



학교 밖 스포츠를 통한 청소년 라이프 스킬 교육 사례 탐색 연구 -국외 프로그램을 중심으로-*

장민우¹, 이연정²

《 요 약 》

본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 국외 사례를 비교·분석하여, 스포츠 경험이 청소년의 삶의 역량 학습과 전이로 연결되는 교육적 구조를 탐색하고 국내 적용을 위한 시사점을 도출하는 데 목적이 있다. 이를 위해 청소년의 라이프 스킬 함양과 긍정적 청소년 발달(PYD)을 주요 목표로 운영되는 The First Tee, Girls on the Run, i9 Sports, PeacePlayers를 분석 대상으로 선정하였다. 연구는 각 프로그램의 공식 자료와 관련 선행 연구를 바탕으로 교육목표, 내용 구조, 코치 특성, 운영 방식, 교육적 영향의 다섯 영역을 중심으로 문헌분석 기반 비교 사례연구를 수행하였다. 연구 결과, 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램은 스포츠를 단순한 신체활동이나 기술 습득의 장이 아니라 청소년 발달을 위한 교육적 매개로 재구성하고 있었다. 사례 프로그램들은 공통적으로 가치 기반 교육목표, 구조화된 활동 경험, 성찰과 전이, 교육적 코칭, 지역사회 기반 운영을 주요 구성 원리로 삼고 있었다. 그러나 구체적인 설계 방식은 프로그램별로 다르게 나타났다. 각 프로그램은 자기관리, 사회정서학습, 행동규범 형성, 공동체·시민성 발달 등 서로 다른 발달 논리를 바탕으로 스포츠 경험을 조직하였으며, 라이프 스킬 전이를 촉진하는 장치와 코치의 역할 역시 프로그램의 목적과 운영 맥락에 따라 차별화되었다. 또한 프로그램 자료와 선행 연구에서는 자기관리, 자신감, 관계 형성, 책임감, 리더십, 공동체 의식 등과 관련된 변화와 삶의 전이 가능성이 보고되었다. 이러한 결과는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단일한 프로그램 모델이 아니라, 스포츠 경험을 삶의 역량 형성과 연결하는 다양한 청소년 발달 교육모델로 구현될 수 있음을 시사한다. 국내에서도 스포츠 활동의 양적 확대를 넘어, 라이프 스킬 중심 교육과정, 전이 촉진 구조, 교육적 코칭 체계, 지역사회 기반 파트너십을 결합한 프로그램 개발이 요구된다.

주제어 : 라이프 스킬, 긍정적 청소년 발달, 학교 밖 스포츠, 청소년 스포츠교육, 교육적 코칭

1. 서울대학교 박사과정, paidonomos@snu.ac.kr (주저자)
2. 서울대학교 박사과정, yeonjung.lee@snu.ac.kr (교신저자)

I. 서론

최근 청소년을 둘러싼 사회·교육 환경은 급격한 변화를 겪고 있으며, 이러한 변화는 청소년의 발달 과정과 삶의 질에 중요한 영향을 미치고 있다. 특히 디지털 환경의 확산과 신체활동 감소, 학업 중심 교육 구조의 심화는 청소년의 신체적 건강뿐만 아니라 정서적 안정과 사회적 관계 형성에도 부정적인 영향을 미칠 수 있는 요인으로 지적되고 있다(Holt et al., 2017). 이러한 맥락에서 청소년이 건강하게 성장하기 위해서는 단순한 지식 전달을 넘어, 자기관리, 의사소통, 문제해결과 같은 삶의 전반에 적용 가능한 역량을 함양하는 교육적 접근이 요구된다.

이와 관련하여 교육 및 청소년 연구 분야에서는 청소년을 결핍이나 문제 중심으로 바라보는 기존의 관점에서 벗어나, 개인의 강점과 잠재력을 중심으로 이해하려는 긍정적 청소년 발달(Positive Youth Development, 이하 PYD) 접근이 꾸준히 이루어지고 있다. PYD는 청소년이 역량(competence), 자신감(confidence), 관계성(connection), 인성(character), 배려(caring)와 같은 핵심 요소를 발달시키고, 이를 바탕으로 사회에 긍정적으로 기여하는 존재로 성장하는 과정을 강조한다(Lerner et al., 2005). 이러한 관점은 청소년 발달을 지원하는 프로그램이 단순한 문제 예방을 넘어, 전인적 성장과 사회적 역량 함양을 목표로 설계되어야 함을 시사한다.

한편, PYD의 목표를 실제 교육 현장에서 구현하기 위한 핵심 개념으로 라이프 스킬(life skills)이 강조되고 있다. 라이프 스킬은 개인이 일상생활에서 요구되는 다양한 과제와 문제에 효과적으로 대처할 수 있도록 하는 심리·사회적 역량으로 정의되며(WHO, 1999), 최근에는 자기조절, 의사소통, 대인관계, 문제해결, 의사결정 등 다양한 영역을 포함하는 포괄적 개념으로 확장되고 있다(Gould & Carson, 2008). 특히 라이프 스킬은 특정 상황에 국한되지 않고 다양한 삶의 맥락으로 전이될 수 있는 역량이라는 점에서, 청소년의 지속가능한 발달을 위한 핵심 요소로 평가된다. 특히 PYD와 라이프 스킬 개념은 스포츠라는 실천적 맥락과 결합되면서 더욱 중요한 의미를 갖는다. 스포츠는 규칙 준수, 협력, 경쟁, 도전, 실패와 극복 등 다양한 경험을 포함하고 있으며, 이러한 경험은 청소년이 사회적·정서적 역량을 자연스럽게 학습할 수 있는 환경을 제공한다(Holt, 2008). 특히 스포츠는 실제 상황 속에서 행동과 의사결정을 요구하는 활동이라는 점에서, 라이프 스킬을 단순히 인지적으로 이해하는 수준을 넘어 행동으로 실천하고 내면화할 수 있는 기회를 제공한다(Gould & Carson, 2008). 따라서 스포츠는 PYD와 라이프 스킬을 연결하는 효과적인 교육적 매개로 기능하며, 청소년 발달 프로그램에서 중요한 역할을 수행할 수 있다.

이러한 이론적 배경을 바탕으로 해외에서는 스포츠를 활용한 청소년 발달 프로그램이 다양한

형태로 발전해왔다. 선행 연구에 따르면, 스포츠 기반 프로그램은 청소년의 사회정서적 역량, 자아 존중감, 대인관계 능력 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있으며(Holt et al., 2017), 특히 구조화된 프로그램을 통해 라이프 스킬을 명시적으로 교육하고 이를 일상생활로 전이 시키는 접근이 효과적인 것으로 나타나고 있다(Gould & Carson, 2008). 또한 이러한 프로그램은 학교 교육을 보완하는 형태로 지역사회와 비영리 조직을 중심으로 운영되는 경우가 많으며, 다양한 이해관계자 간 협력을 통해 지속가능한 운영 구조를 형성한다.

기존의 스포츠 기반 청소년 발달 및 라이프 스킬 관련 연구들은 스포츠가 청소년의 긍정적 발달에 기여할 수 있음을 보여주었다. 예컨대 The First Tee 관련 연구는 골프 기반 프로그램 참여가 청소년의 자기관리, 목표설정, 대인관계 등 긍정적 발달 요소와 연결될 수 있음을 분석하였고(Weiss et al., 2016), Girls on the Run 연구는 달리기 기반 신체활동 프로그램이 여학생의 사회적·심리적·신체적 역량 향상에 미치는 효과를 검증하였다(Weiss et al., 2019). 또한 스포츠 기반 PYD 연구들은 청소년의 발달이 스포츠 참여 자체보다 프로그램 구조, 지도자와의 관계, 성찰과 전이 경험에 의해 영향을 받는다고 논의해 왔다(Gould & Carson, 2008; Holt et al., 2017; Pierce et al., 2017). 그러나 이러한 연구들은 대체로 특정 프로그램의 효과 검증, 참여 경험 분석, 또는 라이프 스킬 전이 과정의 이론화에 초점을 두어 왔으며, 여러 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램을 동일한 분석 기준에 따라 비교하고 그 공통적인 구성 원리와 운영 특성을 종합적으로 도출한 연구는 상대적으로 제한적이다.

국내에서도 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램 연구는 일부 수행되어 왔다. 이옥선(2016)은 초등 방과후학교 스포츠 프로그램을 통해 즐거움, 사명, 대응, 성장 중심의 라이프 스킬 개발 가능성을 분석하였고, 강지웅과 박용남(2017)은 초등체육수업에서 목표설정, 자기관리, 배려, 소통, 문제해결 등의 라이프 스킬 습득 양상을 제시하였다. 또한 최규현과 이옥선(2020)은 학교운동부 맥락에서 라이프 스킬 함양 프로그램을 적용하고, 학생선수의 발현 유형이 다양하게 나타남을 확인하였다. 다만 이는 특정 국내 학교체육 장면의 실행과 변화를 분석하는 데 초점을 두어, 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 구성 원리와 운영 특성을 다수 사례 비교를 통해 종합한 연구는 제한적이다. 이에 따라 해외의 다양한 사례를 분석하여 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 구조와 운영 원리를 이해하고, 이를 바탕으로 국내 적용 가능성을 모색할 필요성이 제기된다. 이와 같은 문제의식을 바탕으로 본 연구는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 해외 사례를 비교·분석하고, 이들 프로그램의 공통적인 구성과 교육적 요인 및 시사점 도출하는 것을 목적으로 한다. 특히 본 연구는 학교 밖 프로그램 중심의 해외 사례들을 분석함으로써 지역사회 기반에서 운영되는 스포츠 프로그램의 특성과 교육적 가능성을 보다

심층적으로 탐색하고자 한다. 이에 따라 도출한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육은 어떻게 구성되는가?, 둘째, 국외 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 사례에서 나타나는 교육적 요인과 국내 적용을 위한 시사점은 무엇인가?

이에 본 연구는 국외 학교 밖 스포츠 프로그램이 라이프 스킬 교육을 어떠한 발달 논리와 교육 구조 속에서 구현하고 있는지를 비교적으로 탐색하는 데 목적이 있다. 따라서 각 사례별 특성과 더불어 라이프 스킬의 명시화 방식, 스포츠 활동과 성찰의 결합 방식, 전이 촉진 장치, 코치의 교육적 역할, 지역사회 기반 운영 구조를 중심으로 사례 간 공통성과 차이를 분석하고 그것이 시사하는 바를 제시한다. 또한 이를 통해 도출된 교육적 확장 가능성과 구체적 과제를 제안하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 연구 사례

본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 교육적 구조와 운영 원리를 탐색하기 위하여 국외 사례를 중심으로 비교·분석을 수행하였다. 사례 선정은 스포츠를 활용하여 청소년의 라이프 스킬 및 긍정적 청소년 발달(PYD)을 주요 목표로 운영하고 있는 프로그램 가운데 대표성, 자료 접근성, 교육적 특성의 다양성을 기준으로 이루어졌다. 본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 구성 원리와 교육적 특성을 탐색하기 위한 문헌분석 기반의 비교 사례연구로서, 특정 프로그램의 효과를 실증적으로 검증하기보다 국외에서 운영되는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 공식적인 자료, 관련 선행 연구 등을 분석하여 사례별 특징과 사례 간 공통 요소를 도출하는 데 목적을 둔다.

사례 선정은 목적표집의 관점에서 이루어졌다. 우선 본 연구의 목적에 따라 스포츠 활동을 청소년의 라이프 스킬 함양 또는 긍정적 청소년 발달(PYD)을 위한 교육적 경험으로 명시하고 있는 프로그램을 1차 검토하였다. 그리고 자료 접근성 기준으로, 프로그램의 공식 홈페이지, 운영 자료, 관련 선행 연구를 통해 분석 자료를 확보할 수 있는 사례를 선정하였다. 또한 교육적 특성의 다양성 기준으로, 특정 종목이나 단일 교육목표에 편중되지 않도록 가치 중심 교육, 사회정서학습, 스포츠맨십, 공동체·시민성 교육 등 서로 다른 강조점을 지닌 프로그램을 포함하였다. 이러한 기준에 따라 The First Tee, Girls on the Run, i9 Sports, PeacePlayers를 최종 분석

대상으로 선정하였다.

The First Tee는 골프를 활용한 가치 중심 라이프 스킬 교육 프로그램이라는 점에서, Girls on the Run은 사회정서학습과 관계 형성 중심 프로그램이라는 점에서, i9 Sports는 스포츠맨십과 반복적 행동 경험 중심 프로그램이라는 점에서, PeacePlayers는 공동체 및 시민성 중심 프로그램이라는 점에서 각각 차별적 특징을 지니는 것으로 파악하였다. 또한 이들 사례는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 자기관리, 사회정서학습, 행동 습관 형성, 공동체 참여 등 다양한 방향으로 확장될 수 있음을 보여준다는 점에서 비교 사례로 적절하다고 판단하였다.

The First Tee는 골프를 매개로 유·청소년의 인성 발달과 라이프 스킬 함양을 지원하는 대표적인 스포츠 기반 청소년 교육 프로그램이다. The First Tee는 1997년 LPGA, Masters Tournament, PGA of America, PGA TOUR, USGA의 협력으로 시작되었으며, 초기에는 모든 아동·청소년이 골프에 접근할 수 있도록 하는 데 목적을 두었으나 이후 골프의 가치와 연결된 라이프 스킬 교육과정을 결합하면서 청소년 발달 프로그램으로 확장되었다. 또한 골프 활동을 통해 정직, 성실, 인내, 존중과 같은 가치를 배우도록 설계되어 있으며, 골프 기술을 단순한 기능 습득이 아니라 삶의 역량 형성과 연결한다는 점에서 가치 기반 스포츠 교육 프로그램의 특징을 보인다(The First Tee, n.d.).

Girls on the Run은 초·중등 여학생을 대상으로 달리기와 사회정서학습을 결합한 신체활동 기반 긍정적 청소년 발달 프로그램이다. Girls on the Run은 연구 기반 교육과정, 훈련된 코치, 포용적 참여 원칙을 갖춘 미국의 신체활동 기반 PYD 프로그램으로, 여학생의 신체적·사회적·정서적 건강을 증진하는 데 초점을 둔다(Girls on the Run, n.d.). 선행 연구에서는 Girls on the Run을 방과 후 신체활동 기반 긍정적 청소년 발달 프로그램으로 설명하며, 초등학교 3-5학년 여학생의 사회적·심리적·신체적 역량을 향상시키고 삶의 경험에 성공적으로 대처할 수 있도록 돕는 프로그램으로 설명한 바 있다(Weiss et al., 2019). 해당 프로그램은 달리기 능력 향상 자체보다 자기표현, 감정 이해, 또래 관계, 긍정적 자기인식, 목표 달성 경험을 강조하는 사회정서학습 중심 스포츠 프로그램으로 이해할 수 있다(Girls on the Run, n.d.; Weiss et al., 2019).

i9 Sports는 미국의 지역사회 기반 유소년 스포츠 프로그램으로, 축구, 농구, 야구, 플레그 풋볼 등 다양한 팀 스포츠를 통해 스포츠맨십과 긍정적 스포츠 경험을 강조한다. 홈페이지에 따르면 i9 Sports는 유소년 스포츠를 기술과 점수 중심으로만 이해하지 않고, 스포츠맨십 가치를 가르치고 이를 실천한 참여자를 인정함으로써 인성 발달을 함께 추구한다. 또한 유소년 스포츠가 더 나은 선수를 만드는 것뿐 아니라 더 나은 사람으로 성장하도록 돕는 과정으로서 기술 습득과 함께 팀워크, 존중, 책임감, 긍정적 태도를 함양하도록 강조한다(i9 Sports, n.d.). 이러한

점에서 i9 Sports는 특정 종목의 경기력 향상보다 반복적인 스포츠맨십 경험과 행동 규범의 내면화를 중시하는 프로그램으로 정리할 수 있다.

PeacePlayers는 농구를 활용하여 갈등과 불평등의 영향을 받는 지역 청소년의 관계 형성, 평화 교육, 리더십 개발을 지원하는 국제적 스포츠 기반 청소년 프로그램이다. PeacePlayers는 농구 프로그램과 더불어 평화교육, 리더십 함양을 도모하며, 갈등이나 불평등의 영향을 받는 청소년이 지역사회 변화를 이끌 수 있도록 지원한다. 특히 초기 단계에서 팀워크, 관용, 신뢰를 배우도록 하며, 청소년기에는 통합 팀 활동과 리더십 훈련으로 참여를 확장한다는 점에서 스포츠를 개인의 발달뿐 아니라 갈등 완화, 공동체 회복, 시민성 함양의 장으로 활용하는 사례로 이해할 수 있다(PeacePlayers, n.d.).

선정된 사례 프로그램들은 스포츠를 활용한다는 공통점을 가지면서도, 각각 자기발달과 인성 교육, 사회정서학습, 공동체 및 시민성 교육 등 서로 다른 교육 방향과 강조점을 나타내고 있었다. 본 연구는 이러한 사례 간 비교를 통해 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 공통적 구성 원리와 다양한 실천 양상을 종합적으로 탐색하고자 하였다.

2. 자료 수집 및 분석

본 연구는 사례별 문헌분석을 중심으로 수행되었다. 자료 수집은 각 프로그램의 공식 홈페이지, 교육 자료, 관련 선행 연구 등을 중심으로 이루어졌고, 또한 스포츠 기반 라이프 스킬 교육과 관련된 긍정적 청소년 발달(PYD), 사회정서학습(SEL) 등에 관한 국내·외 선행 연구를 함께 검토함으로써 사례 프로그램의 교육적 의미를 해석하고자 하였다.

자료 분석은 사례 프로그램의 공식 자료와 관련 문헌에 대해 반복 검토하면서 이루어졌다. 먼저 각 사례의 교육목표, 교육과정, 지도자 체계, 운영 방식, 교육 효과를 중심으로 프로그램별 내용을 정리하였다. 이후 사례별 자료에서 반복적으로 나타나는 의미 있는 내용과 특징을 추출하고, 이를 연구문제와 관련된 주요 분석 요소에 따라 귀납적으로 범주화하였다. 이 과정에서 개별 사례의 고유한 특성을 유지하되, 사례 간 비교가 가능하도록 공통된 분석 기준을 적용하였다.

본 연구의 분석 틀은 스포츠 기반 청소년 발달 프로그램을 구성하는 핵심 요소를 통합적으로 살펴보기 위해 설정하였다. 선행 연구에서는 스포츠 프로그램의 교육적 효과가 스포츠 참여 자체보다 프로그램이 지향하는 발달 목표, 구조화된 활동 경험, 지도자의 의도적 개입, 운영 환경, 그리고 참여 이후의 전이와 성과에 의해 달라질 수 있음을 강조해왔다(Coakley, 2011; Gould & Carson, 2008; Holt et al., 2017; Pierce et al., 2017). 이에 본 연구는 프로그램의 목적을

파악하기 위한 교육 목표, 스포츠 활동과 라이프 스킬 교육의 결합 방식을 살펴보기 위한 내용 구조, 교육적 개입의 주체를 분석하기 위한 코치 특성, 프로그램의 지속가능성과 확산 구조를 파악하기 위한 운영 형태, 프로그램 자료와 선행 연구에서 보고된 변화 및 삶의 전이 가능성을 해석하기 위한 교육적 영향에 관해 분석 영역을 설정하였다.

자료 분석 절차는 다음과 같다. 우선 사례 프로그램과 관련 자료 수집 후 각 프로그램의 목적, 대상, 활동 내용, 운영 방식, 교육적 특징을 중심으로 사례별 기초 내용을 정리하였다. 이를 통해 개별 프로그램이 어떠한 맥락과 구조 속에서 운영되고 있는지 이해하고자 하였다. 이후 정리된 자료를 반복적으로 검토하면서 각 프로그램에서 의미 있게 나타나는 교육적 요소를 도출하였다. 예를 들어 The First Tee에서 나타난 핵심 가치 기반 교육과 목표설정 활동은 교육 목표와 내용 구조의 주요 요소로 정리하였으며, 단계별 교육과정 운영과 자기 성찰 활동은 구조화된 학습과정의 특징으로 파악하였다. 코치의 피드백이나 행동 지도는 코치 특성으로, 학교 및 지역사회와의 협력 운영은 운영 형태의 요소로, 프로그램 자료와 선행 연구에서 제시된 행동 변화와 사회성 향상 관련 내용은 교육 효과적 요소로 정리하였다. 또한 사례별로 도출된 내용을 비교하여 프로그램 간 공통적으로 나타나는 요소와 차별적으로 나타나는 요소를 분석하였으며, 이후에는 분석 결과를 선행 연구와 비교·검토함으로써 사례 프로그램의 교육적 의미를 해석하였다. 특히 긍정적 청소년 발달, 라이프 스킬 전이 등과 관련된 선행 연구의 논의를 참고하여 사례 프로그램들이 스포츠에 대해 청소년 발달을 위한 교육적 경험으로 재구성하고 있음을 설명하고자 하였다.

분석의 신뢰성과 타당성을 높이기 위해 다양한 자료원을 교차 검토하였다. 프로그램 공식 자료, 현지문서, 선행 연구 등을 함께 검토함으로써 특정 자료에만 의존하는 해석의 편향을 줄이고자 하였다. 또한 사례별 분석 결과를 동일한 분석 틀에 따라 반복적으로 비교함으로써 분석 과정의 일관성을 확보하고자 하였다.

한편 자료 수집 및 분석 과정에서 생성형 AI 도구인 ChatGPT(OpenAI, GPT-5.0)를 보조적으로 활용하였다. 활용 범위는 관련 문헌 및 프로그램 자료 수집, 수집 자료의 1차 정리, 연구결과 범주의 검토와 문장 표현의 세련화에 한정하였다. AI가 제시한 자료와 문장은 연구자가 원자료와 선행 연구를 통해 재검토하였으며, 분석 범주의 확정과 연구 결과 해석은 연구자의 판단에 따라 이루어졌다.

III. 국외 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 구성

본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 구성 양상을 탐색하기 위하여

사례 분석을 실시하였다. 분석은 교육 목표, 내용 구조, 코치 특성, 운영 방식, 교육 효과, 총 다섯 영역을 중심으로 이루어졌다. 이는 스포츠 기반 청소년 발달 프로그램이 단순한 신체활동 프로그램이 아니라, 청소년의 사회정서적 발달, 역량 발달을 목표로 하는 교육 프로그램이라는 점에 주목하였다.

모두 라이프 스킬과 긍정적 청소년 발달을 지향하지만 그 구체적 작동 방식에 있어 The First Tee는 자기관리와 목표설정 중심의 발달 방향을, Girls on the Run은 사회정서학습과 관계 형성의 방향을, i9 Sports는 스포츠맨십과 행동규범 형성의 방향을, PeacePlayers는 공동체 관계와 시민성 발달의 방향을 상대적으로 강조한다. 따라서 본 장에서는 동일한 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이라도 발달 목표, 전이 구조, 코치 중재, 운영 조건 등에 따라 서로 다른 교육적 설계로 나타날 수 있음을 살펴보고자 한다.

〈표 1〉 사례 프로그램별 주요 특징

구분	i9 Sports	Girls on the Run	The First Tee	PeacePlayers
개요	- 2003년 프랜차이즈 모델로 시작 - 미국 전역 누적 500만명 이상 참가, 약 264개 지부 운영 (2025년 기준) - 다종목 유소년 스포츠 리그 운영	- 1996년 설립, 전국 50개 주 200개 지부 운영 - 연간 약 20만 명 참여 - 비영리 청소년 발달 프로그램	- 1997년 미국 주요 골프 단체의 협력으로 시작된 유·청소년 골프 기반 교육 프로그램 - 골프 접근성 확대에서 출발하여 인성 발달과 라이프 스킬 교육 프로그램으로 확장	- 2001년 설립(Playing for Peace → PeacePlayers) - 분쟁, 탈분쟁 지역 중심(남아공, 북아일랜드, 중동, 미국 등) - 지역별 맥락 존중, 공통 기준 공유
철학 및 방향	- “FUN FIRST”기반 10가지 원칙 제시 - 승리주의 지양, 재미, 안전, 스포츠 맨십 최우선 - 부모 라이프스타일 존중(주 1회 참여 구조)	- 미션: 여학생이 즐겁고 건강하며 자신감 있게 성장하도록 지원 - PYD기반, 5Cs+1(Competence, Confidence, Connection, Character, Caring + Contribution) - IDEA(Inclusion, Diversity, Equity, Access) 통합	- Nine Core Values와 Nine Healthy Habits를 중심으로 프로그램 구성 - 정직, 존중, 책임감, 인내, 자기관리 등 삶의 가치를 골프 경험과 연결	- 미션: 스포츠로 분열을 잇고(Bridge divides) 인식을 변화시키며 리더 양성 - 3가지 핵심 가치: Seeing People as People, Collaboration, Inside-Out Transformation - 변화 목표: 대인관계 → 지역사회 시스템 → 글로벌

구분	i9 Sports	Girls on the Run	The First Tee	PeacePlayers
운영 구조 및 방법	- 본사의 품질, 브랜드 커리큘럼 관리 - '원데이 시스템'으로 운영 부담 최소화	- 학교, 지역 기반 팀 구성(8~20명), 팀당 코치 2명 이상 - 주 2회 60~90분, 10~12주 시즌과 5k 이벤트 운영	- 본부의 표준화된 교육과정과 지역 지부의 자율 운영을 결합 - 연령·발달 단계에 따른 단계형 프로그램 운영	- 연령별 리더십 파이프라인 (Bridging → Changing → Perceptions → Developing → Leader) - 지역 풀타임 코치팀, 글로벌 운영팀 지원
코치 체계	- Area Developer 중심 계층 구조 (마케팅, 현장, 종목 관리, 심판, 자원봉사 코치) - 파트타임, 자원봉사 중심 운영	- 자원봉사 코치 중심, 연수·메뉴얼·수업안 제공으로 품질 유지 - 본부-지부 간 피드백과 평가 도구를 통해 운영 충실도 관리	- 코치 연수와 인증 체계를 통해 골프 기술 지도와 가치 기반 교육 통합 - 코치는 기술 지도자이자 가치 학습 촉진자 역할	- 참가자 → 리더 → 코치로 이어지는 인재 파이프라인 - 공동체가 다른 코치가 공동 운영하는 구조
교육 내용	- 9가지 스포츠맨십 가치(1개 주제씩 초점) - Sportmanship Award로 즉각 강화 - 연령별 맞춤 (Age-Appropriate) 다종목 (Sport Sampling) - 안전 프로토콜 (When in Doubt, Sit out), 부모 서약	- “활동→성찰→일상 전이” 순환 구조 명시 - 워밍업, 러닝, 주제 활동, 토의·성찰, 쿨다운으로 수업 구성 - 안전·지지·도전의 환경, 성과보다 성장 강조	- 골프 활동 속에서 목표 설정, 감정조절, 자기관리, 대인관계, 책임감 등을 학습하도록 함 - 성찰 활동을 통해 일상생활 전이를 유도	- 연령별 단계에 따라 ‘재미, 안전’→‘비판적 성찰’→‘멘토십, 인턴십’→‘조직 리더십’으로 심화 - 평화교육, 리더십 개발을 코칭과 결합
재정 및 파트 너십	- 수업료 기반 (\$170~201\$/7주) - 프랜차이즈 계약, 로열티 - 등록비, 스폰서십, 상품 등 다중 수익 구조	- 수업료, 장학금, 기업·지역 후원 기부, 학교·단체 파트너십 - 참여 여학생의 45%가 장학·지원금 활용	- PGA TOUR, 골프 단체, 지역 지부, 후원 기관 등과 연계한 비영리 기반 운영 - 지역사회 자원과 파트너십을 활용하여 프로그램 활성화	- 개인기부, 기업, 재단, 정부 보조금 등 다원 재원 구조 - 연례보고서, 감사자료 공개 등 투명성 강조 - 2023년 예산의 80% 이상이 프로그램 운영에 사용

1. 발달의 방향: 스포츠 활동 경험에 부여된 교육의 지향점

학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 가장 중요한 특징은 스포츠 참여 자체보다 성장과 발달을 교육목표의 중심에 둔다는 점이다. 각 사례들은 종목과 운영 방식에 있어 차이를

보였으나, 공통적으로 스포츠를 청소년 발달을 위한 교육적 매개로 재구성하였다. 이는 스포츠가 신체 기능적 경험에 머무르지 않고 관계 형성, 감정조절, 책임감 등의 역량을 실제 활동 속에서 길러나갈 수 있도록 조직됨을 의미한다.

전통적인 스포츠 프로그램은 경기력 향상과 기능 습득을 중심 목표로 설정하는 경우가 많았다. 그러나 스포츠 기반 청소년 발달 연구에서는 스포츠가 그 자체로 긍정적 효과를 자동적으로 생산하는 것이 아니라, 어떠한 가치와 교육목표를 중심으로 경험을 조직하느냐에 따라 교육적 의미가 달라진다고 본다(Coakley, 2011). 이러한 관점에서 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램들은 스포츠를 하나의 교육 언어이자 사회정서적 학습 환경으로 활용하는 것으로 볼 수 있다. 즉 스포츠 상황 속에서 경험되는 협력, 경쟁, 갈등, 실패, 책임, 관계 형성의 경험을 청소년 발달과 연결하는 방식으로 프로그램이 운영되는 것이다.

The First Tee는 이러한 특징을 가장 대표적으로 보여주는 사례이다. 프로그램은 Nine Core Values와 Nine Healthy Habits를 중심 가치로 설정하고, 골프 활동을 통해 참가자가 ‘정직’, ‘존중’, ‘책임감’, ‘자기관리’ 등과 같은 가치를 실제 행동 속에서 경험하도록 설계한다(The First Tee Korea, 2022). 특히 골프를 단순 기술 습득 활동이 아니라 목표 설정, 감정조절, 자기 통제, 대인관계 형성과 연결된 교육 경험으로 재구성하고 있다는 특징을 지닌다. 이는 스포츠를 가치 중립적 활동으로 보지 않고 어떠한 가치와 행동을 중심으로 경험을 조직할 것인가를 핵심 교육 과제로 바라보는 접근이라고 할 수 있다. 다시 말해 The First Tee는 스포츠 기술보다 스포츠 경험 속에서 형성되는 태도와 행동을 중심에 두어 스포츠를 인성교육의 장으로 재구성하고 있다.

Girls on the Run은 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 특히 관계 경험과 심리사회적 발달을 중심으로 확장될 수 있음을 보여준다. 프로그램은 달리기를 핵심 활동으로 활용하지만 실제적인 교육목표는 자신감 향상, 자기표현, 감정 이해, 또래 관계 형성, 공감 능력 발달 등에 있다(Girls on the Run, n.d.). 이는 스포츠를 경쟁 중심 활동으로 이해하기보다 또래 간 상호작용과 정서적 지지를 경험하는 사회적 공간으로 바라보는 접근으로, 특히 프로그램이 Lerner et al.(2005)의 5Cs 모델을 중심 발달 틀로 활용하고 있다는 점은 스포츠 활동이 단순 신체활동을 넘어 긍정적 청소년 발달을 위한 환경으로 기능할 수 있음을 보여준다.

i9 Sports는 스포츠맨십과 삶의 가치를 반복적으로 경험하게 하는 구조를 통해 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 또 다른 특징을 보여준다. 프로그램은 매주 하나의 sportsmanship value를 제시하고, 이를 훈련과 경기 전반에서 지속적으로 경험하게 한다. 여기서 스포츠맨십은 단순 경기 예절이 아니라 존중, 배려, 책임감, 협력과 같은 사회적 역량과 연결된다. 이러한 반복적

가치 경험 구조는 라이프 스킬 교육이 단순 메시지 전달이나 선언 수준에서 이루어지지 않는다는 점을 시사한다. 오히려 특정 가치가 반복적으로 행동 속에서 경험되고 피드백될 때 비로소 내면화가 가능하다는 것이다(i9 Sports, n.d.).

PeacePlayers는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 개인 수준 발달을 넘어 공동체와 사회적 관계 형성으로까지 확장될 수 있음을 보여주는 사례이다. 프로그램은 농구 활동을 활용하여 갈등 지역 청소년 간 상호 이해와 관계 형성을 촉진하고, 리더십과 공동체 의식을 발달시키는 것을 주요 목표로 삼는다(PeacePlayers, n.d.). 이는 스포츠를 단순한 경쟁 활동이 아니라 사회적 관계 회복과 공동체 참여를 학습하는 장으로 바라보는 접근이라고 할 수 있다. 특히 스포츠 활동을 통해 형성된 협력 경험과 상호작용 경험이 사회적 신뢰와 공동체 의식 형성으로 연결될 수 있다는 점에서 중요한 의미를 가진다. 이러한 특징은 최근 시민교육과 사회정서학습 논의가 개인 역량 함양뿐 아니라 공동체 참여와 사회적 책임까지를 포함하는 방향으로 확장되고 있다는 점과도 연결된다(Jones & Bouffard, 2012).

이처럼 사례 프로그램들은 스포츠를 단순 기능 중심 활동이 아니라 삶의 역량과 사회적 관계를 학습하는 교육 환경으로 재구성한다. 특히 스포츠 기술 향상 자체보다는 청소년이 스포츠 경험을 통해 어떠한 태도와 행동을 형성하는가를 중요하게 다루고 있다는 공통점을 보이며, 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 신체활동 프로그램을 넘어 청소년의 전인적 성장과 사회정서적 발달을 지원하는 교육모델로 기능할 수 있음을 시사한다. 네 사례는 모두 가치 기반 목표를 공유하지만, The First Tee는 자기관리형, Girls on the Run은 사회정서학습형, i9 Sports는 행동규범형, PeacePlayers는 공동체·시민성형 목표 구조를 보인다.

2. 전이의 통로: 가치-활동-성찰-삶의 연결 구조

학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램은 라이프 스킬이 스포츠 참여 과정 속에서 자연스럽게 형성되기를 기대하기보다는 구조화된 교육과정 안에서 명시적으로 다루고자 한다. 다시 말해 이는 스포츠 참여 자체가 곧 청소년 발달로 이어진다고 보기보다, 스포츠 경험을 어떠한 방식으로 조직하고 해석하게 하는지가 중요하다는 관점을 반영한다. 전통적인 스포츠 활동과 달리 사례 프로그램들은 스포츠 경험 자체를 하나의 교육과정으로 재구성하고 있다는 특성을 보인다. 즉 스포츠 활동은 단순한 신체활동이 아니라 특정 가치와 행동을 경험하고, 이를 성찰하며, 다시 일상과 연결하는 학습 과정으로 조직되고 있었다.

특히 사례 프로그램들은 공통적으로 ‘가치-활동-성찰-전이’의 흐름을 중심으로 교육과정

을 구성하고 있었다. 우선, 프로그램은 정직, 존중, 책임감, 협력, 공감, 리더십과 같은 특정 가치와 라이프 스킬을 명시적으로 제시한다. 이후 스포츠 활동 속에서 참가자가 해당 가치를 실제 행동으로 경험하게 하고, 코치의 질문과 피드백, 또래 간 상호작용, 자기 기록 활동 등을 통해 경험을 성찰하게 한다. 마지막으로 이러한 경험이 학교생활, 가정, 또래 관계와 같은 삶의 맥락으로 확장될 수 있도록 유도한다.

The First Tee에서는 이러한 체계적인 구조를 볼 수 있다. 프로그램은 연령과 발달 수준에 따라 단계화된 교육과정을 운영하며, 각 단계에서 다루어지는 핵심 가치와 라이프 스킬을 명시적으로 제시한다. 참가자들은 골프 활동 과정에서 목표 설정, 감정조절, 책임감과 같은 가치를 반복적으로 경험하며, 코치의 질문과 피드백을 통해 이를 자신의 삶과 연결하도록 유도된다. 여기서는 스포츠 경험을 자기 성찰과 자기이해 과정으로 연결하는 중요한 도구로 기능한다(The First Tee Korea, 2022). 이러한 구조는 스포츠 경험이 단순히 ‘활동을 했다’는 수준에 머무르지 않고, 자신의 행동과 감정을 해석하고 의미화하는 과정으로 확장된다는 점에서 중요하다. 경험 자체보다는 경험에 대한 성찰과 개념화 과정이 학습을 완성하기 때문이다(Kolb, 1984).

Girls on the Run은 신체활동과 사회정서학습을 통합한 구조화된 교육과정을 운영한다. 프로그램은 자기이해, 감정조절, 관계 형성, 갈등관리, 목표 설정 등의 주제를 단계적으로 다루며, 시즌 마지막의 5K 이벤트를 통해 참가자가 자신의 변화와 성취를 직접 경험하도록 설계되어 있다. 이는 스포츠 활동을 단순 반복 훈련이 아니라 하나의 성장 과정으로 조직하고 있다는 점에서 의미를 갖는다(Girls on the Run, n.d.). 특히 Girls on the Run의 단계형 구조는 참가자가 프로그램 참여 과정을 통해 스스로의 성장 서사를 경험하도록 만든다는 특징을 보인다. 참가자는 단순히 달리기 활동에 참여하는 것이 아니라, 점진적 목표 달성과 관계 경험을 통해 자기효능감과 성취감을 형성하게 된다.

앞선 사례들과 유사한 측면에서 i9 Sports 또한 반복적 가치 경험을 중심으로 커리큘럼을 조직한다는 특징을 보인다. 프로그램은 매주 하나의 스포츠맨십 가치를 제시하고, 이를 훈련과 경기 속에서 반복적으로 경험하게 한다(i9 Sports, n.d.). 이러한 구조는 라이프 스킬 교육이 단발적 메시지 전달만으로 이루어지지 않으며, 특정 가치가 반복적으로 행동 속에서 경험되고 피드백될 때 비로소 내면화될 수 있음을 보여준다. 반복적 경험과 성찰을 통해 활동의 의미를 형성한다(Dewey, 1938)는 측면에서 i9 Sports 역시 스포츠 활동을 반복적 가치 경험의 장으로 조직하는 경험 중심 교육의 특징을 보여준다.

PeacePlayers는 스포츠 경험을 공동체 참여와 사회적 실천으로 확장하는 구조를 갖는다. 프로그램은 농구 활동과 평화교육, 리더십 개발을 통합하여 운영하며, 참가자는 스포츠 활동 속에서

협력과 갈등관리 경험을 축적한 이후 청소년 리더십 과정으로 참여를 확장할 수 있다. 이러한 구조는 스포츠 경험이 개인적 변화에 머무르지 않고 공동체 참여와 사회적 책임으로 연결될 수 있음을 보여준다(PeacePlayers, n.d.).

이처럼 사례 프로그램들은 스포츠 활동을 단순 참여 경험이 아니라, 삶의 태도와 행동을 학습하는 구조화된 교육과정으로 재구성하고 있었다. 일반적인 스포츠 프로그램이 ‘무엇을 했는가’에 초점을 둔다면, 스포츠 기반 라이프 스킬 교육은 ‘그 경험이 어떤 의미로 연결되는가’를 핵심적으로 다룬다. 즉 스포츠 활동은 가치 학습, 자기이해, 관계 형성, 삶의 전이를 촉진하는 교육적 경험으로 조직된다.

스포츠 기반 라이프 스킬 전이가 효과적으로 이루어지기 위해서는 단순 기술 습득이 아니라 내면화와 일반화 과정이 필수적이다(Pierce et al., 2017). 이러한 관점에서 볼 때, 사례 프로그램들의 공통점은 스포츠 경험을 의도적으로 삶의 맥락과 연결하는 구조를 갖는다는 사실이다. 이들은 스포츠 활동을 단순한 참여 경험이나 기능 습득 과정으로 이해하지 않고, 특정 가치와 라이프 스킬을 학습하고 삶의 맥락으로 확장하기 위한 구조화된 교육과정으로 재구성하고 있었다. 이들 프로그램은 공통적으로 가치의 명시적 제시, 활동 속 반복적 경험, 성찰과 피드백, 일상생활로의 전이라는 흐름을 중심으로 스포츠 경험을 조직하고 있었으며, 이를 통해 스포츠 활동이 자기이해, 관계 형성, 공동체 참여, 사회정서적 성장 등으로 연결될 수 있도록 설계되고 있었다. 다시 말해 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 핵심은 스포츠 경험을 어떠한 방식으로 의미화하고 삶과 연결하는가에 있음을 보여준다.

3. 성장의 매개: 라이프 스킬 학습을 촉진하는 코치

각 프로그램에 있어 코치는 단순 기술 지도자가 아니라 가치와 행동을 매개하는 교육적 주체로 위치한다. 스포츠 기반 라이프 스킬 교육에서 코치는 프로그램의 질과 효과를 결정하는 핵심적인 역할로 작동하며, 단순한 운동 지도를 넘어 관계 형성이나 행동 변화 촉진에 결정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

The First Tee는 코치교육 체계를 매우 중요하게 다루는 프로그램으로 알려져 있다. 코치는 골프 기술뿐 아니라 가치 기반 교육과 청소년 발달 이해에 대한 연수를 함께 받으며, 참가자가 안전하고 포용적인 환경 속에서 도전과 실패를 경험할 수 있도록 지원해야 한다. 특히 코치는 인내, 존중, 책임감, 회복탄력성과 같은 가치를 스스로 모델링해야 하며, 참가자의 행동을 가치와 연결하여 피드백하도록 요구된다. 이미 관련 선행 연구(정현우, 장민우, 2026)에서 또한 The

First Tee Korea가 골프 기술, 핵심 가치, 건강한 습관, 라이프 스킬을 분리하지 않고 ‘가치 개념 제시-활동 속 적용-성찰’의 통합적 수업 구조로 운영되었으며, 이러한 구조가 지도자와 학부모의 관계적 지지를 통해 안정적으로 유지되었음을 설명한 바 있다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육에서 코치가 단순한 기술 전달자를 넘어, 참여자의 경험을 가치와 삶의 맥락으로 연결하는 교육적 매개자로 기능해야 함을 보여준다.

Girls on the Run 역시 코치의 관계 형성 역량과 돌봄 역량을 강조한다. 프로그램은 훈련된 코치를 통해 연구 기반 교육과정을 전달하며, 소그룹 상호작용과 성찰적 대화를 중요한 교수 전략으로 활용한다. 코치는 참여 아동이 자신의 감정과 경험을 안전하게 표현할 수 있도록 지원하며, 또래 간 관계 형성과 긍정적 상호작용을 촉진하는 역할을 수행한다(Girls on the Run, n.d.). 더욱이 i9 Sports는 코치뿐 아니라 운영 인력과 자원봉사자까지 포함하는 실행 체계를 갖추고 있다. 이는 스포츠맨십 가치가 단순히 구호 수준에 머무르지 않고 실제 경기 운영과 행동 규범 속에서 일관되게 구현되도록 하기 위한 것이다. 프로그램은 코치 가이드와 행동 지침을 통해 스포츠 활동 속에서 가치 교육이 지속적으로 이루어질 수 있도록 지원한다(i9 Sports, n.d.). PeacePlayers는 코치와 청소년 리더 양성을 결합한 운영 구조를 갖고 있다. 참가자는 단순 참여자에 머무르지 않고 이후 리더십 역할로 성장할 수 있으며, 이는 프로그램의 지속성과 공동체 확장성을 높이는 요소로 작동한다(PeacePlayers, n.d.).

이러한 사례들은 스포츠가 그 자체로 교육적 효과를 자동적으로 생산하는 것이 아니라, 지도자의 의도적 개입과 관계 형성을 통해 교육적 의미를 갖게 된다는 점을 보여준다. 코치가 라이프 스킬을 의도적으로 가르치고 일상생활과 연결할 때 스포츠 경험은 청소년 발달에 보다 의미 있게 기여할 수 있다(Camiré et al., 2012). 특히 교육적 코치는 단순한 기술 설명자가 아니라, 참가자의 경험을 해석하고 의미화하는 역할을 수행한다. 코치는 스포츠 활동 중 발생하는 갈등, 실패, 협력 경험을 가치와 연결하여 설명하고, 참가자가 자신의 행동을 성찰하도록 돕는다. 이러한 과정은 스포츠 경험이 일시적 활동에 그치지 않고 삶의 태도와 행동 변화로 이어질 수 있도록 만드는 핵심 기제로 작동한다.

스포츠 기반 라이프 스킬 교육에서는 코치와 참여자 간의 관계 자체가 중요한 교육적 “환경”으로 작용한다. 긍정적 관계 경험은 청소년의 심리적 안정감과 참여 지속성에 영향을 미치며, 코치에 대한 신뢰는 가치 학습과 행동 변화의 기반이 된다(Holt et al., 2017). 따라서 교육적 코칭은 단순 지도 기술이 아니라 관계 형성과 사회정서적 지원을 포함하는 개념으로 이해할 필요가 있다.

4. 실천의 토대: 표준화와 지역사회 파트너십

사례에서 공통적으로 드러나는 또 하나의 특징은 프로그램 운영이 대부분 지역사회 기반의 파트너십 구조 속에서 이루어진다는 점이다. 각 사례들은 공통적으로 비영리 민간 조직을 중심으로 운영되면서도, 실제 실행 과정에서는 학교, 지역사회, 가정, 후원기관, 스포츠 조직, 자원봉사 주체와의 협력을 적극적으로 활용하였다.

The First Tee는 본부의 표준화된 교육철학과 지역별 지부(chapter)의 자율 운영을 결합한 구조를 갖는다. 본부에서는 핵심 가치와 교육과정, 코치 연수 체계를 제공하고, 각 지역의 지부는 지역사회 자원과 환경에 맞추어 프로그램을 운영한다. 실제로 캐나다 사례에서는 Golf Canada, PGA of Canada, RBC, Jumpstart와 같은 다양한 기관이 협력하여 프로그램을 지원하고 있다(Golf Canada, 2022). 유사한 사례로 Girls on the Run은 본부와 지역 협의체 체계 아래 학교와 지역사회 공간에서 프로그램을 운영한다. 지역 협의체는 참가자 모집, 코치 운영, 프로그램 실행을 담당하며, 학교와의 협력을 통해 접근성을 높인다. 이는 프로그램의 전국적 확산과 지역 맞춤형 운영을 동시에 가능하게 하는 구조로 평가된다(Girls on the Run, n.d.).

i9 Sports 또한 유사하지만 프랜차이즈형 운영 구조를 통해 표준화된 가치 체계를 유지하면서도 지역별 자율성을 보장하는 독특한 양상을 보인다. 지역 가맹 운영자는 본부의 운영 원칙과 스포츠맨십 철학을 기반으로 프로그램을 실행하며, 지역사회 요구와 환경에 맞춘 운영이 가능하다(i9 Sports, n.d.). 또한 PeacePlayers는 국제 본부의 비전과 지역의 자율성을 결합한 다층적 거버넌스를 특징으로 한다. 특히 갈등 지역에서 운영되는 프로그램 특성상 지역사회 관계와 신뢰 형성이 중요한 요소로 작동하며, 학교와 지역 공동체의 협력이 프로그램 운영의 핵심 기반이 된다(PeacePlayers, n.d.).

이러한 운영 구조는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단일 조직의 폐쇄적 프로그램이 아니라, 지역사회 자원과 관계망을 활용하는 사회생태학적 교육 시스템임을 나타낸다. 다시 말해 청소년 발달이 개인 내부 요인만이 아니라 가족, 학교, 또래, 지역사회 등 다양한 환경 체계와의 상호작용 속에서 이루어짐을 보여준다(Bronfenbrenner, 1979). 특히 지역사회 기반 운영은 프로그램의 접근성과 지속가능성을 높이는 중요한 요소로 작동한다. 학교와 지역 스포츠 시설, 민간 후원, 자원봉사 네트워크의 결합은 단순 예산 확보 차원을 넘어 청소년이 다양한 관계망 속에서 사회적 경험을 확장할 수 있도록 만든다. 또한 지역사회 기반 운영은 스포츠 활동을 학교 교육의 보조 활동이 아니라 공동체 차원의 청소년 발달 활동으로 확장시키는 역할을 한다. 최근 학교 중심 접근만으로는 청소년의 다양한 발달 요구를 충분히 충족시키기 어렵다는 지적이 제기되고

있는 만큼(Eccles & Gootman, 2002), 학교 밖 스포츠 기반 프로그램은 지역사회 자원을 활용하여 보다 다양한 관계 경험과 참여 기회를 제공할 수 있다는 점에서 잠재적 가치를 지니는 것으로 볼 수 있다.

5. 변화의 확장: 개인적 역량에서 관계적 공동체로

마지막 공통적 구성 원리로는 프로그램 효과가 단순한 스포츠 기술 향상이나 참여 만족도에 머무르지 않고, 개인의 사회정서적 변화와 삶의 전이까지를 포함한다는 점을 들 수 있다. 각 프로그램은 공통적으로 자기관리, 자신감, 관계 형성, 공감, 책임감, 리더십과 같은 삶의 역량 형성을 주요 성과로 제시하고 있었다. 예를 들어 Girls on the Run에 대한 종단 연구는 프로그램 참여가 소녀들의 사회적·심리적·신체적 발달에 긍정적 영향을 미친다고 밝힌 바 있다(Weiss et al., 2019). 해당 연구에서는 참여자의 자기효능감과 또래 관계 만족도 향상, 신체활동에 대한 긍정적 인식 증가가 보고되었다. 또한 The First Tee에 대한 평가 연구에서도 참여 청소년의 자기관리, 목표설정, 감정조절, 대인관계 영역에서 긍정적 변화가 보고되었다. 특히 장기 추적 연구에서는 스포츠 환경에서 형성된 라이프 스킬이 학교생활과 일상생활로 전이되는 양상이 확인된다(Weiss et al., 2016). PeacePlayers 또한 스포츠 경험이 갈등 완화와 관계 개선에 긍정적 역할을 할 수 있음을 보여주는 사례로 언급된다. 프로그램 참여자들은 서로 다른 문화적·사회적 배경을 가진 또래와의 상호작용을 통해 공감과 관계 형성 경험을 축적하였으며, 이는 공동체 의식과 사회적 신뢰 형성으로 연결되었다(Global Education Innovation Initiative, n.d.; PeacePlayers, n.d.). 특히 PeacePlayers는 스포츠 활동을 단순 경기 경험에 머무르게 하지 않고, 평화교육과 리더십 개발을 결합함으로써 청소년이 공동체 내 갈등을 이해하고 협력적 관계를 형성할 수 있도록 지원하고 있다(PeacePlayers, n.d.).

이러한 보고와 자료는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 지향하는 바가 단순 기능 향상이 아니라 삶의 태도와 행동 변화에 있다는 점을 보여준다. 특히 자기조절, 의사소통, 관계 형성, 문제해결과 같은 역량은 스포츠 상황에만 국한되지 않고 학교생활, 가정, 또래 관계, 지역사회 참여 등 다양한 삶의 맥락으로 확장될 수 있다. 이와 관련하여 Danish et al.(2004)은 라이프 스킬을 삶의 여러 상황에서 활용 가능한 심리사회적 역량으로 설명하면서, 스포츠는 이러한 역량을 실제 행동 속에서 학습할 수 있는 중요한 환경이라고 보았다. 이는 자기관리와 목표 설정, 실패와 갈등을 다루는 경험, 리더십과 공동체 의식 등은 각각 기본기, 대응기, 공헌기라는 개념과 연결되며 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 효과는 단순한 참여 만족이나 심리적 변화가 아니라, 삶의

여러 장면에서 활용 가능한 실천적 역량의 발달로도 해석된 바 있다(이옥선, 2012). 이러한 관점에서 볼 때, 스포츠 기반 라이프 스킬 교육은 청소년이 자신의 경험을 행동 변화와 사회적 관계 형성으로 연결할 수 있도록 돕는 것으로 이해할 수 있다.

종합하면 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램은 스포츠 활동을 청소년 발달과 삶의 역량 형성을 위한 교육적 경험으로 재구성된다. 사례 프로그램들은 가치 기반 교육목표, 구조화된 학습과정, 교육적 코치 체계, 지역사회 기반 운영, 삶의 전이 지향이라는 특징을 공유하고 있었으며, 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 신체활동 프로그램을 넘어 하나의 대안적 교육활동으로서 기능할 수 있음을 시사한다. 다만 프로그램 간 차이는 종목 자체보다 각 프로그램이 전제하는 발달 논리, 전이를 촉진하는 장치, 코치의 교육적 역할에서 나타난다. 자기관리와 가치 내면화(The First Tee), 사회정서학습과 관계 형성(Girls on the Run), 스포츠맨십과 행동규범(i9 Sports), 그리고 공동체·시민성 발달(PeacePlayers)을 중심으로 각각 스포츠 경험의 조직양상은 프로그램의 목적과 이론적 기반에 따라 다양하게 구현될 수 있음을 보여준다.

IV. 국외 사례 프로그램의 교육적 특성과 국내 적용 시사점

1. 국외 사례 프로그램의 교육적 특성

국외 사례 프로그램들은 운영 국가, 대상, 종목, 조직 구조에서는 차이를 보였지만, 공통적으로 스포츠를 단순한 기술훈련이나 경기 참여의 장이 아니라 청소년 발달을 위한 교육적 매개로 재구성하고 있었다. The First Tee, Girls on the Run, i9 Sports, PeacePlayers는 모두 스포츠 활동을 통해 청소년이 자기관리, 관계 형성, 책임감, 감정조절, 스포츠맨십, 공동체 의식과 같은 삶의 역량을 경험하도록 설계되어 있었다. 이러한 점에서 국외 사례 프로그램의 핵심 특성은 특정 종목을 가르치는 데 있는 것이 아니라, 스포츠 경험을 청소년의 태도와 행동, 관계와 삶의 방식으로 연결하는 데 있다고 볼 수 있다. 이는 스포츠 참여 자체가 긍정적 발달을 자동적으로 보장하지 않으며, 스포츠 경험이 어떠한 가치와 관계 구조 속에서 조직되는가가 중요하다는 선행연구의 논의와도 연결된다(Coakley, 2011; Gould & Carson, 2008).

국외 사례의 첫 번째 교육적 특성은 스포츠 활동과 라이프 스킬 교육의 통합성이다. The First Tee 등 사례 프로그램들은 모두 핵심 가치, 습관, 라이프 스킬을 수업 구조, 코치 역할, 운영 원칙에 통합함으로써 스포츠 기반 청소년 발달 모델로서의 정체성을 제도화하고 있었다. The

First Tee는 골프를 자기관리와 책임감, 목표 설정을 학습하는 장으로 재구성하고, Girls on the Run은 달리기를 자기이해와 관계 형성, 감정조절을 경험하는 과정으로 조직한다. i9 Sports는 팀 스포츠를 통해 스포츠맨십과 협력적 태도를 반복적으로 경험하게 하며, PeacePlayers는 농구를 평화교육과 리더십 개발, 공동체 회복의 장으로 확장한다. 이러한 차이는 각 프로그램의 종목이나 운영 방식이 다르더라도, 스포츠가 청소년의 발달적 경험을 구조화하는 공통 매개로 기능하고 있음을 보여준다.

두 번째 특성은 표준화된 교육철학과 현장 자율성의 결합이다. 해외 사례에서 나타나는 확장 방식은 표준화와 현지화의 결합 수준에 따라 뚜렷하게 구분된다. 미국 The First Tee는 본부의 핵심 내용 체계, 코치 인증, 평가 체계를 기반으로 하면서도 지역 지부가 기간, 비용, 지역 프로그램을 유연하게 설계하는 분권형 네트워크 모델을 갖는다. The First Tee Canada는 Golf Canada가 브랜딩, 재원, 표준, 정책 연계를 통합 관리하고 지역 지부가 실행을 담당하는 중앙 표준화-지역 실행 모델을 안정적으로 정착시켰다. 반면 일본 사례는 골프장 단위의 분산 운영으로 실행력과 접근성을 확보했으나, 중앙의 연구·평가·표준화 기능이 상대적으로 약해 장기 확장과 제도 연계에는 한계가 있는 것으로 분석된다. 호주 사례는 PGA 중심 운영으로 품질과 안전 기준의 일관성은 강하지만, 지역 자율성 기반의 생태계 확장에는 제한이 있다. 이러한 비교는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 확산되기 위해서는 표준화된 교육철학과 현장 적응성 사이의 균형이 중요하다는 점을 보여준다.

세 번째 특성은 학습-성찰-전이 구조의 명시화이다. 국외 사례들은 라이프 스킬을 선언적 메시지로 제시하는 데 그치지 않고, 수업 내 구조와 후속 경로를 통해 실제 전이가 일어나도록 설계하고 있었다. The First Tee는 연령별 발달 목표를 구분하고, 상위 단계에서는 자기탐색, 목표 설정, 진로 계획 등을 강화한다. Girls on the Run은 활동-성찰-일상 전이를 수업 원리로 명시하고, 시즌 말 5K 완주 이벤트를 통해 성취와 공동체 경험을 강화한다. PeacePlayers는 참여자 발달 단계에 따라 리더십 파이프라인을 구축하여 개인 변화가 관계 회복과 공동체 참여로 확장되도록 설계한다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 전이가 단순히 스포츠 장면에서 배운 기술을 다른 장면으로 옮기는 것이 아니라, 스포츠 경험의 의미를 해석하고 삶의 맥락에서 적용하는 과정이라는 점을 보여준다(Pierce et al., 2017).

네 번째 특성은 지도자 체계가 프로그램의 질을 좌우하는 핵심 장치로 작동한다는 점이다. 국외 사례에서 지도자는 단순히 인력을 확보하는 차원이 아니라 프로그램의 교육적 품질을 담보하는 핵심 주체로 위치한다. The First Tee(미국)는 SafeSport 및 신원조회 의무화와 Level 1~5 인증 체계를 통해 전국 지부 간 교육 품질의 일관성을 확보하고 있으며, First Tee Canada는

국가협회 차원에서 세이프스포츠, 코치 인증, 파트너십, 재원을 결합하여 지도자 체계를 거버넌스 수준에서 내장하고 있다. 또한 Girls on the Run은 코치 매뉴얼, 수업지도안, 성장 포트폴리오를 표준 제공하고, i9 Sports는 본부가 주간 수업안, 기술 영상, 가치 교육 자료를 디지털 플랫폼으로 제공함으로써 운영 충실도를 관리한다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 효과가 교육내용 자체만이 아니라, 그 내용을 현장에서 구현하는 지도자의 전문성과 실행 체계에 의해 좌우된다는 점을 보여준다(Camiré et al., 2012).

다섯 번째 특성은 지속가능성을 위한 파트너십과 성과관리 구조이다. 해외 사례들은 단순히 프로그램을 운영하는 것에 그치지 않고, 재원, 평가, 운영 투명성, 파트너십 거버넌스를 결합하여 지속가능성을 확보하고 있었다. The First Tee(미국)는 다층 파트너십과 연구 결과를 프로그램 개선에 반영하고, The First Tee Canada 가 형평성 기반 무상 운영과 공공-민간 파트너십을 결합하며, Girls on the Run과 PeacePlayers가 연차보고서와 성과 지표 공개를 통해 공공성과 책임성을 축적한다. 이러한 구조는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 안정적으로 확산되기 위해서는 단순한 프로그램 유지가 아니라, 성과를 증거화하고 이를 재원, 제도, 파트너십으로 전환하는 운영 체계가 필요함을 시사한다.

종합하면, 국외 사례 프로그램의 교육적 특성은 청소년 발달의 교육적 매개로 재구성하여 핵심 가치와 라이프 스킬을 수업 구조와 운영 원칙에 통합한다는 점에 있다. 또한 표준화된 교육 철학을 유지하면서도 지역별 실행 방식의 유연성을 확보하며, 지도자 전문성과 파트너십, 성과 관리 체계를 통해 지속가능한 운영 기반을 구축한다. 이러한 특성은 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단일한 프로그램 모델이 아니라, 목적과 맥락에 따라 실천적 수준의 인성교육 형태로 확장될 수 있는 유연한 교육 형태임을 보여준다.

2. 국내 적용을 위한 시사점

국외 사례가 국내에 제공하는 시사점은 특정 프로그램을 그대로 모방하는 데 있지 않다. 해외 확장 모델은 단일하지 않으며 목적과 맥락에 따라 분권형, 국가협회 중심형, 실행 파트너 중심형, 중앙집중형 등 다양한 방식으로 설계될 수 있다. 따라서 국내 적용의 핵심은 어느 나라 모델을 그대로 가져올 것인가가 아니라, 한국의 제도, 시장, 학교, 지역 여건을 반영하여 표준화, 현장 실행, 파트너십, 평가를 결합한 고유한 운영 체계를 구축하는 데 있다.

첫째, 국내 스포츠 기반 청소년 프로그램은 기능 습득 중심 활동에서 라이프 스킬 중심 교육과정으로 전환될 필요가 있다. 국내에서도 학교체육, 학교스포츠클럽, 방과후 스포츠활동, 지역

스포츠 프로그램 등 다양한 스포츠 참여 기회가 마련되어 있으나, 여전히 많은 프로그램이 체력 증진, 종목 기능 습득, 경기 경험 제공에 초점을 두는 경향이 강하다. 그러나 국외 사례들은 스포츠 활동을 통해 어떤 삶의 역량을 경험하게 할 것인가를 명확히 설정하고 있었다. The First Tee는 골프를 자기관리와 책임감 학습의 장으로, Girls on the Run은 달리기를 자기이해와 사회 정서학습의 장으로, i9 Sports는 팀 스포츠를 스포츠맨십과 행동 습관 형성의 장으로, PeacePlayers는 농구를 공동체 관계 회복과 시민성 학습의 장으로 재구성하였다. 이는 국내 프로그램도 “어떤 종목을 운영할 것인가”보다 “그 종목을 통해 어떤 삶의 역량을 학습하게 할 것인가”를 중심으로 설계되어야 함을 보여준다.

둘째, 국내 프로그램에는 활동-성찰-일상 전이 구조를 수업 내외 장치로 명시화할 필요가 있다. 해외 사례들은 라이프 스킬을 선언적 메시지로 제시하는 수준을 넘어, 학습 성찰과 일상 전이가 실제로 일어나도록 수업 구조와 후속 경로를 제도화하고 있음을 보여준다. 이는 국내 프로그램이 단순히 스포츠 활동을 제공하는 데서 나아가, 활동 이후의 성찰 질문, 자기기록, 생활 적용 과제, 가정·학교 연계 활동, 후속 리더십 프로그램 등을 포함해야 함을 시사한다. 특히 The First Tee Korea가 이미 기록학습, 진급·수료 구조라는 강점을 가지고 있다면, 이를 참여 지속 차원에서 한 단계 확장하여 일상 적용 과제, 가족·학교 연계, 후속 프로그램을 포함한 전이 체계로 고도화할 필요가 있다. 이러한 접근은 라이프 스킬 전이가 경험 이후의 성찰과 일반화 과정을 통해 가능하다는 논의와도 연결된다(Pierce et al., 2017).

셋째, 국내 적용에서는 지도자 전문성 체계를 교육시간 확대 수준을 넘어 인증·평가·관리 체계로 확장해야 한다. 국외 사례에서 지도자 체계는 프로그램의 질을 결정하는 핵심 장치로 기능하고 있었다. The First Tee의 단계별 코치 인증, SafeSport 및 신원조회, Girls on the Run의 코치 매뉴얼과 운영 충실도 관리, i9 Sports의 디지털 코치 자료, PeacePlayers의 리더십 체계는 모두 지도자 체계가 단순한 인력 확보가 아니라 교육의 질을 보장하는 구조임을 보여준다. 따라서 국내에서도 스포츠 지도자의 역할을 기술 전달자로 한정하기보다, 라이프 스킬 지도자 또는 교육적 코치로 재정립할 필요가 있다. 지도자 연수에는 종목 전문성뿐 아니라 가치 중심 피드백, 성찰 질문법, 관계 기반 코칭, 전이 촉진 전략, 안전과 아동보호, 평가 역량이 포함되어야 한다(Camiré et al., 2012).

넷째, 국내 프로그램은 표준화와 현장 유연성의 균형을 고려해야 한다. 국외 사례 비교는 표준화만으로도, 현장 자율성만으로도 충분하지 않음을 보여준다. 미국 The First Tee와 캐나다 The First Tee는 표준화된 철학, 교육과정, 코치 체계, 평가 기준을 기반으로 확장되었지만, 동시에 지역 지부와 실행 기관이 지역 여건에 맞게 프로그램을 운영할 수 있는 유연성을 확보하였다.

반대로 일본형 모델은 현장 접근성과 실행력은 확보했지만 중앙의 연구·평가·표준화 기능이 약할 경우 장기적 확장과 제도 연계에 한계가 있을 수 있음을 보여준다. 이 점은 국내 프로그램이 중앙에서 최소한의 교육철학, 핵심 가치, 지도자 기준, 평가 기준을 표준화하되, 학교·지역·기관별 실행 방식은 유연하게 설계할 수 있어야 함을 시사한다.

다섯째, 국내 스포츠 기반 라이프 스킬 교육은 학교 중심 구조를 넘어 지역사회 기반 파트너십 체계로 확장될 필요가 있다. 해외 사례에서 지속가능성은 단순 재원 규모의 문제가 아니라 증거 기반 평가, 운영 투명성, 파트너십 거버넌스가 결합될 때 강화된다. 이는 국내에서도 학교, 지방자치단체, 공공체육시설, 지역 스포츠클럽, 대학, 비영리단체, 종목단체, 민간 후원기관이 함께 참여하는 협력 구조가 필요함을 의미한다. 이러한 파트너십은 단순히 예산을 확보하기 위한 장치가 아니라, 청소년이 다양한 성인, 또래, 지역사회 구성원과 상호작용하며 사회적 경험을 확장할 수 있는 생태체계적 기반으로 기능할 수 있다(Bronfenbrenner, 1979; Eccles & Gootman, 2002).

마지막으로, 국내 적용은 한국형 모델의 재맥락화를 전제로 해야 한다. 해외 사례의 의미는 특정 운영 방식을 그대로 수입하는 데 있지 않고, 스포츠 경험을 교육과정화하고 이를 한국 청소년의 삶의 조건에 맞게 재구성하는 데 있다. 한국 청소년은 학업 부담, 학교 중심 생활 구조, 지역 간 스포츠 접근성 차이, 지도자 양성 체계, 공공기관 중심 사업 운영 방식 등 고유한 맥락 속에 있다. 따라서 The First Tee의 단계형 가치교육 구조는 종목 기반 라이프 스킬 교육과정 개발의 참고 틀로, Girls on the Run의 사회정서학습 구조는 여학생 신체활동 참여와 자기효능감 증진 프로그램으로, i9 Sports의 반복적 스포츠맨십 교육은 학교스포츠클럽 가치교육 모델로, PeacePlayers의 공동체·시민성 접근은 다문화 청소년 지원이나 또래 관계 회복 프로그램으로 재구성될 수 있다. 이는 한국에서 PYD와 라이프 스킬 접근이 단순한 인성교육 담론을 넘어, 역량 중심 스포츠교육으로 재맥락화될 필요가 있다는 논의와도 연결된다(Lee, 2024).

종합하면, 국내 적용의 핵심은 스포츠 프로그램의 양적 확대가 아니라 스포츠 경험의 교육적 재구조화에 있다. 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 확산되기 위해서는 명확한 가치 목표, 구조화된 전이 설계, 교육적 코치 체계, 표준화와 현장 유연성의 균형, 지속가능한 파트너십과 성과관리 체계가 필요하다. 따라서 국내 학교 밖 스포츠 프로그램은 단순 신체활동 제공을 넘어, 청소년의 전인적 성장과 사회정서적 발달, 공동체 참여를 지원하는 교육모델로 발전할 필요가 있다.

V. 논의

본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 국외 사례를 비교·분석함으로써, 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 어떠한 교육적 구조와 운영 원리를 통해 청소년 발달을 지원하고 있는지를 탐색하고자 하였다. 분석 결과, 사례 프로그램들은 종목과 운영 방식, 대상 집단에서는 차이를 보였으나 공통적으로 스포츠를 청소년의 삶의 역량과 사회정서적 발달을 위한 교육적 경험으로 재구성하고 있었다. 특히 가치 기반 교육목표, 가치-활동-성찰-전이 중심의 학습구조, 교육적 코치 체계, 지역사회 기반 운영이라는 공통 요소가 확인되었으며, 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 체육활동 프로그램이 아니라 하나의 청소년 발달 교육모델로 기능할 수 있음을 보여준다.

이러한 결과는 스포츠 기반 청소년 프로그램에 관한 기존 논의와도 밀접하게 연결된다. 선행 연구에서는 스포츠가 청소년 발달에 긍정적 영향을 미칠 가능성을 지니고 있으나, 그 효과는 스포츠 참여 자체보다 어떠한 관계와 교육 구조 속에서 경험이 조직되는가에 의해 결정된다고 설명해왔다(Coakley, 2011; Holt et al., 2017). 본 연구에서 분석한 사례 프로그램들 역시 스포츠 활동 자체를 강조하기보다, 스포츠 경험을 통해 어떠한 가치와 행동을 학습하게 할 것인가를 중심에 두고 있었다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 핵심이 스포츠 그 자체에 있는 것이 아니라, 스포츠 경험을 교육적으로 구조화하는 방식에 있음을 시사한다. 또한 본 연구 결과는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 최근 긍정적 청소년 발달(PYD) 논의의 실천적 구현 방식으로 이해될 수 있음을 보여준다. 사례 프로그램들은 자기관리, 관계 형성, 책임감, 공감, 공동체 의식과 같은 요소를 중심 가치로 다루고 있었으며, 이는 Lerner 등(2005)이 제시한 역량, 자신감, 관계성, 인성, 배려의 요소와도 연결된다. 특히 스포츠 활동 속에서 청소년은 협력과 경쟁, 실패와 회복, 갈등과 관계 형성 경험을 실제 행동 수준에서 경험하게 되며, 프로그램은 이러한 경험을 성찰과 전이 과정과 연결하고 있었다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 신체활동이 아니라 관계 기반 경험학습의 장으로 기능할 수 있음을 보여주는 결과라고 할 수 있다.

1. 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 교육적 의미와 확장 가능성

본 연구 결과는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 기존의 기능 중심 스포츠교육과는 구별되는 독자적 교육모델로 이해될 필요가 있음을 시사한다. 전통적인 스포츠 프로그램은 경기력 향상이나 종목 기능 습득을 중심 목표로 운영되는 경우가 많았다. 반면 본 연구에서 분석한 사례 프

그럼들은 스포츠를 청소년 발달과 사회정서적 성장, 관계 형성을 위한 교육적 매개로 활용하고 있었다. 즉 스포츠는 목적 그 자체가 아니라 삶의 역량을 학습하기 위한 경험 환경으로 재구성되고 있었다. 다만 스포츠 참여가 청소년의 즉각적인 긍정적 발달을 보장한다고 보기는 어렵다. 스포츠의 긍정성을 과도하게 낙관적으로 전제하거나 스포츠 참여의 ‘자동화 효과’에 의존할 경우 청소년 스포츠 프로그램 구성의 엄밀성이 약화될 수 있다(남상우, 정현우, 2019). 특히 사례 프로그램들은 스포츠 경험이 긍정적 발달로 직결된다고 보지 않았으며, 명시적 가치교육과 성찰 활동, 교육적 코칭을 통해 스포츠 경험을 삶과 연결하려는 특징을 보였다. 이는 Gould와 Carson(2008)이 지적한 것처럼 라이프 스킬 발달이 단순 참여가 아니라 의도적 교육 설계를 통해 이루어진다는 점을 재확인하는 결과라고 볼 수 있다. 다시 말해 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 핵심은 스포츠 활동 자체보다 경험의 의미화 과정에 있다.

또한 본 연구 결과는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 사회정서학습(SEL)의 실천적 장으로 기능할 가능성을 보여준다. CASEL(2020)이 제시한 자기인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계 기술, 책임 있는 의사결정 등의 요소는 사례 프로그램들에서 반복적으로 나타났다. 특히 Girls on the Run은 자기표현과 감정 이해, 관계 형성을 중심에 두고 있었으며, PeacePlayers는 공동체 의식과 타자 이해를 중요한 교육목표로 설정하고 있었다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 인성교육 수준을 넘어 사회정서적 역량 형성을 위한 실천적 교육환경으로 기능할 수 있음을 보여준다.

특히 본 연구에서 주목할 점은 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 개인 수준 발달을 넘어 공동체적 차원으로 확장되고 있다는 점이다. PeacePlayers 사례는 스포츠가 갈등 완화와 공동체 회복, 시민성 형성의 장으로 기능할 수 있음을 보여주고 있었다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 자기관리 교육이나 행동교정 프로그램이 아니라, 공동체 참여와 사회적 관계 형성을 포함하는 시민교육 모델로 확장될 가능성을 가진다는 점을 시사한다. 최근 시민교육 연구가 개인 역량 함양뿐 아니라 공동체 참여와 사회적 책임을 강조하고 있다는 점(Jones & Bouffard, 2012)을 고려할 때, 스포츠 기반 라이프 스킬 교육은 청소년 시민성 교육의 새로운 실천 모델로도 논의될 수 있을 것이다.

또한 사례 프로그램들은 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단일한 방식이 아니라 교육목표와 운영 맥락에 따라 유연하게 구현될 수 있음을 보여준다. The First Tee는 골프 경험을 목표 설정, 자기관리, 책임감 등 삶의 역량과 연결한다는 점에서 스포츠를 통한 라이프 스킬 전이 및 긍정적 청소년 발달 논의와 맞닿아 있다(Gould & Carson, 2008; Weiss et al., 2016). Girls on the Run은 달리기 활동을 자기이해, 감정조절, 관계 형성 중심의 사회정서학습 경험으로 구조화한다

는 점에서 신체활동 기반 사회정서적 발달 프로그램의 성격을 보인다(Jones & Bouffard, 2012; Weiss et al., 2019). i9 Sports는 스포츠맨십 가치를 반복적으로 제시하고 실천하게 한다는 점에서 경험과 반복, 피드백을 통한 가치 내면화의 교육적 의미와 연결되며(Dewey, 1938; Gould & Carson, 2008), PeacePlayers는 농구를 갈등 완화, 상호 이해, 리더십과 공동체 참여의 장으로 활용한다는 점에서 스포츠 기반 시민성 및 공동체 교육의 가능성을 보여준다(Coalter, 2010; Jones & Bouffard, 2012). 따라서 이들 사례는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 특정 정형화 모델이 아니라, 인성교육, 사회정서학습, 행동 습관 형성, 공동체·시민성 교육 등 다양한 선행 연구의 논의와 접점을 이루며 맥락에 따라 개방적으로 설계될 수 있는 교육모델임을 시사한다.

이러한 결과는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 적용 가능성이 매우 넓다는 점을 보여준다. 스포츠는 단순 신체활동 영역에 머무르지 않고 인성교육, 사회정서학습, 시민교육, 공동체교육 등 다양한 교육 영역과 연결될 수 있으며, 운영 목적에 따라 서로 다른 교육 방향성을 구성할 수 있다. 이는 향후 스포츠 기반 청소년 프로그램이 단순 여가 프로그램이나 체육활동 프로그램을 넘어 청소년 발달을 위한 통합적 교육모델로 발전할 가능성을 보여주는 결과라 할 수 있다.

2. 국내 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 과제와 방향성

본 연구 결과는 국내 스포츠 기반 청소년 프로그램이 향후 어떠한 방향으로 발전할 필요가 있는지에 대해서도 중요한 시사점을 제공한다. 현재 국내 학교체육과 학교스포츠클럽은 학생의 신체활동 참여 확대와 건강 증진에 중요한 역할을 수행하고 있으나, 여전히 경기 경험과 기능 습득 중심 구조에 머무르는 경우가 많다. 특히 스포츠 경험을 삶의 역량 형성과 연결하는 명시적 교육 설계는 상대적으로 제한적으로 이루어지고 있으며, 스포츠 활동 이후의 성찰과 전이 과정 역시 체계적으로 포함되지 못하는 경우가 많다.

이러한 현실은 국내 스포츠교육이 단순히 더 많은 스포츠 참여 기회를 제공하는 것만으로는 충분하지 않다는 점을 시사한다. 해외 사례들은 스포츠 경험 자체보다 스포츠 경험을 어떻게 교육적으로 구조화할 것인가를 중요하게 다루고 있었다. 즉 스포츠 활동은 단순 참여 경험이나 자기이해와 관계 형성, 감정조절, 공동체 경험으로 연결되는 학습과정으로 조직되고 있었다. 따라서 국내 스포츠 기반 청소년 프로그램 역시 신체활동 확대라는 기존 목표를 유지하되, 스포츠 경험을 삶의 역량과 연결하는 교육과정적 접근으로 전환될 필요가 있다.

특히 본 연구는 국내 스포츠 기반 프로그램에 ‘가치-활동-성찰-전이’ 구조를 보다 체계적으로 포함할 필요가 있음을 시사한다. 현재 학교스포츠클럽이나 지역 스포츠 프로그램은 활동

중심 운영에 머무르는 경우가 많으며, 참여 경험을 삶과 연결하는 구조는 상대적으로 부족하다. 그러나 사례 프로그램들은 스포츠 경험을 성찰과 일반화 과정을 통해 학교생활과 또래 관계, 가정생활로 연결하고 있었다. 이는 국내 프로그램 역시 단순 참여 중심 활동을 넘어 경험의 의미를 해석하고 삶과 연결하는 교육과정을 포함할 필요가 있음을 보여준다.

또한 본 연구 결과는 국내 스포츠 지도자 양성 체계의 변화 필요성을 시사한다. 해외 사례에서 코치는 단순 기술 지도자가 아니라 가치와 행동을 연결하는 교육적 중재자로 기능하고 있었다. 그러나 국내 스포츠 지도자 양성은 여전히 종목 전문성과 경기 운영 역량 중심으로 이루어지는 경우가 많다. 향후 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 활성화되기 위해서는 지도자 역시 교육적 코칭 역량과 관계 형성 역량, 성찰 촉진 역량을 함께 갖추어야 할 필요가 있다. 특히 Camiré 등(2012)이 강조한 intentional coaching의 관점은 국내 지도자 교육 체계에도 중요한 시사점을 제공한다. 더불어 본 연구는 학교 중심 구조를 넘어 지역사회 기반 운영 모델의 필요성을 보여준다. 해외 사례 프로그램들은 대부분 학교와 지역사회, 비영리단체, 스포츠 조직, 자원봉사 네트워크를 연결하는 형태로 운영되고 있었다. 이는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단일 기관 중심 프로그램이 아니라 지역사회 관계망 속에서 이루어지는 생태체계적 교육모델임을 의미한다. Bronfenbrenner(1979)의 생태체계이론 역시 청소년 발달이 다양한 환경 체계와의 상호작용 속에서 이루어진다고 설명한다. 이러한 관점에서 볼 때, 국내에서도 학교와 지방자치단체, 지역 스포츠클럽, 대학, 비영리단체 등이 함께 참여하는 협력 기반 운영 구조가 필요할 것으로 보인다.

한편 본 연구는 국내 적용이 해외 모델의 단순 모방 방식으로 이루어져서는 안 된다는 점 역시 보여준다. 해외 사례들은 각 국가의 스포츠 문화와 시민사회 구조, 학교 밖 교육 생태계 속에서 발전해왔기 때문이다. 한국에서는 체육이 단순 실기를 넘어 사회적 문제 해결의 수단이자 역량 교육의 장으로 재편되고 있으며 PYD-라이프 스킬의 접근이 인성교육을 대체하는 방향으로 전환되고 있기에 국외 이론의 직수입이 아닌 한국적 맥락에서의 재맥락화가 요구된다(Lee, 2024). 다시 말해 한국 청소년의 학업 중심 생활 구조, 지역 간 스포츠 접근성 차이, 학교 중심 문화 등을 고려한 재구성 과정이 필요하다. 예를 들어 PeacePlayers의 공동체 중심 접근은 국내에서는 다문화 청소년 지원이나 또래 관계 회복 프로그램과 연결될 수 있으며, Girls on the Run의 사회정서학습 중심 구조는 여학생 스포츠 참여 확대와 자기효능감 향상 프로그램으로 발전될 가능성이 있다.

마지막으로 본 연구는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육에 대한 국내 연구의 확장 필요성을 제기한다. 현재 국내 연구는 학교체육이나 스포츠 참여 효과 검증 중심으로 이루어지는 경우가 많으며, 스포츠 경험이 어떠한 교육 구조 속에서 삶의 역량 형성으로 연결되는가를 탐색하는 연구는

상대적으로 제한적이다. 향후에는 실제 프로그램 참여 경험과 지도자 상호작용, 라이프 스킬 전이 과정 등을 심층적으로 탐색하는 질적 연구와 장기 추적 연구가 보다 활성화될 필요가 있다. 또한 국내 맥락에 적합한 스포츠 기반 라이프 스킬 교육모델을 개발하고, 이를 실제 현장에서 적용·검증하려는 실천적 연구 역시 요구된다.

종합하면, 본 연구는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 체육활동 프로그램이 아니라 청소년의 삶의 역량과 사회정서적 발달을 지원하는 교육모델로 기능할 수 있음을 보여주었다. 특히 스포츠 경험을 가치 기반 교육과 성찰, 관계 형성, 공동체 경험과 연결하는 구조가 중요하게 작동하고 있음을 확인하였다. 이러한 결과는 향후 국내 스포츠 기반 청소년 프로그램이 신체활동 중심 접근을 넘어 청소년의 전인적 성장과 사회적 발달을 지원하는 방향으로 확장될 필요가 있음을 시사한다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램의 국외 사례를 비교·분석함으로써, 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 어떠한 교육적 구조와 운영 원리를 중심으로 구성되고 있는지를 탐색하고자 하였다. 이를 위해 The First Tee, Girls on the Run, i9 Sports, PeacePlayers를 대상으로 교육목표, 교육과정 구조, 지도자 체계, 운영 방식, 교육 효과의 측면에서 사례 간 비교 분석을 수행하였다.

연구 결과, 사례 프로그램들은 운영 환경과 종목, 조직 형태에서는 차이를 보였으나 공통적으로 스포츠를 단순 신체활동이 아니라 청소년 발달과 삶의 역량 형성을 위한 교육적 경험으로 재구성하고 있었다. 특히 프로그램들은 자기관리, 책임감, 관계 형성, 공감, 리더십, 공동체 의식과 같은 라이프 스킬과 긍정적 청소년 발달 요소를 핵심 교육목표로 설정하고 있었으며, 스포츠 활동을 가치-활동-성찰-전이의 흐름 속에서 구조화하고 있었다. 또한 코치는 단순 기술 지도자가 아니라 관계 형성과 행동 변화를 촉진하는 교육적 중재자로 기능하고 있었고, 프로그램 운영 역시 학교와 지역사회, 비영리단체, 스포츠 조직 간 협력을 기반으로 이루어지고 있었다. 이러한 결과는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 체육활동 프로그램이 아니라 청소년의 사회정서적 발달과 삶의 역량 형성을 지원하는 교육모델로 기능할 수 있음을 보여준다.

본 연구는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육 프로그램을 단순 효과 검증 차원이 아니라 교육적 구조와 운영 원리의 측면에서 통합적으로 분석하였다는 점에서 의의를 가진다. 기존 연구들이

특정 프로그램의 참여 효과나 심리적 변화에 초점을 두는 경우가 많았다면, 본 연구는 다양한 해외 사례를 비교함으로써 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 공통적인 구성 원리와 운영 특성을 도출하고자 하였다. 특히 가치 기반 교육목표, 가치-활동-성찰-전이 구조, 교육적 코칭, 지역 사회 기반 운영과 같은 요소를 중심으로 프로그램 구조를 분석하였다는 점에서 기존 연구를 확장하는 의미를 지닌다.

또한 스포츠 기반 라이프 스킬 교육을 긍정적 청소년 발달(PYD)의 실천적 교육 모델로 이해하고자 하였다. 사례 프로그램들은 스포츠 경험을 통해 자기이해와 관계 형성, 책임감, 공동체 의식 등을 학습하도록 구성되어 있었으며, 이는 스포츠가 단순 신체활동을 넘어 청소년의 전인적 성장과 사회정서적 발달을 지원하는 교육 환경으로 기능할 수 있음을 보여준다. 특히 스포츠 경험을 단순 참여가 아니라 성찰과 삶의 전이 과정과 연결된 교육적 경험으로 해석하였다는 점에서, 스포츠교육의 교육적 의미를 확장하였다는 의의를 둔다.

한편 본 연구는 프로그램 공식 홈페이지, 공개 자료, 관련 선행 연구 등 문헌자료를 중심으로 분석을 수행하였기 때문에 실제 프로그램 운영 현장의 역동성이나 참여자의 구체적 경험을 충분히 반영하는 데 한계가 있다. 또한, 프로그램의 구성 원리와 교육적 특성을 탐색하는 데 초점을 두었기에, 참여자의 라이프 스킬 변화나 일상생활로의 전이 효과를 실증적으로 살펴보는 못하였다.

이에 따라 후속 연구에서는 첫째, 실제 프로그램 참여 청소년, 지도자, 학부모를 대상으로 한 면담 및 참여관찰 연구를 통해 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 실행 과정과 경험적 의미를 심층적으로 분석할 필요가 있다. 둘째, 라이프 스킬은 단기간에 형성되는 역량이 아니라 일상생활 속에서 지속적으로 전이·활용되는 역량이라는 점에서, 프로그램 참여 이후의 변화 과정을 추적하는 종단 연구가 필요하다.

결론적으로 본 연구는 스포츠 기반 라이프 스킬 교육이 단순 체육활동 프로그램을 넘어 청소년의 삶의 역량과 사회정서적 발달을 지원하는 교육모델로 기능할 수 있음을 확인하였다. 특히 스포츠 경험을 가치 기반 교육과 성찰, 관계 형성, 공동체 경험과 연결하는 구조가 핵심적으로 작동하고 있음을 확인하였으며, 이는 향후 국내 스포츠 기반 청소년 프로그램이 보다 교육적이고 발달 중심적인 방향으로 확장될 필요가 있다.

※ 논문 투고일: 2026. 5. 31. ※ 논문 수정일: 2026. 7. 30. ※ 게재 확정일: 2026. 7. 30.

〈참고문헌〉

- 강지웅, 박용남(2017). 라이프스킬 개발을 위한 초등체육수업 실천 연구. **한국초등체육학회지**, 23(1), 15-29.
- 남상우, 정현우(2019). 스포츠를 통한 청소년의 긍정적 발달: 사회학적 탐색. **한국스포츠교육학회지**, 26(3), 53-71.
- 이옥선(2012). 체육 전공 대학생들의 청소년기 스포츠 참여를 통한 생활기술(life skills) 습득 경험과 요인 탐색. **한국스포츠교육학회지**, 19(1), 1-22.
- 이옥선(2016). 스포츠를 통한 방과후학교 라이프스킬 개발 프로그램의 실행 이해. **한국여성체육학회지**, 30(4), 231-253.
- 정현우, 장민우(2026). 학교 밖 스포츠 기반 라이프 스킬 교육의 실천 과정과 교육적 의미: The First Tee Korea 사례연구. **한국스포츠교육학회지**, 33(1), 161-185.
- 최규현, 이옥선(2020). 라이프스킬 함양을 위한 학교운동부 프로그램 개발 및 적용에 따른 라이프스킬 발현 유형 탐색. **한국체육학회지**, 59(5), 71-85.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *The Sport Psychologist*, 26(2), 243-260.
- Coakley, J. (2011). Youth sports: What counts as "positive development"? *Journal of Sport and Social Issues*, 35(3), 306-324.
- Coalter, F. (2010). The politics of sport-for-development: Limited focus programmes and broad gauge problems? *International Review for the Sociology of Sport*, 45(3), 295-314.
- Danish, S. J., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2004). Enhancing youth development through sport. *World Leisure Journal*, 46(3), 38-49.
- Dewey, J. (1938). *Experience and education*. Macmillan.
- Eccles, J., & Gootman, J. A. (2002). *Community programs to promote youth development*. National Academy Press.
- Girls on the Run. (2024). *Girls on the Run launches new curriculum to meet the needs of today's girls*. Girls on the Run International.
<https://www.girlsontherun.org/gotr-in-the-news/gotr-launches-new-hello-superstar-curriculum>
- Global Education Innovation Initiative. (n.d.). *PeacePlayers International*. Harvard Graduate School of Education. <https://globaled.gse.harvard.edu/peaceplayers-international>
- Golf Canada. (2022). *First Tee celebrates 25 years of empowering youth through golf*. <https://www.golfcanada.ca/articles/first-tee-celebrates-25-years-of-empowering-youth-through-golf>
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78.
- Holt, N. L. (Ed.). (2007). *Positive youth development through sport*. Routledge.
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth

- development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1-49.
- i9 Sports. (n.d.). *Sportsmanship values and why we teach them*.
<https://www.i9sports.com/about/sportsmanship-values>
- Jones, S. M., & Bouffard, S. M. (2012). Social and emotional learning in schools: From programs to strategies. *Social Policy Report*, 26(4), 1-33.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Lee, O. (2024). Sport-based life skills development in South Korea. In N. L. Holt & M. H. McDonough (Eds.), *Positive youth development through sport* (3rd ed., pp. 144-155). Routledge.
- Lerner, R. M., Almerigi, J. B., Theokas, C., & Lerner, J. V. (2005). Positive youth development: A view of the issues. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10-16.
- PeacePlayers. (n.d.). *A global youth movement for peace and equity by sport*.
<https://peaceplayers.org>
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017). Definition and model of life skills transfer. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186-211.
- The First Tee. (n.d.). *About First Tee*. <https://firsttee.org/about/>
- The First Tee Korea (2022). *The First Tee Korea 코치교육 자료(레벨 I)*. 서울: The First Tee Korea
- Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2016). Evaluation of The First Tee in promoting positive youth development: Group comparisons and longitudinal trends. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(3), 271-283.
- Weiss, M. R., Kipp, L. E., Reichter, A. P., Espinoza, S. M., & Bolter, N. D. (2019). Girls on the Run: Impact of a physical activity youth development program on psychosocial and behavioral outcomes. *Pediatric Exercise Science*, 31(3), 330-340.
- World Health Organization. (1999). *Partners in life skills education: Conclusions from a United Nations inter-agency meeting*. World Health Organization.
- OpenAI, ChatGPT (5.0, 2025.08.08./2026.05.10.), [대형언어모델(LLM)], <http://chatgpt.com>

〈Abstract〉

A Case Study of Youth Life Skills Education Through Out-of-School Sport: Focus on International Programs

Jang, Minwoo¹, Lee, Yeonjung²

This study aims to explore the educational structure through which out-of-school sport-based life skills education programs connect sport experiences to youth life skills learning and transfer, and to derive implications for their application in Korea. The cases selected for analysis were The First Tee, Girls on the Run, i9 Sports, and PeacePlayers, all of which aim to promote life skills development and positive youth development (PYD). Based on official program materials and relevant literature, this study conducted a comparative case study using literature analysis across five domains: educational goals, content structure, coach characteristics, operational methods, and educational influences.

The findings show that the case programs commonly reconstructed sport not merely as physical activity or technical skill training, but as an educational medium for youth development. They also connected sport experiences to life skills learning and everyday life contexts through value-based educational goals, structured activity experiences, reflection and transfer, educational coaching, and community-based operation. However, the programs were not designed in a uniform way. Rather, they were organized around different developmental logics and transfer mechanisms, including self-management, social-emotional learning, behavioral norm formation, and community and citizenship development. Coaches also functioned not simply as technical instructors but as educational mediators who facilitated value learning, emotional support, behavioral feedback, and community relationship building according to each program's goals. Program materials and previous studies reported changes and transfer possibilities related to self-management, confidence, relationship building, responsibility, leadership, and community awareness.

These findings suggest that out-of-school sport-based life skills education is not a single fixed program model, but a youth development education model that can be implemented in diverse ways depending on its purpose and context. For the Korean context, the findings indicate the need to develop sport programs that combine life skills-centered curricula, transfer-facilitating structures, educational coaching systems, and community-based partnerships.

Keywords : life skills, positive youth development, out-of-school sport, youth sport education, educational coaching

1. Phd student, Seoul National University, paidonomos@snu.ac.kr (Lead Author)

2. Phd student, Seoul National University, yeonjung.lee@snu.ac.kr (Corresponding Author)