



한국여성체육학회지, 2024, 제38권 제4호, pp. 137-150  
Journal of Korean Association of Physical Education and Sport for Girls and Women  
2024, Vol.38, No.4, pp. 137-150  
<https://doi.org/10.16915/jkapesgw.2024.12.38.4.137>(ISSN 1229-6341)

# 성인 여성 태권도인의 여성전문시범단 활동에 대한 고민과 성찰\*

김예림(가천대학교, 석사)·곽정현(가천대학교, 부교수)\*\*

## 국문초록

이 연구는 성인 여성 태권도인의 여성전문시범단 활동 경험을 바탕으로 시범단 활동에 대한 고민과 성찰을 살펴보고, 성인 여성 시범단 활동 계기와 성장 과정을 통해 성인 여성 태권도시범단의 적극적인 발전 방향에 대한 긍정적 영향을 줄 수 있는 기초자료로 활용되는 것을 목적을 두고 연구한 결과는 다음과 같다. 첫째, 시간적 내러티브 분석결과 태권도와 만나는 과정에서 다양한 계기로 태권도를 시작하였고, 시범단 활동을 통해 또 다른 세상에 눈떴으며, 시범단 활동을 통해 여성으로서 어려움에 직면한 것으로 나타났다. 둘째, 공간적 내러티브 분석결과 태권도와 시범에서 시범이라는 매개체로 공동체가 형성되었고, 성인 여성전문시범단을 통해 성장하였다. 셋째, 관계적 내러티브에서 태권도와 여성전문시범단을 통해 활동 방향성 및 삶의 목표를 형성한 것으로 나타났다.

한글주요어 : 여성태권도인, 여성태권도전문시범단, 시범단 활동

\* 이 연구는 김예림의 석사학위논문을 수정, 보완함.

\*\* 곽정현, 가천대학교, E-mail : muyein@gachon.ac.kr

## I. 서론

“태권도는 남녀노소 어떠한 사람이나 제한 없이 아무런 무기를 지니지 않고, 언제 어디서나 손과 발을 사용해 방어와 공격의 기술을 연마하여 심신의 단련을 통해 인간다운 길을 걷도록 하는 무도이자 스포츠이다.”라고 홈페이지에 소개하고 있다(대한태권도협회, 2024). 그러나 이렇듯 ‘남녀노소 누구나 수련할 수 있는’ 무예이자 스포츠인 태권도는 이러한 의미와 달리 주 수련층이 아동, 그리고 남성 중심의 운동이라고 인식되고 있다. 아동 중심의 수련환경 속에서 태권도를 수련하는 성인층은 저조하며 특히 성인 여성수련층은 가장 적은 특징을 보여주고 있다(김백윤, 조옥성, 정용, 2005).

태권도는 남성 또는 아동 수련자를 위한 운동이라는 인식이 강하게 자리 잡고 있기에 여성들이 접근하기 부담스러울 뿐만 아니라 태권도 수련을 피하는 원인이 될 수 있다(현석주, 2012). 그러나, 성인 여성의 경우 운동 여건만 갖추어진다면 생활 주변에 위치한 도장에서 심신의 건강증진을 목적으로 태권도를 수련할 가능성이 매우 높기 때문에(김병철, 2011), 성인 여성 태권도의 활성화는 이러한 현실을 극복하는 방안이 될 수 있다(오대영, 2013).

최근 아동, 청소년층에서 여성 태권도 수련 인구가 증가하고 있으며, 현재 수련인구의 30% 이상이 여성 수련생이라고 추정하고 있다. 각 대학 태권도 전공학과와 의 경우 여학생의 비율이 40% 이상인 학교도 다수 있는 것으로 나타나 여성 수련생의 급격한 증가가 이루어지고 있음을 알 수 있다. 이는 아동,

청소년기에 시작한 여성 태권도 인구가 성인층으로 확대될 수 있는 요인이 될 수 있다. 이에 따라 여성 태권도 수련 인구의 증가를 위하여 더욱 쉽게 접근할 수 있는 방안 모색이 필요한 시점이다.

여성의 스포츠 활동 참여는 신체적, 정신적 건강에 긍정적 효과를 얻게 되며 생활 스트레스를 완화해 주므로 다양한 신체 활동 참여를 유도하고 있다. 그 중에서 태권도 수련 참여는 참여자의 체력과 운동능력을 향상시킴으로서 신체 능력을 높이는데 큰 도움이 될 수 있다(천우광, 김기진, 2004). 따라서 여성의 태권도 수련 참여는 신체 활동은 건강한 생활을 영위할 수 있는 체력을 가지게 되고(곽정현, 이선희, 송선영, 2020), 건강 뿐만 아니라 생활 능력 향상, 사회성 함양, 심미적 발달 등과 같은 효과도 기대할 수 있다(오대영, 2013).

태권도의 다양한 요소 중 태권도 시범을 살펴보면 태권도의 발전 배경에서 핵심적인 요소로 평가되고 있으며(김영진, 전정우, 2018), 태권도의 모든 부분을 포함하여 미적 요소를 갖추고 관중들에게 보여주는 종합 예술적 형태를 내포하고 있다(최광근, 2011). 다양하고 화려한 태권도 기술은 대중들에게 선보이는 종합적인 기술 표현 과정으로 태권도 세계화와 태권도 활성화 보급 및 저변 확대의 측면에서 중요한 역할을 수행하였다(장권, 2016).

또한 태권도 시범은 홍보 수단이라는 역할을 넘어 스포츠와 공연예술 차원으로 발전되고 있으며, 최근에는 품새, 겨루기와 함께 태권도를 대표하는 경기종목으로써도 인정받고 있다(김은지, 정명규, 임신자, 2018). 태권도 시범의 초기 과정을 살펴보면 태권도를 수련하는 여성들은 있었지만, 시범 활동에서는 여

성 단원이 참여하지 않고 남성 단원만으로 구성되어 해외파견과 시범 활동을 하던 시기가 있었다(최광근, 2011). 그러나 오늘날 태권도 시범 활동에서는 남성과 여성의 구분 없이 함께 어울려 시범을 구성하고 여성의 기술도 나날이 화려해지고 있다. 이처럼 태권도 시범을 포함한 스포츠 활동은 여성과 남성의 구별 없이 인간의 순수한 신체 활동으로 이해되어야 하며 여성의 스포츠 참여도 당연한 기회와 과정으로 받아들여져야 한다(최영금, 하우영, 2010).

태권도계에서 이러한 시범의 역할이 주목받고 있는 현시점에서 2010년대 중반부터 대학에서 시범을 전공했던 여성들을 중심으로 ‘여성 전문시범단’이 출범하여 활발한 활동을 수행하고 있다. 2016년 여성 단원들로만 구성된 ‘여벤져스’팀이 태권체조를 통해 태권도의 기본동작과 작품의 구성 및 유연성을 활용한 기술과 고난도 발차기 및 익스트림 기술을 선보이며 현장에서 큰 호응과 응원을 받았다(태권도신문, 2024). 후발주자로 태권도 시범을 좋아하는 여성들이 모여서 ‘킹스 레이디’라는 시범단을 창단(네이버 블로그, 2024)하는 등 여성들로 구성된 태권도시범단에 대한 태권도인들의 관심이 높아지고 있다. 이 연구는 왜 여성 태권도인들이 ‘여성 전문시범단’에서 활동하는지에 대한 궁금함에서 출발하게 되었다.

태권도 시범의 발전(권경상, 2017; 김희영, 2013; 노정환, 2017; 이승환, 2014; 장동혁, 2013; 최광근, 2011), 여성 수련층의 증가에 따라 여성 태권도의 발전에 관한 연구(소유정, 곽정현, 2018; 신동선, 2010; 오노균, 김의영, 2001; 오대영, 2013; 이미정, 2008; 임근주, 2016; 최광근, 2009) 등 많은 연구가 진행되고 있으나, 대부분 겨루기 경기화에 관한 연구

로 태권도 시범 분야에서 여성들의 활동에 관한 연구는 미흡한 실정이다.

따라서 이 연구는 여성 태권도인의 시범단 활동 경험을 바탕으로 여성 전문시범단 활동 계기와 성장 과정을 통해 나타나는 가치와 의미를 해석함으로써 여성 태권도시범단 및 나아가 여성태권도의 저변확대에 긍정적 영향을 줄 수 있는 기초자료를 제공하는 데 연구의 필요성 및 목적을 두었다.

## II. 연구방법

### 1. 연구참여자

본 연구의 목적을 달성하기 위해 연구 참여자 선정에 있어 의도적 표본추출법을 사용하였다. 이 연구에서는 특히 여성 태권도인이 시범단 활동을 통해 경험한 고민과 성찰을 내러티브로 구성하기 위해 충분한 라포(rapport) 형성이 가능하고, 현장 텍스트 수집이 가능한 연구 참여자가 선정되어야 한다고 판단하였다. 먼저 경험한 성인 여성 태권도인의 시범단 활동에 관한 이야기를 통해 태권도를 수련하는 여성, 태권도시범단 활동을 계속 이어 나가는 여성의 모습을 이해할 수 있다.

연구 참여자 선정은 첫째, 태권도를 10년 이상 수련한 자, 둘째, 태권도 전공자이며 시범단 활동을 경험한 자, 셋째, 여성 시범단 활동 경력 2년 이상인 자로 기준을 마련하였으며, 이에 근거하여 성인 여성 시범단 활동 경력이 있는 6명을 연구 참여자로 선정하였다. 연구 참여자들의 일반적 사항은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 참여자의 정보

구분	연령	현단	수련경 력	여성전문 시범단경력	현직
A단원	20대	5단	19년	5년	사범
B단원	20대	5단	18년	3년	사범
C단원	30대	5단	20년	3년	사범
D단원	20대	5단	18년	3년	코치
E단원	30대	4단	23년	3년	사범
F단원	20대	5단	20년	8년	관장

## 2. 현장 텍스트 수집

이 연구는 내러티브 형식으로 진행하였으며 연구 참여자와의 심층 면담을 중심으로 현장 텍스트를 수집하였다. 인터뷰 질문내용은 ‘태권도를 시작한 계기, 태권도 시범단 활동 중 여성으로서 겪은 고민, 여성태권도전문시범단 시작계기, 성인 여성태권도 시범단 활동경험, 앞으로의 활동 방향성 및 삶의 목표’를 선정하였다. 인터뷰는 2024년 3월 중에 총 2회 실시하였으며 추가자료는 화상회의(ZOOM) 또는 전자우편(E-mail)을 통해 수집하였다. 심층 면담 스마트폰 녹음 기능을 활용하여 녹음하였으며 녹음된 자료는 전사 작업을 거쳐 자료를 정리하였다.

연구 참여자 대부분이 현재 여성 시범단 활동과 태권도 지도자로 본업이 있는 만큼 인터뷰 시간과 장소 등 협의를 통하여 연구 참여자가 부담을 갖지 않는 장소로 선택하였으며 직접 운영하는 태권도장 사무실 또는 근무지나 거주지 근처의 스터디카페에서 진행하였다. 인터뷰 시간은 연구 참여자가 선택할 수 있도록 하여 편안한 마음으로 이야기할 수 있도록 진행하였다.

표 2. 인터뷰정보

구분	장소	시간	전사 자료
A단원	태권도장	120분	14p
B단원	회의실	120분	14p
C단원	태권도장	70분	12p
D단원	태권도장	60분	7p
E단원	스터디카페	60분	7p
F단원	태권도장	70분	11p

## 3. 현장 텍스트 해석

이 연구에서 사용된 현장 텍스트 해석은 ‘내러티브 탐구’로 인간의 경험을 이해하기 위한 연구 방법으로 질적 연구방법론 중 하나이다. 내러티브 탐구는 경험을 이해하는 방법으로 다양한 곳과 한 곳 또는 사회적 상호작용을 통해 시간에 걸쳐 일어나는 경험 이야기로 그 중심에 연구자와 연구 참여자가 함께 들어가 이야기하고 다시 이야기하여 의미를 갖고 해석된다(Clandinin & Connelly, 2000). 내러티브 탐구는 개인의 경험을 시간의 흐름에 따라 상황 고려를 바탕으로 이루어지며 인간의 경험이 ‘이야기를 통해 드러나는 것’으로, 탐구의 대상이 되는 연구 참여자를 있는 그대로 들여다보고, 드러내고, 의미형성을 통해 그 과정으로 이끌어가는 것이다(Clandinin, 2013, 홍영숙, 2019).

## 4. 연구의 진실성과 윤리

이 연구의 신뢰성 확보를 위하여 연구자는 녹음 내용을 반복적으로 청취하면서 전사 기록과 비교하여 정확성을 확보하였다. 연구 참여자에게 연구 주제, 목적, 연구 방법을 설명한 뒤 인터뷰 내용은 녹음

되며 전사 후에 연구자만 알아볼 수 있도록 보관한다는 내용의 설명서와 동의서에 서명한 뒤 연구를 진행하였다.

이 연구에서는 연구 참여자의 삶을 이해해야 하기 위하여 진솔한 내면의 이야기가 있어야 한다. 내러티브 탐구를 통해 의미를 부여하는데 연구자가 일반적으로 해석을 하기보다 연구 참여자의 경험과 삶의 흐름을 알고 가치관을 반영한 그것을 기반으로 더욱 나은 의미를 부여하고자 하였다.

### Ⅲ. 이야기하기

이 연구에서는 여섯 명의 연구 참여자들의 이야기를 이해하고 분석하기 위하여 Clandinin와 Connelly (2000)가 제시한 내러티브 탐구를 위한 3차원적 탐구 공간을 활용하였다. 3차원적 탐구 공간은 시간적, 공간적, 관계적 맥락을 발견하여, 시간적 내러티브(시간성), 공간적 내러티브(장소), 관계적 내러티브(사회성)를 토대로(김동학, 2020) 구성한다. 이야기에서 현상의 의미를 도출하여 시간적 내러티브:태권도와 만나다, 공간적 내러티브:태권도와 시범, 관계적 내러티브:성인 여성 태권도시범단으로 범주화하여 다음과 같이 살펴보고자 한다.

#### 1. 시간적 내러티브 : 태권도와 만나다

##### 1) 다양한 계기로 태권도를 시작하다

연구 참여자들의 태권도를 시작한 계기는 자신의 결정과 친구 및 동료, 부모님과 스승님의 영향이 크

게 있었다. 오늘날 태권도 수련생의 80%는 유치부와 초등부로 연령이 점차 낮아지고 있으며 이에 따라 부모님의 지지와 판단이 높은 영향을 미친다(백준형, 2020). 또한 스포츠 참여를 통해 여성은 건강과 신체적 및 사회성에 긍정적인 효과를 미치고 태권도 수련은 체력과 운동능력을 강화해 신체 능력 향상에 도움을 준다(문대선, 이철원, 2013).

10살 때 부모님이 맞벌이로 바쁘셔서 한 건물에 있는 학원을 다 다니게 되었는데 태권도장도 있어서 태권도를 배우게 되었습니다. 근데 이제 다니다 보니까 점점 이제 활동적인 걸 좋아해서 그런지 이제 태권도 가는 게 또 기대되고 가면 운동하면 막상 재밌어지고 또 그렇게 변하게 된 것 같습니다. (A단원)

저는 초등학교 때 그냥 언니 따라서 집 가다가 다녔는데 너무 힘들어서 그만뒀는데 초등학교 5학년 때 너무 할 게 없어서 원래 다니던 도장에 갔는데 그때 도장이 타이거즈 도장이었어요. 가서 운동하는데 태권체조 하니까 너무 재밌는 거예요. 그래서 정말 매일매일 일찍 갔거든요. 그래서 일찍 가고 막 열심히 했었어요. (B단원)

도장 안에 있는 겨루기 선수단 언니 오빠들이 너무 멋있어 보여서 저도 저기에 들어가서 멋있게 해보고 싶다는 생각이 들었어요. 초등학교 3학년부터 선수단에 들어가 생활을 시작했습니다. (C단원)

처음 시작한 시기는 초등학교 2학년 9살 때 그 당시 가장 친한 친구가 태권도 학원에 다닌다는 소리를 듣고 바로 엄마에게 달려가서 나도 태권도 학원 보내달라고 졸라서 등록하러 갔습니다. (D단원)

태권도의 첫 시작은 5살 때로 알고 있습니다. 부모님께서 태권도장을 운영하고 계셔서 어렸을 때부터 자연스럽게 시작하게 되었습니다. (E단원)

태권도는 1학년 때 오빠가 태권도장에 다니게 되면서 따라서 갔는데 힘들어서 그만두게 되었다가 6학년 때 다시 하고 싶어서 들어가게 됐는데 이때는 너무 재미있어서 계속하게 됐고 나중엔 즐기면서 하게 되었습니다. (F단원)

다양한 특성과 상황적 요인의 계기로 어렸을 때부터 태권도를 시작하게 된 연구 참여자들은 유년기 시절의 눈높이로 태권도를 바라보다 시작하게 되었으며, 배우다 보니 점차 태권도가 재미있어서 즐기며 하게 되었고 잘하게 되었다고 이야기한다. 그 이후 부모님과 스승님의 지지와 자신의 결정으로 태권도 학과에 진학을 결정하였다. 이를 통해 자기 삶의 방향을 선택하는 과정을 경험하게 된다.

## 2) 시범단 활동을 통해 또 다른 세상에 눈을 뜨다

태권도 시범은 태권도의 정확한 동작과 기술을 관중들에게 보여주는 것이며(박진수, 2011) 이때, 태권도 시범문화를 구성하는 요소를 살펴보면 태권도 시범을 구성하는 기술 명칭과 시범 경연 경기 규칙 등 다양한 명칭을 사용하고 있다(이승진, 전정우, 2022). 연구 참여자들 대부분은 시범단 활동을 하게 된 후 새로운 환경과 분위기에 적응하려고 노력하였으며 시범 용어 및 명칭 익히기, 시범 기술 향상을 위해 많은 시간을 할애하였다. 관중에게 완성된 자기 기술을 선보이는 것으로 자기 능력에 대한 지각이 필요하며(김영진, 양현석, 전정우, 2012) 이를 통해 타

인으로 박수와 인정을 받아 자신감을 얻게 되어 더욱 시범단 활동에 흥미를 느끼고 집중한 것으로 보인다.

내가 이거 하려고 파견 가려는게 아닌데 하면서 다른 거 시켜달라. 그래서 발차기 퍼포먼스를 하나 같이 들어갔던 기억이 있습니다. 평소에는 말을 잘 못하는 성격인데 말해서 역할과 비중을 받았습시다. (A단원)

태권체조 열심히 하다 보니까 고3 때도 계속 계속하다 보니까 태권체조 메달이 조금 많았던 거예요. 그래서 내가 입시 준비를 해야 하나 이런 생각을 하는데 근데 또 그때 당시자유 품새가 막 뜨기 시작했었는데 정말 정말 너무 운 좋게 자유 품새 메달을 딴 거예요. (B단원)

주변의 동기들은 어떤 발차기이고 어떤 건지 다 하는데 이제 저는 이름조차도 처음 들어보는 게 너무 많아서 시작했을 때는 좀 어려움이 있었는데 1학년 때는 이제 좀 어려웠고 힘들었는데 익숙해지다 보니 2학년 때부터는 운동을 즐기면서 재미있게 했던 것 같습니다. (C단원)

가장 단면적으로는 몇 달 동안 연습하던 기술을 처음 성공했을 때 그 기술을 가지고 시범프로그램이나 시합프로그램에 들어갔을 때 보람을 느꼈고 많은 관객 앞에서 시범을 보이면서 박수를 받고 아이들이 초롱초롱한 눈을 가지고 다가와서 너무 멋있었다고 자기도 시범단을 하고 싶다고 말할 때 성취를 느꼈습니다. (D단원)

저는 무대에 올라가서 멋진 공연, 시범을 하고 싶었

습니다. 그래서 학교뿐 아니라 국가대표 시범단이 되어서 해외 파견을 나가면서 내가 제일 좋아하는 태권도, 우리나라의 전통 무술인 태권도를 보여주고 알릴 수 있을 때가 제일 좋았습니다. 세계태권도연맹 시범 단원이었을 때 남북 평화 협력 기원을 위해 평양방문을 했을 때 당시 그 순간을 잊을 수가 없습니다. (E단원)

파견 멤버로 발탁되어서 이제 시범을 나가게 됐는데 너무 좋은 거예요. 그러니까 막 무대에서 이렇게 하고 사람들의 환호성과 이런 거를 받으니까 너무 그게 다 와닿아서 그 뒤로는 열심히 해서 계속 파견 인원에 들어가서 열심히 했던 것 같아요. (F단원)

태권도 경기에 출전하는 것은 규칙과 규정을 지키는 방법을 익히고 단체 활동에 필요한 팀, 지도자, 동료, 심판, 상대팀, 관중을 존중하는 것을 배우며 이를 실천하기 위해 체력과 책임감 및 팀워크를 발달 시킨다(신호철, 김종수, 차영남, 2020). 단체와 개인으로서의 목표 및 가치가 있으며 연구 참여자들은 크게 두 가지의 의미로 첫째는 시범단 활동 중 자신의 역할과 비중을 높이기 위해 훈련하며 부단히 노력했으며, 둘째는 경기 출전, 시범 및 파견에서 자신이 단체에 속해 누군가에게 인정받을 때 높은 성취감을 기반으로 나라는 정체성을 확립해 나갔다.

### 3) 시범단 활동에서 여성으로서 어려움에 직면하다

여성으로서 시범단 활동을 경험한 대부분의 연구 참여자는 신체적인 제약보다 타인에 의해 불편함을 느꼈다. 여성은 여성 격파 기술에만 참여해야 한다는 선배들의 제약과 여성만이 해야 한다는 세트지 작성

과 총무를 담당해야만 했다.

저는 일단 고등학생 때 남자 선배들만 있었기 때문에 여자 선배들을 대하는 방법이 너무 어려웠습니다. (A단원)

여자 단원이 2명이었는데 제가 제일 힘들었던 게 저와 반대로 여자 동기는 무서움이 없었어요. 익스트림도 그냥 머리 박으면서 막 하고, 장애물도 하려고 하고 시킨 게 아니라 스스로 기술을 만들려고 했어요. 저는 정말 그게 아니었거든요. 제 관심 분야 밖에 있었고, 다들 멋있다 하는데 하기 싫었어요. 내가 봤을 때 멋있는 거 하고 싶고, 그리고 내 동기가 할 줄 아는데 내가 굳이 해야 하나 싶었죠. (B단원)

시범단을 했을 때는 여자는 무조건 여성 격파만 들어가야 한다는 그런 고정관념이 있어서 제가 좀 더 다양하게 배우고 싶었던 부분들을 좀 못 배웠어요. 장애물 같은 거는 꿈도 못 꿔고 아크로바틱도 똑같이 이렇게 하면 안 된다. (C단원)

여성들끼리의 규율이 더 강했던 시절이라서 사소한 거 가지고도 이렇게 여자들만 따로 혼난다고 생각했던 적이 많았던 거 같아요. 게다가 여자들만이 해야 하는 일들 세트지와 경비 작성 및 총무 등에 부당함을 많이 느꼈었습니다. (D단원)

크게 느끼지는 못했지만 남자 단원들에 비해 체력이나 근력이 부족하여 난이도가 있는 기술을 쉽게 소화할 수 없으며 부상의 위험도 컸던 것 같습니다. (E단원)

남녀 비율에서 힘든 거는 그렇게 없었는데, 대학교 갔을 때 솔직히 선배들이 좀 무서웠죠. 혼나지 않아도 될 부분들도 혼나니까 그런 게 되게 싫었던 것 같아요. 머리 박기라든지 예전에는 그런 게 많아서, 여자들만 강의실에 불러 가서 꼭 집합해야 하는 그런 게 있었거든요. 수업하는데 선배들이 인사 안 한다고 뭐라고 하고 되게 싫었어요. (F단원)

각자의 이유로 여성으로서의 제약을 경험한 연구 참여자들은 자신의 불편함을 숨기지 않고 꾸준히 소통하려 하였으며, 또 다른 방법을 모색하며 태권도를 통해 성장할 수 있는 계기가 되었다.

## 2. 공간적 내러티브 : 태권도와 시범

### 1) 태권도 시범이라는 매개체로 공동체가 형성되다

관중의 박수를 받고 소통을 일상으로 여기며 생활했던 연구 참여자들은 각자의 본업으로 돌아가서도 개인 수련을 소홀히 하지 않았다. 하지만 시범은 개인의 역량도 중요하지만, 여러 단원이 하나의 팀으로 응집되어 조화를 이루어야 형성되기 때문에(김기남, 이승민, 2023) 개개인의 마음 열정 불씨로 하나가 되어 되고 둘이 셋이 되고 그렇게 시범이라는 매개체로 공동체를 형성하였다.

운동하고 모이다 보니까 대회도 한번 나가볼까? 공연도 해볼까? 세미나도 열어볼까? 그렇게 점점 목표를 더 크게 가지면서 시작했던 것 같아요. 원래 큰 대회에 창작 품새 팀으로 나갔었는데 추가 인원으로 또 다른 대회에 출전하고자 저한테 연락이 와서 점점 인원을 추가하게 되었고, 우리 이렇 거면 여성 태권도팀을 만들어 보자 그래서 팀이 만들어지게 됐습

니다. (A단원)

제가 태권도를 다시 했으면 좋겠다는 마음을 가지고 있는 언니도 있고 오빠들도 있고 이래서 약간 용기를 가지고 들어갔습니다. 여성 태권도 팀으로 여성들만 참여할 수 있고, 태권도를 하다가 중간에 두고 너무 그리워하는 사람들 아니면 한 달에 한 번씩이라도 태권도를 재밌게 하고 사람들이랑 친목 도모으로 하고 싶은 사람들 모두가 할 수 있다. 이렇게 모집해 제가 들어간다고 했었어요. (B단원)

대학교에서도 시범단 생활을 계속했지만, 그때 살짝 좀 분위기가 좀 억압된 분위기 그러니까 좀 딱 막힌 분위기가 좀 있긴 했었는데, 저는 자유롭게 하고 싶다는 생각이 들어서 항상 친구 도장이나 아니면 이제 저희 학교에서 수업이나 운동이 없을 때 혼자 가서 운동을 좀 했었는데 혼자 운동하는 것보다는 다 같이 운동을 해보고 싶다는 생각이 들었어요. (C단원)

저는 창립 멤버 중 하나입니다. 팀을 처음 만들었을 때는 태권도 시범 계에 이름을 날리던 여성들이 여성들에게만 줄 수 있는 기술의 팁을 알려주는 세미나를 열 자가 가장 초기의 창설 계획이었습니다. (D단원)

대학 졸업 후에도 플레이어로 하고 싶었던 마음이 남아있었던 와중에 여성 단원들로만 이뤄져 있는 팀을 알게 되어서 같이 운동하고자 지원했습니다. (E단원)

시범단은 요즘에도 연합팀으로 많이 하잖아요. 그때도 이번에 대회 나가는데 나갈 사람 이렇게 막 모이게 됐는데 제가 연맹 시범단을 해서 그 연맹 다니던

언니들이 저를 추천해서 같이 대회에 나가게 됐거든요. 근데 그것도 사실 그냥 한 번 뭉치고 이제 퍼질 그런 팀이었는데, 지금의 주장님이 계속 모일 수 있게끔 만들어줘서 팀으로 결성이 되었죠. 시합도 나가면서 계속 팀으로 활동하게 되었어요. (F단원)

셋 이상의 열정 가득한 단원들이 모여 팀을 형성하니 규모가 점점 커지고, 대회에 출전하며 팀에 대한 소속감, 책임감, 팀워크로 상호 간의 연대가 형성되고 동성 팀원들과 함께 소통을 통해 꾸준히 운동하며 자신의 신체적 능력을 믿고 발전시켜 나갔다. 현재 여성 시범단으로 활동하고 있는 단체는 두 개의 단체가 있으며, 여성 태권도인의 인구가 점점 늘고 있는 것으로 비춰보았을 때 여성들이 쉽게 접근하여 운동할 수 있는 방안 모색이 필요한 시점이다.

## 2) 성인 여성 태권도시범단을 통해 성장하다

태권도가 남성 중심의 경기를 위해 존재하는 것이 아니라는 인식이 확산되어 여성에게도 다양한 역할을 할 수 있는 기회가 열리고 있다(박선미, 2010). 현재 성인 여성 태권도시범단원으로 활동하고 있는 연구 참여자들은 기술의 다양성과 강인한 동작을 보여주는 것을 넘어 태권도를 통해 ‘나’라는 존재를 나타내고, 태권도의 가치와 다양한 매력을 알리는 것에 기여하고자 한다.

개개인이 가진 게 다 다르기도 한데 어찌 됐든 남성들만큼은 기술도 막 좋지 않고 그러잖아요. 근데 뭔가 작은 것들이 모여서 하나의 공연을 만들 수 있고, 누군가에게는 에너지를 줄 수 있는 게 재밌었어요. (A단원)

버스킹 공연 했었을 때 이제 팀원들이 너무 바쁜 거예요. 저도 똑같이 바쁘긴 했지만, 저에게 완전히 한 작품을 맡긴 적이 있어요. 그 아름다운 나라 노래인데 팀원들이 할 수 있는 최대 기술이 없었어요. 할 수 있는 기술은 이미 앞에서 다 보여준 상태인데(중략).. 근데 또 했던 게 팀원들이 이렇게 다 춤 잘 추는 팀원 나오고 겨루기 나오고 품새 나오고 종합하다 보니까 완성이 되더라고요. 우리도 할 수 있을 것 같은데 이런 느낌도 들어서 기대가 됐습니다. (B단원)

웰빙대회에서 태권체조 부분으로 2위로 입상을 했을 때 제일 좋았던 것 같습니다. 그때 이제 태권체조 팀이 한 23팀이 나왔는데 이제 예선전을 따로 하지 않고 바로 그냥 결승이었는데 그중에서 여성으로만 이루어진 게 저희 팀밖에 없었는데도 태권체조의 작품성이랑 기술력이 다른 팀에 밀리지 않아서 실력을 인정받고 입상해서 되게 기분이 좋았던 것 같습니다. (C단원)

창설과 동시에 코로나가 터지면서 거의 오프라인에서 활동 못 하고, 흐지부지되는 마당에 팀원을 더 모집하는 상황이 있었는데 생각보다 많은 인원이 저희를 알아주고, 지원했다는 사실에 팀을 창단한 것에 보람을 느꼈고, 정규운동을 통해 많은 단원이 다양한 팀을 듣고 기술에 성공하는 것이 뿌듯하고 기분이 좋았습니다. (D단원)

보통 팀들은 대부분 혼성으로 이루어진 팀으로 기술력도 좋고 태권도의 멋을 잘 살리지만, 저희 팀은 오롯이 여성으로만 이루어져 있는 팀이기에 대회를 나가 입상을 했을 때 더 보람차고 성취감을 얻었습니다. (E단원)

여자끼리 하는 거다 보니까 사실 입장을 기대하지 않았었는데, 처음에는 1등을 못 했어요. 근데 너무 재미있었고 근데 두 번째로 이제 한마당이라는 큰 대회를 나갔는데 거기서는 사실 1등을 기대하진 않았어요. 왜냐하면 워낙 큰 대회고 아무래도 잘하는 팀이 많다 보니까 기대를 안 했는데 1등을 딱 하는 거예요. 그래서 진짜 여성끼리도 가능하구나! 그러면서 되게 성취감도 많이 느꼈던 것 같아요. 어떻게 보면 남들한테 어려운 부분일 수 있는데 저희 팀이 이제 그걸 한 거잖아요. 그래서 되게 뿌듯함을 느꼈죠. (F단원)

각종 대회 출전과 훈련 과정 속 단체와 개인 성장의 목표 설정의 계기로 자신들의 도전에 대한 성취에 매우 만족해하며 태권도를 통해 또다시 성장을 꿈꾸고 있었다.

### 3. 관계적 내러티브 : 태권도와 여성 전문시범단을 통한 활동 방향성과 목표 설정

경험을 통한 만족은 긍정적인 정서를 만든다(박현정, 2007). 성공적인 수행을 목표로 자신의 역량을 개발하기 위해 자신들만의 표현 방법을 찾고(박지현, 권경상, 2020), 인정을 받을 때 그 의미와 가치가 더 높다는 연구 참여자들은 현재에도 더 많은 것을 배우고 연구하며, 태권도를 통해 다양한 사람들에게 용기를 주고 가르침을 주고자 후배 양성과 여성 태권도인과의 만남을 모색한다.

우리가 하고 싶은 대로 표현할 수 있다는 것이 장점이라고 생각합니다. 저를 표현하자면 태권도만 잘하는 사람이 아닌 인성이 갖춰진 다양한 방면에서 다

재능한 여성 태권도입니다. (A단원)

제 시범의 기준은 기술 발차기가 다가 아니거든요. 이 부분 외에 태권도를 보여줄 수 있어야 한다고 생각해서 팀원들이랑 또 다른 시범을 보여주기 정말 좋다고 생각합니다. 지금은 작품성으로도 충분히 태권체조에서 입상할 수 있고요. 앞으로 여러 방향으로 태권도를 정말 잘 아는 사람이 되어 많은 것을 보여주고 싶어요. (B단원)

저희 여자 팀원들만으로도 이루어진 시범단 안에서 이제 세미나 대회 입상 등 이제 각종 다양한 활동을 할 수 있다는 모습을 보여주고 싶고 이제 태권도를 좀 더 적극적으로 배우고 싶은 여성들에게 이제 좀 더 보다 편하게 접할 기회가 많았으면 좋겠습니다. (C단원)

아무래도 여성들만 존재하다 보니 더 내숭 떨 필요도 없고, 생리적인 부분이나 남자들에게 보여주기 꺼려지는 행동도 스스럼없이 할 수 있어서 더 편한 분위기입니다. 저는 한가지 바람이 있다면 여성만이 할 수 있는 것들을 풀어나가 줬으면 합니다. 같은 동작, 같은 기술을 해도 남성이 할 때보단 여성이 할 때 더 감동과 놀라움을 주기 마련이니까요. (D단원)

여성들끼리만 있다. 보니 서로 비슷한 환경이나 상황이 겹쳐있을 때 고민이나 어려운 일에 대해서 쉽게 이야기하며 공감할 수 있었습니다. 여성들도 충분히 해 낼 수 있다는 것을 보여주고 싶고, 또 다른 태권도를 하는 여성들에게 용기와 자신감을 키워줄 수 있는 팀이 되기 위해 발전하겠습니다. (E단원)

다른 사람들도 같이 운동하고 싶어 하는 사람이 되게 많더라고요. 그래서 운동 같이하는 사람이 모여서 했는데, 다들 많이 찾아주고 좋았다고 말씀해 주셔서 또 올해도 계획하고 있고, 나중에 팀이 조금 더 알려졌으면 하는 그런 개인적인 바람도 있습니다. 마지막으로 여성 태권도시범단 단원이면서 여성 태권도 지도자로서 메리트가 많고 할 수 있는 활동이 많은 사람으로 표현하고 싶습니다. (F단원)

연구 참여자들은 유년기 시절부터 현재까지 끊임 없이 자기와의 수련을 이겨내고 태권도와 함께 성장하고 있었으며, 이를 통해 태권도 시범 분야의 새로운 문화를 만들고 형성하여 개척하였다. 앞으로는 여성들이 쉽게 태권도 시범에 접근 할 수 있도록 다양한 프로그램 개발과 각종 태권도 단체나 기관에 중사하는 여성 태권도인들이 더욱 확대 되어야 할 것이며 (오대영, 2013), 여성 태권도 인구의 저변을 확대하기 위해 여성 지도자 양성 및 배치가 적극적으로 이루어져야 할 것이다(박미정, 임신자,곽정현, 2009).

## IV. 내러티브를 마치며

### 1. 결론

이 연구는 성인 여성 태권도인의 시범단 활동 경험을 바탕으로 시범단 활동에 대한 고민과 성찰을 살펴보고, 성인 여성 시범단 활동 계기와 성장 과정을 통해 성인 여성 태권도시범단의 적극적인 발전 방향에 대한 긍정적 영향을 줄 수 있는 기초자료로 활용되는 것을 목적을 두고 연구한 결과는 다음과 같다.

첫째, 시간적 내러티브 분석결과 태권도와 만나는 과정에서 다양한 계기로 태권도를 시작하였고, 시범단 활동을 통해 또 다른 세상에 눈떴으며, 시범단 활동을 통해 여성으로서 어려움에 직면한 것으로 나타났다.

둘째, 공간적 내러티브 분석결과 태권도와 시범에서 시범이라는 매개체로 공동체가 형성되었고, 성인 여성 전문 태권도시범단을 통해 성장하였다.

셋째, 관계적 내러티브에서 태권도와 여성전문시범단을 통해 활동방향성 및 삶의 목표를 형성한 것으로 나타났다.

태권도 시범에서 스피드나 파워에서 밀려 있던 여성들은 여성전문시범단을 통해 그들의 기량을 마음껏 발휘하고 있으며, 이는 향후 태권도의 다양한 분야에서 더 많은 여성들의 참여를 유도할 수 있는 계기가 될 것이라 사료된다.

### 2. 제언

이와 같은 결과를 바탕으로 후속 연구를 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 성인 여성 시범단의 향후 연구에서는 다양한 연령과 많은 대상을 분석하여 팀 운영 및 시범단 활동의 필요한 대안을 마련할 수 있는 연구가 이루어질 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 내러티브 연구 방법을 통해 시간적, 공간적, 관계적으로 현장 텍스트를 수집하고 해석하여 결론을 도출하였다. 향후 연구에서는 내러티브 연구 방법 이외의 다양한 연구 방법을 통해 객관적이고 정량화된 결론 도출을 위한 연구가 이루어져야 할 것이다.

## 참고문헌

- 곽정현, 이선희, 송선영(2020). 태권도를 기반으로 한 자기방어수련에 따른 성인여성들의 자아정체감, 자기효능감, 심리적 행복감의 변화. **국기원 태권도연구**, 11(1), 41-64.
- 권경상(2017). **한국 태권도 시범체계의 변화**. 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 김동학(2020). 체육전문인의 삶: 한 체육교사의 내러티브. **한국체육과학회지**, 29(2), 755-772.
- 김백운, 조옥성, 정용(2005). 태권도 수련생의 인구통계학적 특성에 따른 체육관 프로그램 및 지도자 만족도 분석. **한국스포츠산업경영학회지**, 10(3), 71-80.
- 김병철(2011). **성인 태권도참여 활성화를 위한 마케팅 믹스 전략**. 미간행 석사학위논문, 용인대학교 대학원.
- 김영진, 양현석, 전정우(2012). 태권도장 시범참여 아동들의 자기효능감이 긍정적 사고와 학교생활 태도에 미치는 영향. **대한무도학회지**, 14(2), 29-42.
- 김은지, 정명규, 임신자(2018). 대학 태권도시범단원의 운동스트레스와 운동몰입, 운동만족의 관계. **한국여성체육학회지**, 32(2), 43-58.
- 김희영(2013). **태권도 세계화에 따른 어린이 태권도 시범사 연구**. 미간행 석사학위논문, 전주대학교 대학원.
- 네이버블로그(2024). 여성태권도시범단 - 킹스레이디 팀 소개. <https://blog.naver.com>.
- 노정환(2017). **해외 태권도 시범공연의 경쟁력 요인 탐색**. 미간행 박사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 대한태권도협회(2024). <http://www.koreataekwondo.co.kr>.
- 문대선, 이철원(2013). 여성의 태권도 참여경험 분석: 근거이론. **체육연구논문집**, 20(1), 81-97.
- 박미정, 임신자, 곽정현(2009). 아동기 태권도 수련생을 둔 학부모의 여성태권도 지도자에 대한 인식. **태권도과학**, 2(2), 35-45.
- 박선미(2010). **여성 태권도 선수들의 진로방향 탐색**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 박지현, 권경상(2020). 태권도 시범전공 대학생의 참여동기와 자기효능감 및 진로결정수준의 관계. **한국스포츠학회지**, 18(2), 1141-1152.
- 박진수(2011). **변화된 태권도 시범에서 나타나는 공연 예술적 특성 분석**. 미간행 석사학위논문, 우석대학교 대학원.
- 박현정(2006). **청소년의 주말 무용프로그램 참여동기가 심리적 안정감에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 교육대학원.
- 백준형(2020). 태권도 수련생 학부모들의 태권도 수련 결정 및 지지 동기와 만족도에 대한 심층탐구. **국기원 태권도연구**, 11(2), 29-46.

- 소유정, 광정현(2018). 여성 태권도지도자의 경력단절과 복직제약에 대한 담론(談論). **국기원 태권도연구**, 9(2), 63-87.
- 신동선(2010). **한국 여성 태권도 경기의 변천과정**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 신호철, 김종수, 차영남(2020). 태권도시범단 참여 만족이 대학생활적응 및 진로결정에 미치는 영향. **코칭능력개발지**, 22(2), 44-51.
- 오노균, 김의영(2001). 태권도 프로그램 참여가 여성들의 기초생리 및 체력에 미치는 영향. **세계태권도학회지**, 5(0), 139-147.
- 오대영(2013). 블루오션으로써 성인 여성태권도의 활성화. **국기원 태권도연구**, 4(3), 121-133.
- 이미정(2008). **한국 여성태권도의 변천과정과 발전방안에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 이승진, 전정우(2022). 태권도 시범문화의 흐름과 지속 성장 가능성 탐색. **국기원 태권도연구**, 13(3), 45-54.
- 이승환(2014). **태권도 시범경연대회의 발전방향**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 임근주(2016). **한국 여성 태권도의 세계화**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 장동혁(2013). **태권도 시범공연의 발전방향 탐구**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 천우광, 김기진(2004). 태권도선수의 체급별 단기 체중감량 후 운동능력 및 생리적 변인의 변화. **한국체육학회지**, 43(6), 519-530.
- 최광근(2009). 한국여성태권도 변천과정. **한국체육사학회지**, 14(3), 129-142.
- 최광근(2011). **태권도 세계화 전개 과정에서 본 태권도 시범사**. 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 최영금, 하웅영(2010). 여성의 삶과 사람됨에 대한 편견의 개선과제: 여학생 야구선수의 시련을 중심으로. **인격교육**, 4(2), 111-133.
- 태권도신문(2016.12.3). 웰빙 페스티벌에 뜬 여벤저스. <http://www.tkdnews.com>
- 현석주(2012). 태권도 수련이 여성노인의 여가만족에 미치는 영향. **국기원 태권도연구**, 3(1), 27-45.
- 홍영숙(2019). 관계적 탐구로서의 내러티브 탐구. **한국질적탐구학회**, 5(1), 81-107.
- Clandinin, D. J. (2013). *Engaging in narrative inquiry*. Walnut Creek, CA: Left Coast Press, Inc.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. San Francisco: John Wiley & Sons Inc.

## Reflections and Contemplations on the Activities of Adult Female Taekwondo Practitioners in the Women's Demonstration Team

Ye-Rim Kim(Gachon University, Master's Student) ·  
Jeong-Hyeon Kwak(Gachon University, Associate Professor)

### ABSTRACT

This study aims to examine reflections on and considerations of demonstration team activities based on the experiences of adult female Taekwondo practitioners. To achieve this goal, it was deemed necessary to select participants who could provide sufficient field texts for constructing narratives about the reflections and considerations experienced by female Taekwondo practitioners through demonstration team activities. The results of the study are as follows: First, as a result of temporal narrative analysis, it was found that in the process of meeting Taekwondo, she started Taekwondo with various opportunities, woke up to another world through demonstration team activities, and faced difficulties as a woman through demonstration team activities. Second, as a result of spatial narrative analysis, a community was formed through the medium of demonstration in Taekwondo and demonstration, and it grew through a Taekwondo demonstration team specializing in adult women. Third, in relational narratives, it was found that through Taekwondo and female demonstrators, activity directions and life goals were formed.

Key words: Female taekwondo practitioners, Female taekwondo demonstration teams, Demonstration team activities

논문 접수일 : 2024. 10. 31

논문 승인일 : 2024. 12. 08

논문 게재일 : 2024. 12. 31