[UCI]I804:24011-200000256620

2012년 2월

교육학석사(체육교육)학위논문

고등학생의 체육수업 참여 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

정 영 주

고등학생의 체육수업 참여 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

The Effect of Physical Education Class Participation Satisfaction at the Level of High School Students on Physical Self-Concept

2012년 2월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

정 영 주

고등학생의 체육수업 참여 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

지 도 교 수 안 용 덕

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 청구논문으로 제출함.

2011년 12월

조선대학교 교육대학원

체육교육전공

정 영 주

정 영 주의 석사학위논문을 인준함.

심사위원장 조선대학교 교수 김 응 식 인

심사위원 조선대학교 교수 이 계 행 인

심사위원 조선대학교 교수 안 용 덕 인

2011년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

ABSTRACT V

Ⅰ. 서 론 1
1. 연구의 필요성 1
2. 연구의 목적 3
3. 연구의 가설 3
4. 연구의 제한점 4
5. 용어의 정의 5

Ⅱ. 이론적 배경 6
1. 체육교육 6
2. 학교체육 8
1) 학교체육의 목표 9
2) 학교체육의 역할 10
3) 학교체육 교과의 목표 10
3. 체육수업의 특성 및 목표 11
4. 체육수업의 현실 12
5. 체육수업의 만족도 13
1) 수업운영 14
2) 지도방법 14
3) 수업환경 16
4) 건강생활 16

6. 신체적 자아개념 17
1) 자아개념의 정의 17
2) 긍정적 자아개념의 형성 21
3) 신체적 자아개념의 구성요소 23

Ⅲ. 연구방법 25
1. 연구대상 25
2. 연구도구 25
1) 설문지의 구성내용 25
2) 설문지의 타당도 및 신뢰도 26
3. 자료분석 29

Ⅳ. 연구결과 30
Ⅴ. 논 의 37
Ⅵ. 결론 및 제언 41
참고문헌 43
부 록 50

표 목 차

표 1. 설문지의 주요 구성 26

표 2. 체육수업에 대한 만족도 관련문항의 인자적재 행렬..... 27

표 3. 신체적 자아개념 관련문항의 인자적재 행렬..... 28

표 4. 체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념에 대한 척도의 신뢰도..... 29

표 5. 조사대상자의 일반적 특성..... 31

표 6. 성별에 따른 체육수업 참여 만족도 차이 비교..... 32

표 7. 학년별 체육수업 참여에 따른 만족도 차이 비교..... 32

표 8. 성별에 따른 신체적 자아개념의 차이 비교..... 33

표 9. 학년별에 따른 신체적 자아개념의 차이 비교..... 34

표 10. 체육수업 만족도와 신체적 자아개념과의 상관분석..... 34

표 11. 체육수업 참여 만족도가 스포츠유능감에 미치는 영향..... 35

표 12. 체육수업 참여 만족도가 체지방에 미치는 영향..... 36

표 13. 체육수업 참여 만족도가 외모에 미치는 영향..... 36

표 14. 체육수업 참여 만족도가 건강에 미치는 영향..... 37

ABSTRACT

The Effect of Physical Education Class Participation Satisfaction at the Level of High School Students on Physical Self-Concept

Young-Ju Jung
Advisor : Prof. Yong-Duk An
Major in Physical Education
Graduate School of Education. Chosun University

This study aims for investigating the relationship between the satisfaction based on one's participation in physical education class and a physical self-concept in accordance with satisfaction based on sex distinction and academic year for high school students.

This research may give change in physical education teacher's way and awareness and grope efficient class and systematic physical education class way. Investigate students' physical education class satisfaction because of and think development way. Confirm high school students satisfaction of this physical education class and satisfaction affects some physical self concept formation. Basis data that become help to establish map plan of physical education class purpose of teaching research be .

First, it was analyzed that if there is a difference on satisfaction of participating in a physical education class according to demographic character. Class management and class environment have statistically meaningful differences according to sex distinction and academic year.

Second, it was analyzed that if there is a difference on physical self-concept

according to demographic character. Sports competency, body fat, health have all statistically meaningful differences according to sex distinction. However, there's no meaningful difference according to academic year.

Third, the result of correlation between satisfaction of participating in a physical education class and physical self-concept is that class environment and body fat, appearance and health have negative relationships. Another variables' correlations are positive.

Finally, it was analyzed that if satisfaction of participating in a physical education class has an influence on physical self-concept. It revealed that class management has an effect on sports competence and appearance, but class management and class environment have no effect.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

교육은 근본적으로 인간애(人間愛)로부터 출발하며 상대편 인간에게 영향을 끼쳐서 그로 하여금 가치 있는 모습으로 성장하게 하는 사회기능이다. 또한 교육은 인간사회가 본래부터 가지고 있는 근본기능으로서 무릇 사회생활이 있는 곳에서 교육기능이 존재하게 마련이다. 따라서 교육은 인간이 생활을 시작한 이래 오늘날까지 행하여 온 작용으로서 사회가 있는 한 앞으로도 영원히 이루어질 것이다. 현대사회에서는 학교가 특히 큰 힘을 가지고 청소년을 교육하고 있기 때문에 일반적으로 교육이란 교사가 학교라고 하는 정비된 기관에서 계획적으로 학생을 가르치는 것으로 인식되고 있다.

이렇듯 현대사회에서 학교 교육의 중요성이 점점 강조되고 있는 가운데 학교체육이 예외일 수 없다. 체육은 합리적이고 계획적인 신체활동을 통하여 인간의 행동을 바람직한 방향으로 발전시켜 왔으며 개인의 잠재력을 최대한 발달시켜 민주 사회의 건강한 시민으로 육성하는데 그 목적이 있다(교육인적자원부, 2007) 이에 학교체육은 청소년기의 학생들에게 활발한 신체활동과 건전한 정신을 함양시키는 중요한 역할을 하고 있다(엄상욱, 2007). 또한 체육교육은 잠재된 신체적 능력과 환경에 적응할 수 있는 능력을 개발하고 운동과 건강에 대한 다양한 지식을 이해하고 활용하는 방법을 학습하도록 한다(박덕근, 2005).

학교체육은 건강한 생활을 통한 삶의 질적 향상에 기여하며, 특히 성장기에 있는 청소년의 건강 유지 및 증진, 체력향상과 운동능력 증대, 그리고 사회성 발달 및 도덕성 함양에 매우 중요한 역할을 한다(김상국, 2002). 따라서 학교체육 활동은 매우 중요하다고 할 수 있으며, 이런 체육활동은 인생의 한 단계에서 잠시 이루어지는 활동이 아니라 평생체육으로 이루어져야 한다(이명진, 1999). 또한 이러한 학교체육은 신체발달 뿐만 아니라 인지적·정의적·심동적 측면을 고르게 발달시켜 주며, 학생들은 신체활동에 대한 올바른 태도와 운동방법 및 운동기능을 체계적으로 습득함으로써 학교생활의 즐거움과 건강을 유지 및 향상시켜준다(김종욱, 이종영, 1997). 그리고 청소년기에 형성되는 가치관이나 태도는 성인이 되더라도 지속적으

로 유지되기 때문에 이 시기에 운동에 대한 긍정적인 경험과 운동을 생활화할 수 있는 태도형성은 미래의 건강한 삶을 영위하는데 있어 매우 중요한 일이다(박재식, 1999).

즉 체육교육은 잠재된 신체적 능력과 환경에 적응할 수 있는 능력을 개발하고, 운동과 건강에 대한 다양한 지식을 이해하고 활용하는 능력을 개발하고, 운동과 건강에 대한 수많은 지식을 이해하고 이를 다시 활용하는 방법을 익히는데 있다.

학교교육에서의 핵심은 수업이며, 수업의 질을 높이는 것이 교육의 질을 향상시키는 것이라고 볼 수 있다. 그러나 현실은 학교교육에서의 체육 교육의 중요성이 점점 희박해지고 있고, 단순히 교육과정을 이수하기 위한 하나의 과정에 지나지 않으며, 수업시수의 감소로 인하여 충분한 교육의 기회가 주어지지 못하고 있다. 이와 같은 현상들은 학생들의 신체 활동에 대한 관심도 저하, 여가 선용에 대한 올바른 지도의 부족, 체육 교과 전반에 걸친 이해 부족의 현상을 초래하고 있어 학교 교육의 누수 현상을 일으켜 커다란 사회 문제로 확대되어 가고 있다(김세환, 2007).

현실적으로 학교 교육이 입시위주의 교육으로 흐르면서 체육수업의 시수는 점점 줄어들고 있다. 제7차 교육과정에서의 중학교 3학년의 체육수업 시수가 3시간에서 2시간으로 줄어들었으며, 고등학교 2 · 3학년은 체육수업이 선택으로 되는 안타까운 현실에 있다(교육인적자원부, 2007).

그러한 맥락에서 볼 때 학교에서의 체육 수업은 모든 학생들이 즐겁게 참여하고 운동의 가치를 이해하며 올바르게 생활 속에서 적용할 수 있도록 학습자 중심으로 운영되어야 한다. 그러나 현재 학교 교육은 지나치게 입시위주, 지식교육에 편중·운영되어 체육 교육에 대한 인식부족, 그로 인한 체육교구와 시설부족 및 각종 행사시 체육시간 할애 등의 문제점으로 학교 체육의 정상적인 운영에 장애요인이 되고 있다. 또한 학생들의 체육 학습 태도와는 상관없이 단지 신체적인 측면의 기능 습득에 치중하고, 정량화된 수치를 위한 평가 등 교육과정의 운영 및 교과 지도가 소홀히 이루어지고 있는 설정이다.

개인의 정체성을 잃어버리기 쉬운 복잡한 현대 사회에서는 자신에 대한 긍정적인 평가, 즉 자아개념의 정립이 무엇보다 절실히 필요할 때이다. 특히 자아개념이 높은 사람들은 사회적응에서 필요한 성취도가 높다는 사실이 많은 선행 연구에서 입증되었다는 점에서 보다 나은 삶을 이루기 위한 자아개념의 정립은 올바른 생활 방식과 인생관의 확립의 기초가 된다고 할 수 있다. 체육교육이 목표하는 바가 질

높은 생활을 영위하기위한 교육의 한 부분이라는 점에서 학교에서 이루어지고 있는 중학생의 체육수업에 대한 만족도를 보다 면밀히 분석할 필요가 있으며, 또한 이러한 체육수업 만족이 신체적 자아개념에 어떠한 영향을 미칠 것인지를 파악하는 연구는 전무한 실정이다.

자아개념은 신체적 자아개념과 학문적 자아개념, 사회적 자아개념, 감정적 자아개념으로 구성되는데, 그 중 신체적 자아개념의 변화는 상위의 총체적 자아개념을 유도할 수 있음을 몇몇 연구에서 입증하였고, 이로써 여러 신체적 능력과 자아개념 사이에 긍정적인 상관관계를 유추해 낼 수 있다.

따라서 본 연구는 청소년 시기의 특징인 빠른 신체적 변화와 사춘기의 정신적 방황 등을 고려할 때, 신체활동과 자아개념의 정립이 무엇보다 필요한 때라 할 수 있으며, 일반인들이 운동을 통해 사회성이 높아진다는 이론을 가지고 고등학생들에게 적용시켜보면, 체육수업 참여만족도가 신체적 자아개념에 어떠한 영향을 미칠 것인지 흥미로운 결과를 도출해 낼 것이라 생각된다.

2. 연구의 목적

본 연구는 일선 체육교사의 교수방법과 의식에 변화를 주어 효율적인 체육수업 기대와 체계화된 학교체육 수업 방안을 모색하기 위해 먼저 학생들의 체육수업에 대한 만족도를 조사하여 이에 대한 발전 및 개선방안을 도출하고 또한 이러한 체육수업 참여에 대한 고등학생들의 만족도가 신체적 자아개념 형성에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하여 체육수업의 향후 지도계획을 수립하는데 도움이 되는 기초 자료를 얻는데 연구의 목적이 있다.

3. 연구의 가설

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 가설을 수립하였다.

가설 Ⅰ. 인구통계학적 특성(성별, 학년)에 따른 체육수업 만족도에는 차이가 있을

것이다.

가설 Ⅰ-1. 성별에 따른 체육수업 만족도(수업운영, 수업환경)에는 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅰ-2. 학년에 따른 체육수업 만족도(수업운영, 수업환경)에는 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅱ. 인구통계학적 특성(성별, 학년)에 따른 신체적 자아개념에는 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅰ-1. 성별에 따른 신체적 자아개념(스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강)에는 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅰ-2. 학년에 따른 신체적 자아개념(스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강)에는 차이가 있을 것이다.

가설 Ⅲ. 체육수업 만족도와 신체적 자아개념 간에는 상관관계가 있을 것이다.

가설 Ⅳ. 체육수업 만족도는 신체적 자아개념에 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅳ-1. 체육수업 만족도는 스포츠 유능감에 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅳ-2. 체육수업 만족도는 체지방에 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅳ-3. 체육수업 만족도는 외모에 영향을 미칠 것이다.

가설 Ⅳ-4. 체육수업 만족도는 건강에 영향을 미칠 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다.

1) 설문조사시 심리적 요인 검사 시간을 고려하지 못하였다.

2) 조사 대상 각각의 개인 환경을 고려하지 않아 확대 해석 하는데 제한점이 있다.

5. 용어의 정의

1) 스포츠 유능감
운동에 소질을 갖고 있어 여러 스포츠를 잘 하는 것.

2) 체지방
몸이 뚱뚱하지 않고 지방양이 너무 많지 않은 상태.

3) 외 모
남에게 멋있게 보이거나 용모가 준수한 정도.

4) 건 강
병에 잘 걸리지 않으며, 병에 걸리더라도 쉽게 회복이 되는 상태.

5) 신체활동력
규칙적인 운동을 함으로써 신체적으로 활동적인 상태.

6) 자기 존중감
자신에 대하여 전반적으로 긍정적으로 느끼는 것.

7) 유연성
여러 방향과 각도로 신체의 관절을 유연하게 움직이는 능력.

8) 근 력
몸에 근육이 많이 있어 신체적으로 강건하고 힘이 센 정도.

9) 신체전반
자신의 신체적 자아에 대하여 긍정적으로 평가하는 것.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 체육교육

교육이란 인간의 심성과 행동을 긍정적 방향으로 변화시키는 일이라고 정의했다(구봉군, 1993). 김태호(2003)는 학교에서의 수업을 의도한 목표가 정해져 있고 이 목표를 달성하기 위한 교사의 교수 활동과 학습자의 학습 활동이 교육 내용이나 교수 매체를 통한 상호작용으로 이루어지는 일련의 과정이라고 정의하여 수업이 교육의 핵심임을 강조하였다. 이처럼 교육이란 발달 가능성이 있는 인간을 계획적인 노력에 의해 긍정적인 방법으로 발달시키는 일련의 과정이라고 할 수 있으며 교육의 한 영역인 체육교육 또한 예외일 수 없다.

체육교과는 교육의 내재적 가치와 외재적 가치를 동시에 추구함으로써 인간의 '삶의 질'을 향상시키는 데에 유의한 교과로 규정할 수 있다. 체육활동이 갖는 내재적 가치란 어떤 목적의 달성을 위한 수단으로서의 가치가 아니라 본질적 특성으로 인하여 인정되는 가치이다. 또한 체육 활동의 학습을 통하여 체육 문화의 계승과 발전을 도모하는 것도 내재적 가치이다. 이와 함께 체육교과는 외재적 가치도 추구하는데, 이것은 체육 활동을 다른 어떤 것을 성취하기위한 수단으로서 활용하는 경우에 적용된다. 체육활동은 학생들의 체력을 향상시키고, 집단 활동에 참여함으로써 사회적 태도를 함양시키는 것을 추구한다. 이와 같이 체육교과는 궁긍적으로 학생들의 정신적· 신체적 건강을 도모하며 삶의 질을 향상시키는 성격을 가지고 있다.

또한 운동 기능, 운동 종목에 담겨진 태도, 그리고 그에 관한 이론적 지식을 종합적으로 다룸으로써 다른 교과와는 달리 학생의 신체적· 정신적· 지적 측면의 발달을 고르게 추구할 수 있는 종합 교과의 성격을 갖고 있다. 학생들을 보다 온전한 인간으로 만들기 위해서는 지 · 덕 · 체를 균형적으로 갖추도록 해야 하며, 이론, 기능, 태도의 세 가지 측면을 모두 다루는 체육교과는 이점에서 어느 교과보다도 학교 교과로서의 역할을 충실히 담당하여야 한다.

고교생의 학교체육은 신체활동을 통하여 운동능력을 개발하고 건강을 증진시켜 풍요로운 삶을 향휴 할 수 있는 바탕을 이루게 한다. 고교생시기는 체력의 바탕이

마련되는 시기이고 정신적인 성장이 가장 활발한 시기다. 그러므로 체육활동에 적극적으로 참여하여 체육에 대한 올바른 태도와 습관을 기르도록 하여야 하며 체육활동을 스스로 계획하고 실천할 수 있도록 지식과 기능을 익혀서 평생 건강한 삶을 누릴 수 있는 기초를 닦아야 한다(구창모, 1991).

체육교육은 청소년기의 신체적 발달을 위해서 감각기, 지각능력을 발달과 함께 신체 각 부위의 성장 발달을 원활하게 하고 특히 경쟁적인 활동에 흥미를 느끼도록 유도하고, 조직화된 스포츠 활동을 즐기기 위한 특징이 있다.

중학교 시기는 생리적 2차 성징과 신체적 변화와 함께 심리적으로 창의력이 증가되고, 인기 있는 것을 모방하여 이상적인 것에 흥미를 갖고 교육, 직업, 결혼, 구체적인 사건 등의 중요성을 인식한다. 사회적 특성은 신체적 매력과 외모, 복장에 관심이 많아지며 독립적이고 성공에 대한 욕구가 강해지는 시기이기도하다. 또한 자신의 삶이 체육을 실천 할 수 있는 자질을 육성하기 위하여, 운동능력을 개발하고 운동의 과학적 원리를 이해하여 자신에 맞은 운동을 선택하며 스스로 평가할 수 있는 생활태도를 갖게 한다.

특히 중등교육 교육의 내용 선정을 학생의 신체 발달과 특성과 활동 욕구를 충족시킬 수 있는 학교와 지역사회의 시설, 교사의 지도능력, 예산 능력을 고려하여 선정되어야 할 것이다(강명구, 2007).

또 중학교 체육수업은 스포츠 중심으로 교과 내용이 구성되어 더욱 다양한 운동종목들을 경험할 수 있게 된다. 각종 스포츠 종목의 기능을 습득함으로써 평생 스포츠 중심의 선택 교과에 관심을 가질 수 있는 기본 기능과 기초 체력을 갖추도록 한다. 체육은 과학적이고 체계적인 운동 수행을 하도록 하고 체육 현상을 올바른 시각으로 이해할 수 있도록 하며 운동 경험과 기초 지식을 바탕으로 체육 화동에 적극적으로 참여함으로써 정서적인 만족감을 맛보고, 사회적 바람직한 태도를 습득함으로써 자아실현의 체험을 단계적으로 경험해 나간다(교육부, 1999).

체육은 잠재된 신체적 능력과 환경에 적응 할 수 있는 능력을 개발하고, 운동 욕구를 실현하여 건강을 추구하는 신체활동에 관한 교과이다.

신체활동을 통하여 운동 능력을 개발하고 건강을 증진시키는 교과가 바로 체육교과인 것이다. 또한 체육교육은 신체활동을 통하여 신체의 생리적 효율성을 높이고, 심리적 안정성의 유지와 신체 활동의 능력을 향상시키려는 목적을 가지고 있다. 즉 체육교육의 성격은 운동기능 숙달이라는 내재적 가치에서 출발하여 각 개인의 건

강증진이라는 외재적 가치를 절충한 체육교육의 기본 방향을 제시하고 있다. 따라서 전체가 주위 환경과의 상호작용을 할 때 나타나는 신체 형태, 힘, 공간과 시간의 변화형으로 특징 지워지는 신체의 움직임으로써 육상, 체조, 구기와 무용 등의 신체활동을 대상으로 한다(윤명희, 1997).

Thompson(1971)은 "체육이란 신체활동을 통해서 이루어진 교육의 한 방법" 이라고 말하고 있으며, Sidentop(1972)은 "체육은 오늘날 세계에서 필요로 하고 운동을 통해서 고안된 인간 활동과 표현 형식을 제한하거나 주위 사실을 묘사할 필요로 제한한 인간 활동의 기술과 과학을 연구하기 위한 학교 프로그램이다"라고 정의하고 있다(김태호, 2003).

체육교육은 이와 같은 체육활동 현상을 이해하고 보다 높이, 보다 빠르게, 보다 강하게 되려는 인간의 욕구를 실현하는 기능을 습득하는 동시에 신체적, 정신적, 사회적 건강을 추구하는 계획적, 의도적인 유기체로서 주위환경에 적응력을 가지도록 하는 교육활동이라 하겠다(강명구, 2007).

2. 학교체육

학교체육이란 정부가 정한 체육교육과정을 학교의 책임 하에 자격 있는 교사가 일정한 연령층에 있는 피교육자를 대상으로 의도적, 계획적으로 행하는 체육활동을 의미한다(이옥동, 2003).

또한 학교체육은 교육기관을 통해 이루어지고 효율성을 고려하고 있기 때문에 계획적이고 의도적인 활동으로 볼 수 있다. 따라서 학교 설치 기준령에 의하여 일정한 시설 확보가 의무화되어 있고 각 급 학교에 따른 체육교육의 목적과 목표가 명시되어 있으며 지도자와 교육담당 교사가 그 역할을 다하고 있다. 이러한 학교체육은 학생 개개인의 욕구를 만족시키면서도 사회적 요구에 부응하여 미래사회에서 활용될 인재를 준비시키는 기능을 갖고 있다(교육부, 1997).

학교체육은 활동을 통하여 신체의 생리적 효율성을 높이고, 심리적 안정성을 유지시키며, 공간 지각 및 물체조작 능력과 신체적인 상호작용능력을 향상시키려는 목적이 있다.

특히, 초등학교와 중학교 수준에서는 정규 학교생활을 하면서 기본적인 운동과 훈련을 체계적으로 실시하고 고등학교와 대학교 수준에서는 경기력 위주의 전문적인

훈련에 보다 많은 시간과 노력을 할애하는 것이 일상적일 것이다(고거진, 2003).

현재 우리나라의 학교 교육은 사회적, 문화적 필요에 의하여 그 어느 때 보다도 중요한 전기를 마련해야 하며 복지사회를 위하여 어느 타 분야보다도 여러 차원에서 많은 배려가 필요하다 하겠다(강훈, 2003).

1) 학교체육의 목표

교육을 지·덕·체로 구분할 때 체육교육의 중요성은 재론의 여지가 없을 것이다. 체육교육을 평생교육의 범주 속에서 이해할 때 학교 체육교육의 중요한 의미는 매우 큰 비중을 차지하고 있다.

체육은 시대의 흐름과 종교, 사상, 정치, 경제, 문화의 영향을 크게 받아서 여러 가지 형태로 그 모습과 성격을 달리 해왔다. 그런 가운데서 학교체육의 개념도 그 시대, 그 사회에 따라서 달라질 수밖에 없었다.

학교에서 행해지는 체육교육이 어떤 때에는 전투력 강화를 위한 체련(Physical Training)으로 표현되었으며, 또 어떤 때에는 신체강화(Body Building), 체조(Gymnastic), 신체적성(Physical Fitness), 체육문화(Physical Education)이라는 통일된 용어를 사용하기에 이르렀다(이종하, 1990).

학교체육이란 정부가 정한 체육 교육과정을 학교의 책임 하에 자격 있는 교사가 일정한 연령층에 있는 피교육자를 대상으로 의도적 및 계획적으로 행하는 체육활동(현우영·신호수, 1989)으로 학생의 요구와 사회의 요구를 고려하여 그들의 심신발달에 알맞은 신체활동과 건강생활을 계획적으로 지도하여 장차 유능한 사회인으로서의 자질과 인격을 갖춘 인간을 육성하는 의도를 가진 체육교육을 의미한다(이화여자대학교, 1984).

또한 학교체육에서의 체육은 잠재된 신체적 능력과 환경에 적응할 수 있는 능력을 개발시켜, 운동욕구를 실현하고 건강을 추구하는 신체활동에 관한 교과로서 신체활동을 통하여 운동 능력을 개발하고, 건강을 증진시켜 풍요로운 삶을 향유할 수 있게 하는 체육문화를 계승, 발전시키는 교과이다.

그러므로 체육은 신체활동을 통하여 신체의 생리적 효율성을 높이고, 심리적 안정성을 유지시키며, 공간지가 및 물체조작 능력과 신체적인 상호 작용 능력을 향상시키는 목적을 갖는다.

2) 학교체육의 역할

체육이란 신체활동을 모개로 운동 능력의 발달에만 관심을 두어 왔기에 다른 관련된 부분에 대한 발달은 거의 성과를 거두지 못하였다.

그러나 어느 날 체육은 전인적인 심신의 조화로운 발달과 생활상의 필요조건 등 다섯 가지 영역(신체발달, 지적·정서적 발달, 사회적 태도함양, 레크리에이션에 대한 우호적 태도, 안전에 대한 태도)을 총합한 것으로서 그 중 하나만 달성되어서는 목적에 위배된다고 볼 수 있다. 즉 과거의 체육은 체력의 증진에 대한 영역을 지적 영역, 정서적 영역, 심동적 영역으로 분류하고 있다(bucher, 1975).

지적 영역은 지적인 능력과 기능의 발달에 있어서 지식의 인식을 말하며 정서적 영역은 흥미, 감상, 태도, 가지 등을 나타내는 것이며, 심동적 영역은 조작 기능의 발달을 일컫는데, 이들 세 영역은 서로 의존하는 밀접한 관계를 가지고 있다. 교육으로서의 체육은 학습자를 대상으로 인간과 스포츠와의 본연의 관계에 대한 가치체계를 근거로 하여 자기학습의 이념을 바탕으로 한 수업시간은 물론 과외 체육 및 그 밖의 영역에서도 학생들이 자율적, 능동적으로 참여할 수 있는 대책이 이루어져야 하며, 특히 심신의 건전한 발달과 체력의 향상, 운동능력의 신장과 운동의 바른 이해, 흥미를 가진 운동의 생활화, 그리고 사회성 함양은 물론 운동기능의 향상과 여가시대에 대비한 여가활동의 수단을 경험케 하며 더불어 미래의 성인으로써 급변하는 사회 환경에 적응하면서 인간다운 삶의 영위를 위한 기초적 능력을 배양시키기도 하고 가정과 사회와의 연결 속에서 원만한 인간형성에 절대적인 도움을 주기도 한다(정동성, 1991).

이상과 같이 학교체육은 체육의 기반을 이루고 있는 실질적인 체육 인구인 학생들에게 정규적인 체육교육과정을 통하여 다양하고 흥미 있게 동기를 유발시켜 생활체육에 참여할 잠재적 요인을 제공하여야 된다는 점에서 그 역할이 매우 중요하다(황순길, 1991).

3) 학교체육 교과의 목표

학교의 체육교육은 교육과정에 의해 정규 수업으로 운영되는 정과체육, 전문 운동

선수 육성에 초점을 맞추는 학교 엘리트 체육, 여가선용과 생활체육과의 연계성을 지향하는 방과 후 체육활동으로 구분할 수 있다. 이러한 학교 체육은 학생들의 성장 발달을 촉진하고, 기초체력과 건강 체력을 육성하고, 다양한 운동 종목에 대한 이해와 관련 기능을 연마하고, 운동 및 건강에 대한 과학적 기초와 지식체계를 형성하고, 사회성을 함양하고, 정서를 순환하고, 뛰어난 운동적성 인자를 조기에 발견하여 엘리트 체육으로 연결시키고, 다양한 스포츠경험을 통해 참여 성향을 고취함으로써 평생 스포츠의 토대를 제공하는 등 중요한 역할을 담당한다.

학교 체육교과 목표는 체육의 교육내용과 방법이 도출되는 구체적이고 현실적인 세부 개념으로 학습 행동의 지침이자 학습 평가의 준거가 된다. 따라서 체육의 성격과 부합되면서 학생에게 적합한 체육과 목표를 수립하는 일은 체육의 방향과 성패를 좌우하는 관건이 된다.

체육교육은 어느 한 가지 종목이나 운동기능을 숙달시키는 교육일 뿐만 아니라 체육활동에 대한 흥미와 필요성을 느낄 수 있는 여건과 환경을 제공하여 주고 자발적인 체육활동의 참여를 위한 교육 경험을 통하여 원만한 사회성 함양과 운동능력의 발달, 건강한 신체의 유지증진, 지적 정서적 발달, 안정 능력 육성, 건전한 여가 선용 등으로 정의할 수 있다. 체육의 목적은 활발한 신체 활동을 통하여 건강하고 튼튼한 몸을 만들어 굳세고 아름다운 마음씨를 길러 민주시민에 이바지 할 수 있는 올바른 인간을 육성하는데 있다.

3. 체육수업의 특성 및 목표

체육의 성격은 신체 활동을 통해서 운동 욕구를 실현하고 건강을 추구하며, 운동기능을 높여 풍요한 삶을 향유할 수 있게 하는 교과로서 구체적으로 체육을 통해 체력을 기르고, 사상과 감정의 표현능력을 기르며, 여가를 즐길 수 있는 능력과 바람직한 사회생활의 태도를 기르는 등, 자주적인 인간 육성을 위해 꼭 필요한 교과라고 사료된다(이시은, 1993).

체육의 목표는 학자들의 견해에 따라 또는 시대적, 국가적, 사회적 욕구에 따라 많은 변화가 있었다. 여러 학자들의 체육의 목표에 대한 주장을 살펴보면 다음과 같다.

미국체육학회(1934)는 체육의 목표를 ①신체적성 ②정신건강과 능률 ③사회도덕적 성격 ④정서표현과 통계 ⑤감상 으로 분류하였다.

Agnes stoodely(1947)는 그의 박사학위 논문에서 ①건강증진(신체 혹은 기관의 발달) ②정신적 정서적 발달 ③신경근의 발달 ④사회적 발달 ⑤지적 발달 등 5가지로 종합하였다.

Williams(1993)는 체육의 목표를 ①여러 가지 신체 각 부분이 서로 잘 적응하도록 하는 체조에 의한 예방적·교정적 목표 ②유희나 스포체에 관한 목표 ③개인 전체의 발달을 유도하는 무용에 대한 목표 ④군사적 사회적 준비를 위한 하이킹, 캠핑, 낚시, 사냥 등을 통하여 신체를 발달시키는 스턴츠에 관한 목표 ⑤기본적 운동기술에 대한 목표 ⑥계획에 맞는 시설 이용에 관한 목표 등으로 분류하였다.

Lasalle(1986)는 체육 목표를 ①신체기관의 발달에 관한 목표 ②사회적 발달에 관한 목표 ③지적 발달에 관한 목표로 분류하였으며, Willgoose(1979)는 체육의 목표를 ①신체적성 및 운동기술의 발달 ②사회적 능률의 발달 ③문화의 발달 ④레크레이션적 자질의 발달 ⑤지적인 자질의 발달 등 5가지로 분류하였다(이수원, 2008;재인용)

또한 개인에 대한 체육의 기본 목표는 신체적성(physical fitness)이 아니라 신체활동을 통하여 경쟁과 협동을 강조하는 활동과 활동간의 균형을 이룬 종합적성(total fitness)에 둔다. 이를 위해 개인은 자기 평가에 의해 결정된 자신의 지식, 기능 및 태도에 기초하여 자기 스스로가 선택한 활동의 기회를 갖는 것이 중요하다고 하겠다(전정자, 1990).

이상의 목표에 근거하여 체육의 목표를 신체활동을 통해서 체력을 기르며, 감정표현능력을 기르고, 솔선 수범하는 능력을 길러 바람직한 사회 생활태도를 가지게 함으로써 개성있고, 자율적인 인간 즉, 자주적인 인간을 기르는데 목표를 두고 있다(이시은, 1993).

4. 체육수업의 현실

오늘날 학교교육의 목표가 전인교육에 있으며 그것은 지덕채의 조화 있는 발달이라는 것은 누구나 인지하고 있다. 그러나 교육현실은 지적 편중의 교육의 보편화되

고 있으며 이러한 문제점이 비난의 대상이 되고 있다(송대일, 2002). 이밖의 학교 체육과 관련된 현실적인 문재는 지식 교육에 지나치게 편중된 체육에 대한 인식 부족, 교내외의 행사를 위한 체육시간할애, 운동장 없는 학교의 도입과 과밀 학급으로 인한 체육시설 부족 등이며 이들 문제점은 체육의 정상화를 저해시키는 장애 요인이 되고 있다(강신복, 1997).

학교 체육은 다수의 학생들이 운동 기능의 발달, 체력과 건강의 증진 나아가서는 바람직한 사회적 태도를 함양하도록 하는 교육적 목적으로부터 출발한다. 이러한 목적을 달성하기 위해서 초, 중, 고의 12년 동안 매주 3시간의 체육수업을 받도록 국가적 수준에서 보장을 받아왔었다, 몇 해 전만 해도 대학에서도 체육은 필수 과목으로 되어 있었다, 그러나 지식위주 교육은 지금 대학의 교양 체육을 선택 과목으로 전환시켰고, 고등학교 체육의 필수 단위수를 감소시키고 초, 중학교 체육이수 시간도 줄이려는 시도가 끊임없이 이루어지고 있는 실정이다(홍성표, 1996).

5. 체육수업의 만족도

'만족'이란 어떤 것이며, 어떤 때에 만족을 느끼게 되는지를 간단명료하게 밝히는 것은 어려운 일이다. 일반적으로 '만족'이라는 용어는 개인에 따라 다르며 따라서 만족감은 개인적인 경험이라고 볼 수 있다. 이러한 만족감은 개인의 과거와 현재의 경험 그리고 개인의 기대에 의해서 강하게 영향을 받는다(Philip E, 1976).

만족에 관한 많은 정의를 두 개의 견지로 나누어 볼 수 있다. 그 하나는 만족이 한 개인이 가지는 기대와 그 사람이 실제로 받는 보상 사이의 일치의 정도라는 견지이다. 이 기대 이론에 따르면 개인의 과거 경험에 의해 내면화된 내적 기분과 실제의 보상 수준과의 비교를 통해 그 일치 정도에 따라 만족도가 다르다고 한다.

즉, 항상 받던 만큼의 보상보다 덜 받는 사람은 그들이 받던 만큼의 보상과 일치하거나 그 이상일 경우보다는 기대일치 정도에 따라 만족에 영향을 받는 다고 한다. 만약 기대한 수준이 다 받아야 한다고 본 성과 수준에 비해서 실제 얻은 성과의 수준이 낮다면 불만족이 일어나며, 이는 차이의 방향과 크기에 따라서 만족이나 불만족의 크기가 결정된다는 것이다(나상영, 1985).

두 번째 견지는 주관적으로 경험되어진 만족과 불만족 혹은 행복과 불행, 즐거움 대 즐겁지 않음의 현상이라고 보는 것이다. 이 견지에서는 기대와 보상과 일치 또

는 정의하는 특성이기 보다는 만족에 영향을 미치는 많은 요소 중의 하나로서 보아진다. 예를 들면 그 사람의 생활의 다른 면에 만족하거나 불만족한 습관적 경향, 그의 경험과 주변의 다른 사람들의 경험과의 비교, 그 외 여러 가지 우선적 요소들이 그가 만족하는 정도에 영향을 미칠 것이다. 그러므로 만족은 주관적으로 경험되어진 반응으로 정의하는 것이 좀 더 포괄적인 것이다. 요구체계는 개인에 따라 다르며 따라서 만족감은 매우 개인적인 경험이라고 볼 수 있다(이시은, 1993).

1) 수업운영

수업운영이란 수업활동을 조직하고 변경하고, 용구의 배치를 지시하고 정규적 수업 활동을 수행하는 등의 목적에서 표출되는 언어적, 비언어적 교사활동을 말한다(박상길, 1992).

학교 현장에서 최상의 조건이 갖추어진 수업을 운영하기 위해서 교사는 수업의 시작에서부터 끝까지의 세밀한 계획을 세워야 한다. 특히 체육 교과는 다른 교과와 달리 신체 활동이 많이 이루어지는 특성을 가지고 있으므로 학습 효과의 극대화를 위해서는 학습자 특성과 가르치려는 과제의 특성을 정확이 파악하며 수업이 실행되어야 한다(지정은, 2006).

학생들의 만족도를 높이기 위한 올바른 수업운영은 주의 깊은 사고, 정확한 판단, 철저한 계획 등에 의해 이루어져야 한다. 학교 현장에서 최상의 조건이 갖추어진 수업을 운영하기 위해서 교사는 수업의 시작에서부터 끝까지의 세밀한 계획을 세워야 한다. 특히 체육교과는 다른 교과와 달리 신체활동이 많이 이루어지는 특성을 가지고 있으므로 학습효과의 극대화를 위해서 학습자의 특성과 가르치려는 과제의 특성을 정확히 파악하여 수업이 실행되어야 한다(변은영, 2004).

이와 같은 연구는 체육수업은 다른 교과와 마찬가지 아니 그 이상으로 학습효과의 극대화를 위한 학습자 특성과 가르치려는 과제의 특성에서 요구되는 조건을 충족시키려는 수업이 실행되어야 한다.

2) 지도방법

모든 교육은 결국 교사가 결정한다. 모든 아름다운 교육정책 참신한 교육과정 계

획과 교육이론도 교사의 자질, 교사의 행동이라는 장벽을 여과해야 효과를 거둘 수 있다(이시은, 1993).

체육학습은 교사의 성격과 지도방법에 따라 그 효과가 크게 달라진다. 지도자의 성격에 따라 전제적 지도자, 방임적 지도자, 민주적 지도자로 구분 하였다. 전제적 지도자는 지시적, 명령적인데 체육에서 유희의 즐거움을 빼앗는 결과를 가져와 즐거운 신체적 움직임을 통한 건강증진이라는 목적 달성에 역행하는 수가 있고, 방임적 지도자는 체육을 누구나 가르칠 수 있다는 생각을 갖게 하고 체육교육의 국가적. 사회적 책무성을 다하지 못하게 되며, 나아가서 체육을 교육의 장에서 추방하는 결과를 가져올 수 있을 것이다(전정자, 1990). 따라서 체육학습에서 요구되는 지도자 상은 민주적이고 언제나 노력하는 지도자이여야 한다.

체육에서의 지도방법은 다른 교과와 달리 인간의 신체활동을 매개로하는 학습을 하는데 특색이 있다. 이러한 특색으로 인하여 체육의 지도방법은 기능위주의 단 습적인 전통적 지도방법에 입각하여 교사가 가르쳐야 할 활동을 선택하고 그것을 간단히 설명하고 시범을 보이는 것을 위주로 했다. 그러나 지도과정에 따른 학습단계에 대하여 지도자는 학습자를 진단하고 처방하며 학습내용을 정착화 시키고 자신감을 주어 자기평가를 하게 한 다음 최종평가를 내려야 한다고 하였다. 이러한 내용에 따르면 교사는 수업계획을 입안하여 학생에게 전달하고 학습자를 최종 목표로 이끌어 나가는데 그 임무가 있다고 본다. 그러함으로써 효율적인 수업을 할 수 있기 때문이다(윤형탁, 1994). 안재준(1989) 및 구봉군(1993)의 고등학생의 수업에 관한 관심도 조사에서 학생들은 수업 시 교사의 시범을 희망하는 것으로 나타났다. 전정자(1990)는 중학생을 대상으로 한 수업실태 조사에서 교사들의 목표의식 불분명으로 체육의 교육적인 가치가 상실되었다고 하였고, 우영배(1994)는 고등학생을 대상으로 한 체육학습 인식에 관한 조사 연구에서 교사의 지도방법에 문제점이 많다고 조사하였다.

그러나 조성은(1993)은 체육수업운영 실태 조사에서 교육목표에 따른 수업지도가 이루어진다고 하였다.

이와 같이 상반된 결과는 학생들과 교사간의 지도 방법에 대한 인식 차이가 있음을 알 수 있다.

3) 수업환경

시설 및 용구는 체육 학습지도에 있어 학습을 보다 효율적이고 바람직한 방법으로 유도하기 위한 기초 조건일 뿐만 아니라 학생들의 동기화에 많은 영향을 미치기 때문에 체육학습의 효율화에 중요한 요인이 된다. 체육은 학습내용이 주로 신체활동을 중심으로 이루어지며 이 신체활동은 시설과 용구를 매체로 하여 이루어진다. 따라서 보다 효율적인 체육교육을 위해서는 넓은 공간과 여러 가지 학습용구가 필수적이다. 또한 체육시설과 용구의 종류 및 질적 문제가 동시에 고려될 수밖에 없는 것은 학습 환경이 학습자의 성취에 큰 영향을 미치는 요인이기 때문이다. 시설 및 용구는 학습자의 활동량을 좌우하는 것으로서 질과 양에서 얼마나 좋은 경험을 학습자들에게 부여할 것인가를 결정 지운다. 이와 같이 체육시설 및 용구는 학교 체육에 미치는 절대적인 환경적 요인으로서 체육의 효율적인 목적 달성이라는 관점에서 볼 때 중요한 의미로 다루어져야 할 것이다(김문규, 1992).

안재준(1989)은 고등학생을 대상으로 한 수업의 관심도 조사에서 시설, 기구, 용구 등 여러 가지 여건이 허락하지 않아 운동은 하고 싶지만 하지 못한다고 하였다. 따라서 시설 및 용구는 학습자의 활동량을 좌우하는 것으로서 질, 양의 문제에서 얼마나 좋은 경험을 학습자에게 부여할 것인가를 결정 지운다. 이와 같이 효율적인 체육수업 운영을 위한 수업환경 중 시설 용구의 문제가 중요한 문제로 부각 되고 있다.

4) 건강생활

건강위주는 건강의 달성과 유지를 위해 조직화된 신체활동을 뜻하는 것이다. 이러한 건강주의는 체육교시들이 중심이 되어 주장되었다. 개인주의와 건강주의의 결합은 사회적 관심과 책임보다는 개인으로서의 건강을 강조하는 것으로 볼 수 있다.

학교에서의 보건교육은 건강의 유지와 증진에 필요한 보건의 기본적인 개념을 습득시켜 자기의 건강문제는 자기 자신이 판단하고 처리할 수 있는 능력과 태도를 기르기 위한 것이다(김동근, 1989).

백운경(1992)은 건강에 대한 요구가 절실해지고 있는 현 시점에서 여고생 및 교사들이 보건은 매우 필요한 교육으로 생각한다 하였다.

김선혜(1992)는 수업하기 가장 어려운 내용이 가족생활과 성교육이라 하였고, 이유로는 개발된 교수-학습 자료가 미비하기 때문이라고 하였다. 박남이(1995)는 고등학교 교사를 대상으로 한 보건교육 개선방안 연구에서 98.8%가 보건교육의 필요성을 느낀다고 조사한 바 있다. 이렇게 중요하게 인식되는 보건교육이 제대로 이루어지지 못하고 있는 것은 학교 행정 담당자의 적극적인 인식 부족과 체육 수업 운영이 기초체력 및 운동 중심으로 이루어져 실내 수업이 부족한 것으로 밝혀졌으며, 보건 수업에 대한 교과서 활동 계획이 잘 수립되어 있지 못하고 있기 때문이다(김동근, 1989).

또한 고교생들이 보건영역 중 가장 흥미 있어 하는 부분은 건강생활 부분이라고 하였다. 이와 같이 건강한 생활을 추구하고자 하는 학생들의 관심에 비해 교육되어지는 실태는 매우 열악하다고 볼 수 있다. 따라서 학습교재와 교수 방법의 계발 및 학교 관계기관의 정책적인 뒷받침이 요구된다.

6. 신체적 자아개념

1) 자아개념의 정의

김문기(1997)는 자아개념을 신체적인 특성, 심리적 속성과 능력, 타인과의 관계, 자신에 대해 갖고 있는 이미지, 개인이 행하는 모든 것의 표현, 자신이 가지고 있는 많은 생각이나 배경, 그리고 결점 등에 대한 자신의 생각 같은 것들을 복합적이고 역동적인체제 속에서 형성되는 신념, 태도, 견해의 총체졸서 감정을 가진 인가의 내적 존재라고 하였다.

자아개념이란 나의 특성에 대한 지각으로 구성되는 조직적이고 일관성 있는 개념적 형태라 보고 있으며, 심리와 정신분석 용어사전에서 “자아개념은 한 인간의 자신에 대한 관점”으로 어는 한 시점에서 한 인간이 할 수 있는 자기 자신에 대한 충분한 기술이다. 여기서 강조하는 바는 인간의 지식을 대상으로 여긴다는 것이며 그 자신의 인식에 따르는 감정도 항상 포함되어 있다(지대창, 1998).

정원식(1978)은 자아개념을 한 개인이 행동해야 할 방향을 결정하는 개념, 가치관, 목적, 이상 등이 역동적으로 결합된 조직체로 정의해서 보다 넓은 관점에서 행

동의 결정 요인으로서의 자아개념을 설명하고 있다.

“자아개념은 관찰된 행동으로 추리될 수 있는 일단의 감정과 인지적 과정으로서, 인간이 그 자신의 외모, 배경, 능력과 재능, 태도, 그리고 감정에 관해 내리는 전체적인 평가 이며 이것은 행원의 방향을 결정하게 하는 힘을 낳는 것이다.”라고 정의하고 있다(조규일, 1998).

이상의 학자들의 정의를 종합하여 본 연구에서는 자아개념이란 자기 자신에 대한 “여러 차례의 자기평가로 인해 형성되는 자신에 대해 가지는 태도”라 정의하기로 한다. 즉 자기에 대한 평가가 여러 차례 이루어지는데 그 평가가 지속적으로 갱신되지는 않고 어느 정도에 이르면 태도로 굳어진다는 것이며 한번 태도로 굳어진 것은 불변은 아니지만 바꾸기가 힘들다는 것이다. 따라서 아동기의 자아개념이 긍정적으로 형성되느냐, 부정적으로 형성되느냐는 매우 중요하다 할 것이다(최병철, 2007).

인간은 누구나 각각의 자아개념을 가지고, 자기 마음속에 자기 스스로를 나타내거나 반영하는 자아의 모습을 간직하고 있다. 황정규(1984)는 자아개념에 대해 어떤 과제를 수행할 수 있다는 자기능력에 대한 신념인 자신감과 자아존중감이 같은 비중으로 구성되어 있다고 보았다. 또한 김기정(1984)은 자아개념을 개인이 자신에 대해서 가지는 지각과 관념 및 태도의 독특한 체계로 보았다. 김용래(2000)는 ‘개인이 언제 어디서나 자신이다’ 라고 하는 신념자체가 자아개념이고, 이러한 자아개념은 환경 내에서 의미 있는 타인과의 상호작용을 통해서 발달한다고 보고 있다. 이러한 견해들을 종합해 보면, 자아개념의 전반적인 의미는 개인이 언제 어디서나 ‘나’라는 것과 관련해서 형성하고 있는 지각이며, 자기 스스로를 조망하는 상(像)이라고 할 수 있다(박영규, 2005).

자아개념에 대한 논의는 크게 3가지 방향에서 이론적 접근을 해 왔다고 볼 수 있다.

첫째, 정신분석학적 접근으로 자아란 id와 ego 및 superego의 정신구조에서 자아는 개체가 출생하여 외부 세계와 접촉을 통해 발달하기 시작한다는 입장으로 자아에 역동성을 부여하는 Freud의 자아개념 이론이 대표적이다.

둘째, 사회학적 접근으로 Cooley의 면경자아(looking-glass self) 개념과 Mead의 사회적 상호작용의 산물로 정의한 자아개념 이론(나병술, 1989) 등이 여기에 속한다.

셋째, 현상학적 접근으로 현상학적 연구란 현상과 경험에 대한 연구이며, 개인이 주관적으로 경험한 것에 대한 의미를 밝혀주고자 하는 연구이다(홍기형, 1987). 이러한 자아개념을 심리학과 교육학에 도입한 학자는 Combs와 Snygg라고 볼 수 있다(김용래, 1993).

이들은 사람의 기본적인 동기는 자아의 유지와 고양에 있으며, 개인의 준거체제에 의해 개인의 행동은 다르다고 보았다.

자아개념에 대한 최근의 연구는 현상학적 맥락 속에서 논의되고 있으며, 그에 대한 기본가정은 인간의 행동은 과거와 현재의 경험에 의해서 영향을 받을 뿐만 아니라, 각 개인은 그들의 경험에 대한 개인적 지각에 의해서 영향을 받는다는 입장이다(송인섭, 1989).

자아개념은 철학, 심리학, 그리고 심리요법 등의 많은 이론에서 핵심적 개념으로 인간의 삶과 관련된 다양한 분야의 연구주제와 밀접한 관계를 맺고 있다고 볼 수 있다.

심리학적 시각에서 보면 Wiliam James는 주체와 객체의 기본적인 관계를 부정하려 했으며 철학과 심리학을 관련시킨 첫 기여자이다. James는 습관, 본질, 자아의 세 개념을 소개하면서 자아개념은 '한 개인이 자기 것이라고 말할 수 있는 모든 것'이라고 정의하였다. James의 기여는 자아의 구성요소를 물질적 자아, 사회적 자아, 정신적 자아, 순수 자아의 네 차원으로 구별하여 자아에 대한 개념을 형이상학적 개념에서 경험적 차원으로 끌어내린 다음 경험적 차원에서 하나의 자아는 개인과 사회 환경과의 상호작용을 통해 형성되는 것이라는 점을 강조하는데 있다. Cooley는 자아를 사회 전체의 질서적인 맥락 속에서 설명하고 있으며, 특히 개인의 자아실현은 사회질서 속에서 실현될 수 있다는 점을 강조하고 있다. Mead는 자아이론의 핵심은 반성적 사고, 즉 다른 사람의 관점으로부터 대상 그 자체를 취하는 능력으로 보았다. 그에 의하면 인간의 행위는 '나'의 형태에서 출발하여 '나를'의 형태로 끝난다고 말하고 있는데, 이는 어떤 행위든 '나'의 충동에 의해서 시작되었다가 남들의 기대라는 관점에서 조정된다는 점을 말한다. 자아 속의 '나'와 '나를'의 관계는 곧 개인과 사회와의 관계이기도 하다(송인섭, 1989). Freud에 의하면 인성은 원자아, 자아, 초자아라는 세 가지 주요 체제로 구성된다. 자아는 원자아의 목적을 추진하기 위해 존재하는 것이며, 그의 집행기능을 수행하는 과정에서 원자아와 초자아 그리고 외부 세계의 요구가 갈등하게 될 때 이들을 통합하는 노력을

한다(남궁달화, 1998).

심리 요법적 방법을 발전시킨 Carl Rogers는 그의 성격체계에서 개인은 유기체를 유지하고 실현시키며 향상시키기 위한 하나의 기본적인 동기를 자아로 가정한다. 자아란 '나' 혹은 '나를'이 지니는 특징들에 대한 지각, 그리고 타인들과의 여러 가지 생활측면에 대한 '나' 혹은 '나를'의 관계성에 대한 지각과 가치관들로 구성되어 있는 체계화된 일관성이 있는 것이다. 이 같은 자아는 조직성이 있고 유동적인 하나의 특징을 가지고 이들 개념에 부여된 가치와 더불어 '나' 혹은 '나를'의 관계 및 특성을 지각하는 관계에 있어서의 일관성 있는 개념적 모형이다(송인섭, 1989).

이상의 논의에서 보면 자아 혹은 자아개념 발전과정은 어떠한 관점에서 보느냐에 따라 다른 해석, 다른 논의를 하고 있음을 알 수 있다. 그 다른 해석 의미는 자아개념이라는 심리적 구인을 보는 가정에서부터 큰 차이를 나타내고 있음을 알 수 있다(김명식, 2006).

철학적 시각에서는 자아개념을 영혼과 같게 본다. Platon은 영혼은 진 자아이고, 실제의 사람이라고 생각했기 때문에 영혼을 다루는 것이 곧 우리 자신에 대한 관심으로 보았다. 영혼은 인간 형태를 취하기 전에 이미 존재하여 지혜를 소유하고 있다. Platon은 자아의 핵심인 영혼을 지혜가 추구되는 지성, 이성, 그리고 사고, 재능과 같게 보고 있다. Aristoteles는 영혼과 육체 이외에 또 하나의 요인인 마음을 소개하였다. 그리고 경험주의 창립자인 John Locke에 따르면 사람은 자아의 명칭이며, 인간으로서의 자아에 관한 개념들은 많은 심리적 이론의 기초가 된다. Kant는 우리가 어떤 것을 인식하는 자아는 경험적 객체이지, 순수한 주체가 아니라고 보고 있으나 직관적인 자아가 있음을 강조한다(송인섭, 1989).

결론적으로 자아란 생득적인 구조를 가지고 있는 고정적인 것이 아니라, 의미 있는 환경 속에서 계속적인 경험의 결과로 형성되는 것이라고 하겠다. 어릴 때의 자아개념은 그 후의 발달과정에서 다시 경험되는 성공과 실패, 자기에 대한 타인의 지각, 환경에 대한 자신의 태도 등 현상학적 장에 따라 변화되고 있다. 아동의 자아개념 형성에 미치는 요인으로서 가족 구성원, 동료집단, 중요한 타인, 그리고 일상생활에서의 성공과 실패의 영향을 들고 있는데, 특히 아동이 학교에 입학하여 경험하게 되는 학업성취에 의해서 그의 자아개념은 크게 영향을 받는다고 하였다. 아동 자신이 다른 동료들보다 주어진 학습 과제를 더 어렵게 해결한다든가 그것을 해결하지 못하면 아동의 자신에 대한 태도는 점차 타격을 받게 되며, 따라서 아동

의 제반 경험들이 타인(즉, 동료)과의 비교를 총한 계속적인 자기 평가 과정으로서 자아개념을 형성하는데 영향력을 행사한다는 것이다(유영창, 1999).

2) 긍정적 자아개념의 형성

자아개념은 자기가 누구인지, 자기 자신을 다른 사람들과 구별시켜 주는 것이 무엇인지 하는 것을 느끼게 하는 것으로 이는 영아기부터 형성되어 청년기까지 이르게 된다는 것이다(박영규, 2005).

Felker(1974)는 자아개념은 영아기, 유아기, 학령기를 거쳐 청소년기로 이어지면서 발달한다고 보았다. 영아기에는 어머니와 자신의 신체를 구분하기 시작하면서 자아를 인식하게 되고, 이러한 과정을 통하여 자신과 타인을 구별하는 것을 배우게 된다는 것이다. 이러한 자아개념은 영아기부터 어느 한 단계에서 완성되는 것이 아니라 아주 서서히 지속적으로 발달되는 것으로 보았다. 유아기는 아동이 3세 무렵까지는 다른 사람이 가까이 접근할 수 없도록 사적인 자아를 가지고 있으며, 내적 자아를 신체 자아와 구별할 수 있는데, 그러한 구별이 생기는 시기는 3세와 4세 사이로 보았다. 이 때 신체자아란 한 어린이가 자신의 신체는 타인의 것과 비교된다는 것을 인식하는 것이고, 내적 자아는 추론된 것을 근거로 하여, 타인을 친절함이나 공격성 등과 같은 행동 특성이 있는 대상으로 인식함을 말한다.

아동이 자신의 자아에 대한 이해를 발달시키게 되면, 아동은 그 때부터 자기 자아의 특성을 규명하는 일을 하게 된다. 학령기 아동의 자아개념 발달에 있어서 중요한 점은 타인에게 자신이 어떻게 보이는가 하는 이해력이 증가하는 것이다. 6세에서 12세까지는 지적생활의 발달과 함께 자아를 새롭게 인식하는 인식력이 발달한다. 청소년기에는 이제까지보다는 좀 더 세분화된 개념으로 자신을 인식하고, 아동기에 비해 좀 더 안정적인 것이 특징이다.

이처럼 변화하는 자아개념에 대하여, Coopersmith(1967)는 개인이 중요한 타인들로부터 받는 존경과 수용, 배려와 대우의 정도, 개인의 가치와 목표에의 열망에 따른 경험을 해서하고 수정하는 방식, 개인의 성공경험과 자신이 속한 집단 속에서 갖는 지위, 개인이 평가에 반응하는 태도 등이 기초가 되어 인간의 자아개념이 발달한다고 보았다.

자신을 능력 있는 사람으로 생각하는 것이 긍정적 자아개념의 기본이다.

긍정적 자아개념은 삶을 열심히 살아갈 수 있게 하며, 새로운 관심사를 탐색하고, 자신에게 도전하며, 행복한 개인의 삶을 영위할 수 있게 해준다(김경린 & 김영환, 1995).

긍정적 자아개념을 가진 아동은 열정적이고, 능동적이며, 독립적으로 일을 하며, 자신의 성취에 대해 자부심을 느끼고, 실패 경험에서 헤어날 수 있다. 이와는 대조적으로 부정적 자아개념을 가진 아동은 자기 부족감을 느끼고, 새로운 과제나 문제에 착수하기를 거부하거나 두려워하고, 항상 스스로 실패할 것이라고 생각하고 있으므로 시작도 하기 전에 포기하게 된다. 아동이 자신에 대한 인상을 형성하는 방식의 한 방법은 자신을 다른 아동과 비교하는 것이다. 자신만의 독특한 세계를 발견하는 데 익숙하지 못하기 때문에 주변의 비슷한 아동과 비교함으로써 자신의 존재감을 느끼고 자아의 모습을 인지하려는 것이다. 여러 가지 상황을 통한 이러한 비교에서 가장 두드러진 곳은 학교로, 아동은 그들 간의 능력 차이를 분명하게 해주는 능력 평가라든가 성적과 직면하게 된다. 그리고 부모와 교사가 다른 아동과의 명확한 비교 결과를 두고 그들을 대하는 방식에 민감한 영향을 받게 된다.

모든 아동은 그들에게 중요한 사람으로부터의 지지를 필요로 한다. 이러한 지지를 통해 긍정적인 자아개념을 형성할 수 있다. 따라서 긍정적인 자아개념을 고무시키는 가장 효과적인 방법은 아동의 주변의 인물로부터의 지지이며, 이는 모든 아동에게 적용되는 것이다. 즉 아동이 긍정적 자아개념 형성을 유도하는 것은 아동으로 하여금 스스로를 가치 있게 여기고 또 수용되고 있다는 것을 알게 하는 것이다(김경린 & 김영환, 1995).

자아개념의 형성에 영향을 주는 요인으로 Wylie(1979)은 사회·경제적 계층 요인, 민족적 요인, 교사나 동료의 요인, 성적 요인, 가족적 요인, 신체적요인 등을 들었고, Hurlock(1974)은 체격, 신체적 결함, 일상적 건강, 의복, 이름과 별명, 지능, 포부 수준, 정서, 문화 유형, 학교, 사회적 지위, 가정의 영향으로 보았다.

현대 산업사회에 근거한 핵가족화 현상은 가정교육을 통한 구성원의 사회화기능의 약화를 가져왔으며, 상대적으로 학교는 학생들의 사회화 기능의 중요한 장소가 되었다. 학교는 청소년들에게 자아개념의 형성에 상당한 영향을 미치는 장소로 밝혀지고 있다. 왜냐하면 아동들의 학령기는 성장발달이 가장 활발하고 예민하게 이루어지는 아동기와 청소년기 사이로 학생들은 학교에서 대부분의 시간을 보내고 있기 때문이다(정한조, 1995). 위의 연구에서 밝혀진 결과를 근거로 자아개념을 추

론해 본다면, 인간은 일상생활 가운데 타인과의 상호작용을 통하여 자신의 생각과 행동에 대하여 지지 받기를 원하며, 동시에 자기평가를 통하여 자기 확신적인 피드백을 얻으려고 노력하는 가운데 자아개념을 발달시켜 나갈 수 있다.

3) 신체적 자아개념의 구성요소

신체적 자아개념은 학문적 자아개념, 사회적 자아개념, 감정적 자아개념과 함께 총체적인 자아개념을 구성하는 한 요소이다. 그러나 신체적 자아개념은 문화, 연령, 성을 불문하고 총체적 자아개념에서 가장 중요한 역할을 한다. 특히 복잡한 현대사회에서 건강하고 멋있게 보이는 신체와 관련된 여러 요인은 대인관계나 직무수행에서 촉진제가 된다. 이와 같은 현대인의 신체적 매력에 대한 관심 때문에 규칙적인 운동 프로그램에 참여하는 인구도 꾸준히 늘고 있다. 규칙적인 운동의 효과 중의 하나는 신체적 자아개념이 증진될 수 있다는 사실이다. 운동과 자아개념을 연구하는 학자들은 위계적 자아개념 모형을 근거로 하위요소인 신체적 자아개념을 변화시키면 상위의 총체적 자아개념이 변화된다고 주장해 왔다. 이 분야의 연구자들은 스포츠 기능이나 체력과 같은 여러 신체적 능력과 자아개념 사이에 긍정적인 상관관계를 입증해 왔다(Fox, & Corbin;1989).

다차원적 신체적 자아개념 측정도구에는 신체적 자아개념 프로파일(PSPP; Fox,1990; Fox & Corbin, 1989), 신체적 자아개념 척도(PSC; Richards, 1987), 신체적 자아개념 질문지(PSDQ; Marsh 등, 1994)등 세 가지가 있다.

Fox는 신체적 자아개념 프로파일을 개발하면서 Shavelson, Hubner, Stanton(1976)이 제시한 도형의 가장 위에는 전반적 자아개념(golbalself-concept)이 위치해 있고, 그 아래에 학문적 자아개념, 사회적 자아개념, 정서적 자아개념, 신체적 자아개념이 있다. 이들 4개의 하위 영역들이 모아져서 전반적 자아개념이 형성되는 것이다. 4개의 자아개념 영역은 다시 세부적인 상황에 따른 하위영역을 포함하고 있다. 예를 들어 전반적 자아개념의 하위영역의 하나인 학문적 자아개념에는 다시 영어, 수학, 역사 등의 과목으로 세분화된다. 마찬가지로 신체적 자아개념도 신체능력과 외모로 다시 나누어진다. 이러한 다차원적 틀을 따라 FOX & Corbin (1989)는 3수준으로 구성된 신체적 자아개념 프로파일을 개발한다. 가장 상위에는 전반적인 자기 존중감(global self-esteem)이 있고, 그 다음 수준에는

신체적 자기가치(physical self-worth)이 있고, 그 다음 수준에는 신체적 자기가치(physical self-worth)가 위치한다. 신체적 자기가치는 다시 스포츠 유능감, 신체적 매력, 신체의 힘, 신체 컨디션의 4가지 하위요인으로 세분화된다. 신체적 자기지각 프로파일은 이러한 3수준의 모형을 반영하여 개발된 것으로 다음과 같은 요인을 포함하고 있다.

- 스포츠 유능감 : 스포츠와 운동능력, 스포츠 기술 습득 능력, 스포츠 상황에서 얼마나 자신감이 있는가를 측정
- 신체 컨디션 : 신체 컨디션, 스태미나, 체력의 수준을 어떻게 지각하는가, 운동을 지속하는 능력과 건강운동 상황에서 얼마나 자신감이 있는가를 측정
- 신체적 힘 : 근력에 대한 지각, 근육의 발달, 그리고 근력이 요구되는 상황에서 얼마나 자신감이 있는가를 측정
- 신체적 자기가치 : 신체적 자아에 대한 일반적인 행복감, 만족감, 긍지감, 존중감과 자신감을 측정

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향을 규명하기 위하여 G광역시 동구에 소재하고 있는 D고등학교 학생 200명을 대상으로 하였다. 설문에 답한 총 200부의 응답자 중 응답이 불성실한 20부를 제외한 총 180부를 분석 하였다.

2. 연구도구

1) 설문지의 구성내용

본 연구의 목적인 체육수업 참여에 대한 만족도와 신체적 자아개념과의 관계를 규명하기 위해 이철화(2001)의 설문지를 기초로 본 연구의 목적에 부합되도록 설문지를 수정, 보완하여 사용하였으며, 5단계 리커트(Likert) 척도로 각 항목은 각각의 항목에 대해 매우 부정적인 대답에 1점을 부여하고, 매우 긍정적인 대답에 5점을 부여하였으며, 점수가 높을수록 체육수업 참여에 대한 만족도가 높은 것을 의미하도록 구성하였다.

신체적 자아개념은 김병준(2001)이 개발한 신체적 자아개념 질문지(PSDQ: Physical Self-Description Questionnaire)를 활용하여 사용하였으며, 5단계 리커트(Likert) 척도로 각 항목은 각각의 항목에 대해 매우 부정적인 대답에 1점을 부여하고, 매우 긍정적인 대답에 5점을 부여하였으며, 점수가 높을수록 신체적 자아개념이 높은 것을 의미하도록 구성하였다. <표 1>

<표 1> 설문지의 주요 구성

항 목	세부항목	문항수
인구사회학적 특성	성별, 학년별	2문항
체육 수업 만족도	수업운영, 수업환경,	15문항
신체적 자아개념	스포츠유능감, 체지방, 외모, 건강	19문항
계		36문항

2) 설문지의 타당도 및 신뢰도

본 연구에서 이용된 설문지의 구성 타당도(construct validity)를 검증하기 위하여 요인분석을 실시하였다. 설문지의 구성 타당도는 설문지에 포함된 문항이 본 연구에서 설정한 일련의 가설적 개념(constructs)을 평가할 수 있는 적합성에 의하여 결정되는데 인자 타당도(factorial validity)는 요인분석을 통하여 타당도를 증명하는 구성타당도의 형태(Allen & Yan, 1979)이므로 직무만족도에 관련된 문항의 타당도를 검증하기 위하여 요인분석(factor analysis)을 실시하였다. 아래의 <표 2>~<표 3>는 체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념에 관련된 문항에 대해 요인분석을 실시한 결과이다. 주성분 방법으로 요인을 추출하였고 직교회전방법으로 베리맥스(varimax)방법을 사용하였다. <표 2>~<표 3>에 의하면 체육수업에 대한 만족도 관련문항은 2개의 하위요인으로 묶였는데 요인 1을 수업운영, 요인 2를 수업환경으로 명명하였으며, 체육수업에 대한 만족도 척도는 2개의 하위요인들에 의해 66.400% 설명되어지고 있으며, 신체적 자아개념 관련문항은 4개의 하위요인으로 묶였는데 요인 1을 스포츠 유능감, 요인 2를 체지방, 요인 3을 외모, 요인4를 건강이라 명명하였으며, 신체적 자아개념 척도는 4개의 하위요인들에 의해 72.729% 설명되어지고 있다.

<표 2> 체육수업에 대한 만족도 관련문항의 인자적재 행렬

문항번호	요인1	요인2
만족도1	**0.819**	0.255
만족도2	**0.813**	0.118
만족도3	**0.810**	0.214
만족도4	**0.787**	0.390
만족도5	**0.775**	0.187
만족도6	**0.668**	0.515
만족도7	**0.663**	0.521
만족도14	**0.633**	0.520
만족도12	0.136	**0.840**
만족도10	0.083	**0.819**
만족도13	0.278	**0.738**
만족도9	0.452	**0.618**
만족도15	0.531	**0.614**
만족도8	0.530	**0.577**
만족도11	0.404	**0.546**
고유값	5.528	4.432
설명력	36.854	29.546
누적분산	36.854	66.400

<표 3> 신체적 자아개념 관련문항의 인자적재 행렬

문항번호	요인1	요인2	요인3	요인4
자아개념1	**0.862**	0.105	0.153	-0.009
자아개념6	**0.846**	0.105	0.173	0.079
자아개념16	**0.837**	0.042	0.254	0.028
자아개념11	**0.826**	0.002	0.111	-0.006
자아개념8	**0.781**	0.002	0.079	0.100
자아개념9	**0.716**	-0.068	0.205	0.051
자아개념15	**0.628**	0.016	0.381	0.009
자아개념19	**0.612**	0.029	0.419	-0.119
자아개념7	**0.590**	-0.056	0.007	0.105
자아개념2	0.048	**0.916**	0.075	0.043
자아개념10	-0.080	**0.898**	0.098	0.149
자아개념12	0.025	**0.897**	0.042	0.164
자아개념3	0.062	**0.893**	0.051	0.041
자아개념17	0.276	0.081	**0.891**	-0.096
자아개념4	0.213	0.095	**0.880**	0.047
자아개념13	0.323	0.101	**0.845**	-0.070
자아개념14	0.067	0.107	0.006	**0.921**
자아개념5	0.057	0.062	0.035	**0.854**
자아개념18	0.070	0.184	-0.160	**0.781**
고유값	5.333	3.356	2.827	2.301
설명력	28.070	17.666	14.881	12.112
누적분산	28.070	45.736	60.616	72.729

체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념에 관련된 측정문항의 각 하위요인들의 Cronbach's α 계수는 모두 0.8이상이므로 신뢰성이 있는 것으로 나타났다. 체육수

<표 4> 체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념에 대한 척도의 신뢰도

요 인	하위요인	문항수	Cronbach's α
체육수업에 대한 만족도	수업운영	8	0.932
	수업환경	7	0.879
	전체	15	0.943
신체적 자아개념	스포츠유능감	9	0.915
	체지방	4	0.930
	외모	3	0.925
	건강	3	0.833
	전체	19	0.870

3. 자료분석

자료분석은 SPSS/PC WIN 12.0 Ver 통계 프로그램을 이용하였으며, 연구대상자 특성은 빈도와 백분율로 나타내었다. 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 일반적 특성에 따른체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념의 하위요인인 수업운영, 수업환경, 스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강에 대해 통계적으로 유의한 차이가 있는지를 비교하기 위해 t-test, 일변량 분산분석(one-way ANOVA)를 실시하였으며, 집단별 평균치 간 차이가 있는 경우에는 사후검정으로 Scheffe의 방법을 사용하였다. 체육수업에 대한 만족도, 신체적 자아개념의 하위요인들 간의 상관관계를 비교하기 위하여 상관분석을 실시하였다. 체육수업에 대한 만족도의 하위요인들이 신체적 자아개념의 하위요인들에 미치는 영향을 알아보기 위해 중회귀분석을 실시하였다.

Ⅳ. 연구결과

<표 5> 조사대상자의 일반적 특성

(N=200)

일반적 특성	N(%)
성 별	
남	120(60)
여	80(40)
학 년	
1학년	67(33.5)
2학년	64(32)
3학년	69(34.5)

1. 체육수업 참여에 대한 만족도의 차이

1) 성별 체육수업 참여에 대한 만족도 차이

성별 고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도 차이에 대한 t-test 결과 수업운영, 수업환경 모두 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 수업운영을 살펴보면 남자의 평균이 여자의 평균보다 높게 나타남을 알 수 있으며, 수업환경에서도 남자의 평균이 여자의 평균보다 높게 나타남을 알 수 있다. <표 6>

<표 6> 성별 체육수업 참여 만족도 차이 비교

변 인	구 분	M	SD	t	p
수업운영	남	3.65	0.899	5.245	.001
	여	3.27	0.725		
수업환경	남	3.15	0.897	3.725	.001
	여	2.79	0.635		

2) 학년별 체육수업 참여에 대한 만족도 차이

학년별 고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도 차이에 대한 일변량 분산분석(one-way ANOVA) 결과 수업운영, 수업환경 모두 통계적으로 차이가 있음을 알 수 있다. 우선 수업운영을 살펴보면 1학년의 평균이 타 학년에 비해 상대적으로 높음을 알 수 있으며, 수업환경에서도 마찬가지로 1학년의 평균이 가장 높게 나타남을 알 수 있다. Scheffe의 사후분석 결과 수업운영, 수업환경에서 1학년, 2학년, 3학년간에 각각 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. <표 7>

<표 7> 학년별 체육수업 참여에 따른 만족도 차이 비교

변 인	구 분	M	SD	F	P	Post hoc
수업운영	1학년[c]	3.75	0.767	21.820***	.001	a:c a:b
	2학년[b]	3.52	0.832			
	3학년[a]	2.89	0.765			
수업환경	1학년[c]	3.55	0.849	30.025***	.001	a:c a:b
	2학년[b]	3.07	0.752			
	3학년[a]	2.75	0.618			

*** p<.001

2. 신체적 자아개념의 차이

1) 성별 신체적 자아개념의 차이

성별 신체적 자아개념의 차이에 대한 t-test 결과 스포츠 유능감, 체지방, 건강에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 스포츠 유능감을 살펴보면 남자의 평균이 여자에 비해 상대적으로 높음을 알 수 있으며, 외모와 건강도 마찬가지로 남자의 평균이 여자에 비해 상대적으로 높게 나타남을 알 수 있다. <표 8>

<표 8> 성별 신체적 자아개념의 차이 비교

변 인	구 분	M	SD	t	p
스포츠유능감	남	3.07	0.852	3.455	.001**
	여	2.85	0.648		
체지방	남	3.52	1.009	3.440	.001**
	여	3.15	0.979		
외 모	남	2.75	1.015	1.355	.174
	여	2.65	0.945		
건 강	남	4.07	0.918	3.527	.001**
	여	3.45	0.907		

** p<.01

2) 학년별 신체적 자아개념의 차이

학년별 고등학생의 신체적 자아개념의 차이에 대한 일변량 분산분석(one-way ANOVA) 결과 스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 알 수 있다. <표 9>

<표 9> 학년별 신체적 자아개념의 차이 비교

변 인	구 분	M	SD	F	p
스포츠유능감	1학년	3.05	0.816	1.615	.210
	2학년	2.89	0.857		
	3학년	2.80	0.659		
체지방	1학년	3.75	1.001	2.245	.104
	2학년	3.40	1.110		
	3학년	3.37	1.052		
외 모	1학년	2.79	0.948	1.010	.359
	2학년	2.80	1.079		
	3학년	2.62	0.955		
건 강	1학년	3.97	0.862	1.945	.147
	2학년	3.69	1.089		
	3학년	3.76	0.840		

3. 체육수업 만족도와 신체적 자아개념의 관계

체육수업 만족도와 신체적 자아개념의 상관관계는 Pearson의 상관분석을 실시한 결과 수업환경과 체지방, 외모와 건강만이 음의 상관관계를 보였다. <표 10>

<표 10> 체육수업 만족도와 신체적 자아개념과의 상관분석

변 인	수업운영	수업환경	스포츠 유능감	체지방	외 모	건 강
수업운영	1	.777***	.652***	.020	.305***	.108
수업환경		1	.415***	-.007	.248***	.159*
스포츠 유능감			1	.055	.505***	.095
체지방				1	.153*	.241***
외 모					1	-.057
건 강						1

* p<.05, *** p<.001

4. 체육수업 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

1) 체육수업 참여 만족도가 스포츠유능감에 미치는 영향

고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도가 신체적 자아개념 중 스포츠 유능감에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과 수업운영만이 스포츠유능감에 영향을 미치며, 이러한 체육수업 만족도 요인의 회귀 분석은 전체변량의 36.4%를 설명하는 것으로 나타났다. <표 11>

<표 11> 체육수업 참여 만족도가 스포츠 유능감에 미치는 영향

구 분	요 인	회귀계수	t	유의확률	Adj. R^2	회귀선	
						F	유의확률
스포츠 유능감	상수	1.109	6.257	.000	.354	64.472	.001
	수업운영	.615	8.067	.000***			
	수업환경	-.079	-1.015	.327			

2) 체육수업 참여 만족도가 체지방에 미치는 영향

고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도가 신체적 자아개념 중 체지방에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과 수업운영, 수업환경 모두 체지방에 영향을 미치지 않으며, 이러한 체육수업 만족도 요인의 회귀 분석은 전체변량의 0.3%를 설명하는 것으로 나타났다. <표 12>

<표 12> 체육수업 참여 만족도가 체지방에 미치는 영향

구 분	요 인	회귀계수	t	유의확률	Adj. R^2	회귀선	
						F	유의확률
체지방	상수	3.479	11.725	.000	.003	.280	.750
	수업운영	.092	.737	.472			
	수업환경	-.075	-.649	.554			

3) 체육수업 참여 만족도가 외모에 미치는 영향

고등학생의 체육수업 참여에 대한 만족도가 신체적 자아개념 중 외모에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과 수업운영만이 외모에 영향을 미치며, 이러한 체육수업 만족도 요인의 회귀 분석은 전체변량의 9.1%를 설명하는 것으로 나타났다. <표 13>

<표 13> 체육수업 참여 만족도가 외모에 미치는 영향

구 분	요 인	회귀계수	t	유의확률	Adj. R^2	회귀선	
						F	유의확률
외모	상수	1.535	5.789	.000	.097	12.052	.000***
	수업운영	.325	2.972	.004**			
	수업환경	.027	.310	.747			

** p<.01, *** p<.001

4) 체육수업 참여 만족도가 건강에 미치는 영향

체육수업 참여 만족도가 신체적 자아개념 중 건강에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과 수업운영, 수업환경 모두 건강에 영향을 미치지 않으며, 이러한 체육수업 만족도 요인의 회귀 분석은 전체변량의 1.8%를 설명하는 것으로 나타났다. <표 14>

<표 14> 체육수업 참여 만족도가 건강에 미치는 영향

R^2=.098, F=12.170, p=.000

구 분	요 인	회귀계수	t	유의확률	Adj. R^2	회귀선	
						F	유의확률
건강	상수	3.143	12.782	.000	.019	3.015	.055
	수업운영	-.019	-.122	.888			
	수업환경	.189	1.595	.089			

V. 논 의

1. 체육수업 만족도

본 연구에서는 고등학생의 성별 체육수업 만족도에 있어서는 수업운영, 수업환경에서 남학생이 여학생 보다 높은 만족도를 보여주고 있다. 조성인(2000)의 연구에서 보면 고등학생들의 체육수업 만족도 또한 남학생이 여학생보다 높게 나타나고 있음을 볼 수 있다. 김택훈(2005)의 고등학교 학생을 대상으로 한 연구에서도 남학생이 여학생보다 높은 수업 만족을 느끼고 있는 것으로 나타났다. 유호선(2003)은 중학생들의 체육수업 만족도 조사에서도 남학생이 높은 것으로 조사되었다. 이러한 연구결과는 중학생의 성별에 따른 체육수업 만족도에 있어서 남학생이 여학생보다 높은 만족도를 보이고 있다는 지정은(2006)과 김세헌(2002)의 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다.

이와 같이 남학생이 여학생보다 체육수업 만족도가 높게 나타난 것은 남학생들이 성인으로 성장하는데 있어서 중·고등학교 시기가 신체활동이 매우 왕성하기 때문에 신체활동에 대한 욕구가 매우 높다. 그래서 신체활동이 많이 이루어지는 체육수업은 중학교 남학생들이 최고로 선호하는 교과라고 생각된다. 따라서 남학생들은 체육수업에 보다 적극적으로 참여하고, 관심을 보이며, 높은 만족도를 나타낸다. 그러나 여학생의 경우에는 여성적인 성장이 발달되는 시기이며, 친구들과 웃고 떠드는 것을 좋아하며 특히 땀을 내는 활동을 싫어하며, 신체적인 변화로 인해서 행동이 점차 소극적으로 이루어 진다.

고등학생의 학년별 체육수업 만족도의 차이를 알아보면 1학년이 2 · 3학년에 비해서 높게 만족하고 있으며 또한 2학년이 3학년 보다 더 높은 만족도를 보였다. 체육수업 만족도의 하위변인 중에서 수업운영과 수업환경에서 1학년이 2 · 3학년보다 높은 만족도를 나타내고 있다. Scheffe의 사후분석 결과 수업운영, 수업환경에서 학년별로 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다.

이와 관련하여 조성인(2000)은 고등학생들의 체육수업 만족도에 대한 연구에서 2 · 3학년에 비해 1학년이 체육수업 만족도가 가장 높게 나타나는 것을 알 수 있다.

그리고 허영숙(2001), 이영아(2002)의 연구를 살펴보면 학년이 낮아질수록 체육수업에 대한 흥미도가 높아지고, 학년이 높아질수록 체육수업에 대한 중요성 인식이 낮아진다는 결과와 일치한다.

따라서 고등학교 1, 2, 3학년 중에서 1학년이 가장 높은 만족도를 나타내고 있음

을 알 수 있다. 지정은(2002)과 김제연(2008)은 학년에 따른 수업환경에 대한 만족도는 분산분석 검정 결과 학년에 따라 차이가 있는 것으로 나타났으며, 사후검정 결과 1학년과 2 · 3학년에서 차이가 나타났고, 만족도는 2 · 3학년에 비해 1학년이 높았다고 연구결과를 제시하였다.

이와 같은 결과들을 통합하여 볼 때, 학생들의 학년에 맞춰서 국가나, 교육정책에 있어서도 입시 위주에서 탈피하여 수업내용의 단계적인 연계가 이루어 져야 한다.

2. 신체적 자아개념

본 연구에서는 성별 신체적 자아개념의 하위요인들의 차이를 비교해 본 결과, 스포츠 유능감, 체지방, 건강에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 스포츠 유능감을 살펴보면 남자의 평균이 여자에 비해 상대적으로 높음을 알 수 있으며, 마찬가지로 외모와 건강도 남자의 평균이 여자에 비해 상대적으로 높게 나타났다. 김세환(2007)의 연구에서는 스포츠 유능감, 체지방은 통계적으로 유의한 차이가 나타났으나, 외모 및 건강은 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다고 말하고 있어 본 연구결과와는 일치하지 않는 것으로 나타났다. 그러나 남학생이 여학생보다 스포츠유능감과 외모, 건강에 대해 높게 인식하는 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다. 위의 결과를 보면 남자가 여자보다 더 높은 것은 신체활동과 스포츠 참여하는 경향이 월등하게 높다는 것을 알 수 있다. 이러한 이유는 남자가 여자보다 비교적 운동과 스포츠에 참여하는 경향이 높기 때문이라고 생각된다.

본 연구에서 학년별 신체적 자아개념의 하위요인들의 차이를 비교해 본 결과, 스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강 모두 통계적으로 유의한 차이가 없음을 나타났으나, 김세환(2007)의 연구결과에서는 체지방 및 외모는 통계적으로 유의한 차이가 있으므로 연구가 일치하지 않는 것으로 나타났다. 또 학년별 신체적 자아개념 차이 외모 요인은 3학년이 1 · 2학년보다 신체외모에 대한 관심이 높게 나타나 차이를 보였고, 체지방요인은 1학년이 2학년보다 높게 나타났다. 각 변인에 대한 사후검증인 LSD 결과를 보면, 외모에서 3학년이 1 · 2학년 보다 높았으며, $p < .000$ 수준에서 유의한 차이를 나타났다. 체지방에서는 1학년이 2학년보다 높고, $p < .01$ 수준에서 유의한 차이를 나타낸다고 논의하였다.

3. 체육수업 만족도와 신체적 자아개념의 관계

본 연구는 체육수업에 대한 만족도와 신체적 자아개념의 하위요인들과의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시한 결과 수업환경과 체지방, 외모와 건강만이 음의 상관관계를 보였으며, 나머지 변인들 수업운영, 스포츠 유능감은 양의 상관관계를 보임을 나타냈다. 김세환(2007)은 신체적 자아개념 중 스포츠 유능감을 체육수업 만족도의 수업운영, 수업환경 모두 양의 상관관계가 나타났고, 외모에서도 수업운영, 수업환경과 양의 상관관계가 나타났고, 건강에서는 수업환경(.100)에서만 양의 상관관계가 나타났다. 이 결과는 본 연구와 일치하지 않는 것으로 나타났다. 또한 선행연구결과 김용회(1999)의 연구에서 신체적 자기 효능감 요인 중 신체적 유능감 요인이 체육수업 만족도에 높은 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 권형진(2003)의 연구에서도 체육활동 참여 만족도가 학생이 높은 것으로 나타났다. 선호도나 만족도는 곧 체육수업의 흥미나 재미와 연관이 있으므로 신체적 자아개념이 체육수업의 참여 만족도에 영향을 미친다고 할 수 있다.

4. 체육수업 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

체육수업 참여에 대한 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향을 분석하기 위하여 중회귀분석을 한 결과, 체육수업 만족도 요인 중 수업운영만이 스포츠유능감에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으며, 또한 신체적 자아개념 중 체지방에 대해서는 수업운영, 수업환경은 체지방에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한 체육수업 참여에 대한 만족도가 고등학생 자신의 외모에 미치는 영향에 대해서는 수업운영 만이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 수업환경은 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 마지막으로 체육수업 참여에 대한 만족도가 건강에 미치는 영향을 분석한 결과 수업환경, 수업운영은 외모에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 위에 나타난 결과와 같이 체지방과 외모의 관한 분석결과는 회귀선이 적절치 않는 것으로 보아 조사대상자들의 내적동기 즉, 체육수업 만족도가 신체적 자아개념에 영향을 미치지 않는 것으로 사료된다.

체육수업 만족도가 수업내용에 중요한 역할을 하고 수업내용은 다시 신체적 자아개념에 영향을 준다는 연구(김경원, 2003)는 체육수업 만족도에 따라 신체적 자아개념에 미치는 영향이 있을 것이다라는 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

이는 8차 교육과정에서 추구하는 자기 주도적 학습의 측면에서, 교사는 학생중심의 교육과정을 바탕으로 학생의 요구, 소질, 개인차를 고려하여 교육방법과 내용에

따른 다양한 학습형태를 도입하여 체육수업 참여와 신체적 자아개념의 증진을 위해 노력해야 할 것이다.

5. 종합 논의

종합적으로 볼 때, 학교체육의 참여에 대한 만족도와 만족도에 따른 자아개념 형성은 청소년의 일탈적 행위를 바람직한 방향으로 유도할 뿐 아니라 자발적 참여를 통해 긍정적 자아발견, 즐거움, 심리적 성취감과 자신감 등을 경험하게 하고 학교에서는 교우와의 관계, 원만한 학교생활 적응, 그리고 교사와의 관계형성 등에 도움을 준다고 할 수 있다. 따라서 본 연구 결과의 의의는 체육수업에 참여하는 학생들의 성별, 학년별 등을 고려하여 수업활동을 조직하고 변경하고 수업 만족도를 높이기 위해서는 주의 깊은 사고와 정확한 판단 그리고 세심한 계획 등이 이루어져야 할 것이다. 또한 체육은 학습내용이 주로 신체활동을 중심으로 이루어지며 이 신체활동은 시설과 용구를 매체로 하여 이루어진다. 따라서 보다 효율적인 체육수업을 위해서는 넓은 공간과 여러 가지 체육 학습용구가 필요 할 것이다. 앞에 이론을 바탕으로 체육수업의 참여 만족도가 높아짐에 따라 학생들의 신체적 자아개념 형성에 큰 도움이 될 것이라고 본 연구자는 사료된다.

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 일선 체육교사의 교수방법과 의식에 변화를 주어 효율적인 체육수업 기대와 체계화된 학교체육 수업 방안을 모색하기 위해 먼저 학생들의 체육수업에 대한 만족도를 조사하여 이에 대한 발전 및 개선방안을 도출하고 또한 이러한 체육수업 참여에 대한 고등학생들의 만족도가 신체적 자아개념 형성에 어떠한 영향을 미치는지를 파악하여 체육수업의 향후 지도계획을 수립하는데 도움이 되는 기초 자료를 얻고자하는 연구로 G광역시 남녀 고등학생 200명을 대상으로 조사한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따른 체육수업 만족도에 차이가 있는지 분석한 결과, 성별에 따라서는 수업운영, 수업환경 모두 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남학생의 만족도가 여학생보다 높고, 학년에 따라서도 수업운영, 수업환경 모두 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 1학년의 만족도가 타 학년에 비해 높게 나타났다.

둘째, 인구통계학적 특성에 따른 신체적 자아개념에 차이가 있는지 분석한 결과, 성별에 따라서는 스포츠 유능감, 체지방, 건강에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남학생의 평균이 여학생보다 높고, 학년에 따라서는 스포츠 유능감, 체지방, 외모, 건강 모두 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다.

셋째, 체육수업 만족도와 신체적 자아개념 간에 상관관계를 분석한 결과, 수업환경과 체지방, 외모와 건강만이 상관관계를 보였다.

넷째, 체육수업 만족도는 신체적 자아개념에 영향을 미치는지에 대해 분석한 결과, 스포츠유능감과 외모에 대해서는 수업운영만이 영향을 미쳤다. 체지방과 건강에 대해서는 수업운영, 수업환경 모두 영향을 미치지 않았으나, 이 회귀선은 적합하지 않았다. 회귀선이 부적합한 부분은 많은 논의가 필요 할 것으로 사료된다.

2. 제 언

본 연구의 절차와 결과에 기초해서 후속 연구를 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구에서는 체육수업 참여에 따른 만족도의 신체적 자아개념을 영역 없이 포괄적으로 구성하였기에 앞으로는 보다 구체적이고 다양한 영역으로 구성된 검사도구의 개발이 요구된다.

둘째, 본 연구에서 나타난 결과에 기초해 현실적으로 학교 현장에서 적용할 수 있는 체육수업 프로그램의 개발이 요구된다.

셋째, 본 연구에서는 연구대상을 광주광역시 동구에 소재한 한 고등학교의 학생들로만 한정하였기에 앞으로는 보다 여러 지역의 학생들을 대상으로 한 연구가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

강명구(2007). 중학교 체육교사 교수방법이 수업만족에 미치는 영향. 석사학위논문. 국민대학교 교육대학원.

강신복(2004). 학교 유형별 중학생 체육수업에 대한 인식도 및 만족도 분석. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 교육대학원.

강주태(1984). 청년심리학. 서울 : 형성출판사.

강훈(2003). 생활체육과 학교체육의 연계성에 관한 연구. 석사학위논문. 경기대학교 교육대학원.

고거진(2003). 중학생들의 체육수업에 대한 만족도. 석사학위논문. 세종대학교 교육대학원.

교육과학기술부(2008). 중학교 교육과정해설. 4 , 체육, 음악, 미술, 서울 : 한솔사.

교육인적자원부(2007). 고등학교 교육과정해설. 교육인적자원부 고시 제2007-79호.

교육부(1994). 체육과 교육과정.

교육부(1997). 제 7차 체육과 교육과정.

교육부(1999). 중학교 교육과정해설(Ⅳ).

구봉군(1993). 고등학생들의 체육수업에 관한 관심도 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 경남대학교 교육대학원.

구창모(1991). 체육환경이 청소년 비행에 미치는 영향에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 경남대학교 교육대학원.

권형진(2003). 초등학생의 과외체육활동이 학교 체육수업 선호도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 경희대학교 대학원.

김경린, 김영환(1995). 현대심리학원론. 서울 : 중앙적성출판사.

김경원(2003). 규칙적인 운동이 신체적 자기개념에 미치는 영향. 한국스포츠 심리학회지. 14(1), 1-12.

김기정(1984). 학업성취와 지각된 양육태도가 자아개념에 미치는 영향. 박사학위청구논문. 중앙대학교 대학원.

김동근(1989). 중학생의 보건교육에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 연세대학교 교육대학원.

김득룡(1973). 기독교 교육 심리학. 서울 : 복음문서연구회.
김만수(2008). 중학생의 개정 제7차 체육과 교육과정의 체육목표 인식도. 석사학위논문. 대구대학교 교육대학원.
김명식(2006). 실업계 고등학생들의 긍정적 자아개념 형성을 위한 도덕과 수업방안에 관한 연구. 석사학위논문. 한국교원대학교 교육대학원.
김문기(1997). 교사의 아동관이 아동의 자아개념에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 관동대학교 교육대학원.
김문규(1992). 무가치한 규정으로 전략한 학교체육시설 및 용구 관련법. 서울 : 월간체육.
김병준(2001). 한국판 신체적 자기개념 측정도구 개발. 한국스포츠심리학회지, 12(2), 69-90.
김상국(2002). 국민체육에 있어 중등 체육교육의 문제점과 개선 방안. 한국체육학회, 제 21회 국민체육진흥 세미나. 53-80.
김선혜(1992). 고등학교 보건교육 과목 설정에 관한 기초적 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
김세환(2007). 중학생의 체육수업 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 상지대학교 교육대학원.
김세헌(2002). 중학생의 체육수업 인지도에 따른 수업만족도 분석. 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.
김영재(2003). 중학교 체육수업에 대한 학생 의식 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 경기대학교 대학원.
김용래(1993). 학업성적에 대한 귀인변인의 영향력 분석. 박사학위 청구논문. 동국대학교 대학원.
김용래(2000). 효과적인 수업을 위한 교육심리학. 서울 : 문음사.
김용회(1999).신체적 자기 효능감이 체육수업 선호도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 부산외국어대학교 대학원.
김제연(2008). 중학교 학생들의 체육수업에 대한 만족도 조사. 석사학위논문. 우송대학교 보건복지대학원.
김종욱, 이종영(1997). 중학교 체육 교사용 지도서. 서울 : 학지사.
김태련(1992). 청소년기의 발달과 발달과업, 청소년 심리학, 한국 청소년 연구원편.

한국 청소년 연구원.
김태호(2003). 체육교사의 지도행동 유형이 교수능력에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.
김형록(2008). 중학생의 기질과 체육수업태도 및 만족도의 관계. 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
나병술(1989). 일시적으로 부여된 성공실패의 경험이 자아개념 및 특정과제 자아개념과 귀인성향에 미치는 영향. 박사학위청구논문. 원광대학교 대학원.
나상영(1985). 학업성적의 기대형성과 만족도에 관한 연구. 석사학위 논문. 한양대학교 교육대학원
남궁달화(1998). 도덕교육론. 서울 : 철학과 현실사.
문교부(1983). 전국학생체격 통계표. 청소년 백서.
민병근 외2인(1978). 한국 청소년의 의식구조와 행동양식. 서울 : 동화문화.
민영순(1982). 발달 심리학. 서울 : 교육출판사.
맹용길(1982). 한국 교회와 교육. 서울 : 대한예수교 총회 교육국.
박경숙(2004). 청소년기의 발달 특성을 교려한 청소년 선교방안. 석사학위논문. 한일장신대학교 아시아태평양 국제신학대학원.
박남이(1995). 학교보건교육의 개선방안에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
박덕근(2005). 중학교 남· 여 학생의 혼성 체육수업 만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위 논문. 용인대학교 교육대학원.
박동우(1995). 음악교사의 직업만족에 관한 조사연구. 석사학위논문. 경희대학교 교육대학원.
박상길(1992). 중학교 체육수업에서의 교수활동 분석연구. 석사학위논문. 서울대학교
박상철(2001). 청소년의 여가활동 실태 및 유형과 여가활동 활성화 방안 분석. 미간행 석사학위논문. 부산대학교 교육대학원.
박성주(1983). 스포츠 참가 동기와 사회적 태도 형성에 관한 연구. 미간행 박사학위논문. 동아대학교 대학원.
박아청(1987). 청소년과 아이덴티티. 서울 : 배영사.
박영규(2005). 긍정적 자아개념 형성을 위한 대안학교 교육과정개발. 석사학위논

문. 단국대학교 교육대학원.
박영민(1997). 청소년과 사회체육. 한국사회체육진흥회. 보경문화사.
박재식(1999). 중학생의 스포츠 활동 참여 형태와 사회성 발달과의 관계. 미간행 석사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
변은영(2004). 중학생의 체육수업 인지도와 수업 만족도 관계. 석사학위논문. 국민대학교.
백운경(1992). 여자고등학교의 보건교육 과목 설정에 관한 기초적 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
송인섭(1989). 인간심리와 자아개념. 서울 : 양서원.
신영호(2002). 체육수업에 대한 중학생의 수요 및 관심도 조사. 석사학위논문. 대구대학교 교육대학원.
신유근(1985). 한국기업 최고경영자의 가치관과 관리행위. 경영사열 연구, 18(1), 16-29.
신은선(2002). 중학생의 댄스스포츠 활동이 신체적 자아개념에 미치는 영향. 석사학위논문. 건국대학교 교육대학원.
안재준(1989). 고교생들의 체육수업 관심도에 관한 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 성균관대학교 교육대학원.
엄상욱(2007). 중학교 남녀 학생의 혼성학급 유무별 체육수업 의식에 대한 연구. 미간행 석사학위논문. 부산외국어대학교 교육대학원.
우영배(1994). 남자 고등학생들의 체육학습 인식에 관한 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 경남대학교 대학원.
유영창(1999). 문제 행동과 자아개념과의 관계. 석사학위논문. 연세대학교 대학원.
윤남식(1988). 바람직한 체육교육의 위상. 서울 : 새교육.
윤명희(1997). 체육교육과정 개론. 서울 : 문천사.
윤형탁(1994). 외국어 고등학교 학생들의 학교생활 만족도와 태도변화에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 연세대학교 교육대학원.
이명진(1999). 여성의 생활체육 참여와 스포츠 태도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
이시은(1993). 초등학교 6학년 아동의 운동기능 성취도 및 체육수업 만족도에 관한 조사연구. 석사학위 논문. 이화여자대학교 교육대학원.

이수원(2008). 고등학생의 성별과 학년, 학교유형에 따른 체육수업의 목표인식, 참여, 평강 대한 수용, 만족도 차이. 미간행 석사학위논문. 경상대학교 교육대학원.
이옥동(2003). 고교생의 체육수업에 대한 인식과 수업만족의 관계. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 교육대학원.
이수형(2006). 중학생의 생활체육 참여가 신체적 자아개념과 학교생활 적응에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 서울시립대학교 교육대학원.
이시은(1993). 초등학교 6학년 아동의 운동기능 성취도 및 체육수업 만족도에 관한 조사연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
이진우(1994). 청소년 교육 핸드북. 서울 : 한국문서선교회
이종하(1990). 사회체육 진흥을 위한 학교교육 활성화에 관한 연구. 석사학위논문. 경기대학교 교육대학원.
이재창(1982). 한국 청소년을 위한 정책과제의 방향. 청소년연구 제 5집.
이철화(2001). 청소년들의 스포츠 참여와 스포츠 참여 장애지각. 한국사회체육 학회지. 16(1).
이화여자대학교(1984). 이화여자대학교 교양체육위원회. 대한체육. 서울 : 이대출판부.
임번장(1980). 체육활동에서의 학습이론 적용에 관한 연구. 서울 : 서울대학교 체육연구소 논집.
장병림(1980). 청년 심리학. 서울 : 법무사.
장영문(2004). 중학생의 체육수업 학급 유형에 따른 수업태도와 만족도에 관한 연구. 석사학위논문. 한국교원대학교
장영희(1995). 청소년의 음주, 흡연과 학교생활과의 관계. 석사학위논문. 성신여자대학교 교육대학원.
장재원(2006). 중학교 체육수업과 혼성체육수업에 대한 인식도. 석사학위논문. 한국체육대학교 교육대학원.
전정자(1990). 중학교 체육과 교육과정 운영 실태와 학생들의 체육수업에 관한 관심도 조사. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
정경천(2006). 여자고등학생의 체육수업 참여형태가 신체적 자기 효능감 및 성역할 유형에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 해양대학교 대학원.
정동성(1991). 국민생활체육. 서울 : 사조출판사.

정원식(1978). 한국청년의 심리적 발달 특징. 청년연구 제1집.
정한조(1995). 국민학교 아동의 자아개념과 학교학습태도와의 관계. 석사학위논문. 순천향대학교 지역사회개발대학원.
조규일(1998). 초등학교 학습우수아와 학습부진아의 자아개념 비교 연구. 석사학위논문. 관동대학교 교육대학원.
조영승(2001). 청소년학 총론. 서울 : 교육과학사.
조성은(1993). 중학교 체육수업 운영에 관한 실태 조사 연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.
조정길(2002). 제7차 교육과정에 따른 중학교 체육과 수업 및 평가 실태 분석. 석사학위논문. 신라대학교 교육대학원.
조한신(2004). 학교체육수업 만족과 학교생활 만족의 관계. 석사학위논문. 세종대학교 교육대학원.
지대창(1989). 교사의 자아개념과 체벌에 관한 연구. 석사학위논문. 고려대학교 교육대학원.
지정은(2006). 중학생의 체육수업 인지도와 수업만족도의 관계분석. 미간행 석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.
최대석(1990). 자아정체감 형성기로서의 청소년기. 서울 : 기독교교육.
최병철(2007). 아동의 체육특기-적성교육 참여에 따른 신체적 자아개념과 학습성향에 관한 연구. 석사학위논문. 신라대학교 교육대학원.
최현성(2003). 생활체육 향상을 위한 학교체육의 역할과 방안. 석사학위논문. 부산외국어대학교 교육대학원.
표갑수(1986). 청소년 가치관 형성을 위한 방안. 청소년지도육성회 여름호.
홍기형(1987). 교육연구와 현상학적 접근. 서울 : 문음사.
홍성표(1996). 교육개혁과 학교 체육의 방향. 충남대학교 세미나 논문.
현우영, 신호수(1989). 중등학교 체육의 문제점과 개선방안. 한국체육학회보 제 74호.
황기석(2002). 중학생의 체육활동이 인격형성에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 신라대학교 교육대학원.
황순길(1991). 사회진흥을 위한 학교체육의 역할에 관한 연구. 석사학위논문. 수원대학교 행정대학원 석사학위 논문.

황정규(1984). 학교학습과 교육평가. 서울 : 교육과학사.

Bucher, C. A.(1975). Foundation of physical education Saint Louis The C. V. Mosby Co.

Coopersmith, S.(1967). The antecedents of self-esteem. San Francisco: Freeman.

Felker, D. W.(1974). Building positive self-concept. Minnesota: Burgess Publishing Company.

Fox, K. R. & Corbin, C . B.(1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation, Journal of Sport and Exercise Psychology, 11, PP. 62-75.

Fox, K. R.(1997). The physical self: From motivation to well-being. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hurlock, E. B.(1974). Personality Developnment. New York: McGraw-Hill.

Marsh, H. W.(1994). The importance of being important: Theoretical models of relation between specific and global components of physical self-concept. Journal of Sport & Exercise Psychology, 16, 306-325.

Nielsen, L.(1991). Adolescence, A Contemporary view(2nd ed), Florida: Harcourt Brace Jovanovich, Inc.

Philips, E.(1976). Neasurent and evaluation in physical education. New York : John Wiley and Inc. P . 1.

Shavelson, R. J., Hubner, J. J. & Stanton, G. C.(1976). Validation of construct interpretations. Review of Educational research, 46, 407-441.

Williams, J. M(1993). Applie Sport Psychologist: Personal growth to peak performance. Mountain view. CA: Mayfield Publishing Company.

Wylie, R. C.(1979). The self-concept, Vol. 2. Lincoln: University of Nebraska.

부 록

<설 문 지>

청소년의 체육수업 만족도가 신체적 자아개념에 미치는 영향

안녕하십니까?

본 설문지는 청소년의 체육수업 참여에 대한 만족도 및 신체적 자아개념을 조사하여 학교에서 실시되고 있는 체육 수업이 나아갈 방향을 확립하여 즐겁고 의미있는 체육수업을 도모하기 위해서 만들어 졌습니다. 학생들의 답변은 즐겁고 재미난 수업을 하는데 중요한 정보로 활용될 것입니다.

학생 여러분의 답변내용은 비밀이 철저히 보장되고 순수한 학문연구의 통계적 처리로만 사용됨을 말씀드립니다.

각 설문 문항에는 맞고 틀리는 것이 없으니, 귀하께서 느끼시는 대로 솔직하게 응답해 주시는 것이 매우 중요합니다. 바쁘시더라도 잠시만 시간을 내어 협조해 주시면 감사하겠습니다.

대단히 감사합니다.

조선대학교 교육대학원 체육교육전공 석사과정

정 영 주

I. 체육수업에 대한 만족도를 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으신 후 해당 번호에 "✓"로 표시하여 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1.	체육수업 시간이 즐겁다	①	②	③	④	⑤
2.	체육수업 시간에 열심히 한다	①	②	③	④	⑤
3.	체육수업을 통해 건강이 증진된다	①	②	③	④	⑤
4.	체육수업을 흥미롭게 진행한다	①	②	③	④	⑤
5.	체육수업 시 배우는 운동종목의 기능이 향상될 때 만족감이 크다	①	②	③	④	⑤
6.	체육선생님의 수업 지도방법에 만족한다	①	②	③	④	⑤
7.	체육선생님은 종목의 특성에 맞게 다양한 지도방법으로 수업을 한다	①	②	③	④	⑤
8.	체육선생님은 학생의 개인차를 감안하여 지도한다	①	②	③	④	⑤
9.	체육선생님은 바른 몸가짐과 언어를 사용한다	①	②	③	④	⑤
10.	체육수업 시 사용되는 시설 및 기구는 충분하다	①	②	③	④	⑤
11.	체육수업 이외에도 체육 시설 및 기구를 이용해 체육활동에 참여하고 있다	①	②	③	④	⑤
12.	체육수업 시 활동 공간은 충분하다	①	②	③	④	⑤
13.	체육활동 공간은 안전하다	①	②	③	④	⑤
14.	체육수업을 통해서 신체를 바르고 건강하게 할 수 있다	①	②	③	④	⑤
15.	체육수업을 통해서 평생체육의 기틀을 마련할 수 있다	①	②	③	④	⑤

Ⅱ. 신체적 자아개념을 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으신 후 해당 번호에 "✓"로 표시하여 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1.	나는 또래 친구들보다 운동을 더 잘한다	①	②	③	④	⑤
2.	나는 살이 많이 찐 편이다	①	②	③	④	⑤
3.	(허리가 어디 있는지 짚어보게 한 후), 내 허리가 너무 뚱뚱하다	①	②	③	④	⑤
4.	내 얼굴은 잘 생겼다	①	②	③	④	⑤
5.	나는 병원이나 약국에 갈 정도로 자주 아프다	①	②	③	④	⑤
6.	나는 운동을 잘 한다	①	②	③	④	⑤
7.	나는 바깥놀이 운동(미끄럼, 그네, 철봉, 시소)이 쉽다	①	②	③	④	⑤
8.	처음 보는 놀이(운동)을 할 때 자신이 있다	①	②	③	④	⑤
9.	내 자신과 내 체력에 대해 자부심을 느낀다	①	②	③	④	⑤
10.	나는 몸무게가 많이 나간다	①	②	③	④	⑤
11.	다른 사람들은 내가 운동을 잘 한다고 생각한다	①	②	③	④	⑤
12.	나는 너무 뚱뚱하다고 생각한다	①	②	③	④	⑤
13.	나는 내 또래에 비해 외모가 매력적이다	①	②	③	④	⑤
14.	나는 자주 아픈 편이다	①	②	③	④	⑤
15.	나는 신체적 조건에 자부심을 느낀다	①	②	③	④	⑤
16.	나는 여러 가지 운동을 잘 한다	①	②	③	④	⑤
17.	나는 잘 생겼다	①	②	③	④	⑤
18.	나는 한번 아프면 낫는데 시간이 오래 걸린다	①	②	③	④	⑤
19.	신체적으로 내 자신에 대해 자부심을 느낀다	①	②	③	④	⑤

Ⅲ. 다음은 학생 여러분의 배경에 관한 질문입니다. 해당되는 곳에 "✓"로 표시하여 주시기 바랍니다.

1. 성 별 : ① 남(　　)　　② 여(　　)

2. 학 년 : ① 1학년(　　)　　② 2학년(　　)　　③ 3학년(　　)

- 끝까지 설문에 응해주셔서 대단히 감사합니다.