

활동적 야외놀이에 대한 입장문



활동적 야외놀이는 모든 연령대 사람들, 지역사회, 자연환경, 그리고 지구가 건강하고 행복해지도록 돕습니다. 건강 격차 심화, 기후 변화, 과도한 전자기기 사용 등 오늘날 우리사회가 직면한 문제들을 생각하면, 야외놀이의 역할은 더욱 중요합니다. 야외놀이 공동체는 사람들이 살고, 배우고, 일하고, 휴식을 취하는 모든 곳에서 활동적 야외놀이의 기회 확대를 제안합니다. 이를 위해 정부, 회사, 비영리단체 등 사회 모든 기관이 힘을 모아 자연환경 속에서 활동적 야외놀이를 누구나 공평하게 즐길 수 있도록 돕고, 그 가치를 지키고자 노력해야 합니다.

전문

2015년 발표된 활동적 야외 놀이에 대한 입장문과 근거자료^{2,3}는 활동적 야외놀이가 아동의 건강과 웰빙에 미치는 다양한 이점을 제시했습니다. 그로부터 10년이 지난 지금, 관련 연구는 약 10배 가까이 증가하였으며^{4,5} 야외놀이 프로젝트에 대한 재정 지원도 확대되었습니다.⁶ 2015년 입장문은 전 세계의 정책, 연구, 실천에 폭넓은 영향을 미쳤습니다.⁶ 이러한 성과를 기념하고 최근 근거를 반영하기 위해, 국제 리더십 단체가 다시 모여 모든 연령대를 포괄하고 전 세계로 범위를 확대한 2025년 활동적 야외놀이 입장문을 발표했습니다.

2025년 입장문은 활동적 야외놀이가 건강 위기와 기후 변화 등 전 지구적 과제 해결에 기여함과 동시에, 유엔의 17개 지속가능발전목표 달성을 지향합니다.⁷ 야외놀이 공동체는 활동적 야외놀이가 일상 생활의 자연스러운 일부로 자리 잡도록 하고, 모든 사람이 공정하게 접근하고 참여할 수 있는 환경을 조성함으로써 더욱 건강하고 회복탄력적인 공동체를 만들어가고자 합니다.

본 입장문은 체계적 변화를 촉구하며, 개인, 지역사회, 그리고 다양한 분야를 위한 구체적인 권고를 제시합니다. 이러한 권고는 활동적 야외놀이를 사람들의 기본적인 권리이자 지속가능한 사회의 핵심 요소로 정착시키는 것을 목표로 합니다.

본 입장문은 12편의 체계적 고찰, 6건의 글로벌 지역별 고찰, 환경 조사, 그리고 전 세계를 대표하는 200명 이상의 전문가 자문을 바탕으로 작성되었습니다.

입장문은 다음 9가지 핵심 주제를 중심으로 구성되었습니다.

- 건강과 웰빙
- 움직임 행동
- 교육과 학습
- 사회 자본
- 공동체, 연결, 파트너십
- 자연과 환경
- 원헬스 (One Health)
- 인권과 정책
- 떠오르는 분야

2025년 입장문의 개발 과정과 주요 결과에 대한 자세한 내용은 국제 행동영양 및 신체활동 학회지

(International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity)에 게재되었습니다 (본문 아래 링크 참조).

활동적 야외놀이는...

...우리가 더 많이 움직이고, 더 오래 놀며, 더 잘 자도록 돕습니다.

야외에서 놀면 몸을 움직이는 시간이 늘고, 앉아 있는 시간과 스마트폰·컴퓨터 사용 시간은 줄어들어 잠을 더 잘 잘 수 있습니다.^{2,8-25} 또한 야외 환경은 자발적이고 즐거운 활동의 참여를 장려합니다.^{21,25-33}

...건강과 웰빙을 유지하는 촉매제가 됩니다.

활동적 야외놀이는 신체적·정신적·사회적·영적 건강과 웰빙을 향상시킵니다.^{2,3,26,34-43} 또한, 야외놀이는 사람들 간의 연결을 도모하고, 탐색과 참여를 통해 건강하고 풍요로운 삶을 영위할 수 있는 기회를 제공합니다.

^{34,36,38,39}

...자신감을 증진시킵니다.

야외 환경은 모험과 적절한 위험 감수를 위한 역동적인 공간을 제공합니다. 이는 건강한 발달^{3, 35, 44}과 노화⁴⁵⁻⁴⁷에 필수적인 요소입니다. 또한, 도전적 야외놀이는 자신감, 회복력, 문제 해결 능력을 기르고, 동시에 주체성, 웰빙, 신체소양을 향상시킬 수 있습니다.^{3, 35, 48-52}

...더 행복하고 건강한 지구로 나아가도록 도와줍니다.

활동적 야외놀이는 공중보건, 교육, 여가 및 레크리에이션, 환경 등 다양한 분야를 연결하며, 인간·동물·환경의 웰빙이 상호 연결되어 있음을 인식하게 합니다.⁵³⁻⁵⁷

또한 자연과의 관계를 강화하여 더 건강한 공동체, 더 탄탄한 생태계, 그리고 더 지속 가능한 지구를 만드는 데 기여합니다.^{47,53,58,59}

...지속 가능한 미래를 위한 기후 회복력과 돌봄의 책임감을 강화합니다.

활동적 야외놀이는 자연과의 유대감을 강화하고, 자연을 아끼고 돌보는 마음을 길러줍니다.⁶⁰⁻⁶⁴ 기후 변화는 활동적 야외놀이의 기회를 위협할 수 있지만, 그것이 일상 속에 자리잡게 되면 모든 연령대의 사람들이 함께 놀고 배우며 성장하는 과정을 통해 기후 변화에 적응하고 회복력을 기르는 문화를 만들어 가는 데 도움이 됩니다.^{54,55,57,65,66}

...공동체를 연결합니다.

사람들과 어울려 함께하는 활동적 야외놀이 경험은 공동체 응집력을 높이고, 문화적 전통을 유지하며, 다양성을 강화하는 동시에 소속감을 형성하는 데 도움을 줍니다.^{27,67-7}

또한, 응집력 있는 공동체는 모든 사람이 시민 의식과 자율성을 발휘하며 활발하게 야외놀이를 즐길 수 있는 안전한 환경을 조성해줍니다.

67,68,71-75

...다양한 학습 기회를 제공합니다.

활동적 야외놀이는 풍부하고 실질적인 학습 경험을 제공하여 호기심, 창의성, 협업 및 문제 해결 능력을 촉진합니다.^{27,41,76-79} 또한, 회복력과 적응력을 길러주고, 전 생애에 걸쳐 사회적·정서적·인지적 성장을 도와줍니다.^{46,50,76,80,81}

...과도한 실내 시간을 줄일 수 있습니다.

장시간 실내 활동은 좌식 시간과 디지털 기기 사용시간 증가, 실내 오염물질, 알레르기 유발 요인, 전염병 노출 등과 연결될 수 있습니다.⁸²⁻⁸⁹ 활동적 야외놀이는 이러한 실내 시간을 줄이고 건강한 균형을 제공하는 데 도움을 줍니다.^{1,29,90}

활동적 야외놀이의 잠재성 확장을 위한 질문들

활동적 야외놀이에 대한 이해가 확장됨에 따라, 기존 통념에 도전하고 변화를 촉발할 새로운, 시급한 질문들이 제기됩니다. 이러한 질문들은 활동적 야외놀이의 미래를 형성하기 위해 연구, 정책, 실제의 융합을 통한 미지의 영역에의 탐색을 도모합니다.

>> 활동적 야외놀이가 성인의 운동 패턴을 바꿀 수 있을까요?

- 성인의 신체 활동, 좌식시간, 수면 패턴은 활동적 야외놀이와 어떻게 상호 작용할까요?



- 활동적 야외놀이가 다양한 연령대의 신체적·정신적 웰빙을 향상시키는 열쇠가 될 수 있을까요?

>> 위험을 동반하는 활동적 야외놀이는 뇌 가소성의 핵심 요소가 될 수 있을까요?

- 야외에서 위험을 감수하는 경험, 예를 들어 더 높이 오르기, 더 빠르게 움직이기, 미지의 세계 탐험하기 등이 실제로 뇌 가소성을 촉진하고 인지 기능을 강화하며, 평생 동안 새로운 환경과 도전에 적응하고 부상에서 회복하는 데 도움을 줄 수 있을까요?

>> 전 세계의 야외 활동은 어떤 모습일까요?

- 서로 다른 문화적, 환경적, 사회·정치적 맥락이 사람들이 야외활동에 참여하는 방식에 어떤 영향을 미칠까요?
- 다양한 지역과 문화의 모범 사례를 배우고 공유하기 위해 우리는 무엇을 할 수 있을까요?

>> 연구와 실제 현장에서 이루어지는 놀이 사이의 간극을 어떻게 메울 수 있을까요?

- 연구에서 밝혀진 내용과 현장에서 실제로 일어나는 일 사이에는 어떠한 차이가 있을까요?
- 어떻게 하면 활동적 야외놀이를 뒷받침하는 정책과 실천이 연구 결과를 보다 잘 반영할 수 있을까요?

▶▶ 학교와 운동장을 다양한 움직임, 창의성, 학습을 위한 놀이터로 재설계하고 재구성할 수 있을까요?

- 활동적 야외놀이를 단순한 학습에서 벗어나는 휴식이 아닌, 학습의 필수적인 일부로 정규 교육 과정에 통합할 수 있을까요?
- 야외에서의 움직임과 놀이를 중심으로 설계된 학교는 어떤 모습일까요?
- 학교 운동장이 지역사회를 위한 야외놀이 공간으로서 더 큰 역할을 하도록 활용할 수 있을까요?

▶▶ 어떻게 하면 모든 사람이 놀이를 즐길 수 있는 도시를 설계할 수 있을까요?

- 다양한 생물이 서식하는 도시 공원에서부터 건강하고 놀이 친화적인 거리까지, 어떤 도시 설계 요소가 누구에게나 매력적이고, 쉽게 접근 가능하며, 포용적인 환경을 만들 수 있을까요?

▶▶ 활동적 야외놀이가 지구 지속가능성을 촉진할 수 있을까요?

- 활동적 야외놀이가 기후 변화, 건강 불평등, 사회적 불평등 등 세계적 과제를 해결하는 열쇠가 될 수 있을까요?
- 활동적 야외놀이는 유엔 지속가능개발목표 (United Nations Sustainable Development Goals)⁷와 어떠한 관계가 있으며, 어떠한 정책이 그 효과를 극대화할 수 있을까요?

▶▶ 디지털 기기 사용시간 증가와 불안, 외로움에 대한 우려가 커지는 상황에서, 활동적 야외놀이는 소셜 미디어 사용의 부정적 영향을 완화하는 강력한 해독제가 될 수 있을까요?

- 디지털 시대에 우리는 어떻게 다시 움직임과 자연, 그리고 사람 간 직접적 대면 소통을 일상 속에 되살릴 수 있을까요?

이러한 질문들은 기존 통념을 넘어, 더 건강하고 회복탄력성 있는 개인과 공동체를 형성하는 데 있어 활동적 야외놀이의 잠재적 역할을 새롭게 구상할 기회를 제공합니다.

활동적 야외놀이 장려를 위한 권고 사항

▶▶ **사회:** 활동적 야외놀이를 일상생활의 일부로 존중하고 우선시하는 문화를 장려합니다. 모든 사람이 활동적 야외놀이를 즐길 수 있는 공간을 마련하고 접근성을 개선합니다. 연구자, 교육자, 도시 계획가, 의료 전문가, 정책 입안자 간 협력을 통해 활동적 야외놀이를 건강의 우선 과제로 도모합니다.

▶▶ **연구 및 조사:** 활동적 야외놀이의 추세를 파악하고 격차와 불평등을 확인하기 위해 자료 수집과 모니터링 체계에 대한 투자가 필요합니다. 건강한 개인과 공동체를 위해 요구되는 활동적 야외놀이의 적절한 질과 양을 지속적으로 탐색합니다. 활동적 야외놀이와 건강·웰빙 사이의 인과관계를 명확히 규명합니다.

▶▶ **정책 및 법률:** 활동적 야외놀이에 대한 접근성을 건강, 교육, 레크리에이션, 환경 정책의 기본권으로 인정합니다. 정부는 활동적 야외놀이를 지원하는 정책을 제정하고 이를 지속적으로 유지·강화하도록 장려합니다. 지역 사회, 학교, 여가공간, 직장을 연결하는 야외놀이 환경을 확대·보호하고, 그 가치를 인정하며, 이에 투자합니다.

▶▶ **교육 및 학교:** 대학, 성인 교육 기관, 지역사회 학습 센터에서 활동적 야외놀이와 학습 관련 지속적인 전문성 개발 프로그램에 통합하도록 장려합니다. 유아 교육 및 초·중·고 교육 정책에는 매일 일정 시간의 활동적 야외놀이를 의무화합니다. 야외 수업과 자연 기반 학습을 교육 체계 전반에 통합합니다.

▶▶ **공중 보건 및 의료:** 의료 전문가, 환자, 그리고 지역사회 구성원이 활동적 야외놀이의 건강 이점을 충분히 이해하도록 교육합니다. 활동적 야외놀이를 의료 실무와 공중 보건 사업에 통합하여 좌식 생활을 줄이고 건강을 증진할 방안을 모색합니다. 여러 부문이 협력하여 지역별 활동적 야외놀이를 장려하는 공중보건 전략을 개발합니다.

▶▶ **도시 계획:** 주민들이 생활하는 지역 내·외부에서 쉽게 접근할 수 있고 안전하며 놀이 친화적인 야외 공간을 설계합니다. 지역 사회를 설계/재설계할 때, 활동적 야외놀이를 장려하는 자연환경의 보존 및 복원을 우선시합니다. 활동적 야외놀이를 적극적으로 지원하고 촉진할 수 있는 방향으로 지방자치단체의 정책과 조례를 재정비합니다.



▶▶ **지역사회:** 건강을 위한 생활습관으로서 활동적 야외놀이가 중요하다는 메시지를 알리는 캠페인을 **지원**하고, **홍보**하며, **발전**시킵니다. 활동적 야외놀이에 대한 좋은 점과 조심해야 할 점을 잘 알도록 도와주는 활동을 **지원**, **홍보**, **발전**시킵니다. 지역사회 구성원 간 친밀감과 연대 활성화를 위해 어린이, 청소년, 성인, 노인이 함께하는 활동적 야외놀이를 권장합니다.

▶▶ **가족:** 반려동물을 포함 타 사회구성원과 함께 **놀면서** 공동체 의식을 기르고 야외 활동과 친밀감을 쌓습니다. 동네에서 활동적 야외놀이를 자연스러운 일상으로 만들고 **모범**이 됩니다. 가족 구성원들이 함께 활동적 야외놀이에 참여하도록 격려하고, 기회를 마련하며, 함께 참여함으로써 가족 전체의 참여를 **지원**합니다.

▶▶ **개인:** 야외놀이 공간과 자연을 **소중히 여기고**, 깨끗하고 안전하게 사용합니다. 모든 사람이 안전하고 놀이 친화적인 공원과 녹지공간에 쉽게 접근할 수 있도록 돕고, 이러한 공간이 잘 지켜지도록 **돕습니다**. 다양한 야외 공간에서 여러가지 놀이를 **탐색**하고 **즐깁니다**.



참고문헌

1. Tremblay MS, et al. Position Statement on Active Outdoor Play. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6475-6505.
2. Gray C, et al. What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6455-6474.
3. Brussoni M, et al. What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6423-6454.
4. de Lannoy L, et al. Scoping review of children's and youth's outdoor play publications in Canada. *Health Promot Chronic Dis Prev Can*. 2023;43(1):1-13.
5. de Lannoy L, et al. Scoping review of adult-oriented outdoor play publications in Canada. *Health Promot Chronic Dis Prev Can*. 2023;43(3):139-150.
6. Lawson Foundation and Outdoor Play Canada. *Funding for Outdoor Play in Canada: Environmental Scan and Summary Report*. 2021.
7. United Nations General Assembly. The 17 Sustainable Development Goals. Available from: <https://sdgs.un.org/goals>.
8. James ME, et al. Systematic review of the association between outdoor play and the 24-hour movement behaviours among children, youth and adults. [Protocol](#).
9. Cooper AR, et al. Patterns of GPS measured time outdoors after school and objective physical activity in English children: the PEACH project. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2010;7:1-9.
10. Duntton GF, et al. Physical and social contextual influences on children's leisure-time physical activity: an ecological momentary assessment study. *J Phys Act Health*. 2011;8(s1):S103-S108.
11. Klinker CD, et al. Context-specific outdoor time and physical activity among school-children across gender and age: using accelerometers and GPS to advance methods. *Front Public Health*. 2014;2:20.
12. Lu C, Huang G, Corpeleijn E. Environmental correlates of sedentary time and physical activity in preschool children living in a relatively rural setting in the Netherlands: a cross-sectional analysis of the GECKO Drenthe cohort. *BMJ Open*. 2019;9(5):e027468.
13. Nigg C, et al. Relating outdoor play to sedentary behavior and physical activity in youth – results from a cohort study. *BMC Public Health*. 2021;21:1-12.
14. Raustorp A, et al. Accelerometer measured level of physical activity indoors and outdoors during preschool time in Sweden and the United States. *J Phys Act Health*. 2012;9(6):801-808.
15. Vanderloo LM, et al. Physical activity among preschoolers during indoor and outdoor childcare play periods. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2013;38(11):1173-1175.
16. Wheeler BW, et al. Greenspace and children's physical activity: a GPS/GIS analysis of the PEACH project. *Prev Med*. 2010;51(2):148-152.
17. Beyer KM, et al. Time spent outdoors, activity levels, and chronic disease among American adults. *J Behav Med*. 2018;41:494-503.
18. Calogiuri G, et al. The potential of using exercise in nature as an intervention to enhance exercise behavior: Results from a pilot study. *Percept Mot Skills*. 2015;121(2):350-370.
19. Kerr J, et al. Outdoor physical activity and self rated health in older adults living in two regions of the US. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2012;9:1-4.
20. Liao Y, et al. Using ecological momentary assessment to understand where and with whom adults' physical and sedentary activity occur. *Int J Behav Med*. 2015;22:51-61.
21. Luo J, et al. Association between outdoor activity and insufficient sleep in Chinese school-aged children. *Med Sci Monit*. 2020;26:e921617-921611.
22. Murata E, et al. What daily factors affect the sleep habits of Japanese toddlers? *J Clin Sleep Med*. 2023;19(6):1089-1101.
23. Murray K, et al. The relations between sleep, time of physical activity, and time outdoors among adult women. *PLoS One*. 2017;12(9):e0182013.
24. Pasanen TP, et al. The relationship between perceived health and physical activity indoors, outdoors in built environments, and outdoors in nature. *Appl Psychol: Health Well-Being*. 2014;6(3):324-346.
25. Schamiloew S, et al. Time spent outdoors and associations with sleep, optimism, happiness and health before and during the COVID-19 pandemic in Austria. *Clocks & Sleep*. 2023;5(3):358-372.
26. Christiansa RW, et al. A scoping review of the health benefits of nature-based physical activity. *J Healthy Eat Act Living*. 2021;1(3):154.
27. Hartt M. Expanding the playful city: planning for older adult play. *Cities*. 2023;143:104578.
28. Noseworthy M, et al. The effects of outdoor versus indoor exercise on psychological health, physical health, and physical activity behaviour: a systematic review of longitudinal trials. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(3):1669.
29. Pasanen TP, et al. Restoration, well-being, and everyday physical activity in indoor, built outdoor and natural outdoor settings. *J Environ Psychol*. 2018;59:85-93.
30. Thompson Coon J, et al. Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environ Sci Technol*. 2011;45(5):1761-1772.
31. Kemple KM, et al. The power of outdoor play and play in natural environments. *Child Educ*. 2016;92(6):446-454.
32. Lee E-Y, et al. Systematic review of the correlates of outdoor play and time among children aged 3-12 years. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2021;18(1):41.
33. Lee JJ, et al. The role of timing and amount of outdoor play in emotional dysregulation in preschool children. *Child Care Health Dev*. 2025;51(1):e70020.
34. de Lannoy L, et al. Active outdoor play and health and wellbeing among children, youth, and adults: an umbrella review. [Protocol](#).
35. Ramsden R, et al. What is the relationship between outdoor risky play and health in children? results from a systematic review. [Protocol](#).
36. Al-Amin M, et al. A holistic perspective on children's health: A review on the benefits of nature-based recreational activities. *J Outdoor Environ Ed*. 2024:1-32.
37. Dankiw KA, et al. The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review. *PLoS One*. 2020;15(2):e0229006.
38. Lackey NQ, et al. Mental health benefits of nature-based recreation: a systematic review. *Ann Leis Res*. 2021;24(3):379-393.
39. Pomfret G, et al. Conceptualising the power of outdoor adventure activities for subjective well-being: A systematic literature review. *J Outdoor Recreat Tour*. 2023;42:100641.
40. Thomsen JM, et al. A systematic review of the physical and mental health benefits of woodland recreation. *J Park Recreat Adm*. 2018;36(1).
41. Rosiek MA, et al. A comparison of the effects of outdoor physical activity and indoor classroom-based activities on measures of executive function in preschoolers. *Int J Early Child*. 2022;54(2):203-215.
42. Sugiyama M, et al. Outdoor play as a mitigating factor in the association between screen time for young children and neurodevelopmental outcomes. *JAMA Pediatr*. 2023;177(3):303-310.
43. Walters G, et al. Outdoor physical activity is more beneficial than indoor physical activity for cognition in young people. *Physiol Behav*. 2025:114888.
44. Brussoni M, et al. Risky play and children's safety: balancing priorities for optimal child development. *Int J Environ Res Public Health*. 2012;9(9):3134-3148.
45. Brymer E, et al. One Health: The well-being impacts of human-nature relationships. *Front Psychol*. 2019;10:1611.
46. Hornby O, et al. What factors explain extreme sport participation? A systematic review. *Front Sports Act Living*. 2024;6.
47. Lee E-Y, et al. Play, Learn, and Teach Outdoors-Network (PLaTo-Net): terminology, taxonomy, and ontology. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2022;19(1):66.
48. Veitch J, et al. Individual, social and physical environmental correlates of children's active free-play: a cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2010;7:11p.
49. Caldwell HAT, et al. Impact of an outdoor loose parts play intervention on Nova Scotian preschoolers' physical literacy: a mixed-methods randomized controlled trial. *BMC Public Health*. 2023;23(1):1126.
50. McArdle K, Harrison, T. Does a nurturing approach that uses an outdoor play environment build resilience in children from a challenging background? *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2013;13(3):238-254.
51. Sando OJ, et al. Risky play and children's well-being, involvement and physical activity. *Child Indic Res*. 2021;14(4):1435-1451.
52. Jerebine A, et al. "All the fun stuff, the teachers say, 'that's dangerous!'" Hearing from children on safety and risk in active play in schools: a systematic review. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2022;19(1):72.
53. Lee E-Y, et al. PLAY+ (Play, Land, Animals, You and +) Framework: the roles of active outdoor play in advancing One Health. In preparation.
54. Siefken K, Abu-Omar K. Striking a balance: Physical activity and planetary health. *J Phys Act Health*. 2023;20(12):1081-1083.
55. Gelius P, et al. Physical activity as a victim, a perpetrator, or part of the solution to the climate crisis? *J Phys Act Health*. 2024;21(12):1220-1222.
56. Gelius P, et al. Must we tell people to be less active? The dilemma of physical activity recommendations from a holistic health perspective. *Ger J Exerc Sport Res*. 2024;54(1):21-28.
57. Lee E-Y, Tremblay MS. Unmasking the political power of physical activity research: Harnessing the "apolitical-ness" as a catalyst for addressing the challenges of our time. *J Phys Act Health*. 2023:1-3.
58. Mygind L, et al. Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence. *Health Place*. 2019;58:102136.
59. Nejade RM, et al. What is the impact of nature on human health? A scoping review of the literature. *J Glob Health*. 2022;12:04099.
60. de Lannoy L, et al. A mixed-methods systematic review of the association between active outdoor play and environmental stewardship outcomes among children, youth, and adults. [Protocol](#).
61. Deal PJ, Magyar-Russell GM. A qualitative study of sanctification: How nature becomes sacred for nontheistic environmental activists. *Spiritual Clin Pract*. 2022;9(1):40-54.
62. Human N, Steyn BJM. Psychological transformation of the 'self' towards eco-sensitivity through high-risk nature-based sports: a South African context. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2024;24(4):566-579.
63. Jensen JL, Sørensen EB. Recreation, cultivation and environmental concerns: Exploring the materiality and leisure experience of contemporary allotment gardening. *Leis Stud*. 2020;39(3):322-340.
64. Ludwig S. Women's transformative experiences while distance running in nature: An intuitive inquiry. *Qual Psychol*. 2019;6(3):339-358.
65. Lee E-Y, et al. Ambient environmental conditions and active outdoor play in the context of climate change: A systematic review and meta-synthesis. *Environ Res*. 2025;122146.
66. Lee E-Y, et al. Exploring the interplay between climate change, 24-hour movement behavior, and health: a systematic review. *J Phys Act Health*. 2024;21(12):1227-1245.
67. Park S, et al. Systematic review and qualitative meta-synthesis on active outdoor play and social capital: Relationships and impacts. [Protocol](#).
68. Rivas-Quarnetti N, et al. Politicizing children's play: a community photovoice process to transform a school playground. *Am J Occup Ther*. 2024;78(7):1-10.
69. Sterman JJ, et al. Mothers supporting play as a choice for children with disabilities within a culturally and linguistically diverse community. *Scand J Occup Ther*. 2020;27(5):373-384.
70. Veitch J, et al. Where do children usually play? A qualitative study of parents' perceptions of influences on children's active free-play. *Health & Place*. 2006;12(4):383-393.
71. Perry M, et al. "Enticing" but not necessarily a "space designed for me": experiences of urban park use by older adults with disability. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(2).
72. Moogoor A, et al. Neighbourhood environmental influences on older adults' physical activities and social participation in Singapore: A photovoice study. *Soc Sci Med*. 2022;310(ut9, 8303205):115288.
73. Puhakka R. University students' participation in outdoor recreation and the perceived well-being effects of nature. *J Outdoor Recreat Tour*. 2021;36:1-9.
74. Satiya A, et al. Physical activity among adolescents in India: a qualitative study of barriers and enablers. *Health Educ Behav*. 2018;45(6):926-934.
75. McRae N, et al. 'The state of play in outdoor play' – Exploring global Indigenous knowledge of outdoor play: a scoping review. In preparation.
76. Dean SN, et al. Teacher implementation of active outdoor play-based learning: A systematic review of pedagogical models and practices. [Protocol](#).
77. Burson SL, Castelli DM. How elementary in-school play opportunities relate to academic achievement and social-emotional well-being: systematic review. *J Sch Health*. 2022;92(10):945-958.
78. Molyneux TM, et al. Choose your own adventure: promoting social and emotional development through outdoor learning. *Early Child Educ J*. 2023;51(8):1525-1539.
79. Miller N, et al. The perceived benefits of and barriers to nature-based play and learning in South Australian public primary schools: a cross-sectional study. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2022;22(4):342-354.
80. Walter P. Greening the net generation. *Adult Learn*. 2013;24(4):151-158.
81. Smith ES, Dalmer NK. Understanding older adults' participation in outdoor adventure activities: a scoping review. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2023:1-22.
82. Wu J, et al. Sedentary behavior patterns and the risk of non-communicable diseases and all-cause mortality: A systematic review and meta-analysis. *Int J Nurs Stud*. 2023;146:104563.
83. Xu C, et al. Sedentary behavior, physical activity, and all-cause mortality: dose-response and intensity weighted time-use meta-analysis. *J Am Med Dir Assoc*. 2019;20(10):1206-1212.e1203.
84. Young R, et al. Individual and social determinants of obesity in strategic health messages: Interaction with political ideology. *Health Commun*. 2016;31(7):903-910.
85. Dzakpasu FQS, et al. Musculoskeletal pain and sedentary behaviour in occupational and non-occupational settings: a systematic review with meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2021;18(1):159.
86. Leask CF, et al. Exploring the context of sedentary behaviour in older adults (what, where, why, when and with whom). *Eur Rev Aging Phys Act*. 2015;12(1):4.
87. Wachira L-J. Lifestyle transition towards sedentary behavior among children and youth in Sub-Saharan Africa: A narrative review. In: Marques A, Gouveia ÉR, eds. *Sedentary Behaviour - A Contemporary View*. Rijeka: IntechOpen; 2021.
88. Biswas A, et al. Sedentary time and its association with risk for disease incidence, mortality, and hospitalization in adults. *Ann Intern Med*. 2015;162(2):123-132.
89. Pillarsetti A, et al. Indoor air pollution and health: bridging perspectives from developing and developed countries. *Annu Rev Environ Resour*. 2022;47:197-229.
90. Cardinali M, et al. Green walls and health: An umbrella review. *Nature-Based Solutions*. 2023;3.

감사의 말

AOP10 임원 리더십

Mark Tremblay
CHEO Research Institute
캐나다

Eun-Young Lee
Queen's University, 캐나다
Yonsei University, 한국

Louise de Lannoy
Outdoor Play Canada
캐나다

AOP10 리더십 팀

Dina Adjei Boadi
University of Ghana, 가나

Maeghan James
CHEO Research Institute
캐나다

Leigh Vanderloo
ParticipACTION, 캐나다

Maria Isabel Amando de Barros
Alana Institute, 브라질

Robyn Monro Miller
International Play
Association, 호주

Po-Yu Wang
National Taiwan Normal
University, 대만

Scott Duncan
Auckland University of
Technology, 뉴질랜드

Laerke Mygind
Copenhagen University
Hospital, 덴마크

한국어 텍스트 번역은 다음에 의해 수행되었습니다.

Suryeon Ryu, PhD,
Postdoctoral Fellow, Center
for Children's Healthy
Lifestyles & Nutrition,
Children's Mercy Kansas City

Yeong-Bae Kim, PhD
Candidate, Faculty of
Kinesiology, Sport, and
Recreation, University of
Alberta

Eun-Young Lee, PhD,
Associate Professor, School
of Kinesiology & Health
Studies, Queen's University /
Department of Sport Industry
Studies, Yonsei University

AOP10 학술논문

- 2025 활동적 야외놀이에 대한 입장문 *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.
- 2025 입장문 - 개발과정 및 방법론 *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.

AOP10 협력단체



AOP10연구과제는 다음의 기관에서 지원을 받았습니다.



Funded by the
Government
of Canada

Financé par le
gouvernement
du Canada

