

우리나라 '국기 태권도' 수련생 감소를 극복하기 위한 노력



김지영

나사렛대학교 교수
스포츠 산업, 스포츠 마케팅에 관심
kjy0048@hanmail.net

우리나라 국기인 태권도는 남녀노소 누구나 제한 없이 아무런 무기를 지니지 않고 손과 발을 사용해 방어와 공격기술을 연마하고, 심신단련을 통해 인간다운 길을 걷도록 하는 스포츠이다¹⁾. 이러한 장점으로 태권도는 현재 200여개가 넘는 세계 여러 나라에서 수련하고 있는 세계적인 무도(武道)로 각광받고 있다.

그 가치를 인정받아 2018년 3월 30일 국회에서 법문화되면서 4월 17일 대통령령으로 '국기'로 지정되었고, 우리나라를 대표하는 전통무예가 되었다. 국기(國技)는 나라에서 전통적으로 즐겨 내려오는 대표적인 운동이나 기예라는 뜻²⁾을 가지고 있다. 대한민국의 국기에 대해서 명문의 규정이 없다가 2018년 이동섭 의원(현 국기원장)이 국회의원 시절 '대한민국의 국기는 태권도로 한다'는 내용이 담긴 '태권도 진흥 및 태권도공원 조성 등에 관한 법률(태권도법) 일부 개정 법률안'을 발의하였고 동년 3월 30일에 해당 개정안이 통과되어 정식 국기로 인정받았다³⁾. 이를 기념하기 위해 2018년 3월 태권도인 8,212명이 국회의사당 광장에서 태권도 품새 태극 1장을 시연하면서 세계기네스협회 최다 단체시연 부문에 도전하여 기네스북 기록을 경신하였다. 그 후 국기지정 5주년을 기념



2018년 국기지정 태극 1장 시연(기네스북 경신)

© 천지일보, <https://www.newscj.com/news/articleView.html?idxno=514006>

1) <https://www.koreataekwondo.co.kr/d001>
2) <https://namu.wiki/w/국기>
3) http://www.mooyenews.kr/sub_read.html?uid=9300§ion=sc1§ion2=%ED%83%9CEA%B6%8C%EB%8F%84



2023년 태권도 한마당(기네스북 재경신)

© 연합뉴스, <https://n.news.naver.com/article/001/0010039106?sid=102>

하기 위해 2023년 3월 25일 서울 광화문광장에서 태권도 한마당을 개최하여 1만 2,263명의 태권도인이 또다시 태극1장 단체시연을 하여 기네스북 기록을 재경신하였다.

태권도의 유네스코 세계문화유산 등재를 지속적으로 추진하기 위해 KOREA 유네스코 추진단이 결성되면서 태권도의 세계화를 위한 다양한 노력이 이루어지고 있다. 하지만 이처럼 우리나라를 대표하고 전 세계인의 문화유산으로서 역할을 톡톡히 하며 승승장구하고 있는 태권도에 대한 다양한 우려가 제기되고 있다. 그 이유는 바로 태권도 수련생의 감소이다. 국내 태권도 수련생은 거의 대부분 유소년에 집중되어 있는데, 갈수록 출산율이 저조해지는 현 시점에 태권도 수련생 역시 점차 감소하고 있기 때문이다. 정확한 데이터는 없지만, 우리나라 태권도 수련생의

연령분포를 보면 유소년 중에서도 유치원과 초등학교 저학년을 중심으로 한 수련층으로 구성되어 있어 수련대상의 편중화 현상이 심각한 수준이다. 일반적으로 태권도 도장 운영자는 유아와 아동을 대상으로 수련생 모집을 위한 프로그램 및 홍보에만 집중하고 있기에 수련 연령층이 초등학교 이하로 낮아지고 있는 실정이다.

태권도의 위기는 바로 이로부터 시작된다고 할 수 있다. OECD에서 발표한 출산율 분포를 보면, 우리나라 출산율은 2015년 1.24명을 기준으로 지속적으로 감소추세에 들어섰으며 2018년 1명도 채 되지 않는 0.98명을 기록하였고, 2022년 0.78명, 2023년 0.70명으로 OECD 국가 평균 1.58명의 절반도 되지 않은 수치⁴⁾를 기록하고 있다.

2022년 국민생활체육조사 자료에 의하면 정규 학

4) OECD(2023). Fertility rates. OECD Data. <https://data.oecd.org/opo/fertility-rates.htm>.

정규 학교체육 외 생활체육 강좌 또는 강습 종목(복수응답, 상위 10개 종목)

(강좌/강습 경험자, 단위 : %)

구분	수영	보디빌딩 (헬스)	요가, 필라테스, 태보	골프 (그라운드, 파크 포함)	태권도	배드민턴	테니스	댄스 스포츠	볼링	탁구	
연령 별	10대	24.7	5.6	4.8	0.4	39.1	6.9	5.3	2.6	0.4	3.5
	20대	19.8	30.8	24.3	4.4	7.3	1.1	3.3	2.3	2.7	0.6
	30대	20.5	24.6	20.8	14.3	6.5	3.6	3.8	3.5	2.2	2.2
	40대	25.1	20.9	15.3	19.9	2.7	5.3	5.4	2.9	4.8	2.7
	50대	21.0	11.4	10.0	29.5	1.2	9.9	6.1	6.7	9.2	4.8
	60대	29.2	9.7	12.9	22.8	0.0	3.9	5.6	7.9	0.6	1.7
	70세 이상	23.3	8.6	14.6	10.0	5.9	0.0	4.3	0.6	0.9	4.0

© 문화체육관광부(2023). 2022 국민생활체육조사 보고서

교체육 외 생활체육 강좌 또는 강습종목(복수응답)에서 태권도는 수영(22.6%), 보디빌딩(19.0%), 요가, 필라테스, 태보(16.0%), 골프(15.6%, 그라운드파크 포함)에 이어 7.4%의 비율로 나타났다. 연령별 분포를 살펴보면, 10대(39.1%), 20대(7.3%), 70대(5.9%), 30대(6.5%), 40대(2.7%), 50대(1.2%), 60대(0.0%)의 순으로 나타났다⁵⁾.

이러한 영향 때문인지 생활체육에 대한 사람들의 관심은 나날이 증가하고 있지만 태권도 수련 인구는 10대에 편중되어 있으며, 성인(20대-50대)은 16.5%, 노인(70대 이상)은 5.9% 수준인 것으로 조사되어 태권도 수련생의 편중화 심화 현상을 확인할 수 있다. 유소년 수련생들에게 치중된 현상은 태권도의 존립에 대한 문제로 귀결됨을 예상할 수 있다. 그렇다면 성인 중 절반 이상이 태권도 수련 경험이 있음에도 성인이 된 이후 태권도 수련에 참여하지 않는

이유는 무엇일까?

그것은 태권도는 어린이들의 전유물이라는 인식들에서 벗어나지 못하고, 아이들만 태권도장에 가서 놀이체육이나 줄넘기 등 학교체육을 배울 수 있고, 주말에 아이들과 관련된 이벤트를 해주는 곳이라는 이미지가 강하게 자리 잡고 있기 때문이다. 또한 종목 특성상 관절에 무리를 줄 수 있는 운동이라는 잘못된 인식까지 확산되고 있다⁶⁾. 이러한 인식 때문에 성인 및 노인들의 태권도 참여 기피 현상이 갈수록 심해지면서 태권도가 대중화 및 보편화에 주도적으로 역할을 담당하기보다는 생활체육으로서의 그 위치를 상실해 가고 있으며, 그로 인해 생활체육으로서 태권도를 접하는 비율이 낮아짐을 알 수 있다.

태권도의 존립과 지속적인 발전을 위해서는 국내 성인 계층의 소비 능력 확장 및 최근 인본주의적 교양 노출로 성인 태권도산업의 새로운 교육적 요구가

5) 문화체육관광부(2023). 생활체육참여 실태. 2022 국민생활체육조사 보고서.

6) 박인준, 유동현(2018). 태권도 성인품세의 개발, 선택인가 필수불가결(必須不可缺)인가. 무예연구, 12(4), 47-70.



대두됨을 강조하고 있다⁷⁾. 특히 우리나라는 1960년대 이후 빠르게 감소한 출산율 및 유소년층 인구 비율과 대조적으로 노년층의 인구는 빠르게 증가하고 있고, 경제 성장에 따른 생활 수준의 향상, 의학의 발달 등으로 평균 수명이 증가하면서, 노년 인구 비율이 2000년에 7%를 넘어 고령화 사회로 진입하였다. 2018년에는 노인 인구가 총인구의 14%를 넘는 고령 사회로 진입하였고, 2026년에는 20%를 넘는 초고령 사회로 진입할 것으로 전망하고 있다⁸⁾. 이와 같은 현상은 경제 성장에 따른 국민소득의 향상, 생활환경 개선 그리고 무엇보다도 의학의 발달로 예방의학이나 치료법이 발달해서 질병의 감소나 “고출생-고사망”에서 “저출생-저사망”으로 변화된 추이에 의한 인구 전환에 기인한 것으로 파악되며 평균 수명이 길어짐에 따라 고령화 사회가 급속하게 대두되고 있는 것이다⁹⁾. 이에 OECD 국가 중 가장 고령화 속도가 빠른 우리나라는 노인 체육에 대한 관심을 통해 향후 대두될 수 있는 다양한 문제점들을 미리 대비할 수 있어야 한다.

고령화에 접어든 현대사회에서 가장 큰 노인의 문제는 건강에 대한 부분이다. 노인의 경우 건강 악화로 인한 의료비 지출이 많아지는 시기이기에 해당 비용을 절감할 수 있는 다양한 노력이 필요하다. 그 가운데 생활체육은 이를 해결하는데 결정적인 역할을 할 것이라는 것은 누구나 인지하는 사실이다. 이러한 부분에 일조를 할 수 있는 수단으로 태권도 수련을

눈여겨봐야 할 것이다. 노인의 태권도 수련은 신체적 조건과 환경에 맞게 적절히 잘 활용하면 그들의 관심과 참여를 극대화시켜 노인체육으로 발전시킬 수 있는 가능성이 매우 높다¹⁰⁾. 또한, 동작을 숙달하여 상대와 경쟁하는 스포츠의 특성과 정신 수양을 목표로 하는 무도의 특성을 모두 내포하고 있으며, 수련 목표와 수련 대상에 따라 겨루기 및 품새 등 다양한 수련프로그램을 활용할 수 있어 신체적인 기능이 약화된 노인에게 유익한 스포츠라 할 수 있다¹¹⁾. 이에 태권도산업에서도 고령화 진입 속도에 맞춰 실버 태권도에 관심을 가지고 실버 태권도 프로그램을 구축하여 보다 쉽게 노인들이 품새, 겨루기 등을 할 수 있도록 고안하고 있다. 태권도진흥재단 역시 찾아가는 태권도 수업을 진행하여 노인들에게 태권도의 기본기술, 격파, 호신술, 겨루기 등을 가르치고 있다. 또한 2016년 한국실버태권도연맹을 창립하여 실버태권도 저변 확대를 위해 노력하고 있음을 알 수 있다. 그에 대한 노력이 앞서 제시한 국민생활체육조사에서 70대 이상 태권도를 수련하는 비중이 5.9%를 차지한 결과물이라 판단된다.

하지만 여기서 간과해서는 안 될 부분은 미래의 잠재적인 노인이라 할 수 있는 성인의 태권도 참여에 대한 비율이다. 앞서 제시한 2022년 국민생활체육조사에서 60대의 태권도 참여율이 0.0%로 나타난 것을 눈여겨봐야 할 것이다. 이 상태가 지속된다면, 노인의 태권도 참여율은 점차 하락할 것으로 예상된다.

7) 최성배, 김수정(2019). 미래태권도 교육인식의 비판적 논의. 대한무도학회지, 21(1), 77-88.

8) 다음백과(2023). 우리나라의 저출산, 고령화 현상. <https://100.daum.net/encyclopedia/view/24XXXXX59690>

9) 보건복지부(2001). 보건복지부 통계연보, 44

10) 김영옥(2009). 태권도 수련 노인의 사회적 지지가 자아존중감, 여가만족 및 정신건강에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 고려대학교 대학원.

11) 심태영(2018). 태권도 품새 수련이 지체장애 여성노인의 인지능력에 미치는 영향. 한국특수체육학회, 26(1), 33-45.



© 광주일보, <http://kwangju.co.kr/article.php?aid=1675940623748556028>



© 무카스, <https://mookas.com/news/18853>

이에, 40대부터 60대 연령층의 태권도 참여를 위한 다양한 노력이 이루어져야 할 것이다.

유튜브 채널 하우투에서 하지현 교수는 정희원 교수가 쓴 ‘당신도 느끼게 나이들 수 있습니다’ 책 내용을 인용하며 이야기를 하였는데, 그 내용 중에 노인의 근육 1kg이 갖는 가치에 대해 이야기¹²⁾ 하였다. 그 내용을 간략히 정리하면 다음과 같다.

“80대에 감기로 2주간 누워 있다가 일어나려고 보니 기력이 달려서, 근육이 다 빠져서 일어날 수가 없는 상황이 왔는데, 딱 근육 1키로가 모자란 거예요. 그때 소요되는 의료비를 대략 계산해보니 1kg가치가 1,300만원이래요. 그 비용 속에는 자녀가 일할 시간을 빼서 모시고 병원에 가야 하구요, 병원에 입원하게 되면 한 명은 병원에서 간병해야 하고, 그렇지 않으면 간병인이라고 써야죠. 요즘은 백세시대, 병상에 누워서 지낸 시간이 길어지면 그 비용이 기하급수적으로 올라갑니다. 그런데 노년기에는 운동을 해도 근육이 잘 안 생기죠. 그래서 40대, 50대부터 근육을 막 만들어야

합니다. 보험금 만들 듯이 만들어야 80대에 확 아파서 폐렴에 걸려서 2주간 누워 있다가 딱 깬을 때 다시 일어날 수 있어야 되는 정도의 근육량이 필요합니다. 이것이 부모가 자녀에게 줄 수 있는 최고의 선물입니다”

해당 내용을 정리해 보면, 성인기에 운동을 통해서 근육을 만들어 놓아야 노인이 되었을 때 건강 문제로 야기될 수 있는 비용을 절감할 수 있다는 이야기이다. 현재 많은 사람들이 생활체육을 통해서 운동을 하고 있는데, 태권도가 그 역할을 충분히 할 수 있을 것이라 판단된다.

성인 태권도 활성화를 위한 다양한 다각적인 분석과 연구들을 통해 이에 대한 긍정적인 효과가 검증되고 있다. 2000년부터 연구가 진행되었으나 연구 횟수는 상당히 미흡한 수준이었으나 2016년부터 본격적으로 연구가 수행되었다. 해당 연구들에서는 태권도 활동을 통해 얻을 수 있는 효과를 신체적, 심리적, 생리적 측면에서 진행하면서 성인 태권도의 필요성, 활성화를 위해 노력한 것을 살펴볼 수 있다. 특히 신

12) <https://www.youtube.com/watch?v=I18QMMV7QSk>



체의 유연성과 근력을 향상시키는데 도움이 되고, 이를 통해 근육을 강화할 수 있다. 또한, 몸의 균형과 조절능력을 향상시키는데, 특히 점차 균형 감각을 잃어가는 시점인 성인기부터 태권도를 수련한다면 유연성과 균형, 조절능력을 강화하는데 효과가 있다. 이 밖에 심리적인 측면에서도 상당히 도움이 되는 스포츠임이 밝혀졌으며, 사회적인 관점에서도 그 효과가 입증되었다. 이러한 연구 및 노력으로 국내 다수의 태권도장에서 2015년 이후 성인 태권도에 대한 중요성을 인식하여 취미반으로서 관련 프로그램을 도입하여 운영하였다.

하지만 시간이 갈수록 성인들에게 태권도는 접하거나 가까이하기엔 너무 거리감이 느껴지는 운동이라는 이미지가 강하게 자리 잡아가고 있다. 성인보다는 청소년 중심의 태권도 프로그램 비중이 훨씬 많고, 이로 인해 성인들의 관심이 더더욱 멀어지는 악순환이 지속되어 비인기 종목 현상까지 대두되고 있다. 이러한 이미지를 타파하고 활성화시키기 위해 유관 협회에서는 전자호구의 도입, 도복의 변화, 비치태권도, 성인 품새의 개발 등 여러 가지 시도를 하고 있다.

또한, 다양한 프로그램이 개설되고, 새로운 품새 도입 등 다채로운 대안들이 부각되고 있지만 아직까지도 성인 태권도의 바람이 현저하게 불고 있지 못한 것은 직접 수련에 참여하고자 하는 성인들의 인식을 파악하지 못해서이지 않을까 생각된다. 소비자를 움직이기 위해서는 그들이 원하는 욕구와 니즈를 파악

해야 하는데, 탁상공론으로만 이루어지고 있는 것이 작금의 현실이다. 국내 태권도 용품업체 무도의 이승환 대표는 다음과 같이 이야기한 바 있다.

“태권도 시장 규모를 이야기하려면 전체 수련 인구에 대한 정확한 자료가 있어야 하는데, 그런 것이 없습니다. 잘못된 통계와 수치는 왜곡된 태권도 산업구조를 낳고, 선의의 피해자를 양산하게 됩니다.”¹³⁾

필자는 이 부분에 상당히 동의한다. 본 원고를 작성하기 위해 다양한 자료들을 검색하고 탐색해 보았는데, 전체 수련 인구에 대한 정확한 데이터가 부재한 것을 알 수 있었다. 이에, 실질적인 소비자들의 데이터베이스를 구축하여 그들의 의견을 반영한 운영체계를 갖출 필요가 있다. 국기원, 태권도진흥재단에서 성인 및 노인들의 태권도 참여를 위해 지속적으로 노력하고 있지만, 보다 활성화되기 위해서는 해당 대상자들을 위한 프로그램 개발, 지도자 양성, 소비자 인식 조사, 데이터베이스 구축 등을 통해 향후 태권도가 지속적으로 우리나라를 대표하는 국기로써 그 역할 및 영향력을 발휘할 수 있도록 해야 한다.

현재 우리나라를 비롯하여 전 세계적으로 긍정적인 영향을 미치고 있고, 다양한 효과가 도출되고 있는 태권도가 미래에 수련생이 존재하지 않아 무도(無道)로 남아 있지 않았으면 하는 바람이다.

13) <http://www.tkdbox.com/%EC%9D%B4%EC%8A%B9%ED%99%98-%EB%AC%B4%ED%86%A0-%EB%8C%80%ED%91%9C%EA%B0%80%EC%83%9D%EA%B0%81%ED%95%98%EB%8A%94-%ED%83%9C%EA%B6%8C%EB%8F%84-%EC%82%B0%EC%97%85-%ED%99%9C%EC%84%B1%ED%99%94-%EB%B0%A9/>