

## Search for the change in concurrence and the exercising high school student wrestler

Yu-jin Jang\*

Jaeneung Middle School

**[Purpose]** The purpose of this study is to deeply understand what high school student athletes are doing as athletes and how they are transformed into student athletes from studying and exercising simultaneously. Through this, to understand the life of student wrestlers and to provide basic data for rational improvement of school athletic department. **[Methods]** Participants of the study selected one student in the second grade and two students in the third grade at Woosu high school in metropolitan. Data was collected through in-depth interviews, participant observation, and document analysis. The collected data was analyzed using Domain Analysis and Taxonomic Analysis by Spradley(1979). To assure the credibility of the data, additional checks and analysis were conducted with the participants, and the research process was examined by experts. Moreover, the common contents of the data were included in the research results with multilateral verification. **[Results]** Woosu high school wrestling student athletes were recognized as athletes as a training life to lose their dreams, a school life to stop their work. However, since student athletes have been studying and exercising together, they have been transformed from a trainee to a motivated active, a student who is reborn in the school community, and transformed a reflective student athlete to an immature player on a daily life. **[Conclusion]** The policy of the school athletic department to study and exercise together has a positive effect on student athletes and has a good effect. The introduction and practice of this system can expect true student athletes and establish elite physical education right away.

**Key words:** Student athlete, Study parallel, Training routines, Wrestling

### 서론

최근 정부와 각 시·도 교육청은 공부하는 학생선수 운영, 학생선수 인권 보호 및 지도자 연수 강화, 학교운동부 운영 투명화 등 학생선수들을 위한 노력을 지속해서 하고 있다(Ministry of Education, 2016). 또한, 각계각층에서도 학생선수들의 학습권과 기본권을 보장

해 주기 위해 과도한 훈련을 자제하면서 공부와 운동을 병행하는 진정한 학생선수가 되기를 염원하는 노력이 그치지 않고 있다.

하지만 승리지상주의에 만연해 있는 일선 학교에서는 공부와 운동을 병행하는 제도과 방침을 무시하는 경향이 있다. 일부 지도자는 과도한 훈련을 통해서만이 학생선수들을 훌륭하게 키울 수 있다는 독단적인 생각으로 운동부를 운영하고 있다(Jang, 2010). 학생선수도 공부보다는 운동을 더 중요하게 생각하는 경향이 있으며, 운동과 공부를 병행하기가 어렵다고 인식하고 있다(Kwak et al., 2011; Kim et al., 2009). 학부모마저도 수업

논문 투고일 : 2017. 10. 10.

논문 수정일 : 2017. 11. 21.

게재 확정일 : 2017. 12. 11.

\* 교신저자 : 장유진(dhjyj214@hanmail.net).

참여와 학력 향상보다는 운동에 전념하여 대회에서 좋은 성적을 내는 일에 관심을 더 기울이고 있다(Kwak & Joo, 2014). 이런 이유로 학생선수들은 학습권과 기본권을 침해당하여 학생의 본분을 다하지 못하는 부작용이 초래되고 있다. 훈련만을 강요받는 학생선수들은 정상수업을 제대로 받지 못하고 있었으며, 고작 수업을 받아야 반쪽짜리 오전 수업만을 받는 실정이다. 대회 시즌이 다가오면 수업결손은 더욱더 심해지고, 정상적인 학교의 생활은 엄두도 내지 못하고 있다(Kim & Yoon, 2010; Park, 2011; Back, 2004a). 또한, 기본 교과목마다 일반학생보다 현저히 낮은 학력 수준을 보이고 있다(Park, 2011; Back, 2004b) 이렇게 지나치게 운동만을 지속하는 선수들은 신체적, 심리적으로 부담을 느껴 중도에 운동을 포기하는 결과를 낳고 있다(Seong, 2002; Lee et al., 2011; Yim et al., 2014; Choi, 2014). 나중에는 학생도 아니고 선수도 아닌 상태에서 미래가 보장되지 않는 심각한 상황에 직면하고 있다(Yu & Yi, 2004). 이것은 어느 한 종목에 국한된 것이 아니며, 공부와 운동을 병행하지 않는 모든 학교운동부가 함께 극복해야 할 시급한 과제이다.

이를 해결하려면 먼저 학교에서 학생선수들이 학습권과 기본권을 충족할 수 있도록 훈련을 적정화하는 것이 선행되어야 한다. 우선 지도자의 획일화된 성과 위주의 방식을 학생선수들에게 끼워 맞추기보다는 공부와 운동을 병행할 수 있도록 운동부의 운영을 변화시켜야 한다. 한 예로 학생선수들이 걱정된 훈련을 경험하며 공부를 병행하던 중에 지도자의 교체로 과도한 훈련이 진행된 바 있다. 그 결과, 학생선수들은 운동과 공부의 의욕이 상실되었으며, 전반적인 생활에도 부정적인 영향을 초래하고 있다는 운동부의 사례가 증명해 주고 있다(Kim et al., 2009). 이처럼 학생선수들의 학습권 유무에 따른 운동부의 운영이 어떻게 이루어지느냐에 따라 학생선수들에게 작용하는 영향은 상당히 다를 수 있다. 따라서 학습권이 보장된 운동부의 운영은 학생선수들에게 긍정적인 영향을 미치는 데 많은 도움을 줄 수 있다. 이를 위해 각계각층의 노력이 계속되어야 학생선수들이 공부와 운동을 병행하여 바르게 성장할 수 있는 계기를 마련할 수 있을 것이다.

그동안 공부와 운동을 병행하는 학생선수들을 육성하기 위한 연구들을 살펴보면, 학생선수들에게 공부는 운동보다 우선시되어야 하며, 이는 운동능력 향상에 많은 도움을 주고 있다(Lee et al., 2007). 학생선수들도 학습권 보장은 필요하며, 기초학력 향상과 운동에 도움을 줄 수 있는 수업을 기대하고 있다(Jang, 2016). 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 학업의 중요성을 알고 학력 향상과 운동 기능은 물론, 대회 성적에도 좋은 성과를 이루고 있다(Im, 2012). 공부와 운동을 병행하는 학생선수 중에는 학력 향상은 있으나, 운동하는 시간이 짧아 다른 학교의 학생선수보다 운동 기능 향상이 뒤쳐진다고 인식하고 있다. 하지만 시간이 지날수록 다른 학생선수에 비해 좀 늦게 향상될 뿐 점점 나아질 거라는 믿음을 갖고 있다(Jeon, 2012). 공부와 운동병행은 학생선수들에게 어려움으로 작용하고 있지만, 점점 학교 생활에 적응하면서 공부의 어려움을 극복하기 위해 노력하고 있다(Kim, 2011). 일부 학교에서는 최저학력 기준을 마련하여 정상수업은 물론, 학교 성적과 그에 따른 보충 계획을 세워 공부하는 학생선수로 육성하고 있다(Park & Lim, 2015; Lee & Back, 2016). 이렇게 학교마다 학생선수들의 학습권과 기본권을 보장해 주어 스포츠의 가치를 체득할 수 있도록 이끌어주는 학교운동부가 되도록 모색하고 있다(Lee, 2012).

이와 같은 선행연구들은 학생선수들의 학습권 보장을 위해 공감하면서 공부와 운동을 병행하는 진정한 학생선수를 만드는 데 큰 도움을 주고 있다. 하지만 학생선수들이 운동만 수행한 경험과 공부를 병행하면서 변화하는 과정을 동시에 다루는 연구는 미흡한 실정이다. 그러므로 학생선수들이 운동만을 수행할 때와 공부병행으로 인한 변화의 모습을 제공한다면 공부를 외면하는 운동부 주체들에게 많은 이해를 도울 수 있다고 본다. 따라서 운동만을 수행한 고등학교 레슬링 학생선수들은 어떠한 운동부 생활을 하고 있으며, 운동과 공부병행으로 어떻게 변화하는지 심층적으로 탐색하는 데 목적이 있다. 이를 통해 공부하는 학생선수들의 삶을 이해하고, 학교 운동부 운영을 합리적으로 개선하기 위한 기초자료를 제공하는 데 있다.

## 연구방법

### 연구 참여자

본 연구에서는 수도권 지역 우수고등학교 레슬링부를 연구환경으로 선정하여 질적 연구인 사례연구를 시행하였다. 우수고등학교 레슬링부는 30년이 넘는 동안 훌륭한 선수들을 많이 배출한 전통 있는 운동부이다. 하지만 최근까지도 학생선수들에게 오전 수업만 받게 하며, 아침부터 저녁까지 이루어진 과도한 훈련으로 학생선수들이 도태되고 있었다. 이를 위한 대책으로 2014년 12월에 학교와 운동부 주체들의 결정으로 훈련시간을 조정하고, 운동과 공부를 병행할 수 있는 방침을 학생선수들에게 반영하였다.

연구자는 처음에 학생선수들이 정상수업을 받지 않고 훈련만을 수행한다는 정보를 얻고 그들의 경험을 탐색하려고 하였다. 하지만 공부와 운동을 병행하는 방침으로 변경되면서 그들에게 어떠한 변화가 이어지는지를 같이 탐색하기 위해 계속해서 연구를 진행하였다.

본 연구는 수도권에 소재하고 있는 우수고등학교 레슬링부 학생선수들을 연구 참여자로 선정하였다. 연구 참여자는 2학년 1명과 3학년 2명을 목적 표집 방법의 하나인 동일 집단 표집 방법을 채택하였다(Patton, 1991). 그 이유는 연구 참여자들이 한 운동부의 구성원으로서 비슷한 환경과 구조 속에서 이루어지는 그들의 경험과 감정이 무엇인지를 탐색할 수 있기에 채택하였다.

연구 참여자 중 '가' 학생수는 그레코로만형 97kg급 3학년 학생선수이며, 지역대회와 전국대회에서 각종 메달을 획득하였다. 중학교 때 공부를 병행하며 레슬링을 배웠으며, 국가대표를 희망하고 있다.

'나' 학생수는 3학년으로 자유형 69kg급 학생선수이며, 전국대회의 성적은 없으나 지역대회에서는 각종 메달을 획득하였다. 중학교 때부터 오전 수업만을 받으며 운동만을 수행하였으며, 레슬링 지도자를 희망하고 있다.

'다' 학생수는 2학년으로 그레코로만형 91kg급 학생선수이며, 전국대회의 성적은 없으나 지역대회에서는 각종 메달을 획득하였다. 중학교 때 공부를 병행하며 레슬링을 배웠으며, 레슬링 지도자를 희망하고 있다.

### 자료 수집

자료는 2014년 9월부터 2015년 7월까지 약 11개월 정도 우수고등학교 레슬링 학생선수들의 훈련과정과 이에 따른 경험을 토대로 한 심층면담, 참여관찰, 문서자료를 통하여 수집하였다.

학생선수의 심층면담은 사전에 학교와 학부모에게 승낙을 받고 연구 참여자들에게 연구의 목적, 절차 등을 설명한 후, 면담시간과 장소 등을 결정하였다. 모든 면담은 2015년 동·하계방학 때 주말을 이용하여 체육관 사무실에서 학생선수마다 약 1시간 정도 6회씩 총 18회의 개별 면담이 이루어졌다. 면담은 소형녹음기를 이용하여 전 과정을 녹음하였다.

우선, 2014년 9월부터 12월 중순까지 훈련만을 수행한 과정과 이와 관련된 전반적인 상황에서 느끼는 감정과 경험에 대해 면담하였다.

1차면담은 운동만 수행한 훈련과정과 이와 관련된 전반적인 사항에 대해 비구조화 면담 방법으로 질문하였다. 2차·3차면담은 훈련과정과 학교생활에서 이루어지는 경험과 그들이 느끼는 감정이 무엇인지를 반구조화 면담을 통해 자료를 수집하였다. 훈련과정에 대한 면담은 "아침 훈련 중 힘들면 지도자에게 어떻게 표현하나요?" 등의 질문과 학교생활에서는 "수업시간에 졸고 있는 태도에 대해 선생님은 어떻게 반응을 보이나요?" 등으로 질문하였다.

또한, 2014년 12월 22일부터 2015년 7월까지 공부와 운동을 병행하며 이루어진 훈련과 이와 관련된 전반적인 상황에서 느끼는 감정과 경험에 대해 면담하였다.

이에 따른 1차면담은 공부를 병행한 훈련과정과 이전과는 어떻게 다른지 반구조화 면담 방법으로 질문하였다. 2·3차면담은 공부와 운동에 대한 인식과 관계, 공부와 운동병행으로 이루어지는 수업과 학교생활, 운동부 주체들과의 관계에 대해 반구조화 면담을 통해 자료를 수집하였다. 이에 대한 면담은 "훈련에 임하는 태도가 과도한 훈련 때와는 어떻게 다른가요?", "공부가 운동에 도움을 주고 있나요?" 등으로 질문하였다.

이런 절차를 통해 연구 참여자들은 훈련만을 수행하면서 상당히 어려움을 겪고 있었으며, 긍정적인 측면은 발견하지 못하였다. 하지만 공부와 운동을 병행하면서부터는 인식의 전환과 전반적인 생활이 원활해지는 등 긍

정적인 방향으로 나아가고 있는 것을 알게 되었다. 연구 참여자들과 면담하면서 미흡한 부분과 참여관찰에서 이해가 되지 않는 부분은 그다음 면담에서 추가로 질문하여 궁금한 내용을 얻을 수 있었다.

참여관찰은 훈련에 방해되지 않는 범위 내에서 이루어졌으며, 방문할 때마다 지도자와 상의하여 참여하였다. 훈련만을 시행할 때에는 아침, 오후, 저녁 훈련을 진행하였기에 훈련마다 3회씩 관찰을 시행하였다. 훈련방향이 변경된 이후인 2015년 방학 중에는 오전, 오후만 훈련을 진행하여 훈련마다 2회씩 관찰하였으며, 1학기부터는 오후 훈련만 진행하였기에 한 달에 2회씩 실시하였다. 처음에는 훈련의 전반적인 사항을 관찰하였으며, 차츰 훈련과정 전체를 관찰하기보다는 연구에 도움이 되는 특징적인 행동이나 말을 집중적으로 관찰하면서 현장 노트에 기록하였다. 관찰하는 도중 의문사항은 계속 이어지는 훈련 때문에 직접 물어보지는 못하고, 훈련이 끝나면 어떠한 상황이었는지 질문하여 확인하고 분석 자료로 활용하였다. 참여관찰을 하는 동안 훈련장면의 상황, 학생선수와 지도자의 관계 등을 파악할 수 있었다. 하지만 수업은 학교 사정과 사생활을 보호하는 차원에서 심층면담으로 대체하여 자료를 수집하였다.

문서자료는 지도자에게 부탁하여 학생선수의 운동일기, 훈련계획서와 훈련일지를 수집하였다. 특히 운동일기는 학생선수들에게 특징적인 날을 정하여 편하게 쓸 수 있도록 하였으며, 공부와 운동을 병행한 이후부터는

그 날 상황에 따라 변경 전의 경험과 어떻게 다른지를 써달라고 부탁하였다. 이로 인해 학생선수들이 느끼는 감정과 이를 토대로 한 전반적인 생활에 대해 많은 정보를 얻었으며, 심층면담과 다르지 않음을 확인하였다. 또한, 훈련계획서와 훈련일지를 수집하면서 훈련만을 진행할 때와 공부를 병행할 때의 훈련을 비교할 수 있었으며, 레슬링부의 훈련계획은 <Table 1>과 같다.

## 자료 분석 및 진실성

수집한 자료는 Spradley(1979)가 제안한 영역 분석과 분류 분석 방법을 사용하였다. 수집한 자료를 여러 차례 반복하여 읽으면서 의미를 찾아 요약하고, 동일한 성질을 가진 부류로 구성하여 범주화하였다. 먼저, 여러 종류의 영역을 발견하기 위해 학생선수들이 경험한 훈련과 학교생활의 감정, 공부와 운동과의 관계, 운동부 주체들과의 관계, 친구와 교사와의 관계 등 전반적인 상황에서 형성하는 공통된 어휘를 발견하였다. 그리고 핵심 주제를 찾기 위해 영역 내의 더 작은 범주인 포함 용어를 표시하여 하위범주들 사이의 의미론적 관계를 확인하여 영역을 명료화하였다. 또한, 분석 대상 영역에 포함된 모든 용어를 찾아 적절한 관계는 성립하는지를 분류하고, 하나의 범주로 포함할 수 있는 더 큰 영역이 있는지 검토하여 주제를 발견하였다. 이에 따른 분석과정은 <Table 2>와 같다.

Table 1. Woosu high school wrestling department training plan

Division	Early morning training	Class / Morning training	Afternoon training	Evening training
2014 Training plan	Semester program (7:00~8:00) Fitness training (running, stairs running, etc.)	(8:50~12:40) Morning classes	(15:00~17:00) Technical training Practice games	(19:00~20:00) Fitness training Technical reinforcement training
	Vacation program (7:00~8:00) Fitness training Battery training (mountain training)	(10:00~11:30) Physical training Technical training	(15:00~17:00) Technical training Practice games	(19:00~20:00) Fitness training Technical reinforcement training
2015 Study Training parallel plan	Semester program	(08:50~16:30) Normal classes School life	(17:00~19:00) Technical Physical training Practice games	Personal training
	Vacation program	(10:00~11:30) Physical training Technical training	(15:00~17:00) Technical Physical training Practice games	Personal training

Table 2. Analysis process

Giving meaning to the raw data	Domain	Subcategory	Upper category
* Morning training to avoid, Morning training like the hell, An angry and scolding coach, Tight training before class, Give up dreams and hope, Nostalgic middle school after-school training, A coach and parents' reproach, Physical and psychological burden	Morning training to give up		
* Gym that does not want to go, Tired afternoon training, Rough afternoon training, Hate sparring, Coach without praise, Indifference to competition, A coach and parents' reproach	Afternoon training disgusting mat training	Excessive training to lose a dream	
* Evening training to avoid, Uninterrupted training, Lose strength evening training, Strength fitness training and reinforcement training, An angry coach, Parents' reproach, Physical and psychological burden	Languishing evening training		Athletic life of the only exercising student wrestler
* Exercise bag not school bag, Student athlete with bad class attitude, Absence of study importance, Classroom as the resting place, Deprivation of learning rights to game season, Lower educational level, A teacher in vain	Students not interested in studying	School life that does not fulfill the duty of student	
* Sleep break time, Go to the store with colleagues, Absence of true friends, Half-school life, School with name only, Indifference to school events, Disconnect from friends and teachers, Meaningless school life	School life as a marginal man		
* From distrust to trust for athletic operations, Exercise again in abandonment, Nice after school training, Other exercise world, Lively afternoon training, Serious afternoon training, Intensive training, Uninjured exercise, Tolerable training, Training to achieve dreams, Exercise yourself, Coaching kindly coach, Student athletes asking, Be scolded understanding mind, Pleasure of exercise, Physical and psychological stability	From headed to voluntary afternoon training	From a trainee to a motivated active	
* Work out scarce, Physical training to help earn medals, Training to help with stamina, Great personal training, Physical and psychological stability	Voluntary evening training		
* The joy of winning a medal, Commitment for good grades, Encouragement and praise of coach for the game results, Camaraderie formation, Getting exercise and you want to, A dream that can be achieved	The effect of voluntary training		
* From the tardiness to the right class preparation, From exercise bag to school bag, Regret of late studying, Study to know, A difficult but worthwhile study, Connect with exercise, Different attitudes, Miraculously came up with homework, Realize the importance of studying, Slowly get a grade, Improved comprehension, Encouragement and praise from friends and teachers	Return to a student	From a marginal student to a student born again	Change of student wrestler due to studying parallel
* A member of the school, From inconvenience to an honorable act, Space to give dreams and hope, A good friendship and student-instructor relations, Most enjoyable lunch time, Another world, Building memories	School life feeling sense of belonging		
* From miscommunications to communications, Reflection on exercise attitude, Sorry and gratitude to the coach, Study and exercise hard, Repay with good results of competition	Introspection about the wrong behavior to the coach	From an immature player on a daily life to a reflective student athlete	
* Reflection on the attitude of the class, Sorry and gratitude to the teacher, Gratitude to a friend, Study and exercise hard	Introspection about the wrong behavior at school		
* From miscommunications to communications, Reflection on exercise attitude, Sorry and gratitude to parents, A good family relationship, Knowing the importance of your family, Study and exercise hard, Having a meaningful weekend, Psychological stability, Repay with good results of competition	Introspection about the wrong behavior to parents		

수집한 자료를 분석하는 과정과 결과에 대하여 연구자의 주관성을 최소화하고, 연구의 진실성을 확보하기 위해 전사한 자료와 분석한 결과를 연구 참여자들에게 확인하였으며, 보다 신뢰가 있는 연구가 될 수 있도록 질적 연구의 충분한 경험을 가진 2명의 전문가가 검토하였다. 또한, 수집한 자료의 내용이 일관성이 있는지를 알아보기 위해 다각도로 검증을 시행하였다.

## 연구결과 및 논의

심층면담, 참여관찰, 문서자료를 통해서 수집한 자료를 종합적으로 분석한 결과, 우수고등학교 레슬링 학생선수들은 꿈을 잃게 하는 과도한 훈련생활과 학생의 본분을 다하지 못하는 학교생활을 경험하고 있었다. 하지만 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 훈련에서의 수동자에서 의욕적인 능동자로, 학교의 주변인에서 거드나는 학생으로, 일상에서의 미성숙자에서 성찰하는 학생선수로 변화하고 있었다.

### 운동만 수행한 레슬링 학생선수들의 운동부 생활

#### 꿈을 잃게 하는 과도한 훈련생활

아직도 학교운동부의 학생선수 중에는 대회에 좋은 성적을 내기 위해 과도한 훈련에 시달리고 있다.

연구에 참여한 학생선수들은 오랫동안 오전 7시에 아침 훈련을 시작으로 오전 수업과 오후 훈련을 포함한 저녁 8시까지 이루어지는 훈련에 매우 힘들어하고 있었다. 이들은 운동 시간마다 강도 높은 훈련을 강요받으면서 한계에 다다르고 있었다. 특히 이른 아침에 운동장에서 200m 달리기, 사람 메고 뛰기 등을 하면서 시간 안에 들어오지 못하면 제대로 할 때까지 계속되는 훈련을 지옥의 그라운드로 생각하고 있었다. 주말에도 제대로 쉬지 못하며 오전과 오후에 훈련을 강행하고 있었으며, 대회를 앞두고는 휴일까지도 반납하는 처지에 놓여 있었다. 또한, 지도자와의 훈련 속에서 격려와 칭찬은커녕 꾸중으로 훈련에 참여하면서 더욱더 힘들어지고 있었다. 방학 중에도 예외는 아니어서 학기 중의 오전 수업시간

을 훈련으로 대신하면서까지 과도한 훈련에 시달리고 있었다. 전지훈련 중에는 산악훈련까지 곁들이는 것은 물론, 산에 오르는 기록이 저조하면 횡수가 늘어나는 또 다른 지옥훈련을 거치면서 학생선수들은 운동기계로 내몰리고 있었다.

코치님은 아침에 달리기를 제대로 못 한다고 계속해서 시키고, 우리는 힘들어 찢찢매고 있는데도 정신력으로 버티면 된다고 말하세요. 다른 학교 애들은 우리보다 운동을 더 많이 하는데 어떻게 메달을 딸 수 있냐며 대학 간 선배들도 참고 훈련했으니 견디라고만 하세요. 진짜 아침훈련은 죽겠고 지옥이에요(‘다’ 학생선수).

우수고등학교 레슬링 지도자는 학생선수들에게 힘든 훈련을 정신력으로 버티면 이겨낼 수 있다고 하였으며, 오로지 강도 높은 훈련량에 비례하여 좋은 성과를 얻는데 효과적이라고 인식하고 있었다. 연구에 참여한 학생선수들은 훈련이 힘든 것을 지도자에게 표현했지만, 그 요구가 반영되지 않고 있었다. 학생선수들은 이런 지도자에 대해 부정적으로만 인식하며 운동하기를 기피하는 문제가 발생하고 있었다. Jang et al.(2012)의 연구에서도 레슬링을 배우는 학생선수들은 지도자의 독단적이고, 성과위주의 훈련방식을 과도하다고 느끼며, 부정적인 측면을 내면화하고 있었다. 이처럼 연구에 참여한 학생선수들은 지도자에게 이끌리는 과도한 훈련을 잘못된 훈련방식으로 인식하며 운동하는 참다운 의미를 찾지 못하고 있었다. 또한, 운동으로 진로를 정하여 꿈을 이루겠다는 의지마저 잃게 하고 있었다.

처음에는 훈련이 심해서 적응하기 어려워 힘들었는데 좋은 대학에 가서 국가대표라는 꿈을 이루기 위해 참고 열심히 노력해야겠다고 다짐했어요. 근데 1학년 겨울방학 때 온종일 하는 훈련이 너무 힘들어서 점점 하기 싫다는 생각이 들었어요. 그때부터 꿈이고 대학이고 모두 싫어졌어요(‘가’ 학생선수).

연구에 참여한 ‘가’와 ‘다’ 학생선수는 레슬링을 배우면서 국가대표와 지도자의 꿈을 희망하고 있었다. 학생선수들은 꿈을 이루기 위해 열심히 운동에 전념하고 있었지만, 전에 느꼈던 훈련 강도보다 더욱더 강해지면서 많은 어려움을 겪고 있었다. ‘나’ 학생선수는 레슬링 지도자가 되고 싶었지만, 계속해서 이어진 과도한 훈련에 많

이 지쳐있는 모습을 보이며 운동을 그만둘까 하는 갈등에 빠져 있었다. 운동선수들이 느끼는 과도한 훈련은 그들에게 신체적, 심리적 부담을 안겨 줄 뿐만 아니라 자신감을 잃게 하여 운동을 중도에 포기하는 요인으로 작용하고 있다(Seong, 2002; Lee et al., 2011; Yim et al., 2014; Choi, 2014). 연구에 참여한 학생선수들은 선·후배의 갈등과 폭력, 부모의 운동 반대나 경제적 어려움 등의 요인은 없었다. 오로지 지도자에 의한 신체적, 심리적으로 견디지 못하는 과도한 훈련이 이들에게 운동을 중도에 포기하는 위기의 원인으로 크게 작용하고 있다. 대부분 운동선수는 과도한 훈련이 운동을 포기하는 가장 큰 원인으로 작용하고 있으며, 그 원인으로 꿈과 희망까지 저버릴 수 있다는 유사한 결과(Lee et al., 2011)가 입증해주고 있다.

오늘도 운동이 싫어서 오후에 훈련하러 가지 않고 게임방에 계속 있다가 집에 늦게 들어갔다. 부모님은 벌써 야시고 화부터 내셨다. 말을 해도 통하지 않았다. 운동이 힘들어서 싫은 건데 코치님과 부모님은 제 마음도 몰라주고 막무가내로 운동만 하라고 한다. 계속해서 이렇게 운동하는 게 너무 힘들고 이전 그만했으면 좋겠다('나' 학생선수 운동일기).

학생선수들은 처음에는 좋아하는 운동을 선택하였기 때문에 원대한 꿈을 가질 수 있지만, 고등학교를 진학하면서 점점 운동이 힘들고 무기력해지면서 꿈을 이루기가 어렵다고 하였다(Kwak et al., 2011). 학생선수들이 훈련만을 경험할 때에는 운동과 공부, 심지어 일상생활까지 무의미하며, 공부를 병행하는 학생선수들이 경험하는 운동의 의미와는 확연히 다르므로 지도자의 코칭이 얼마나 중요한지를 확인해 주고 있다(Kim et al., 2009). 학생선수들이 열심히 노력할수록 꿈과 희망이 다가오는 것을 느끼며 운동을 지속해야 하는 데도 반대의 현상이 오는 것은 학교운동부가 아직도 많은 문제점을 안고 있음을 시사하고 있다.

#### 학생의 본분을 다하지 못하는 학교생활

과도한 훈련에 시달리는 학생선수들은 일반학생과 같은 학생임에도 불구하고, 학교와 같은 공간마저도 바로 제공되지 못한 채 운동하는 작은 공간에만 얽매어 있다(Yu & Yi, 2004).

연구에 참여한 학생선수들은 빠듯한 훈련 일정으로 학습권을 보장받지 못하고 있었으며, 공부에 대해 전혀 신경도 쓰지 않고 있었다. 또한, 친구 외에도 일반학생들과 어울리면서 학교생활을 영위할 수 없었으며, 학교 교사들과도 원만한 관계를 유지할 수 없었다. 이들에게 학교는 즐거움을 주거나 도움을 주는 공간이 아닌 훈련만을 제공하는 공간으로 작용하고 있었다. 오로지 운동장과 체육관이라는 작은 공간에만 갇혀 학교에서의 다양한 경험을 할 수 없었다.

아침에 운동복과 수건만 챙겨서 등교하고 있어요. 늦게 일어나는 날이면, 아침에 그 전날 가방을 그냥 들고 나오는 경우도 있고요... 책을 안 본 지가 언제인지 모르겠어요. 아마 1학년 때 받은 책이 아직도 그대로 있을 거예요. 저희한테는 볼 시간도 없지만, 필요 없는 무거운 짐 같은 거로 생각해요('다' 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 일반학생들보다도 일찍 등교하였지만, 훈련을 마치면 피곤함을 안고 간신히 1교시 수업시간에 맞춰 입실하고 있었다. 하지만 이들의 책가방 속에는 운동복과 세면도구뿐이었으며, 수업시간에 있어야 할 책과 공책은 없었다. 수업시간에는 엎드려 자거나 교사의 눈치를 보며 조는 시간이었다. 또한, 졸지 않으면 그냥 멍하니 앉아 탄생각하거나, 칠판이나 교실 주변을 두리번거리는 것이 전부였다. 특히 수업시간에 엎드려 자는 것과 앉아서 조는 것에 대해 대부분의 교과목 교사들이 크게 신경 쓰지 않고 있었다. 연구에 참여한 학생선수들은 교실이 오로지 아침 훈련이 끝나면 오전 수업시간 동안 앉아 쉬는 휴게 공간으로 인식하고 있었다. 또한, 대회 시즌이 다가오면 컨디션 조절이라는 핑계로 교실 근처에도 가보지 못한 채, 학습권은 완전히 박탈당하고 학력 수준마저 하위권을 맴돌고 있었다. 연구 참여자들처럼 수업을 제대로 받지 않거나 수업을 받아도 태도가 나쁘고 집중력이 떨어지는 학생선수들은 일반학생들보다 현저히 낮은 학력 수준을 나타내고 있다는 Park(2011)과 Back(2004b)의 연구결과가 확인해주고 있다. 이처럼 과도한 훈련은 학생선수들에게 학습권을 보장받지 못하게 할 뿐만 아니라 기초학력이 부족해져 성적저하로 이어지는 악영향을 미치고 있다.

수업시간에는 힘들어서 특하면 옆드려 자거나 졸아요. 선생님들은 수업 시간에 졸아도 크게 신경 쓰지 않으세요. 깨우는 선생님이 계시면 잠깐 일어나서 있다가 눈치 보며 또 졸곤 했어요. 잠을 안 잘 때는 그냥 멍하니 앉아 있었어요. 무슨 내용인지 전혀 몰라서 성적은 바닥이고, 이젠 하도 모르니까 알고 싶은 생각도 없어요. 이러느니 아예 대회 때처럼 컨디션 조절하면서 수업 안 들어가는 게 더 나은 것 같아요(‘나’ 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 수업이 끝나면 쉬는 시간에도 계속 피곤하여 자든지, 아니면 운동 선후배들끼리 만나 매점에 가서 허기를 달래는 것이 전부였다. 과도한 훈련을 경험하는 학생선수들은 학교 친구들과 교사들과의 소통이 제대로 이루어지지 않아 단절되고 있었으며, 운동부의 동료와 선후배로 구성된 집단만을 이루며 지내고 있을 뿐이었다(Yi, 2003). 이뿐만 아니라 학교의 전반적인 행사에 대하여 제대로 알고 있지도 않았지만, 안다고 해도 운동으로 인해 전혀 상관없는 학교생활로 간주하였다. 이들이 인식하는 학교는 오로지 대회에 나갈 때 이름을 걸고 나가는 것뿐이었으며, 자기들과는 전혀 상관없는 공간이라고 여기고 있었다. 이처럼 연구에 참여한 학생선수들은 과도한 훈련생활에만 얽매어 즐거워야 할 학교생활마저도 제대로 찾지 못하고 있었다. ‘가’와 ‘다’ 학생선수는 중학교 시절처럼 공부와 운동을 병행하며 즐겁게 학교에서 생활한 것을 그리워하며 갈망하고 있었다. 훈련만을 강요받는 학생선수들은 교사와 급우들과의 교류가 없었기 때문에 좋은 추억은 간직하지 못하고 있었으며, 운동생활에서의 좋지 않았던 일만이 기억에 남을 뿐이었다(Yu & Yi, 2004). 연구에 참여한 ‘나’ 학생선수의 학교생활은 운동하지 않았던 초등학교가 전부였으며, ‘가’와 ‘다’ 학생선수는 공부와 운동을 병행했던 중학교로 시간이 묶여 있었다.

오전 수업은 피곤함을 달래는 쉬는 시간이고, 쉬는 시간에는 잠을 자든지 아니면 배고프니까 애들하고 매점에 가서 먹는 게 다예요. 다른 친구들과 놀 시간도 없고, 체육대회, 수학여행이 언젠지 알지도 못해요... 학교는 대회에 나갈 때만 필요한 이름 정도죠. 이제는 학교의 일에 신경 쓰지도 않아요. 자주 중학교 때가 생각나고 그리워요(‘가’ 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 과도한 훈련생활로 수업

결손과 학교생활의 단절로 이어지고 있는 것을 확인할 수 있었다. 학생선수들에게 공부는 운동보다 우선시되어야 하며, 학업의 중요성을 알아야 한다고 강조하고 있다(Lee et al., 2007). 우수고 레슬링부처럼 빠듯하게 이루어지는 훈련은 학습역량뿐만 아니라, 원만한 학교생활도 기대할 수 없다. 또한, 미래의 삶을 책임질 수 있는 긍정적 자아개념을 형성하는데도 많은 어려움이 따른다는 Kim(2006)의 연구가 입증해 주고 있다. 운동만을 강요하는 운동부는 공부와 학교생활을 등한시할 수밖에 없는 입장에서 학생의 본분을 다할 수 없도록 만들고 있다(Kim & Yoon, 2010; Park, 2011; Back, 2004a).

이를 바로잡기 위해서는 학생선수들이 반드시 학습권과 기본권을 보장받을 수 있는 인격체로서 존중받아야 한다고 주장하고 있다(Yu, 2005; Lee, 2012; Lee, 2009; Lee, 2010; Hong & Yu, 2007). 학교는 학생선수들에게 절망을 주는 곳이 아닌 마음 편히 공부와 운동을 즐기며 학생의 본분에 전념할 수 있는 희망과 의미의 공간이 될 수 있도록 운동부 운영이 이루어져야 한다.

### 공부병행으로 인한 레슬링 학생선수들의 변화

#### 훈련에서의 수동자에서 의욕적인 능동자로

우수고등학교 운동부의 주체들은 연구에 참여한 레슬링 학생선수들이 학생과 선수의 본분을 다하지 못하는 생활을 지켜보면서 학생선수로 거듭날 수 있도록 공부와 운동을 병행하는 방안을 제시하였다. 학기 중에는 아침 훈련 없이 정상수업을 받고, 방과 후 훈련만을 진행하도록 하였으며, 방학 중에도 오전과 오후에 두 번 집중적으로 훈련하기로 하였다. 주말에는 휴식을 취하고, 대회 시즌이 다가올 때만 토요일 오전과 오후에 훈련하기로 정하였으며, 일요일은 각자 컨디션 조절에 힘쓰기로 하였다. 대회에 출전할 때도 무리한 체중 감량은 없었으며, 시합 대비 훈련이 끝나면 출전하는 체중에 맞게 체중을 조절하고 있었다. 또한, 시합이 끝나거나 방학 중에 휴가를 보내주기로 방침을 세웠다. 연구에 참여한 학생선수들은 이런 제안이 처음에는 믿기지 않았지만, 새로운 방안들이 지켜지면서 훈련에 임하는 태도에 변화가 오기 시작하였다.

처음에는 믿기지 않았어요. 좀 있으면 예전처럼 돌아가거나, 시합을 앞두고는 아침과 저녁 훈련도 다시 할 거로 생각했어요. 근데 아닌 거예요. 아침 훈련 없이 수업하니까 졸리지도 않고, 잘 몰라도 들으려고 했어요. 근데 자꾸 들으니까 조금씩 알게 되고, 운동과 관련지어 생각도 해서 도움이 많이 되었어요. 오후 훈련이 좀 힘들어도 부원들과 즐겁게 집중해서 열심히 하고 있고, 잘못된 기술을 고치려고 노력해요. 제대로 못 하면 코치님께 혼나기도 하는데 크게 힘들지 않아요. 체력이 부족한 것은 저녁에 개인 훈련을 하면서 많이 좋아진 것 같아요(‘다’ 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들이 과도한 훈련을 경험할 때는 오로지 지도자가 지시하는 훈련방식에 따르며 기계처럼 움직이고 있었다. 힘들면 훈련에 불참하거나, 지도자에게 혼나는 것을 감수하며 피를 부려 적당히 훈련에 임하였다. 그러나 공부와 운동을 병행하면서 하루에 2시간밖에 없는 훈련에 열심히 집중하면서 스스로 운동을 해야겠다는 내적 동기가 강해지고 있었다. 또한, 훈련과정에서 잘못된 부분이 무언지 수정하고, 저녁에는 스스로 훈련하며 부족한 부분을 채우고 있었다.

연구에 참여한 학생선수들은 제일 힘든 아침 훈련을 참가할 때마다 훈련하기 싫었던 피로운 심정이 없어져 더욱더 신체적, 심리적으로 안정을 찾아가고 있었다. 수업시간에도 피곤함이 없어 졸지 않았으며, 배운 내용을 운동과 관련지어 생각하며 많은 도움을 얻고 있었다. 또한, 방과 후 훈련시간에는 즐겁게 운동하며 의욕적인 태도를 보였으며, 지도자의 꾸중을 잘 되라는 채찍질로 받아들이고 있었다.

오후 훈련만 있으니까 그 시간만은 열심히 노력하려고요. 요새는 아픈 데도 없고 훈련이 부족하면 저녁에 헬스장에서 보충하고 할 만해요... 이상하게도 운동을 많이 안 했다는 생각이 들어 시합에서 잘할 수 있는지 걱정했는데 전국대회에서 동메달을 획득했거든요. 다음 시합에는 더욱더 자신 있게 시합해서 좋은 성적으로 꿈을 찾아가고 싶어요(‘가’ 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 정상수업을 마치고 방과 후에 수행한 운동의 효과는 대회에서도 좋은 결과로 나타나고 있었다. 특히 ‘가’ 학생선수는 방과 후 훈련 외에도 집 근처의 헬스클럽에서 일주일에 세 번씩 연습한 체력훈련 덕분에 전국대회에서 좋은 성적을 거둘 수 있었

다. 앞으로도 열심히 훈련하여 다음 시합에는 더욱더 자신 있게 시합을 치르고, 좋은 성적으로 대학에 진학하여 국가대표라는 꿈을 이루겠다고 하였다. 운동은 성공적으로 수행할 수 있다는 자신감과 강한 믿음이 동반되어야 훈련과정에서 효과를 볼 수 있으며, 대회에서도 좋은 성적을 거둘 수 있다는 Bandura(1997)의 연구가 확인해주고 있다.

다른 연구 참여자들은 메달을 획득하지는 못하였지만, 전보다는 시합 내용이 좋았기에 지도자에게 더욱더 열심히 하라는 격려를 받았다. 그뿐만 아니라 동료의 메달 획득에 자극이 되어 시합에서의 부진한 면을 반성하며 더욱더 열심히 훈련하겠다고 다짐하였다. Weinberg & Gould(1995)의 연구에서도 학생선수들은 꿈을 이루기 위한 장기적인 목표를 세우는 것이 중요하다고 하였다. 이를 실현하기 위해서는 연구 참여자들처럼 운동에 전념하며 대회에서의 더 나은 성적을 위한 단기목표를 정하고, 주어진 생활에 최선을 다해야 이룰 수 있다고 하였다.

시합장에서 후배하고 응원하면서 친구가 메달을 따서 기분이 좋았다. 시합에 저서 마음이 불편하였지만, 코치님께서도 시합 내용이 좋았으니 열심히 하면 된다고 힘을 주셨다. 수업을 마치고 운동해서 많이 부족하다고 생각했는데 오후 훈련을 열심히 해서 좋아진 것 같다. 이제는 운동이 하고 싶어 지니 열심히 훈련하여 코치님과 부모님께 좋은 성적으로 보답해야겠다(‘나’ 학생선수 운동일기).

연구에 참여한 학생선수들은 공부병행으로 훈련량이 갑자기 줄어들면서 시합에 부담을 안고 출전하였지만, 상대 선수보다 기량이 부족하지 않다는 것을 느끼고 있었다. Jeon(2012)의 연구에서도 학생선수들은 공부병행으로 운동 시간이 줄어들면서 다른 학교의 학생선수보다 운동 기능 향상이 뒤처진다고 인식하였다. 그러나 시간이 지날수록 점점 나아질 거라는 믿음을 가지고 대회에서의 좋은 성적을 기대하고 있었다. 이러한 결과들은 억지로 하는 과도한 훈련 때와는 달리, 즐거운 마음으로 의지를 다지고 훈련에 전념하며, 부족한 부분을 스스로 극복하였기 때문에 일궈낸 성과이다.

Jang & Son(2008)의 연구에서도 학생선수들이 스스로 선택한 훈련에 대하여 즐거운 경험과 운동 전념의

기회로 삼으면서 좋은 성적을 거두기 위해 노력하는 모습이 공부를 병행하는 연구 참여자들의 훈련 태도와 다를 바가 없을 것이다.

#### 학교의 주변인에서 거듭나는 학생으로

연구에 참여한 학생선수들은 훈련만을 수행할 때는 1교시 수업에 제대로 시간에 맞춰 입실하기가 어려웠으며, 정규수업 시간에도 피곤하거나 졸려서 제대로 수업을 받을 수가 없었다. 수업 외에도 교실이라는 공간 안에서 자신이 할 수 있는 어떠한 여건도 마련되지 않았다. 또한, 친구와 교사와의 관계 등 전반적인 학교의 생활은 찾을 수조차 없었다. 하지만 연구에 참여한 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 수업에 지장을 주지 않았으며 학교생활에도 변화가 오기 시작하였다.

전에는 훈련 끝나면 수업 직전에 교실로 들어가거나 지각하기 일쑤였어요. 지금은 친구들보다 일찍 등교해서 수업 준비하고 모르면 짝한테 물어보면서 책과 노트에 적으니까 모두 다른 눈으로 보더라고요. 사실 공부는 지금도 너무 어렵고 수업 시간에 들어도 잘 모르겠어요. 많이 늦었지만, 수업 안하고 운동만 하는 것보다는 수업을 받으면서 운동하는 게 좋은 점이 더 많은 것 같아요... 반 친구들이 운동 얘기 물어보고, 아이들에게 저와 다른 진로에 대한 얘기를 들으면 신기하고 반 친구들과 친해져서 이제야 진짜로 학교에 다니는 기분이 들어요('나' 학생선수).

점심시간에 친구들과 지는 쪽이 음료수를 사주는 족구경기를 했다. 우리가 이겨 음료수를 얻어먹었다. 친구들에게는 미안하지만, 공짜로 먹어서 맛있기도 하고, 시원해서 더위와 갈증이 확 풀렸다. 항상 점심시간에 친구들과 있으면 즐겁고, 학교에 있는 시간 중에 제일 재미있다('가' 학생선수 운동일기).

연구에 참여한 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 다른 일반학생들보다 먼저 학교에 도착하여 수업 준비를 하였다. 정규수업을 받으면서도 졸지 않고 수업을 들었으며, 교사의 말과 칠판의 내용에 대해 잘 모르면 친구에게 물어보며 필기하는 등 공부에 대한 노력을 다하고 있었다. 이처럼 수업 태도가 달라지면서 자연스럽게 일반학생들과 친밀해졌으며, 쉬는 시간에 급우들과 매점도 가고 학교와 사생활 얘기를 하면서 즐거운 학교 생활을 보내고 있었다. 담임교사와 다른 교사들도 학생

선수들이 차츰 나아지는 모습에 격려와 칭찬을 아끼지 않으면서 더욱더 학교생활에 활력이 생기고 있었다.

특히 훈련만 할 때는 점심시간에 항상 식사만 하고 체육관으로 향하였는데 이제는 친구들과 어울려 학창시절의 추억을 쌓는 시간이 되어 학교생활에 가장 즐거운 시간으로 여기고 있었다. 연구에 참여한 학생선수들은 공부를 병행하면서 공부의 중요성을 깨닫고 있었으며, 학교라는 공간에서 자신의 존재감을 새롭게 인식하며 학생의 본분을 다하려고 노력하였다. 적절한 수준의 훈련을 받는 학생선수들은 학습권 보장과 학생과 선수의 본분을 다 지키며 의미 있는 학교생활을 가능하게 할 수 있다는 Kang & Yu(2013)의 연구에서 뒷받침해주고 있다.

처음에는 공부가 중학교와는 수준도 다르고 어려워서 기초부터 다시 배워야겠다고 생각했어요. 그래서 공부 잘하는 친구들에게 많이 물어보면서 좀이라도 공부하려고 했어요. 아직도 성적은 엉망이지만, 수업 내용이 점점 이해가 가고, 과제물을 친구들에게 물어서 아는 만큼 내니까 좀 오른 것 같아요. 전보다는 시험 때 아는 문제도 있고, 특히 시험지를 보면 전에는 글자만 보였는데 지금은 문제를 이해하는 것이 많이 좋아져 답을 찍지는 않아요('다' 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 학교생활의 적응과 공부에 대한 노력은 하였지만, 기초지식이 부족하여 학력 향상은 크게 기대할 수 없었다. '다' 학생선수는 공부를 병행하면서 수업 내용과 시험에 대한 이해력이 점점 좋아지고 있는 것을 느끼고 있었다. 또한, 방과 후에 운동이 끝나면 집에 돌아와 교사가 내준 수업과제를 수행하면서 성적도 조금씩 오르고 있었다.

'가'와 '나' 학생선수는 3학년이 되어서야 공부와 운동 병행이 이루어져 늦게 시작한 것에 대한 아쉬움을 나타내고 있었다. 하지만 공부의 중요성을 알고 이를 극복하기 위해 애쓰고 있었다. 연구에 참여한 학생선수들은 늦은 감은 있지만, Lee & Back(2016)의 연구처럼 학생선수들이 일찍 등교하여 수업 준비와 더불어 수업 태도가 좋아졌다는 것은 학생의 본분을 다하려는 자세가 되었다는 점에서 중요하다고 볼 수 있다. Lim(2011)의 연구에서도 학생선수들이 공부를 월등히 잘해야 한다는 것은 아니므로 너무 서두르지 말고 계속해서 그들에게 의지를 심어준다면 충분히 공부하는 학생선수가 될 수 있다고 하였다. 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서

연구 참여자들처럼 많은 어려움을 겪고 있었지만, 시간이 지날수록 학교 공부와 생활에 대한 적응의 어려움을 극복하기 위해 노력하고 있다는 Kim(2011)의 연구가 확인해 주고 있다.

운동만 할 때는 바보가 되는 줄 알았어요. 공부한 지는 얼마 안 됐지만, 모든 면에서 좋은 것 같아요. 전에는 학교에 있으면 불편했는데 이전 누구한테도 몇몇해요. 제가 전에 학교는 시험에 나갈 때만 필요한 이름이라고 말했는데 지금은 우리에게 꼭 필요한 곳이라고 생각해요('가' 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 공부를 병행하면서 학습권 보장뿐만 아니라 학교생활을 일반학생처럼 누릴 수 있는 권리를 보장받으며 많은 변화가 있었다. 이 과정에서 운동하는 학생선수에 대한 인식 전환, 정상수업 후 2시간 정도의 방과 후 훈련, 적당한 휴식 등이 연구 참여자들의 변화를 도모할 수 있었다. 이러한 근거를 바탕으로 Lee(2009)의 연구에서도 학생선수들의 학습권 보장을 위한 대안을 제시하고 있었다.

연구에 참여한 학생선수들은 훈련만을 수행할 때와는 달리, 학교라는 공간이 희망을 줄 수 있는 삶의 터전이라고 인식하고 있다. 학생선수들이 꾸준히 공부와 운동을 병행해 나간다면, 자존감이 높아져 즐겁게 운동과 학교생활을 영위할 수 있다. 나아가 경기력만 생각하는 운동선수 이전에 학습역량과 인성을 갖춘 진정한 학생으로 거듭나기 위한 끊임없는 노력을 서슴지 않을 것이다(Kim & Im, 2013; Im, 2012).

#### 일상에서의 미성숙자에서 성찰하는 학생선수로

연구에 참여한 학생선수들은 과도한 훈련을 수행할 때에는 빠듯한 훈련일정으로 가족들과 어울리거나 사생활을 가질 수 있는 시간과 여건이 마련되지 않았다. 오히려 남는 시간을 운동부원끼리 돌아다니거나 게임방에서 놀다가 늦게 집에 들어가고 있었다. 이런 이유로 학교의 친구와 교사의 관계는 찾아볼 수 없었으며, 지도자와 가족 간에도 원만한 소통이 이루어지지 않아 점점 소원해 지고 있었다. 하지만 연구에 참여한 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 마음가짐이 달라지고 있었으며, 그동안 행했던 잘못된 행동에 대해 반성하며 변화가 오기 시작하였다.

원래는 대화를 많이 했는데 운동이 힘들면서 좀... 제가 잘 못했지요. 이제는 저녁에 혼자 훈련하거나 숙제를 하면 항상 칭찬해 주시고, 친구들이 집에 놀러 오면 어머니께서 반겨주시면서 식사도 주시고 항상 감사드려요. 친구들도 잘 대해주고, 공부는 잘 못 하는데도 숙제라도 해 가면 선생님들이 칭찬해 주셔서 모두 감사해요. 그래서 부모님과 운동 얘기보다는 학교에서 있었던 일, 새로운 친구 만나서 있었던 얘기를 많이 해요('다' 학생선수).

연구에 참여한 학생선수들은 방과 후 훈련이 끝나고 집으로 일찍 들어올 때마다 예전과 다른 바른 생활 모습에 부모들도 관심을 보여 주었다. 처음에는 서먹했던 가족관계가 시간이 지날수록 대화를 나누며 원만해지고 있었다. 연구에 참여한 '다' 학생선수는 집에 있을 때마다 부모가 계속해서 챙겨주는 모습에 감사하는 마음을 가지면서 많은 대화를 나누며 가족애는 더욱더 두터워지고 있었다. 또한, 친구들과 교사들이 힘들게 공부하고 운동하는 것에 대해 친절하게 대해준 점과 칭찬과 격려를 받으며 그전에 느끼지 못했던 고마운 마음을 갖게 되었다. '나' 학생선수는 다시 훈련에 참여하면서 운동이 싫어 훈련에 불참하고, 잘못된 행동을 질책하는 부모와 지도자의 말을 듣지 않은 것에 대해 깊이 반성하고 있었다. 이를 계기로 지금까지의 그릇된 행동에 대한 부모와 지도자의 고충을 헤아리며 감사의 마음을 갖게 되었다.

전에는 훈련에 가라고 해도 더 자고 가겠다고 짜증 부리고, 운동하기 싫어서 안 간다고 떼쓰고 그랬어요. 부모님도 바쁘신데 저 때문에 많이 힘드셨을 거예요. 코치님도 제가 운동 안 나가면 찾으러 다니시고 속상하게 많이 했는데 운동을 다시 하면서 반겨주셨어요. 전에 일을 생각하면 창피하고 죄송하지요... 요즘은 버스를 타고 학교에 가면서 생각지도 않은 버릇이 생겼어요. 이상하게도 모든 분이 잘 해 주시는 것에 감사하고 소중하다는 생각이 들어서 혼자 웃고 그래요('나' 학생선수).

연구에 참여한 '가' 학생선수의 경우는 가족 행사에 참여하면서 어느 친척 어른께서 본인의 운동을 제대로 하지 않는 것을 지적하며 부모에게 말씀하는 것을 목격한 일이 있었다. 그러면서 부모가 창피당한 것을 알고 죄송스러운 마음을 느끼게 되었으며, 그런 일들이 있을 때마다 감싸준 것에 대한 고마움을 알게 되었다. 학생선수들은 힘든 훈련을 이겨나가면서 뒷바라지하는 부모의 고충

을 헤아리며 은혜에 대해 알게 된다는 Jang(2010)의 연구와 일맥상통하고 있다. 학생선수들과 학부모들이 서로 소통하고 이해하며 꾸준히 노력한다면, 나중에는 사랑과 희생으로 감싸줄 힘이 생긴다는 것을 Yu(2005)의 연구에서도 뒷받침해주고 있다.

연구에 참여한 학생선수들은 시간이 지날수록 가족들과의 대화가 점점 자연스러워졌으며, 진로에 대한 상담을 나누면서 미래를 설계하고 있었다. 부모들은 자식들이 운동으로 성공하기를 바라고 있으므로 그들과 많은 대화와 상담이 이루어지면 진로에도 많은 도움을 줄 수 있다고 하였다(Kim, 2012). 훈련이 없는 주말에도 게임이나 잠자는 것으로 때우기보다는 집안의 행사에도 자주 참석하고 있었다. 또한, 가족 여행과 친척 집 방문 등 가족의 한 구성원으로서 역할을 다하며 신체적, 심리적으로 안정을 찾고 있었다. 학생선수들은 가족과의 대화와 원만한 관계를 유지할 때 더욱더 심리적인 안정을 찾을 수 있으며, 힘든 훈련의 과정을 참고 견딜 수 있는 원천이 된다는 Jang(2010)의 연구가 입증해 주고 있다.

주말에 결혼식장에 가서 친척들을 만났는데 어렸을 때만 뵈고 운동하면서 자주 못 뵈어서 누군지도 잘 몰랐어요. 근데 한 분이 갑자기 “너 이제 운동 잘하고 있지, 너의 부모님이 운동 똑바로 안 해서 얼마나 힘들었는지 아니?” 이렇게 얘기하시는 거예요. 얼마나 창피하고 부모님께 죄송했는지 모르겠더라고요. 이제는 부모님께 죄송스러운 일은 하지 않으려고 노력할 거예요(가 학생선수).

연구에 참여하는 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 학교 친구와 교사, 운동부 지도자, 가족의 소중함을 깨닫는 성찰의 계기가 마련되어 긍정적인 변화의 모습이 있었다. 또한, 학교와 운동부의 주체들도 많은 관심을 보이며 학생선수들을 사랑으로 감싸주는 모습으로 변하고 있었다.

학생선수들은 대부분의 일상생활이 학교와 가정에서 이루어지고 있으므로 원만한 학교생활, 화합하는 가족관계, 격려와 칭찬을 아끼지 않는 지도자의 영향이 있을 때 학생선수들의 희망을 이루는 데 많은 도움을 줄 수 있다(Cho, 2006). 이를 지속하려면 운동과 공부병행이 선행되어야 하고, 이는 공부와 운동, 두 마리 토끼를 다 잡을 수 있는 진정한 학생선수로 도약하는 지름길이다.

## 결론 및 제언

본 연구는 운동만 수행한 고등학교 레슬링 학생선수들이 어떠한 운동부 생활을 하고 있으며, 운동과 공부병행으로 어떻게 변화하는지를 심층적으로 탐색함으로써 공부하는 학생선수들의 삶을 이해하고, 학교운동부 운영을 합리적으로 개선하기 위한 기초자료를 제공하고자 하였다. 분석한 결과, 운동만 수행한 우수고등학교 레슬링 학생선수들은 꿈을 잃게 하는 과도한 훈련생활과 학생의 본분을 다하지 못하는 학교생활을 경험하고 있었다. 하지만 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 훈련에서의 수동자에서 의욕적인 능동자로, 학교의 주변인에서 거둬나가는 학생으로, 일상에서의 미성숙자에서 성찰하는 학생선수로 변화하고 있었다.

연구에 참여한 레슬링 학생선수들은 오랜 기간 아침, 오후, 저녁훈련을 강요받으면서 과도한 훈련에 시달리고 있었다. 학생선수들은 자신이 선택한 운동을 포기하는 상황에 이르렀으며, 이들의 꿈과 희망마저 짓밟히고 있었다. 또한, 학습권과 학교생활을 보장받지 못한 채 학생 신분마저도 박탈당하는 위기에 놓여있었다.

과도한 훈련은 학생선수들에게 더 이상의 운동 향상과 좋은 성적을 기대할 수 없으며, 바르게 성장하는 데도 도움을 줄 수 없다. 지도자가 학생선수들에게 학습권을 침해하면서까지 성적지상주의를 추구하는 천편일률적인 훈련을 강행하는 것은 지도자가 지녀야 할 미덕이 결코 아니며, 학생선수들을 낙오자로 만들 수 있다. 학생선수들이 과도한 훈련을 기피하는 것은 운동이 싫거나 운동시간을 줄이기 위한 수단이 아니다. 과도한 훈련이 이들에게 한계를 뛰어넘어 신체적, 심리적 부담으로 작용하기 때문이다. 이렇기에 적정한 훈련과 공부를 병행하며 참다운 학교생활을 영위할 수 있도록 도와주어야 즐거움과 활력 속에서 운동에 전념할 수 있다. 고등학교 학생선수들은 대학 진학 문제로 방과 후 훈련이 부족할 수 있지만, 그들 스스로 희망을 저버릴 수 없기에 개인 훈련으로 보충할 수 있다. 학생선수들에게 학습권과 기본권을 보장해주고 방과 후에 집중적으로 효율 있게 훈련을 수행하면 이들은 신체적, 심리적으로 충분히 이겨나가며 꿈과 희망을 이루기 위해 최선을 다할 수 있다. 학교와 학부모도 대회 성적에 대한 기대치를 낮춰 향상

격려와 칭찬을 아끼지 말고, 학생의 본분인 공부와 선수의 본분인 운동에 고루 전념할 수 있도록 도와주며 빠르게 성장할 수 있도록 상호 협력하는 기반을 마련해야 한다.

연구에 참여한 레슬링 학생선수들은 과도한 훈련에서 공부와 운동을 병행하는 방과 후 훈련으로 운동부의 방침을 변경하면서 그들에게 많은 긍정적인 영향을 미치며 좋은 효과를 얻고 있었다. 학생선수들은 지도자에게 이끌리는 수동적인 훈련 태도에서 스스로 하겠다는 긍정적인 태도를 보이며, 방과 후 짧은 시간 동안 운동에 전념하며 좋은 대회 성적을 기대할 수 있었다. 또한, 공부를 병행하면서 학력 향상에 큰 변화는 없었지만, 공부의 중요성을 깨닫고 있었으며, 학교의 구성원으로서 역할을 수행하며 학생의 본분을 다할 수 있었다. 심지어 일상에서도 과도한 훈련 때의 잘못된 행동에 대해 반성하며 성찰하는 학생선수로 변화하고 있었다.

학생선수들에게 공부는 운동보다 우선시 되어야 하며, 이들이 빠르게 성장하도록 끊임없이 생각하는 과정을 만들어 준다. 공부는 기초지식이 중요하므로 계속해서 이어지지 않으면 또 많은 시간을 소비해야 하고 그만큼 훈련에도 지장을 초래한다. 그러므로 운동을 시작할 순간부터 공부는 지속되어야 한다. 이것이 운동에도 전이되어 잘못된 부분을 생각하고 수정하면서 기량이 향상되고, 대회에서도 좋은 성적을 낼 수 있는 기반이 된다. 또한, 학습권뿐만 아니라 학교생활의 중요성을 알게 하여 사회에 나가 역량 있는 사람으로 성장하는 데 도움을 줄 수 있는 역할도 운동부가 갖추어야 한다.

학교운동부의 운영은 교육의 일환이다. 학생선수들이 일반학생보다 적다고 등한시하거나, 운동만 하는 특별한 존재로만 본다면 학생선수들의 입지는 점점 줄어들 수밖에 없다. 학생선수들은 공부와 운동을 병행하며 힘들게 생활하고 있다. 학생선수들에게 과도한 훈련만이 계속된다면 재충전할 기회가 없으므로 언젠가는 도태될 수 있다. 반드시 학생선수들에게 시간적인 여유를 가질 수 있는 재충전의 기회를 주어야 즐겁게 꾸준히 공부와 운동을 할 수 있으며, 학교와 가정에서도 행복을 영위할 수 있다. 이런 일들이 하루빨리 선행되어야 운동부의 주체들이 반듯하게 설 수 있는 자리를 구축할 수 있다. 학생 선수를 위한 길이 지도자와 학부모를 위한 길이며, 나중에는 진정한 운동부로 남아 모두 윈-윈(win-win) 할 수

있다. 학생선수들이 성공한 운동선수나 체육 분야뿐만 아니라, 다른 분야도 스스로 개척해서 나갈 수 있는 여건이 마련되어야 교육의 질은 높아질 수 있다. 학생선수들이 차근차근 밟아갈 수 있는 공부와 운동을 병행하는 방침을 세워 스스로 노력하겠다는 의지가 생길 수 있도록 도와주어야 진정한 학생선수를 기대할 수 있으며 엘리트 체육이 바로 설 수 있다.

본 연구에서는 과도한 훈련 때의 운동부 생활과 운동과 공부병행으로 인한 학생선수들의 변화를 동시에 탐색하였다. 이로 인해 한 차원을 연구한 선행연구보다 학생 선수들의 삶을 더욱더 이해할 수 있었다. 특히 방과 후 훈련을 경험한 적이 있는 학생선수들은 운동만 수행하는 것보다는 공부와 운동을 병행하는 것을 원하고 있었다. 처음 경험한 학생선수도 운동과 공부병행의 중요성을 인식하고 있다는 것을 알 수 있었다. 이런 차원을 넘어 학생 선수들의 의식, 태도, 생활 등 많은 변화가 있었으며, 공부병행이 이들에게 지대한 영향을 미칠 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 또한, 운동마다 특성이 다르겠지만, 학생선수들이 방과 후 훈련으로도 운동의 부족함을 크게 느끼지 못하며 좋은 대회 성적을 거둘 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 이에 향후 전개될 연구를 위한 제언을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 2017년부터 모든 학생선수에게 최저학력 기준을 적용하는 바, 학생선수들의 공부병행과 기초학력 수준을 알 수 있는 이 제도가 학교운동부에 어떻게 반영되어 진행되는지에 관한 연구가 필요하다.

둘째, 학생선수의 학습권과 기본권을 보장하는 학교 운동부의 운영과 실천이 바람직하게 정착되기 위해서는 많은 보완과 정비가 요구될 것이다. 이를 노력하는 운동부 주체들이 공부와 훈련을 병행하는 방침을 어떠한 계기로 시행하였는지, 이들에게 어떠한 어려움과 변화가 있었는지 탐색하는 연구가 이루어진다면, 아직 과도한 훈련을 시행하는 운동부의 고민을 덜어주고 해법을 찾는 데 도움을 줄 수 있다고 본다.

## 참고문헌

Back, J. S. (2004a). An analysis of actual conditions and

- recognitions about middle school athletes' participating in classes. *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, 8(4), 77-91.
- Back, J. S. (2004b). An analysis on the middle school athletes' level of basic scholastic ability. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 11(2), 231-243.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Cho, J. A. (2006). *The study of the secondary school athlete men's correlation between the actual condition of school life and their future Hope*. Unpublished Master Dissertation, Dong-A University.
- Choi M. R. (2014). The structure of sport drop-out motivation. *Korean Journal of Sport Science*, 25(4), 880-889.
- Hong, D. K., & Yu, T. H. (2007). Student athletes in terms of human rights: An educational discourse. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 14(4), 131-154.
- Im, S. C. (2012). *The practical process of making student-athletes study by high School athletic club director*. Unpublished Ph. D. Dissertation, Yonsei University.
- Jang, Y. J. (2010). *Ethnographic understanding of camp training for the middle school wrestling athletes*. Unpublished Ph. D. Dissertation, Incheon National University.
- Jang, Y. J. (2016). A case study of middle school baseball players' After-School Class. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 23(2), 91-118.
- Jang, Y. J., & Son, C. T. (2008). Medal-won middle school wrestlers' recognition of camp training. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 15(2), 99-112.
- Jang, Y. J., Youn, H. S., & Son, J. Y. (2012). The formation of the negative image of the coach in a middle school wrestling camp. *Korean Journal of Sport Science*, 23(1), 80-89.
- Jeon, H. R. (2012). *Case study for practice process about making athletic student doing study in middle school*. Unpublished Master Dissertation, Chungnam National University.
- Kang, S. N., & Yu, T. H. (2013). Athletic club leader's life and education. *Korean Journal of Physical Education*, 52(4), 201-216.
- Kim, D. H. (2011). The process of adjustment to the school Lives from a normal student to a student athlete. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 18(1), 71-90.
- Kim, D. H., & Yoon Y. J. (2010). Legal and institutional assignments to protect student athletes' Learning right. *The Korean Association of Sports Law*, 13(4), 57-81.
- Kim, H. J. (2006). *The Study of forming drop-out school Athletic' Self-identity*. Unpublished Master Dissertation, Kangwon National University.
- Kim, H. S., Yu, T. H., & Choi, J. S. (2009). Becoming the athletic club's student into the student athlete: Case study about high school Kumdo athletes that carry out school-work and discipline side by side. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 16(1), 145-157.
- Kim, J. H. (2012). *A study on the Perceptions of junior high and High School parents of Students athletes*. Unpublished Master Dissertation, KyungHee University.
- Kim, S. W., & Im, H. J. (2013). Ethnographic study on understanding high school student-athletes' daily school life. *Journal of coaching development*, 15(3), 23-32.
- Kwak, E. C., Kim, Y. K., & Joo, B. H. (2011). A study on student-athletes' learning environments in secondary schools and systematic alternatives. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 18(1), 1-16.
- Kwak, E. C., & Joo, B. H. (2014). An analysis of parents' perceptions on secondary school student athletes' holding down study and exercise. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 14(2), 421-440.
- Lee, D. H. (2012). Exploring Desirable Direction of School Athletic Teams as a Educational Setting. *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, 17(1), 1-16.
- Lee, G. I., Huh, C. H., & Ryu, T. H. (2011). The exploration on dropped causes of drop-out student athletes and ways of improving their problems. *Korean Journal of Sport Science*, 22(3), 2189-2202.
- Lee, H. G. (2010). *The implications and the practical issues of fostering the student-athlete who do study*. Unpublished Ph. D. Dissertation, Kyungpook National University.
- Lee, H. G., Park, C. B., & Lim, S. W. (2007). Making the studying athletic student: Case study of D middle school soccer team. *Korean Journal of Physical Education*, 46(1), 181-191.
- Lee, H. J. (2009). Support on right to learn for student-athlete:

- ground and alternative. *Korean Journal of Physical Education*, 48(5), 35-44.
- Lee, J. S., Back, J. S. (2016). An analysis of the lowest academic ability level and class participation status of student athletes under the 'System to Guarantee the Right for Learning'. *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, 21(2), 151-167.
- Lim, S. W. (2011). Logical backgrounds of fostering the studying-student-athletes. *Korean Journal of Physical Education*, 50(2), 45-57.
- Ministry of Education. (2016). *Plan to promote school physical education in 2016 (draft)*. Sejong: Ministry of Education.
- Park, H. K., & Lim, S. W. (2015). Fixing process of minimum academic achievement policy for student athletes: The case of B elementary school's soccer team. *Korean Journal of Elementary Physical Education*, 21(2), 85-100.
- Park, H. Y. (2011). *The search of expectation factors and the realities of class attendance on middle school athletic players*. Unpublished Master Dissertation, Chonnam National University.
- Patton, M. (1991). *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park: Sage.
- Seong, C. H. (2002) Dropout motives and it's related variables in competitive sports among korean youth athletes. *Korean Journal of Sport Psychology*, 13(2), 39-57.
- Spradley, J. P. (1979). *The ethnographic interview*. New York: Holt, Rienhart & Winston.
- Park, J. H. Trans. (2003). *The ethnographic interview*. Seoul: Sigmappress.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yi, J. W. (2003). *Schooling and education of school athletes*. Unpublished Master Dissertation, Korea University.
- Yim, Y. S., Han, M. S., & Kim, J. S. (2014). The path-analysis of the student athletes' drop-out. *Korean Journal of Sport Science*, 25(3), 450-466.
- Yu, S. Y. (2005). *Life and education of middle school student athlete parents*. Unpublished Master Dissertation, Korea University.
- Yu, T. H. (2005). The problem and the prospect of korea school athletic sport. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 12(2), 91-108.
- Yu, T. H., & Yi, J. W. (2004). Schooling and the culture of school athletics. *Korean Journal of Physical Education*, 43(4), 271-282.

## 고등학교 레슬링 학생선수들의 운동과 공부병행으로 인한 변화 탐색

장유진(재능중학교)

**【목적】** 본 연구는 운동만을 수행한 고등학교 레슬링 학생선수들이 어떠한 운동부 생활을 하고 있으며, 운동과 공부병행으로 어떻게 변화하는지 심층적으로 탐색하는 데 목적이 있다. 이를 통해 공부하는 학생선수들의 삶을 이해하고 학교운동부 운영을 합리적으로 개선하기 위한 기초자료를 제공하는 데 있다. **【방법】** 연구 참여자는 수도권 지역 우수고등학교 레슬링 학생선수 2학년 1명과 3학년 2명을 선정하였다. 자료 수집은 심층면담, 참여관찰, 문서자료를 통해 이루어졌으며, 수집한 자료는 Spradley(1979)가 제안한 영역 분석, 분류 분석 방법을 사용하였다. 자료의 진실성을 확보하기 위해 전사한 자료와 분석결과에 관한 내용을 연구 참여자에게 확인하였으며, 질적 연구 경험이 있는 전문가에게 연구절차를 검토받았다. 또한, 자료의 공통되는 내용을 연구결과에 제시하면서 다각도 검증을 시행하였다. **【결과】** 운동만 수행한 우수고등학교 레슬링 학생선수들은 꿈을 잃게 하는 과도한 훈련생활과 학생의 본분을 다하지 못하는 학교생활을 경험하고 있었다. 하지만 학생선수들은 공부와 운동을 병행하면서 훈련에서의 '수동자'에서 의욕적인 '능동자'로, 학교의 '주변인'에서 거듭나는 '학생'으로, 일상에서의 '미성숙자'에서 성장하는 '학생선수'로 변화하고 있었다. **【결론】** 학교운동부의 공부와 운동을 병행하는 방침은 학생선수들에게 많은 긍정적인 영향을 미치며 좋은 효과를 얻고 있다. 이를 위한 제도의 도입과 실천이 있어야 진정한 학생선수를 기대할 수 있으며 엘리트 체육을 바로 세울 수 있다.

**주요어:** 학생선수, 공부병행, 운동부 생활, 레슬링