

# 해양성 레크리에이션<sup><1></sup>

김 남 형 / 제주대학교 교수

## 여가와 레크리에이션

### 여가 활동

여가 사회가 도래했다고 이야기된 지 오래지만 노동시간의 단축이나 휴일의 증가 등 여가의 창출이나 여가를 위한 시간이 앞으로도 증가할 경향이 시대의 추세이며 역사가 가리키는 바이다. 일본에서는 지금까지 여가를 노동이나 학습시간, 이를 위한 이동시간, 그리고 수면이나 생리적인 활동을 위한 필요시간 이외의 시간을 총괄적으로 지칭한 것으로서 다루었으며 글자 그대로 '남은 틈'으로 간주하였다. 그 때문에 여가에 대한 사고방식은 소극적이며 여가를 보내는 방법도 수동적인 경향이 강하고 공급자 주도형의 매스 레저(대중 여가)적 색채가 짙은 것이었다.

그러나 최근들어 여가는 인간

으로서 향유하는 자유로운 시간이고 이를 위해 활동하는 시간이라는 적극적인 취급방식이 도입되게 되었다. 즉 수동적인 것에서 능동적·주체적인 것으로 변화하고 인간에게 있어서 '가치있는 것'으로서 인식되게 되었다. 그래서 즐거움이나 자기 계발을 위한 자유로운 시간으로서 취급됨에 따라 종래까지의 방향적이고 자극적인 것을 구하는 여가 선용 방법에서 지속적 조화적, 창조적인 여가 선용방법을 찾게 되었다.

여기서 여가의 기능을 정리하면 우선 가장 소극적인 것으로서는 생리적인 재생산을 위한 휴양·휴식이 있으며, 다음에 기분 전환이나 소극적·위락성이 강한 기분전환·오락이 있다. 그리고 창조적이고 자발적인 자기 계발·자기 실현 등 세 가지 기능으로 나눌 수 있다. 또한

여가의 형태도 휴양이나 휴식을 취하는 데 있어서 TV, 라디오를 '본다' '듣는다'라는 수동적 소극적인 것에서 주체적이고 능동적으로 '움직인다' '한다'라는 것, 특히 시민운동이나 스포츠에 개인, 가족, 서클이라는 여러 가지의 수준으로 '참가한다'라는 적극적인 것으로 변화되었으며 그 선용 방법이나 활용 방법에 폭이 넓어져서 다양화 개성화되어 가고 있다.

또한 여가의 조건으로서는 활동을 하는 중에 즐거움과 여유를 갖는 것이 가장 중요하지만 여기는 정신적인 풍족함을 채우는 것과 시간, 공간, 비용, 체력, 기력 등의 면에서 여유를 갖는 것도 필요하다. 더욱이 여가를 적극적으로 향유하거나 여가 시간을 활용하여 그 효과가 발휘되는데는 계기나 기회, 함께 활동하는 동료, 정보 제

공, 좋은 지도자라는 소프트한 측면에서의 동기도 필요하지만 여가 활동을 가능하게 하기 위한 하드한 측면의 조건 정비(사회적 배려)도 실시되어야만 한다. 게다가 고령화되어 가는 사회를 감안하면 여가 선용방법은 개인 혹은 사회, 국가에 있어서 중요한 문제가 되고 있다.

사회가 경제적 활동 논리를 주체로 하는 것으로부터 문화적 생활 논리로 중점을 이행함에 따라 자유시간에 주체적인 활동이 문화의 창조나 사회의 형성에 기여한다는 가치 인식이 형성되고 있다. 그러므로 여가는 사회적인 의미를 지닌 단어로써 인식되고 있으며 협의 혹은 광의의 의미로 구별되어 사용되고 있다.

한편 현대 사회에 공통된 사항으로서 건강 문제, 노동 형태의 질적인 변화, 생활을 둘러싼 환경 문제 등의 측면에서 심리학적·생리학적인 의미에 따라 여가에서 레크리에이션의 필요성과 여가 활동으로서 레크리에이션 기회의 가능성 증대가 요구되고 있으며 여가 사회에서 레크리에이션의 역할과 기능이 확대되고 있다.

### 레크리에이션이란

레크리에이션이라는 말은 일반적으로 널리 사용되고 있으며 여가, 레저, 관광, 스포츠

및 리조트라는 말과 동의어로 다뤄지고 있는 경우도 많다. 또 일본어로서 정착·보급되고 법률 용어로서도 채용되어 공적으로도 사용되고 있다. 그러나 그 범주가 넓고 구분이 애매하게 되어 있다. 그러므로 여기서는 우선 레크리에이션의 의미에 대해 그 개념이나 내용을 정리해 두기로 한다.

레크리에이션이라는 어휘는 영어의 recreation의 번역어이며, 그 어원은 라틴어의 re-creare(다시 창조한다)로부터 유래했다. 영어에는 두 가지의 의미가 있는데, rec·re·a·tion은 '휴양, 보양, 기분전환'을 의미하고 re·cre·a·tion은 '개조'를 의미한다. 또 recreation의 re는 접두어로 '더욱 더, 새로이', creation은 '만들어낸다, 창조한다'의 의미가 있다. 그러므로 사전적인 의미로서는 '심신의 피로를 휴양이나 오락에 의해 정신적·육체적으로 회복하는 것, 또는 피로 회복·기분 전환, 레크리에이션·오락 등으로 풀이하는 것이 일반적이다. 더욱이 레크리에이션 등에 대한 전문 사전적인 의미로서는 레크리에이션을 가치적인 것으로 파악하고 특히 사회적·개인적으로 건전한 것이라는 관점이 덧붙여져서 레크리에이션을 여가의 창조적·건강한 활용으로서 '여가 선용'으로

풀이하는 것이 많게 되었다.

현대관광용어사전에서는 '레크리에이션은 인간이 여가 시간 중에 영위하는 활동으로 보통 일반적으로는 기분전환·휴양·오락 등을 말하고 인간에 대해 기분 좋은 활력을 만들어 내는 자극이라고 되어 있다. 그중에는 적극적 레크리에이션, 소극적 레크리에이션이라는 구분 방법이나 육체적 활동, 정신적 활동에 의한 구분 방법도 있다. 어떠한 활동이 사람들에게 레크리에이션이 되는지는 개개인에 따라 다르고 그것은 기호, 국민성, 연령층, 성별, 일상생활 환경 등에 따라 다르다. 레저라는 말이 넓은 의미를 가지고 여가 시간의 개념으로부터 여가 활동을 나타내는 것으로 변화되어 레크리에이션과 레저가 혼동하여 사용되고 있다. 본래 레저 활동에는 공급자측의 발상 이미지가 있으며 레크리에이션 활동에서는 수요자·이용자측에 주체적인 이미지가 있다'라고 한다.

또 건축학자인 Nisiyama에 의하면 레크리에이션은 '하루 중에 노동과 수면의 목적 이외로 사용되는 원래 문화적 창조 활동시간으로 보내는 것이라고 생각되어온 여가를 이용해 행해지는 활동, 일상생활의 단조로운 반복을 깨뜨려서 육체와

정신을 가다듬고 생활 에너지를 어떠한 형태로 새롭고 풍족하게 만들어내는 것, 여러가지 문화 창조의 활동, 각종의 스포츠, 건강한 오락 등 개인적으로 혹은 집단적으로 이루어지는 활동'으로 정의하고 있다.

건축학이나 토목공학의 분야에서 레크리에이션을 반드시 명확하게 정의해 두지 않고 오히려 그 주체를 레크리에이션 시설에 두고 있다. 다만 일단의 견해로서 육체적 정신적인 피로 회복이나 일상생활에 활력을 구하는 여가 행동으로 풀이하며 활동적 오락적 창작적 감상적 휴양적인 행위를 레크리에이션을 한다는 인식하에 행했을 때 그 활동을 레크리에이션이라고 한다.

이러한 레크리에이션의 개념을 정리하면 '레크리에이션은 여가 중에 영위하는 활동으로 이른바 놀이의 차원에서 창조적인 활동까지를 포함하여 자유롭게 선택하고 즐기는 행위를 동반하는 활동 경험 전부이고 활력을 만들어 내는 자극이다'라고 정의할 수 있다.

여기서 여가 즉 레저, 관광, 스포츠 및 리조트에 대해서도 약간 그 의미 개념을 기록해 두기로 한다.

레저는 영어의 leisure의 번역어이며 라틴어의 licere를 어

현대 사회에 공통된 사항으로서  
건강 문제, 노동 형태의 질적인 변화,  
생활을 둘러싼 환경 문제 등의 측면에서  
심리학적·생리학적인 의미에 따라  
여가에서 레크리에이션의 필요성과 여가 활동으로서  
레크리에이션 기회의 가능성 증대가 요구되고 있다.

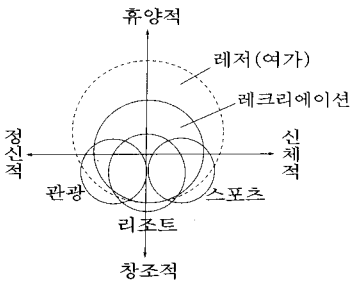
원으로 하고 있다. licere는 '뭔가 일을 하지 않는 것을 허락받은 상태'를 의미하고 있다. The Oxford 영어대사전에서 레저는 '뭔가를 하는 자유 또는 기회, 일로부터 자유의 기회, 자기의 자유 처분에 맡겨진 시간을 가지고 있는 상태, 숙고'의 의미로 되어 있다. 일본어에서는 '자유 시간 혹은 여가'라고 번역되고 있으며 시간적인 개념이 강하고 넓은 의미의 놀이로서도 사용되고 있다. 즉, 레크리에이션은 레저의 하위 개념이며 여가 중에 행해지는 활동이라고 할 수 있다.

또 관광에 대해서는 본다, 바라본다라는 행위를 통해서 정신적으로 감동되거나 자기를 발견하는 것이며 관광 정책 심의회의 답신 중에서는 '관광이란 여가 시간 중에 일상생활권을 떠나 행하는 여러 가지 활동으로서 접촉하고, 배우고, 노는 것을 목적으로 하는 것이다'라고 정의하고 있다.

스포츠에 대해서는 그 어원은 disport로서 접두어의 dis는 '무엇인가로부터 떨어진다', port는 '운반하다'를 의미하며, 원래 의미는 '본래의 일에서 전환한다'라는 것으로 오락이나 기분전환이라는 의미도 포함되어 있었다. 또, 스포츠는 원래 레저나 레크리에이션과 거의 같은 의미로 사용되고 있었지만 시대를 거치는 사이에 레크리에이션 중에서도 특히 신체적인 측면의 활동에 한정되었고 경기라는 것이 강조되었다.

리조트에 대해서는 본래의 어원은 사람이 모이는 곳을 의미하고 있었지만 오늘날에는 자주 방문하고 체재하여 휴양하거나 건강 증진이나 레크리에이션 활동을 즐기는 장소, 피한지, 피서지로서 장소를 지칭하는 말이 되고 있다.

즉 <그림>에 나타낸 것처럼 레저는 레크리에이션의 개념보다도 넓게 잡을 수 있으며, 리조트는 레크리에이션의 개



〈그림〉

념에 일부 포함되며, 관광은 넓은 뜻으로 레크리에이션을 동반하는 것과 좁은 뜻으로 그것을 포함하지 않는 개념으로 파악할 수 있음을 알 수 있다. 뚜렷한 형태를 가지는 스포츠는 레크리에이션의 하위 개념으로서 위치할 수 있지만 여가를 초월한 프로(직업)로서의 스포츠도 존재한다.

한편 레저, 레크리에이션, 관광 및 리조트에 대해 그 용어 내용의 사용 방식으로부터 다시 보면 레저는 공급자측으로부터의 발상에 사용되는 일이 많은 용어이고, 레크리에이션은 이용자로부터의 발상에 사용되는 용어이다. 리조트는 장소나 공간을 지적하는 용어, 그리고 관광은 일정 지역이 보유한 환경을 기조로서 사용하는 용어인 것을 알 수 있다.

### 레크리에이션의 의의

여가에 대한 사고방식의 변화로 레크리에이션은 노동과 대등

하거나 그 이상의 것으로서 위치할 수 있다는 사고방식이 일반화되고 있다. 이것은 사람들의 가치관 변화나 사는 보람, 여유라는 정신적인 풍족함을 구하려는 의식과도 깊은 관계를 가지고 있다. 그리고 스포츠, 관광, 놀이 등 여러 가지 활동에 대해서는 그러한 것들을 행하고 싶다는 적극적인 의향이나 의식으로 인해 이루어지는 여가 활동이라고 생각된다. 더욱이 인간의 행동이나 활동 영역측면에서 파악하면 머리, 마음, 몸에 관계되는 것부터 자연, 인간, 사회에 관계되는 것까지 그 범위는 넓어진다. 또 레크리에이션은 일상적으로 반복되는 똑같은 생활로부터 일시적으로 벗어나는 것이며 일상의 노동이나 생활 장소에서 벗어나므로서 실현이 가능하게 되는 것이다.

레크리에이션에 대한 사고방식은 이른바 외적인 활동 형태만으로 정해지는 것은 아니고 인간이 회귀하는 풍족함, 즐거움, 여유, 재미, 기쁨, 교제, 마음의 여유, 기분전환 등 정신적·심리적 인 내부발생 요인으로부터 유발되는 것이다. 그리고 인간의 생활이나 생활방식에 있어서 '인간성의 풍부함'을 어떻게 가져오느냐에 중점이 두어지며 외적으로 나타나는 활동 형태와 활동을 바라는 심적 상태와의 상

호관계에 의해 레크리에이션으로서의 조건이 만족되게 된다.

### 레크리에이션의 역할은

①여가시에 영위되는 것 ②자발적인 활동인 것 ③그 활동 자체가 목적화 되어 있는 것 ④정신적, 육체적으로 건강한 것 ⑤창조적, 건설적인 것 등을 주된 목적으로 즐거움을 나누면서 실시되는 활동 경험 전부를 포함하는 것이라고 생각할 수 있다.

그리고 레크리에이션의 의의로서는 레크리에이션에 의해 정신적인 해방이나 육체적인 피로 회복에 따른 심신의 건강 유지 증진을 도모하고 레크리에이션을 통해서 기분전환의 분위기에 접하는 동시에 육체적 활동에 의해 스트레스의 해소를 도모한다. 또한 사는 보람이나 자신의 잠재적 가치를 찾아내는 창조성의 발굴을 도모하고 자연속에서의 활동을 통해 자연 환경과의 접촉을 도모하는 것 등을 들 수 있다.

한편 레크리에이션의 사회적 효용로서는 인격 형성에 대한 기여(폭넓은 교양이나 체험, 개인의 가치관 형성), 생활의 충실(육체적, 정신적 충실, 사는 보람의 발견), 사회 활동의 원활화(개인 생활의 여유, 휴양), 문화의 발전(정신적인 양식으로서의 문화 발전)

과 같은 효과를 가져오는 것으로 생각된다.

또 지역 진흥을 도모하는 것으로 레크리에이션 시설의 정비는 거리만들기의 중심핵을 구축하는 하나의 역할을 가지며, 또한 레크리에이션 활동을 통해 커뮤니케이션의 향상을 꾀하는 것을 기대할 수 있다. 그러므로 리조트 지역을 형성하는 데 레크리에이션 시설은 빼놓을 수 없는 것이 되고 있다.

#### 레크리에이션의 활동 내용

레크리에이션의 활동은 앞의 정의에 기초하여 그 활동 내용을 파악하면 신체적, 정신적으로 가장 저항이 적은 행동부터 활동을 지속적으로 동반하는 것까지 대체로 네개의 단계로 나눌 수 있다. 제1단계는 가장 소극적, 생리적인 상태의 것으로서 신체적으로는 활동이 없지만 정신적으로는 평온함이나 편안함을 느끼는 단계(레코드 감상 등)이다. 제2단계는 구속된 상태에서부터 전환하는 상태나 기분을 푸는 상태, 기분을 풀기 위한 방황 행동이 정신적인 동기부여에 따라 행해지고 있는 단계((술을 많이 마시는 등)이다. 제3단계는 기술이나 기능을 동반하는 것으로 지적, 신체적, 정서적으로 발전이 따르는 단계(게

레크리에이션 활동을 좀더 상세하게 살펴보면 정신성에 중점을 두는 것과 행동성에 중점을 두는 것으로 나눌 수 있다. 그리고 이 양자 사이에 각각의 의식이나 동기에 의해 자연성, 문화성, 오락성, 사교성, 휴양성을 구하는 행위로 나눌 수 있다.

임, 스포츠 등)이다. 제4단계는 취미, 기호적으로 창의, 연구가 포함되어 독자성이 강한 단계(모험 여행 등)가 된다.

또한 레크리에이션 활동을 좀더 상세하게 살펴보면 정신성에 중점을 두는 것과 행동성에 중점을 두는 것으로 나눌 수 있다. 그리고 이 양자 사이에 각각의 의식이나 동기에 의해 자연성, 문화성, 오락성, 사교성, 휴양성을 구하는 행위로 나눌 수 있다. 정신성을 구하는 것은 정신적·심리적·지각적으로 만족감이나 충실감을 얻기 위한 행위이며 감각적인 행위로서 자연과의 접촉을 구하는 행위, 교양·감상·창작을 각각 능동적 혹은 수동적으로 실시하는 행위, 오락, 집회·교제 등을 행하는 행위가 있다. 생리적인 것으로서는 휴식이나 가벼운 운동 등이 있다. 행동성을 구하는 것은 신체적·육체적으로 에너지 방출을 목적으로 행해지는 것으로 주로 스

포츠라고 불리는 것이 있다.

또한 (재)여가개발센터에 의한 여가 활동에 관한 조사에서는 여가활동 즉, 레크리에이션 활동은 스포츠, 취미·창작, 오락 및 관광·행락이라는 네 가지의 활동으로 나뉘어 진다.

여기서 레크리에이션 활동에서 스포츠에 대해서 언급하면 앞서서도 말했지만 일반적인 스포츠라고 불리는 것은 레크리에이션과 거의 같은 의미로 이해되는 것이며 특히 신체적인 활동을 한정하여 스포츠라고 할 수 있다. 스포츠는 경기하는 것으로부터 건강 만들기나 자기 표현·자기 충족을 위해 즐기면서 행하는 것으로의 다양화, 대중화 경향이 있으며, 레크리에이션 활동으로서 정착되고 있다.

이러한 레크리에이션 활동은 생활 속의 여러가지 상황, 조건, 의식과 그 발생 형태, 동기부여 등에 따라 유인되는 것이다.㉠