포스트 코로나 시대 생활체육 활성화 방안

장준민[1,*] · 김태홍[2]

[1]충청남도청 · [2]한국한의학연구원

Life-sports Revitalize Plan for after COVID-19

Jun-min Jang[1,*] · Taehong Kim[2]

[1]Province of Chungcheongnam-do · [2]Korea Institute of Oriental Medicine

E-mail : turtle858@hanmail.net / thkim@kiom.re.kr

요 약

전 세계의 많은 전문가들은 코로나19 바이러스가 완전히 종식된 이후에도 코로나 이전과 똑같은 모습으로 돌아가기 어려울 것이라고 예측한다. 코로나19 사태의 장기화로 비대면 추세가 지속되면서 스포츠 활동이 위축되고 국민들의 운동량은 감소하였다. 사회적 거리두기 단계 상향으로 다중이용시설 이용이 점차 제한되자 비대면 서비스에 대한 수요가 증가하고 있다. 본 연구는 생활체육 참여 실태를 파악하여 포스트 코로나 시대에 적합한 생활체육 활성화방안에 대해서 고찰한다.

ABSTRACT

Experts predict that even after the COVID-19 virus is completely over, it will be difficult to return to the pre-COVID state. As the non-face-to-face trend continued due to the prolonged COVID-19 crisis, sports activities were contracted and the amount of exercise of the people decreased. Demand for non-face-to-face services is increasing as the use of multi-use facilities is gradually restricted due to the higher level of social distancing. This study examines the actual conditions of participation in life sports and considers ways to revitalize sports for life suitable for the post-corona.

키워드

Post Corona, Life Sports, Non-face-to-face, Virtual Reality, Augmented Reality

Ⅰ. 서 론

Covid-19로 인한 팬데믹(Pandemic) 현상은 공중보건뿐만 아니라 경제·사회 전 분야에서 급격한 변화를 가져왔다. 전 세계의 많은 전문가들은 코로나19 바이러스가 완전히 종식된 이후에도 전염병이 창궐하기 이전과 똑같은 모습으로 돌아가기 어려울 것이라고 예측한다[1].

이러한 변화는 생활체육 분야에서도 다르지 않다. 스포츠 활동은 참여자 간의 신체 접촉 및 경쟁을 포함하여 동일한 공간 내에서 하는 대면 활동이고 호흡을 통한 바이러스 전파의 염려로 대부분의 스포츠 활동이 위축되고 있으며 이를 대체하기 위해 실내에서 하는 홈트레이닝 등이 성행하고 있지만, 기존의 생활체육을 대체할 수는 없다[2].

본 연구에서는 팬데믹 상의 기존의 생활체육 활동 위축과 새로운 형태의 비대면 생활체육 수행 현황을 면밀히 분석하고 향후 충청남도의 생활체육 활성화 전략에 대하여 설명한다.

Ⅱ. 2020년 생활체육 참여 실태

문화체육관광부 주관 『2020년도 국민생활체육조사』에 의하면, 규칙적 체육활동 참여자를 대상으로 운동량 변화 여부를 설문한 결과 운동량이 감소했다는 응답이 전년 대비 증가한 것으로 나타났다. 2019년 운동량이 감소했다는 응답자가 4.1%였으나, 2020년은 19%로 전년 대비 15.1%p 증가했다. 반면에 운동량이 증가했다는 응답은 2019년 17.3%에서 2020년 7.1%로 10.2%p 감소했다[3].

* speaker

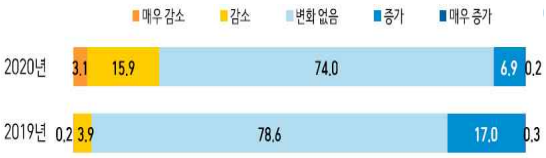

그림 1. 규칙적 체육활동 참여자의 운동량 변화여부[3]

운동량 감소 이유는(1·2·3순위 합계 기준) '체육활동 가능시간 부족(56.9%)', '체육시설 접근성 미흡(36.1%)', '코로나19 영향(36.0%)' 등의 순으로 나타났다. 특히, '코로나19'를 운동량 감소 원인의 1순위로 든 응답자가 30.6%이며, '코로나19'는 설문상 별도로 제시된 보기 항목이 아니라 '기타' 의견으로 제출된 응답임을 볼 때, 코로나19가 체육활동 위축에 큰 영향을 미쳤음을 확인할 수 있었다[3].

그림 2. 규칙적 체육활동 참여자의 운동량 감소이유[3]

III. 포스트코로나시대 생활체육의 변화

코로나 확산으로 인해 사회적 거리두기 단계가 상향됨에 따라 다중이용시설 이용이 점차 제한되자 홈트레이닝, 온라인 콘텐츠 활용 등 비대면 서비스에 대한 수요가 증가하였다[4]. 이에 따라 스마트 트레이닝 플랫폼, 가상현실(VR), 증강현실(AR) 등 과학기술이 결합된 스포츠 활동이 증가하였고 다중이용시설에서의 오프라인 지도보다는 유튜브 등 동영상 또는 온라인 트레이닝 프로그램 제공을 통한 비대면 지도가 확산하였다. 한편, 비대면 서비스에 대한 접근성이 낮은 고령자, 장애인, 저소득층 등은 비대면 생활체육에서의 소외현상이 발생하였다[5].

IV. 포스트코로나시대 생활체육 활성화 방안

팬데믹 현상으로 인해 다중이용시설 사용이 어려워지고, 비대면 활동이 주된 새로운 시대에 맞게 공공의 영역에서도 새로운 지원 및 개발이 필요하다. 이와 같은 상황에서 생활체육 활성화 방안은 다음과 같다.

첫째, 전자제품회사, 통신회사 등과의 접촉을 통해 학교 현장이나 공공체육관 등에 가상현실(VR), 증강현실(AR) 전용 생활체육 체험관을 만들어 운용을 해야 한다. 다수의 학교 및 단체에 기기를 설치함으로써 통신을 이용해 서로 경쟁할 수 있는 동기를 유발할 수 있다.

둘째, 화상전화를 활용하여 서비스 제공자와 이용자 간 양방향 소통을 통한 생활체육 지도 체계를 구축해야 한다. 코로나 지속으로 대면지도가 어려워짐에 따라 생활체육활동이 위축되었는데, 화상전화를 활용한 비대면 지도로 이를 극복할 수 있다.

셋째, 비대면 서비스 취약계층(장애인, 저소득층)을 위해 미디어 기기 임대를 지원하여 온라인 영상 및 프로그램에 접근 할 수 있는 기회를 제공해야 한다. 손쉽게 온라인 영상 및 프로그램에 접근 할 수 있도록 도와야 이들의 소외를 방지할 수 있다.

V. 결 론

본 연구의 목적은 코로나에 따른 생활체육 참여 실태를 파악하여 포스트코로나시대의 생활체육 활성화 방안을 도출하는 것이다. 코로나로 인해 국민들의 체육활동이 위축되었고, 이로 인해 국민들의 신체적, 정신적 건강까지 위협받는 상황이 되었다. 생활체육은 신체의 건강은 물론 정신적 행복까지 책임질 수 있는 강력한 수단이다. 비록 많은 제약이 뒤따르겠지만, 이 연구를 통해 포스트코로나시대의 충남 생활체육을 활성화 전략의 기반이 되기를 기대한다.

Acknowledgement

이 논문은 충청남도공무원교육원 제25기 정예공무원 양성과정 교육생의 개인과제 연구결과입니다.

References

[1] J, J. Heo, "What is clear in the post-corona era", Research Series, Vol. 184, pp. 3-4, 2020.

[2] J. M. Lee, "A Study on Home Training Market Prospect and Development Plan Using Big Data Analysis", Korean Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance., Vol. 60, No. 1, pp. 189-202, 2021.

[3] *2020 National Life Sports Survey,* Ministry of Culture, Sports and Tourism, 2020.

[4] J. E, Jung, "Culture and Sports Policy Change Prospects and Tasks in the Post-COVID-19 Era", Chungnam Institute, Vol. 2020-019, 2020.

[5] J. H, Back, "Research on the Actual Condition of Sports Activities by COVID-19 and Improvements of Sports Activities", Korea Copnvergence Society, Vol. 11, No..12. pp. 343-351, 2020.