는 다중공선성의 .80을 초과하지 않았으며 이는 다중공선성의 문제는 없다고 판단된다.

표 5. 각 변인의 상관관계

측정 변수	1	2	3	4	5	6	7
흥미	1						
건강	.256**	1					
사교	.137*	.135*	1				
인정	.178**	.096**	.137*	1			
인지	.180**	.100	.335**	.082*	1		
행위	.221**	.210**	.295**	.034	.598**	1	
지속	.267**	.377**	.170**	.039**	.326**	.387**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

2. 재미가 운동몰입에 미치는 영향

윈드서핑 참가자의 재미요인이 운동몰입에 미치는 영향력을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

그 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났다($F=10.660, p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 13.1%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 1.893으로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 건강($\beta=.312, p=.000$), 사교($\beta=.128, p=.028$)는 인지몰입과 유의한 영향관계가 확인 되었다. 하지만 흥미($\beta=.024, p=.683$), 인정($\beta=.014, p=.800$)은 인지몰입과 영향관계가 나타나지 않았다.

재미요인과 행동 몰입간의 다중 회귀 분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며($F=12.481, p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 15%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 2.001로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 흥미($\beta=.141, p=.014$), 건강($\beta=.269, p=.000$), 사교($\beta=.168, p=.004$), 인정($\beta=.115, p=.042$)은 행동몰입에 유의한 영향관계가 확인 되었다. 표준화 계수의 크기를 비교하면, 건강($\beta=.269$), 사교($\beta=.168$), 흥미($\beta=.141$), 인정($\beta=.115$) 순으로 행동몰입에 큰 영향을 미치는 것으로 검증되었

다. 결과는 아래의 <표 6>과 같다.

표 6. 재미요인이 몰입에 미치는 영향

	변수	B	SE	β	t
인지 몰입	(상수)	2.001	.261		7.665***
	흥미	.021	.052	.024	.409
	건강	.305	.055	.312	5.509***
	사교	.106	.048	.128	2.202*
	인정	.013	.050	.014	.254
$F=10.660(p<.001), R^2=.131, D-W=1.893$					
행동 몰입	(상수)	2.140	.257		8.327***
	흥미	.126	.051	.141	2.479*
	건강	.262	.054	.269	4.799***
	사교	.138	.047	.168	2.916**
	인정	.101	.049	.115	2.046*
$F=12.481(p<.001), R^2=.150, D-W=2.001$					

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

3. 재미가 지속행동에 미치는 영향

재미요인과 지속행동과의 회귀 분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며($F=10.779, p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 13.2%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 2.079로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 흥미($\beta=.144, p=.049$), 사교($\beta=.161, p=.002$), 인정

($\beta=.101, p=.000$)은 지속행동에 유의한 영향 관계가 확인 되었다. 하지만 건강($\beta=.013, p=.808$)은 지속행동에 영향관계가 나타나지 않았다. 표준화 계수의 크기를 비교하면, 사교($\beta=.176$), 인정($\beta=.115$), 흥미($\beta=.111$) 순으로 지속행동에 큰 영향을 미치는 것으로 검증되었다. 결과는 아래의 <표 7>과 같다.

표 7. 재미요인이 지속행동 미치는 영향

변수	B	SE	β	t	
(상수)	2.318	.336		6.907***	
지속 행동	흥미	.144	.111	1.978*	
	건강	.013	.055	.243	
	사교	.161	.051	.176	3.139**
	인정	.101	.049	.115	2.046***
	$F=10.779(p<.001), R^2=.132, D-W=2.079$				

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

4. 운동몰입이 지속행동에 미치는 영향

운동몰입과 지속행동과의 회귀분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며 ($F=27.882, p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 16.4%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 2.062로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 몰입인지($\beta=.143, p=.029$), 행동몰입($\beta=.289, p=.000$)으로 나타나 운동몰입의 모든 요인은 지속행동에 유의한 영향관계가 확인 되었다. 결과는 아래의 <표 8>과 같다.

표 8. 운동몰입이 지속행동에 미치는 영향

변수	B	SE	β	t	
(상수)	2.009	.205		9.789***	
지속 행동	인지몰입	.143	.148	2.193*	
	행동몰입	.289	.065	.298	4.413***
	$F=27.882(p<.001), R^2=.164, D-W=2.062$				

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

IV. 논의

본 연구에서 윈드서핑동호인의 재미요인이 운동몰입과 지속행동에 영향력 관계를 규명하는데 목적이 있으며 도출된 결과를 바탕으로 논의하려고 한다.

1. 재미요인과 운동몰입의 영향력 관계

윈드서핑 동호인의 재미요인과 운동몰입 중 인지적 몰입의 관계를 분석한 결과 건강요인과 사교요인은 인지적 몰입에 유의한 영향력 관계가 확인 되었다. 이와 같은 결과는 김진수(2012) 야구동호인들의 재미요인이 여가몰입의 관계를 규명한 연구와 일치 하는 것으로 윈드서핑이라는 공통적 관심사를 공유하는 사람들과 함께 운동 할 때 스트레스가 해소되고 육체적 정신적 건강에 도움이 되는 경우 인지적으로 몰입하는 것을 알 수 있었다. 또한, 문병민, 김영수, 김진국(2011)의 스크린골프 참여자의 재미요인과 몰입 관계를 규명한 연구에서 건강과 사교는 운동몰입에 유의한 영향력 관계가 나타나 본 연구를 지지해 준다. 김가람(2017)의 복싱클럽 참여 학생의 재미와 몰입의 관계에서 도출한 연구에서 재미의 하위요인 중 건강과 사교는 인지몰입에 유의한 영향을 미쳤다. 이는 스포츠참여를 통해 건강에 대한 긍정적인 인식이 표출된 결과라 할 수 있다. 또한 사교는 같은 스포츠 종목이라는 공통의 관심을 가진 이들이 서로 교류하며 사회적 관계망을 구축하는 것이 만족을 느끼는 요소라고 판단된다.

하지만 재미요인 중 인정요인과 흥미요인은 인지적 몰입에 영향을 미치지 않는 것으로 확인 되었다. 이러한 결과는 서문홍규(2017)의 골프참여자가 인식하는 골프재미와 스포츠 자신감 및 운동몰입의 관계를 규명한 연구에서 재미요인 중 인정요인이 인지몰입에 유의하지

않는 결과 나왔으며 본 연구와 부분적으로 일치하는 것으로 나타났다.

윈드서핑 동호인의 재미요인과 운동몰입 중 행동몰입의 관계를 분석한 결과 흥미요인, 건강요인, 사교요인, 인정요인 모두 유의한 영향 관계가 확인 되었다. 생활체육 수영참가자의 재미요인과 운동몰입의 관계를 규명한 박정호와 정성현(2015)의 연구결과와 일치 하고 있다. 또한 한민주(2012)의 볼링참가자의 재미요인, 운동몰입, 운동지속 관계연구와 이수철과 김영재(2006)의 수상레저스포츠 재미요인과 운동몰입에 관한 연구의 결과와 일치한다.

Albaum(1977)은 스포츠 활동에서 재미를 느끼지 못하면 중도포기 가능성이 높으며 재미를 통한 스포츠참여는 몰입경험을 높여준다고 보고하여 본 연구를 지지 하고 있다.

윈드서핑 동호인들에게 윈드서핑 참여가 건강에 유익하다는 객관적인 자료를 제시하며 다른 동호인들과의 관계 형성 즉 함께 참여하고 같은 활동을 즐기며 서로 교류하는 부분도 중요한 요인임을 유추 할 수 있다. 또한 남들보다 나은 운동기술을 가지고 있다는 생각이 유능감을 높이며 운동몰입에 영향을 준다는 것을 알 수 있다. 이에 윈드서핑 클럽 코치는 회원의 기술지도 시 개인 기술 수준에 맞는 기술 성취 프로그램이 필요하며 칭찬과 지지도 병행해야 한다.

2. 재미요인과 운동지속의 영향력 관계

윈드서핑동호인의 재미요인과 운동지속의 관계를 분석한 결과 흥미요인, 사교요인, 인정요인은 운동지속에 유의한 영향력 관계가 확인 되었다. 이와 같은 결과는 공윤하, 조용찬, 남재준, 권선아(2018)의 대학 골프수업 재미요인과 운동지속의 관계를 규명한 연구결과와 일치 하며 노동연, 공성배, 한대호(2015)의 종합격투기 재미요인이 운동지속에 영향을 규명

한 연구와도 일치 하였다. 이와 같이 재미요인이 운동지속을 파악할 수 있는 선행변인임을 알 수 있었다. 김우기와 김원기(2014)의 연구에서 수영 동호인의 재미요인이 운동지속에 긍정적 영향을 미치며 이는 흥미있는 수영 프로그램을 제공하는 것이 동호인의 운동지속에 필요하다고 보고 하였다.

재미요인은 동호인의 운동지속에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타난 만큼 윈드서핑 클럽에서는 회원들의 흥미를 유발할 수 있는 프로그램을 개발하고 회원들 간의 친목도모를 위한 노력도 병행하며 윈드서핑 기술지도 시 칭찬과 적극적인 지지를 보내야 할 것으로 생각된다. 내가 인정받고 있고 느끼는 성취감은 유능감이 상승하여 참여동기의 증가로 이어지며 지속적인 윈드서핑 참여에 긍정적이지만, 부정적 감정의 형성은 유능감을 감소시켜 중도 포기로 이어질 수 있음을 인지 해야 한다.

3. 운동몰입과 운동지속의 영향력 관계

운동몰입과 지속행동 간 관계를 확인한 결과 운동몰입의 모든 하위요인과 영향관계가 확인되었다. Wankel(1998)에 따르면 스포츠 참가의 지속성은 운동몰입이 원인이라고 하였고, 개인의 운동몰입은 운동지속에 영향을 미친다는 서희진, 김용준(2005)의 연구, 김준희, 전성욱(2001), 신혜숙(2009) 등 다수의 선행연구에서 몰입경험과 지속의사와의 긍정적인 관계를 보고하고 있어 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 윈드서핑 동호인의 몰입감을 높여 주면 지속적인 참여로 자연스럽게 이어진다는 의미로 몰입을 높일 수 있는 참여자의 다양한 변인들을 찾아야 할 것이다. 이는 비교의 준거가 타인보다는 자신에게 있어야 한다. 즉 윈드서핑 기술이 향상되거나 노력을 많이 했을 때 유능성을 느끼고 성공했다고 생각하는 것이다. 상대와의 경쟁을 통한 대회보다는 등

급별 자격증이나 참여시간에 따른 마일리지 적립 등 개인적 보상을 제공하는 방안 제시해주는 것이 효과적일 것으로 생각된다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 윈드서핑 동호인의 재미요인과 운동몰입, 지속행동 간 관계를 분석하여 윈드서핑에 지속적으로 참여가 가능하도록 하는 속성을 파악하고자 하였다. 본 연구에서 도출된 결과를 근거로 결론을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 윈드서핑동호인의 재미요인과 운동몰입 중 인지몰입의 관계를 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과 재미요인의 하위요인인 건강과 사교 요인은 인지적 몰입에 영향을 미치는 것으로 나타나 윈드서핑 참여에 따른 건강측면의 이점을 객관적으로 제시하는 등의 방안을 적용할 필요가 있다. 재미요인과 운동몰입 중 행동몰입 간의 관계를 검증한 결과 재미요인의 흥미, 건강, 사교, 인정 요인이 행동몰입과 관계가 나타났다. 경쟁과 승부를 가르는 종목과는 다르게 동호인들과의 교류를 통해 느끼는 즐거움이 윈드서핑의 중요한 가치로 판단된다.

둘째, 윈드서핑동호인의 재미요인과 지속행동의 관계를 분석한 결과 흥미요인, 사교요인, 인정요인은 운동지속에 유의한 영향력 관계가 확인 되었다. 재미요인은 동호인의 운동지속에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타난 만큼 윈드서핑 클럽에서는 회원들의 흥미를 유발할 수 있는 프로그램을 개발하고 회원들 간의 친목도모를 위한 노력도 병행하며 윈드서핑 기술지도 시 칭찬과 적극적인 지지를 보내야 할 것으로 생각된다.

셋째, 운동몰입과 지속행동 간 관계를 확인

한 결과 운동몰입의 모든 변인이 지속행동과 관계가 있는 것으로 확인되었다. 윈드서핑에 지속적인 참여를 이끌어 내기 위해서는 몰입이 필수적으로 이루어져야 한다는 의미로 몰입에 영향을 주는 재미요인을 강화시킬 방안이 필요할 것이다. 윈드서핑 동호인 스스로 상대방과의 경쟁을 위한 대회보다는 등급별 인증 자격 제도나 참여시간에 따른 마일리지 제도 등 개인적인 보상을 통하여 만족감을 높일 수 있는 방안이 요구 된다.

2. 제언

본 연구에서는 윈드서핑 동호인의 재미요인이 운동몰입과 지속행동의 영향력관계를 조사함으로써 윈드서핑 동호인의 재미요인을 파악하여 운동몰입과 지속행동을 통해 건전한 여가생활에 대한 습관으로 이어질 수 있음을 밝히고자 하였다.

본 연구에서 도출된 결과 및 논의를 바탕으로 아래와 같이 제언하고자 한다.

첫째, 조사대상 선별을 서울과 경기 지역으로 한정하여 지역 차이를 검증하지 못하였다. 향후 연구에서는 보다 광범위한 지역의 윈드서핑 동호인을 포함하여 지역적 차이에 대한 결과가 제시되어야 할 필요성이 있다.

둘째, 설문지를 이용한 측정에 조사대상자의 심리적 요인을 충분히 고려하지 못하였다. 향후 연구에서는 질적 연구를 통한 검증이 필요하겠다.

셋째, 본 연구에서 윈드서핑 동호인의 지속적인 참여에 영향을 주는 요인으로 재미요인과 운동몰입, 지속행동만을 검증하였으나 후속 연구에서는 보다 다양한 변인으로 연구를 수행 할 필요성이 있다.

참고문헌

- 공윤하, 조용찬, 남재준, 권선아(2018). 대학 교양골프수업 재미요인이 운동몰입 및 운동지속의도에 미치는 영향. *한국체육과학회지*, 27(3), 773-785.
- 김가람(2017). 복싱클럽 참여 학생들의 재미요인이 몰입과 지속행동에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 김경숙, 김선희, 허현미(2006). 생활체육 동호회 운영의 장애 요인과 대안 탐색, *한국사회체육학회지*, 28, 125-138.
- 김병준, 성창훈(1997). 청소년 스포츠 참가자 심층 이해(1): 스포츠 재미거리. *한국스포츠심리학회*, 8(2), 43-60.
- 김우기, 김원기(2014). 수영참여 재미요인이 운동지속과 생활만족도에 미치는 영향. *한국사회체육학회지*, 56, 319-328
- 김준희, 전성욱(2001). 댄스스포츠 참가자들의 사회적지지 및 몰입경험과 생활만족의 관계. *한국여성체육학회지*. 15(2), 85-99.
- 김진수(2012). 야구동호인들의 재미요인이 여가몰입 및 행복감에 미치는 영향. 미간행 석사 학위 논문. 경기대학교.
- 김현석(2012). 배드민턴 동호인의 운동참여행태와 스포츠재미, 운동중독에 관한 연구. *한국체육과학회지*, 21(1), 89-102.
- 노동연, 공성배, 한대호(2015). 종합격투기 재미요인이 운동몰입과 운동지속의도에 미치는 영향. *한국사회체육학회지*, 60, 341-350.
- 문병민, 김영수, 김진국(2011). 스크린골프의 재미요인이 운동몰입경험과 운동지속행동에 미치는 영향. *한국여가레크리에이션학회지*, 35(4), 31-39.
- 문태영(2017). 윈드서핑 참여자들의 참가동기가 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족에 관한 구조적 관계 모형 검증. *한국산학기술학회지*, 18(8), 152-161.
- 박상훈, 전영록(2014). 해양레저 경험이 재미요인과 행동의도에 미치는 영향. *Tourism Research*, 39(3), 25-43.
- 박정호, 정성현(2015). 생활체육 수영참가자의 재미요인과 운동몰입, 운동지속과의 관계. *한국사회체육학회지*, 59, 423-435.
- 봉성용(2010). 농구 동호회 참여자의 재미요인과 참여정도가 스포츠 몰입에 미치는 영향. 미간행 석사학위 논문, 중앙대학교 대학원.
- 서문홍규(2017). 골프 참여자가 인식하는 골프 재미와 스포츠자신감 및 운동 몰입의 관계. 미간행 석사학위 논문, 한국체육대학교 대학원.
- 서희진, 김용준(2005). 중고등학교 운동선수의 스포츠 참가요인과 운동선수만족, 운동지속 및 탈퇴의사의 관계. *한국체육학회지*, 44(2), 97-107.
- 신혜숙(2009). 생활무용 참여에 따른 중년여성의 사회적 지지와 참여만족 간의 관계. *대한무용학회지*, 51, 195-201.
- 유효준(2001). 중고등학교 체육수업의 재미 요인 분석. 미간행 석사학위 논문, 인천대학교 대학원.
- 이계윤, 이은정, 김유석(2001). 사회체육진흥을 위한 학교와 지역사회 및 관련단체의 역할: 운동과학: 스포츠 참여동기와 감각추구 행동이 자아존중감 및 심리적 행복감에 미치는 영향. *한국사회체육학회 학술대회*, 150-159.
- 이동섭, 류호상(2015). 사회인 야구 동호인의 참여동기와 운동재미 및 운동몰입의 구조적 관계. *코칭 능력개발지*, 17(1), 3-13.
- 이동욱(2013). 윈드서핑 참여유인 요인이 서비

- 스만족과 재구매행동에 미치는 영향. **한국체육학회**, 52(1), 227-237.
- 이동준(2006). 대학 교양체육의 재미거리와 운동지속의사와의 관계. **한국체육학회지**, 45(3), 131-140.
- 이민재(2014). 크로스핏 참여자의 재미요인이 운동몰입, 운동지속, 추천의도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 이수철, 김영재(2006). 수상 레저스포츠 재미요인이 운동몰입에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(4), 83-92.
- 임우택, 김영재(2006). 대학 스포츠 동아리 학생들의 재미요인이 활동태도에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 45(3), 265-272.
- 정용각(1997). 여가운동참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠몰입 행동에 미치는 영향. 미간행 박사학위 논문, 부산대학교 대학원.
- 조찬호(2015). 생활체육: 수상레포츠의 꽃 “윈드서핑”. **한국스포츠정책과학원**, 131, 50-54.
- 한경석(2018). 윈드서핑 참가자의 참여동기와 여가만족 및 여가몰입의 관계. **한국스포츠학회지**, 16(2), 111-124.
- 한국해양수산개발원(2019). 2019 KIM 인포그래픽. 한국해양수산개발원.
- 한민주(2012). 불령참가자의 재미요인에 따른 운동몰입경험, 참여만족 및 운동지속행동간의 관계. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 함규환, 양명환(2011). 운동선수들이 지각한 지도자의 리더십 유형이 스포츠몰입 결정요인에 미치는 영향. **한국체육교육학회지**, 15(4), 117-137.
- 현선희(2006). 댄스스포츠 재미요인과 운동 환경 만족이 참가자의 여가몰입 및 운동지속에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 45(4), 103-112.
- Albaum, G.(1997). The Likert scale revisited: An alterate version. *Journal of Marketing Research Society*, 3(1), 29-47.
- Scalan, T. K. & Carpenter, P., Schmidt, G. W., & Simons, J. P. (1993). The spot commitment model: Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of sport & exercise Psychology*, 13, 16-38.
- Scanlan, T. K., & Simons, J. P. (1992). *The construct of sport enjoyment*. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise*(199-215). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wankel, L. M. (1998). The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 151-169.