

에어로빅댄스의 참가동기와 참여효과에 관한 연구

마 정 순*

Abstract

A Study on Motive and Effect of Participation in Aerobic Dance

Mah, Jeong-soon (Yeo Joo College)

The purpose of this study was to investigate on participation motive and effect of Aerobic Dance. Subjects for the study were 193 women who exercise of Aerobic Dance through the sports center. The age of subjects ranged from 20 to 50 years old and they live in Seoul, Kyung ki do area. The collected data were analyzed by SAS program and the demographic factors, motivation of participation, effect of participation, state of participation were calculated by regression.

The conclusions were summarized as follows :

1. All the factors of participation motive influenced high participation effect($p<.001$).
2. The demographic factors and state of participation influenced partially.
 - 1) Age was affected on curiosity motivation($p<.05$).
 - 2) Frequency of participation was affected activity and physical motivation($p<.01$).
3. The factors of influencing on effect of participation was significant physical motivation($p<.05$), achievement motivation($p<.01$), friendship motivation($p<.001$).

In conclusion, the demographic factors of participants and state of participation affected motivation and motivation of participation affected high effect of participation.

* 여주대학 사회체육과 조교수

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 과학기술의 발달과 급격한 사회변화의 흐름으로 여성들의 인식과 가치관을 바꾸어 놓았다. 여러 가지 측면에서 부정적인 면도 많지만 시대의 변화에 부응하여 긍정적인 면도 많이 나타나고 있다. 과학기술발달은 여성들에게 여가기회의 확대를 가져다주고 평생교육이 활성화되면서 스포츠시설이나 클럽이 증가하고 다양한 프로그램의 제공과 교통편의 제공, 게다가 TV나 신문의 홍보전략으로 인하여 여성들의 삶의 질적 향상에 대한 욕망이 증대되면서 자연스럽게 여성들로 하여금 스포츠 활동의 장으로 참여시키고 있다.

스포츠 활동은 사회에 대하여 여러 가지 긍정적인 기능을 갖는다. 문화적인 가치전달, 육체적 정신적으로 스트레스 해소를 해주며, 집단에 대한 소속감을 갖게 하여 정서적인 안정을 가져다주며 정신적 건강 등 명량한 사회생활을 영위할 수 있도록 하고 더 나아가 상호작용을 함으로써 올바른 개인태도 향상으로 가정의 행복까지도 가져다준다.

에어로빅댄스는 스포츠 종목 중 여성들이 가장 많이 참여하고 있는 종목으로서 현대인들의 건강상의 위기와 인간성 상실을 회복하고, 자기 충족감과 자아실현을 위한 평생스포츠의 일환으로서 교육적 매체가 될 수 있다. 사회교육의 특성에 비추어 보면 개인의 삶에 있어서 자발적으로 참가하여 움직이려고 하는 개인적 욕구에 출구를 제공하고, 또한 신체의 움직임은 거울을 통하여 자신을 발견하게 함으로써 즐거움을 느끼게 하고 스포츠 문화에 대한 이해를 높임으로써 개인의 삶을 풍부하게 한다.

여성들이 에어로빅댄스를 추구하게 되는 동기는 일반적으로 스포츠 활동에 참가함으로써 우월성의 성취, 즐거움, 그리고 미에 대한 도전의식을 얻을 수 있기 때문이다. 이렇듯 동기란 인간으로 하여금 어떤 행동을 하게 하는 원동력으로 이러한 원동력은 내적인 힘과 외적인 힘에 의해서 일어난다.

신체활동을 통한 참여효과 문제는 매우 복잡한 것으로서 심리적 측면에서 설명될 수 있다. Krech(1962)은 스포츠를 함으로써 나타나는 참여효과는 자기욕구 충족, 외부의 정보, 사회의 문화적 가치, 인성 등에 의해서 결정된다고 한다. 이렇듯 참가동기와 참여효과는 개개인에 따라서 달리 나타나며 이 문제에 대해 어떤 구성원들이 에어로빅댄스 활동에 참여하고 있으며, 참가상태는 어떠하며, 활동에 참가하게 된 직접적인 동기는 무엇이며 참여효과에 미치는 영향요인이 무엇인지 알아보는 것은 에어로빅댄스의 더 나은 발전을 기대하는 중요한 문제로서 이에 대한 연구의 필요성을 느낀다.

따라서 본 연구의 목적은 에어로빅댄스 참가자의 인구통계학적 특성과 참가상태가 참가 동기와 참여효과에 어떤 영향을 미치는지를 알아보는데 있으며 이러한 연구결과는 지도자, 참가자, 경영자들 간에 폭넓은 관계성을 요구하게 될 것이며 평생스포츠로서의 교육적 매체로 삶에 대한 질적 향상과 건강에 대한 관심도를 증대시키는데 새로운 방향을 제시하고 자료를 제공하는데 있다.

2. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

- (1) 참가동기가 참여효과에 영향을 미치는가?
- (2) 인구통계학적 특성 및 참가상태가 참가동기에 영향을 미치는가?
- (3) 참여효과에 미치는 영향 요인은 무엇인가?

3. 연구의 제한

본 연구는 다음과 같은 연구의 제한점을 갖고 있다.

- (1) 연구대상자는 서울과 경기도에 위치한 일부지역 193명을 대상으로 하였기 때문에 연구 결과를 확대해석 하는데는 무리가 있다.
- (2) 연구대상자의 인구통계학적 요인은 4개 변인으로 제한하였다.
- (3) 참가상태는 2개 변인으로 제한하였다.
- (4) 참가동기는 6개 변인으로 하였다.

II. 이론적 배경

1. 에어로빅댄스의 발달

1968년 심장병 전문의인 케네스 쿠퍼(K.H.Cooper)에 의해 시작된 에어로빅 운동은 미국 항공우주국의 우주비행사의 신체적성 프로그램으로 이용되어 효과를 얻은 것이 계기가 되어 민간건강 프로그램으로 보급되었다. 유산소운동인 에어로빅 운동은 심폐 강화 운동으로서 과학적 효과가 입증되어 심장질환, 고혈압, 동맥경화, 뇌졸중, 당뇨병 등의 성인병 등을 예방할 수 있다는 인식 하에 전 세계적으로 확산되었다.

그후 1972년 미국의 마라톤 선수이며 무용교사인 재키 소렌슨(Jacki Sorensen)에 의해 안무 고안되었는데 무용이기 보다 건강을 증진시키기 위한 신체적성의 측면에서 고안되어 걷기, 달리기, 가볍게 뛰기, 무릎 들기, 낮게 차기, 내딛기 등의 기본운동과 댄스스텝을 결합한 즐거운 움직임의 형태였다. Veronical Igbag와 Bernard Gutin(1978)은 에어로빅댄스란 재즈, 현대무용, 발레, 포크댄스 등 다양한 무용을 혼합한 운동형태로서 다른 에어로빅 형태와 마찬가지로 심폐 순환기에 강한 자극을 줄 수 있는 대근 활동으로 운동강도, 운동시간, 운동빈도를 충분히 하는 것을 원칙으로 한다고 하였다.

에어로빅댄스가 우리 나라에 들어온 것은 1974년 2월 YMCA 초청으로 워크 샵을 실시한 것이 계기가 되면서 보급되었다. 그 당시는 단순한 동작이었지만 25년의 시간이 흐르면서 상당한 변화를 가져왔다. 댄스의 기본스텝을 이용한 건강 생활에어로빅으로 발전을 거듭하다 경기성을 띤 스포츠 에어로빅이 생겨났으며 해마다 매우 높은 고난도의 기술을 구사하는 수준 높은 경기로 발전하였다. 또한 지속적으로 다양한 스타일의 에어로빅 형태가 생겨나고 있다.

2. 참가상태와 참가동기

1) 참가상태

스포츠 참가상태는 각 개인에 따라 스포츠 참여의 빈도, 기간, 강도가 다르기 때문에 주어진 상황에 따라 스포츠 경험의 지표가 된다. Kenyon과 Schutz(1970)는 스포츠 참여유형을 참여의 정도에 따라 일상적 참여, 주기적 참여, 일탈적 참여, 소극적 참여, 비참여로 구분하였다. 일상적 참여는 스포츠 활동이 개인의 생활과 잘 조화를 이루면서 정기적으로 스포츠에 참여하고 있는 상태이고, 주기적 참여는 스포츠에 지속적으로 참여하는 상태를 말한다. 일탈적 참여는 경제적으로 과도하게 몰두하는 상태와 본연의 업무를 떠나 자신을 위해 적극적으로 스포츠 활동을 즐기는 상태이며, 소극적 참여는 스포츠 활동에 전혀 참여하지 않았거나 비록 참여했다라도 관심이나 기회의 부족, 스포츠로 인한 불쾌한 경험 때문에 참여하지 않는 상태를 말한다.

스포츠 참가상태에 관해서 Loy(1978)는 스포츠 참가빈도나 참가기간에 따라 사회화의 수준이 달라진다고 하였다. 이와 같이 스포츠 참가빈도와 참가기간은 개인의 스포츠 태도를 변화시키는 요인으로 작용한다. 변해심(1997)의 연구결과를 보면, 연령이 높을수록 에어로빅 운동에 참여한 기간이 긴 반면 연령이 낮을수록 더 자주 참여한 것으로 나타났다. 또

한 소득이 많을수록 참여한 기간이 긴 것으로 나타났다. 대부분의 여성들은 운동을 통해서 혈액순환을 촉진시키고 심장과 폐를 튼튼하게 해주는 에어로빅댄스 종목은 체중조절과 체형조절(Davis Colwes, 1991)과 건강(김인숙, 1987)에 효과가 있는 것으로 나타났다.

2) 참가동기

동기는 인간으로 하여금 어떤 방법으로 행동하게끔 하는 내적 충동 또는 의지와 관련된다. 외적요인들이 이런 내적 의지에 영향을 미칠 수도 있지만 행동이나 활동은 궁극적으로 어떤 내적 충동에 의해 야기된다. 인간이 스포츠 활동을 추구하게 되는 동기는 일반적으로 스포츠 활동에 참가함으로써 우월성의 성취, 상쾌함, 즐거움, 그리고 도전의식을 얻을 수 있기 때문이다. 개인이 특별한 스포츠나 신체활동에 참가하게 되는 것은 그것이 그들에게 흥미를 불러일으킬 충분한 이유를 가지고 있을 뿐 아니라 그 자신이 그러한 활동에 참가하는 과정에서 그것 자체로서 의미를 수용하여 발전시킬 수 있기 때문이다. 동기란 인간으로 하여금 어떤 행동을 하게 하는 원동력으로 이러한 원동력은 내적인 힘과 외적인 힘에 의해서 일어난다. 또한 동기는 성격의 가장 기본이 되는 일차원 요인이며 각 개인의 행동은 그 동기에 따라 방향이 달라진다.

이영숙(1992)의 보고를 보면 에어로빅 운동 참가동기는 건강유지를 위해(47.3%), 체중조절을 위해(31%), 스트레스 해소를 위해(16.3%), 여가선용을 위해(3.9%), 질병치료를 위해(1.6%) 라고 참여동기를 밝히고 있다. 인간과 운동의 참가관계는 일반적으로 흥미, 관심, 노력, 의지, 의욕으로 나타난다. 동기는 달성, 친화 등의 개인이 속하는 사회나 집단속에서의 경험 또는 학습에 의해 2차 적으로 획득된 심리 사회적 욕구를 의미한다. Cannon은 신체적 생리적인 상태에 원천이 신체 내에 불균형이 생기면 욕구상태가 생기고 이 욕구가 동인이 되어 행동을 동기 짓는다고 하였다.

본 연구에서 사용된 Murray(1964)의 동기유형에는 크게 생물학적 동기와 사회 발생적 동기로 나눈다. 생물학적 동기에서 활동성동기는 신체를 활발하게 움직이고 싶어하는 마음이고, 호기성동기는 새로운 기술을 경험하고 기술의 복잡성을 찾고 싶어하는 마음이며, 신체적 동기는 건강한 체력과 신체적 아름다움을 추구하고 싶어하는 마음이다. 사회 발생적 동기에서 성취동기는 욕구충족을 지연시키며 원대한 목적을 설정하여 성공하고 싶어하는 마음이며, 친화성동기는 우정이나 애정에 의해 우호적인 인간관계를 형성하기를 원하는 마음이고, 인격형성동기는 정신력을 강화하고 통솔력과 사회성을 길러 훌륭한 인격을 형성하려는 마음이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 조사대상은 서울시와 경기도에 거주하는 사회교육기관, 문화센터, 에어로빅 학원에서 에어로빅댄스 강좌에 참가하고 있는 만 20세 이상의 여성 193명을 대상으로 하였다. 표집방법은 임의추출법에 의거하여 서울시와 경기도에 위치해 있는 사회교육기관을 선정하였다. 표집된 연구 대상자의 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 특성

	변 수 명	빈 도	백 분 율
연 령	20대	65	33.7
	30대	68	35.2
	40대	53	27.5
	50대	7	3.6
교육수준	중졸이하	13	6.7
	고졸	89	46.1
	대졸	79	40.9
	대졸이상	12	6.2
직 업	주부	93	48.2
	자영업/단순노무직	20	10.4
	판매/서비스직	16	8.3
	전문직/경영관리직	22	11.4
	사무직/전문기술직	10	5.2
	기타	32	16.6
가계수준	100만원 미만	21	10.9
	100-150만원 미만	40	20.7
	150-200만원 미만	41	21.2
	200-300만원 미만	44	22.8
	300만원 이상	47	24.4
참가기간	6개월 미만	51	26.4
	6개월-1년 미만	46	23.8
	1년-2년 미만	38	19.7
	2년 이상	58	30.1
참가빈도	거의 매일	119	61.7
	주 2-3회	45	23.3
	주 1회	4	2.1
	월 1-2회	4	2.1
	시간 날 때 가끔씩	21	10.9

2. 측정도구

본 연구에서는 인구통계학적 특성과 참가상태가 참가동기와 참여효과에 미치는 영향을 측정하기 위하여 종속변인으로는 참가동기와 참여효과로 설정하였고, 독립변수로는 인구통계학적 특성과 참가상태로 설정하여 인구통계학적 특성은 연령, 교육수준, 직업, 가계소득 등 4개 문항으로 구성하였다. 성별은 설문지 대상자의 조사결과 모두가 여성으로 나타나 제외시켰으며, 연령은 20대, 30대, 40대, 50대 이상으로 분류하였고, 교육수준은 중졸이하에서 대졸이상의 4단계로 구분하였으며, 직업은 주부, 자영업/단순노무직, 전문직/경영관리직, 판매/서비스직, 사무직/전문기술직, 기타 등 6단계로 구분하였다. 월 평균 가계소득은 100만원 미만에서 300만원 이상의 5단계로 구분하였다.

참가상태에 대한 측정은 참가기간과 참가빈도 등으로 구분하였다. 참가기간은 6개월 미만에서 2년 이상의 4단계로 구분하였으며, 참가빈도는 거의 매일에서 시간 날 때 가끔씩의 5단계로 구분하였다.

Murray(1964)가 분류한 동기 참가동기에 관한 설문지는 중 운동과 관련된 주요한 동기와 丹羽(1978)이 사용한 동기에 관한 내용을 근거로 하여 작성하였다. 설문내용은 활동성 동기, 호기성 동기, 신체적 동기, 성취동기, 친화성동기, 인격형성동기 등의 6가지 유형으로 구성하였으며 총 16개 문항이다.

참여효과에 관한 설문지는 Stevenson과 Nixen(1972), Steele과 Zurcher(1973), 임빈장(1987) 등의 연구를 기초로 작성하여 사용한 박성계(1993)의 설문지를 이용하였으며, 설문내용은 총 17개 문항이다.

3. 자료처리

회수된 설문지는 응답내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료는 분석대상에서 제외시키고 분석 가능한 자료를 컴퓨터에 입력시킨 다음 SAS(Statistical Analysis System) 프로그램을 이용하여 전산처리 하였으며, 참가동기 및 참여효과, 참가동기가 참여효과에 미치는 영향, 인구통계학적 특성 및 참가상태가 참가동기에 미치는 영향, 참여효과에 미치는 영향요인 등을 규명하기 위하여 회귀분석(regression)을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 논의

본 연구의 참가동기 및 참여효과, 참가동기가 참여효과에 미치는 영향, 인구통계학적 특성 및 참가상태가 참가동기에 미치는 영향, 참여효과에 미치는 영향요인을 분석한 결과 및 논의는 다음과 같다.

1. 참가동기 및 참여효과

<표 2>는 참가동기 및 참여효과의 평균(M)과 표준편차(SD)를 나타낸 결과이다.

표 2. 참가동기 및 참여효과의 분석결과

항 목		M	S. D
참	활동성 동기 (1-5점)	3.81	0.95
	호기성 동기 (1-5점)	3.34	0.95
여	신체적 동기 (1-5점)	4.03	0.71
동	성취 동기 (1-5점)	2.98	0.91
	친화성 동기 (1-5점)	2.74	0.96
기	인격형성동기 (1-5점)	3.00	0.95
참 여 효 과		54.22	12.96

<표 2>에 의하면 에어로빅댄스에 참가하게 된 동기의 순서는 신체적 동기(4.03), 활동성 동기(3.81), 호기성동기(3.34), 인격형성동기(3.00), 성취동기(2.98), 친화성 동기(2.74)의 순으로 나타났으며, 동기에 의한 참여효과의 평균은 54.22로 나타났다.

이러한 결과는 박성계(1993)가 스포츠 참가동기에 관해 연구한 결과, 여성들인 경우 신체적동기, 호기성동기, 활동성동기, 인격형성동기, 성취동기, 친화성동기 순으로 나타난 결과와 매우 유사한 것으로 여성들의 건강한 체력, 아름다움 추구, 적극적인 활동, 새로운 것에 대한 경험을 중요시하고 있음을 시사한다.

2. 참가동기가 참여효과에 미치는 영향

<표 3>은 참가동기가 참여효과에 미치는 영향을 규명하기 위하여 각 요인간의 회귀분석을 실시한 결과이다.

표 3. 참가동기가 참여효과에 미치는 영향에 관한 분석결과

변 수	Parameter Estimate	Standard Error
활동성 동기	6.97	0.85***
상 수	27.69	3.35***
F 값	66.70***	
R ²	0.26	
Adj R ²	0.25	
변 수	Parameter Estimate	Standard Error
호기성 동기	7.08	0.85***
상 수	30.60	2.94***
F 값	69.75***	
R ²	0.27	
Adj R ²	0.26	
변 수	Parameter Estimate	Standard Error
신체적 동기	7.53	1.20***
상 수	23.85	4.89***
F 값	39.73***	
R ²	0.17	
Adj R ²	0.17	
변 수	Parameter Estimate	Standard Error
성취 동기	9.05	0.80***
상 수	27.23	2.49***
F 값	127.83***	
R ²	0.40	
Adj R ²	0.40	
변 수	Parameter Estimate	Standard Error
친화성 동기	9.01	0.72***
상 수	29.54	2.10***
F 값	155.86***	
R ²	0.45	
Adj R ²	0.45	
변 수	Parameter Estimate	Standard Error
인격형성 동기	7.85	0.81***
상 수	30.70	2.55***
F 값	93.27***	
R ²	0.33	
Adj R ²	0.32	

*** p < .001

<표 4>에 의하면 연령에서 40대 이상이 호기성 동기에 $p<.05$ 수준에서 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 교육수준과 직업 및 가계소득은 참가동기에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 참가빈도는 활동성 동기와 신체적 동기에서 $p<.01$ 수준에서 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며 전체적으로는 $p<.05$ 수준에서 영향을 미쳤음이 나타났다.

40대에서 호기성동기가 높게 나타난 것은 주부들이 새로운 기술을 경험하고 동작의 복잡성을 찾고 싶어하는 마음이 강한 것으로 보여지며 마정순(1998)이 댄스스포츠 그룹을 대상으로 연구한 결과와 유사하게 나타났다. 교육수준과 직업 및 소득에 있어서는 참가동기에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났는데 본 연구대상집단의 특성이 사회적 배경도 비숙하고 대부분 직업이 전업주부들이 많고, 집에서 가까운 위치에 있는 스포츠장과 경제적으로 부담이 적은 스포츠 종목을 선택한 때문인 것으로 해석된다. 참가빈도에 있어서는 활동성동기, 신체적동기에서 높게 나타났는데 이러한 결과는 다양하고 신나는 음악에 맞춰 신체를 활발하게 움직여 건강한 체력과 아름다움을 추구하고 싶어하는 마음이 나타나는 것으로 사려된다.

4. 참여효과에 미치는 영향 요인

<표 5>는 참여효과에 영향을 미치는 요인을 회귀분석으로 나타낸 결과이다.

<표 5>에 의하면 참여효과에 영향을 미치는 요인으로는 참가동기 중 신체적 동기가 2.44로 $p<.05$ 수준에서, 성취동기는 3.08로 $p<.01$ 수준에서, 친화성 동기는 4.04로 $p<.001$ 수준에서 각각 통계적으로 유의한 차가 있는 것으로 나타났으나, 인구통계학적 특성과 참가기간은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 에어로빅댄스의 종목이 개인스포츠 종목이면서도 많은 인원이 모여서 할 수 있는 특성을 지녔고, 스포츠장에서 만나 서로간에 우호적인 인간관계를 형성하면서 반복연습을 통해 동작기술을 익힘으로서 성취감을 맞볼 수 있고 거울을 통한 자신의 몸매관리와 건강을 중요시 여기기 때문인 것으로 해석된다.

표 5. 참여효과에 미치는 영향요인에 관한 분석결과

변 수	Parameter Estimate	Standard Estimate
인구통계학적 요인		
연 령(20대)		
30대	-0.92	2.02
40대 이상	0.83	2.24
교육수준	0.06	0.32
직 업(주부)		
자영업, 판매서비스	-0.77	1.91
전문직, 사무직	-0.70	2.26
기타	2.21	2.49
가계소득(100만원 이상)		
100-150만원 미만	0.76	2.62
150-200만원 미만	1.51	2.66
200-300만원 미만	1.10	2.59
300만원 이상	-1.38	2.65
참가상태		
참가기간(6개월 미만)		
6개월-1년 미만	-1.04	1.97
1-2년 미만	0.25	2.05
2년 이상	1.30	1.94
참가빈도(거의 매일)	0.89	1.52
참가동기		
활동성 동기	1.66+	0.95
호기성 동기	1.06	1.05
신체적 동기	2.44*	1.13
성취 동기	3.08**	1.14
친화성 동기	4.64***	1.19
인격형성 동기	0.67	1.17
상 수	8.57	6.36
F 값	11.44	
R ²	0.57	
Adj - R ²	0.52	

+ < .10 * p< .05 ** p< .01 *** p< .001

V. 결 론

에어로빅댄스 참가자의 인구통계학적 특성과 참가상태가 참가동기와 참여효과에 미치는 영향을 알아보기 위하여 인구통계학적 특성과 참가상태를 독립변인으로 하고, 참가동기와 참여효과를 종속변인으로 선정하여 이들 변인이 서로간에 어떠한 영향을 미치는가를 밝히기 위하여 자료를 분석하여 얻은 결론은 다음과 같다.

1. 참가동기의 6개요인 모두 참여효과에 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다($p < .001$).
2. 인구통계학적 특성과 참가상태는 연령이 호기성 동기($p < .05$)에 참가빈도는 활동성 동기와 신체적 동기($p < .01$)에 영향을 미치는 것으로 나타났다.
3. 참여효과에 영향을 미치는 요인으로는 신체적 동기($p < .05$), 성취동기($p < .01$), 친화성 동기 ($p < .001$)로 나타났다.

결론적으로 에어로빅댄스 참여자의 인구통계학적 특성과 참가상태가 참가동기에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 참가동기는 참여효과에 매우 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

참고문헌

- 고흥환 외 2인(1986), 스포츠심리학 개론, 서울 : 선일문화사.
- 김기웅 외 2인(1995), 운동행동의 심리학, 서울 : 보경문화사.
- 김시덕 외 2인(1995), “여성의 에어로빅 참가와 여가만족의 관계”, 한국체육과학지, 제4 제2회.
- 김동진(1988), “스포츠태도의 형성요인에 대한 연구”, 미간행, 박사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 마정순(1998), “댄스스포츠의 참가동기와 사회적 태도에 관한 연구”, 여주대학논문집, 제6집 제2호.
- 박성계(1996), “스포츠 참가동기와 사회적 태도형성에 관한 연구”, 미간행, 박사학위논문, 동아대학교 대학원.
- 박신이(1994), 에어로빅댄스가 여성건강 및 일상생활에 미치는 영향에 관한 연구.
- 변해심(1996), “에어로빅 운동참여가 여성의 신체상에 미치는 영향”, 미간행, 박사학위논문, 세종대학교 대학원.
- 안영필(1990), 체육 스포츠 사회학, 동아대학교 출판부.
- 이종영(1992), “스포츠와 삶의 질”, 한국스포츠 사회학회 학술회의.
- 임번장(1995), 여가와 삶의 질, 한국스포츠 사회학회보, 제8호.
- 이학래 외 3인(1998), 현대사회와 스포츠, 사람과 사람.
- 채제성(1992), “스포츠 동호인 활동의 사회적 기능에 관한 연구”, 미간행, 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- Bailey, I.C(1977), "Socialization in play, games and sport", *Physical Education*, 34(4).
- Greendorfer, L(1977), "Role of socializing agent in female sport involvement", *Research Quarterly*, 48-2. 305-310.
- Harbrook, C.A(1986), "The sport participation social class relationship", *Sociology of Sport Journal*, 3. 154-159.

- Leonard II, W.M.(1980), "*A Sociological Perspective of Sport*", minnesota minneapolis : burg establishing company.
- Likert, R.A(1932), "Technique for the Measurement of Attitude". *Archives Psychology No.140*, 5-55.
- Maslow, A.H(1970), "*Motivation and Personality*", 2nd ed, New York Harper & Row.
- Snyder, E.E., Spreitzer, E.A(1976), "Correlates of sport participation among adolescent girls", *Research Quarterly*, 47. 804-809.
- Stevenson, C.R(1975), "Socialization effects participation in sport", *Research Quarterly* 46, 287-301.
- Loy, J.W., McPherson, B.D., Kenyon, G.C(1978), *Sport and Social System*, Reading, MA : Addison-Wasley, 20-21.
- Krech, D., Crutchfield, R.S., Ballacley, E.L(1962), *Individual in Society*, New York, McGraw-Hill Book Company.