creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

[UCI]I804:24011-200000265330

2016년 2월
교육학석사(체육교육)학위논문

방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

양 순 원

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향

Effects of passion for Exercise and the Physical self-efficacy caused by after school sports Club activity on the School Life Satisfaction for middle school students.

2016년 12월 25일

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

양 순 원

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향

지도교수 안 용 덕

이 논문을 교육학석사(체육교육)학위 청구논문으로 제출함

2015년 10월

조선대학교 교육대학원

체 육 교 육 전 공

양 순 원

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

양순원의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 조선대학교 교수 鄭明秀 인

심사위원 조선대학교 교수 安龍德 인

심사위원 조선대학교 교수 이기봉 인

2015년 12월

조선대학교 교육대학원

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

목 차

ABSTRACT

Ⅰ. 서 론 ····· 1
A. 연구의 필요성 ····· 1
B. 연구의 목적 ····· 4
C. 연구의 문제 ····· 4
D. 연구모형 ····· 5
E. 연구의 제한점 ····· 5

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 6
A. 학교체육과 방과 후 스포츠 활동 ····· 6
1. 학교 체육의 문제점 ····· 6
2. 방과 후 스포츠 활동 ····· 7
B. 신체적 자기 효능감 ····· 8
1. 신체적 자기 효능감 개념 ····· 8
2. 신체적 자기 효능감과 학교생활과의 관계 ····· 9
C. 운동열정 ····· 10
1. 운동열정의 개념 ····· 10
2. 운동열정의 구성 요인 ····· 11
D. 학교생활 만족 ····· 13
1. 학교생활만족의 개념 ····· 14
2. 학교생활만족의 구성 ····· 14

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅲ. 연구방법 ····· 16
A. 연구대상 ····· 16
B. 연구기간 ····· 17
C. 조사도구 ····· 17
1. 설문지 구성 및 내용 ····· 17
2. 조사도구의 타당도 및 신뢰도 ····· 20
D. 연구절차 ····· 26
E. 자료처리 ····· 27

Ⅳ. 연구 결과 ····· 29
A. 운동열정이 학교생활 만족에 미치는 영향 ····· 29
1. 각 하위요인 간 상관관계 ····· 29
2. 운동열정이 학교생활 전반 만족에 미치는 영향 ····· 30
3. 운동열정이 인간관계 만족에 미치는 영향 ····· 31
B. 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족에 미치는 영향 ····· 32
1. 각 하위요인 간 상관관계 ····· 32
2. 신체적 자기 효능감이 학교생활 전반 만족에 미치는 영향 ····· 33
3. 신체적 자기 효능감이 인간관계 만족에 미치는 영향 ····· 34

Ⅴ. 논 의 ····· 35
A. 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정이 학교생활 만족에 미치는 영향 ····· 35
B. 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족에 미치는 영향 ····· 37

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 40

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

A. 결 론 ····· 40
B. 제 언 ····· 41

참고문헌 ····· 42

부 록 ····· 47

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 목 차

표 1. 연구대상자의 일반적 특성 ····· 16
표 2. 연구절차 및 기간 ····· 17
표 3. 설문지의 구성 및 내용 ····· 18
표 4. 운동열정의 탐색적 요인분석 결과 ····· 21
표 5. 운동열정의 신뢰도 분석 결과 ····· 21
표 6. 신체적 자기 효능감의 탐색적 요인분석 결과 ····· 23
표 7. 신체적 자기 효능감의 신뢰도 분석 결과 ····· 23
표 8. 학교생활 만족도의 탐색적 요인분석결과 ····· 25
표 9. 학교생활 만족도의 신뢰도 분석결과 ····· 26
표 10. 하위요인 간 상관관계 분석 결과 ····· 29
표 11. 학교생활 전반에 대한 만족도의 다중회귀분석 결과 ····· 30
표 12. 인간관계 만족도의 다중회귀분석 결과 ····· 31
표 13. 하위요인 간 상관관계 분석 결과 ····· 32
표 14. 학교생활 전반에 대한 만족의 다중회귀분석 결과 ····· 33
표 15. 인간관계 만족도의 다중회귀분석 결과 ····· 34

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

그 림 목 차

그림 1. 연구모형 ····· 5
그림 2. 연구절차 ····· 27

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

ABSTRACT

Effects of passion for exercise and the physical self-efficacy caused by after school sports Club activity on the School Life Satisfaction for middle school students.

Soon Won-Yang
Advisor : Prof. An, Yong-Duk, Ph.D.
Department of Physical Education,
Graduate School of Education.
Chosun University

This study aimed to provide frontline leaders with the guidance to operating effective lessons and teaching methods for junior high school students by identifying how exercise passion and physical self-efficacy affect school affect life satisfaction.

To this end, a questionnaire was distributed to 300 students attending to junior high schools located in Gwangju, South Jeolla Province. 275 questionaries were selected as research materials, expect for 25 questionaries with insincere reponses. For the collected data, correlation analysis and multiple regression were performed using the SPSS 21.0 statistical program to analyze the effects of exercise passion and physical exercise self-efficacy on school life satisfaction by set the level at $p < .05$.

The results were as follows.

First, exercise passion participating in sports activities after school affected school life satisfaction. Obsessive passion had an negative (-) influence on the overall school life satisfaction and harmony

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

passion had the positive (+) influence. In interpersonal relationships as well, obsessive passion had the positive (+) influence and harmony passion had the positive (+) influence. Second, physical self - efficacy of junior high school students participating in sports activities after school affected school life satisfaction. Competence had a positive (+) influence on the overall school satisfaction. Self-confidence also had the positive (+) influence. In addition, attractiveness had the positive (+) influence. Competence had a positive (+) influence on satisfaction with human relationships and self-confidence also had the positive (+) influence. However, in attractiveness, a significant effect was not found. In conclusion, it is considered that sports passion and physical self - efficacy in junior high school students participating in sports activities after school positively act on as school life satisfaction, and sports activities are very meaningful when viewed through the study that reported that sports activities increase exercise passion and physical exercise self-efficacy.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅰ. 서 론

A. 연구의 필요성

오늘날 학교 교육은 대중화, 고학력화에 따른 학교의 대규모화, 획일화, 지식 등으로 인하여 학교교육의 비인간화가 초래될 가능성이 크며, 결과적으로 학교생활에 만족하지 못하고 방황하는 부적응 학생이 많이 나타나고 있다(김미자, 2009). 또한 현대 청소년들은 점차적으로 핵가족화 되면서 개인주의와 이기주의 성향이 강해졌고, 활발한 야외활동이 아닌 실내에서 폭력성이 강한 게임, 스포츠 게임 등을 통해 대리만족을 느끼는 시간이 많아짐으로써(천경민, 2008), 누구의 간섭도 받지 않고 개인이 하고 싶은 거에만 몰입하는 현상이 두드러지고 있다.

이러한 현상은 학교생활에 많은 지장을 초래하는데 매스컴을 통해 빈번히 보도되고 있는 학교 내 왕따, 교사 폭행 등의 심각한 사회적 문제로 확산되어 가고 있다.

학교 안에서 이루어지는 교사 또래와의 상호작용은 청소년의 성장과정에 매우 중요한 영향을 주는 요소이다. 하지만 최근의 통계자료를 살펴보면 청소년들의 학교생활에 대한 인식은 긍정적이지 못하다. 2011년에 여성가족부 청소년 사이버상담센터를 이용한 청소년의 가장 큰 고민은 '집단따돌림'인 것으로 나타났고(여성가족부, 2012년 3월30일 보도자료), 한국청소년상담복지개발원에서 2012년 상담경향을 분석한 결과에서도 전체 개인상담의 31.5%가 청소년이 주로 생활하는 학교에서 발생하는 고민을 호소하였다고 밝혔다(전환희, 2013).

그러나 청소년기 시절의 성향을 무조건 부정적으로 보는 것은 옳지 않다. 이

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

시기의 청소년들은 심신의 발달이 왕성하고 감정을 쉽게 표출하며, 신체적·사회적·정신적 발달이 이루어지는 시기로 지도를 통해 조절이 된다면 긍정적인 방향으로 개선될 수 있을 것이다. 이러한 관점에서 신체능력의 긍정적 변화와 함께 긍적적인 지각의 변화를 가져오며, 건전한 생각과 함께 원만한 대인 관계를 이룰 수 있으며, 나아가 궁극적으로 행복을 느끼는 심리적 행복감을 향상시키는 신체활동(Dishman, 1980) 즉, 학교 내 체육활동이 중요시되고 있다.

이에 대해 윤흥한(2009)은 체육활동은 학교생활에서 대인관계나 학교규율 등에 있어 원만한 행동을 하며 정상적인 학교생활을 하는데 도움을 주며, 스스로 만족감을 가져다 줄 수 있다고 하였고, 이재헌(2005)은 청소년 시기에 스포츠 참여는 신체적, 정신적, 정서적인 개인 활동의 종합적인 경험을 함으로써 그 어떤 시기보다 효과적이며, 건강한 신체와 욕구불만을 해소하는 등 건전한 사고방식을 만들어 내는 역할을 할 수 있다고 하였다. 이러한 내용은 분명 학교 내 체육활동을 통해 청소년들의 신체적 정신적 개선에 긍정적 효과를 가져온다고 볼 수 있다. 하지만 정규 체육활동은 시간이 정해져 있고 많은 학생수로 인해 활동기회가 부족하다. 또한 정해진 교과 내용의 학습 등으로 인하여 원하지 않는 수업을 하게 됨으로써 강제성을 띠는 단점이 있다. 이를 보완하기 위한 청소년 신체활동 프로그램이 방과 후 스포츠 활동이다. 방과 후 스포츠 활동은 정규 수업시간 외에 방과 후나 주말 혹은 수업이 없는 시간에 행해지는 체육활동을 말하는데(김경민, 2009), 방과 후 스포츠 활동은 시간활용의 자유, 충분한 활동 기회 그리고 선택한 종목에 참여할 수 있기 때문에 정과 체육보다 자율적이고 독립성을 띤다. 이러한 점은 정과 체육의 부족한 부분을 채울 수 있다는 점에서 장점을 가진다(한하나, 2007).

김문명(2011)은 학생들이 체육정과수업 외에 방과 후 학교 내·외 체육활동의 기회를 부여하여 체육 및 스포츠 활동의 내·외적인 가치를 몸소 익히고 경험하여 실생활에 전이될 수 있도록 하여 평생에 걸친 체육활동으로 연결하는 전환점을 스스로 인식할 수 있도록 하는 것이 필요하다고 하였다. 또한 방과

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

후에 이루어지는 스포츠 활동은 다양한 신체활동에 참여할 수 있는 기회를 제공하고, 이를 토대로 개인에게 적합한 스포츠를 경험하여 소질과 적성을 계발할 수 있도록 하는 등 학교체육에서 부족한 부분을 보충해 줄 수 있고, 학생들이 자율적으로 운동에 참여함으로써 신체적·정신적 발달과 협동심, 단결심 등의 사회적 태도도 기를 수 있다고 보고되고 있다(김경민, 2009; 이재관, 1994; 서성혁, 1991). 이러한 내용을 종합해 보면 청소년 시기는 사춘기의 정신적 방황과 본인의 강한 의지 등으로 인해 신체활동과 자기개념의 정립이 무엇보다 중요한 때이며, 이를 긍정적으로 이끌어줄 수 있는 것이 신체활동이라는 것을 알 수 있다.

최근 각 학교에서 학생들에게 다양한 학습 기회를 제공하고, 신체활동의 기회를 늘리기 위해 방과 후 스포츠 활동을 권장하고 있다(이재헌 2005). 하지만 중학생을 대상으로 한 방과 후 스포츠 활동 연구는 여가몰입 및 스포츠 가치관(심윤기, 2012), 신체적 자기개념(정상윤, 2009)과 정서(정상훈, 2009), 학교생활 만족도(김주호, 2010) 등 주기적으로 보고되고 있지만, 개인에게 가치가 있다고 생각되는 것에 대하여 목표에 도달하고자 하는 행동결정 인자로서 인간행동을 일으키도록 하는 내부적인 힘(김성배, 한상덕, 이상덕, 2009)을 의미하는 운동열정과 신체와 관련된 지각된 자신감으로서 개인의 인지된 신체능력과 신체적 자기표현과 자신감으로 구분되는(Ryckman, Robbin, Thornton, & Contrell, 1982) 신체적 자기 효능감을 매개로 학교생활만족에 미치는 영향을 보고한 연구는 이루어지지 않았다. 이에 본 연구는 청소년의 신체 활동 기회가 점점 줄어들고 있는 현 시점에서 중학생의 방과 후 스포츠 활동 참여가 신체적 자기 효능감과 운동열정, 학교생활만족에 미치는 영향에 대한 연구로 중학생들의 신체활동에 중요성을 재인식시킬 수 있는 기초 자료로 활용될 것으로 기대된다. 아울러 이러한 시도를 통해 확인된 결과를 방과 후 스포츠 활동 계획에 반영함으로서 모든 학생들이 흥미를 가지고 방과 후 스포츠 활동에 참여할 수 있도록 유도하여 학교생활 만족도를 높이는데 중요한 실증적 정보가 제공될 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

B. 연구의 목적

본 연구는 방과 후 활동 중학생을 대상으로 방과 후 활동 종류에 따른 신체적 자기 효능감과 학교생활만족도에 차이를 규명하고, 운동열정과 신체적 자기효능감이 학교생활만족도에 미치는 영향을 규명하여 중학생의 신체적 자기 효능감 및 학교생활만족도를 신장시키고 나아가 방과 후 활동 기획을 위한 기초 자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

C. 연구의 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1) 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정이 학교생활만족도에 유의한 영향을 미칠 것이다.
2) 방과 후 스포츠 활동 중학생의 신체적 자기효능감이 학교생활만족도에 유의한 영향을 미칠 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

D. 연구모형

본 연구의 연구 모형은 다음과 같이 배경변인, 독립변인, 종속변인으로 구분하였으며, 방과 후 스포츠 활동으로 인한 운동열정이 신체적 자기 효능감, 학교생활 만족도에 미치는 영향을 분석하기 위하여 <그림 1>과 같은 연구모형을 설정하였다.

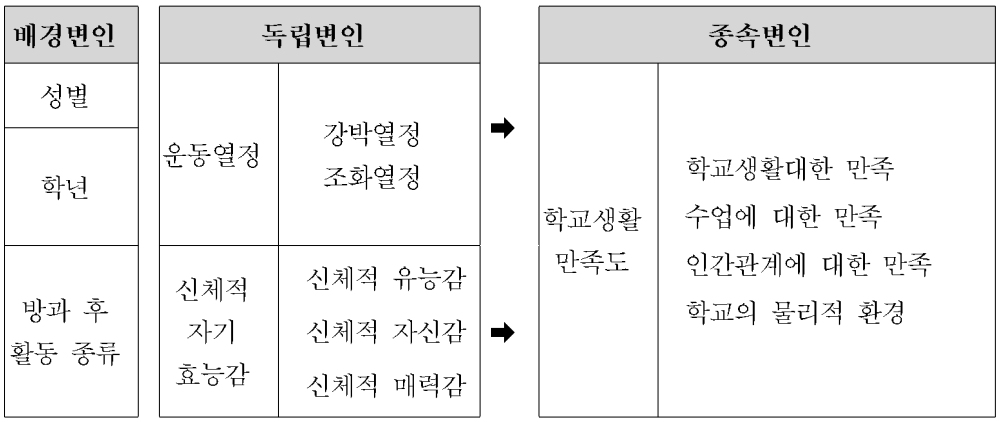

그림 1. 연구모형

E. 연구의 제한점

본 연구를 수행하는데 다음과 같은 제한점을 두었다.

1) 연구대상을 광주·전남지역으로 한정할 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅱ. 이론적 배경

A. 학교체육과 방과 후 스포츠 활동

학교체육은 신체활동과 함께 신체활동을 통하여 운동능력을 개발하고 건강을 증진시켜 풍요로운 삶을 향유할 수 있게 하며 체육문화를 계승, 발전시키는 교과이다. 또한 학생들의 성장발달을 촉진시키고, 체력을 육성하고 운동 및 건강에 대한 과학적 기초와 지식체계를 형성한다. 이러한 학교체육의 신체적 정신적 효과에도 불구하고 여러 가지 문제점 등으로 인해 학교체육의 역할이 축소되고 있는 것이 현실이며, 이러한 학교체육의 문제점이 무엇인지 되짚어 보고자 한다.

1. 학교 체육의 문제점

학교체육에 대해 김경숙 외(2001)는 단계적으로 제도화된 학교라는 범주 안에서 이루어지는 체육활동으로 계속적으로 행해지는 준비의 교육기능을 가지고 학생 개개인의 요구와 사회, 국가의 요구를 충족시키며, 학생들에게 제공한 체육문화의 유산과 전통을 유지하고 실천할 수 있는 기능을 가지고 있다고 하였다. 또한 잠재된 신체적 능력과 환경에 적응할 수 있는 능력을 개발하고, 사회성 함양 등의 정서를 순화하고 다양한 스포츠경험을 통해 참여의식을 고취함으로서 평생스포츠에 토대를 제공하는 역할을 담당한다.

현재 우리나라의 학교현장에서 이루어지고 있는 체육활동은 수업으로서의 정규과정과 엘리트체육, 방과 후 스포츠 활동, 스포츠 동아리 활동 등으로 구성되어 있다. 수업으로서의 정규과정은 일반학생을 대상으로 하며 다양한 신체활동을 통하여 학생 개개인의 움직임 욕구를 실현하고 운동을 수행하는

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

데 필요한 기능과 체력을 증진하며, 운동과 건강에 관한지식을 이해하여 사회적으로 바람직한 태도의 함양을 목표로 하고 있다(김경민, 2009). 그러나 많은 학교에서 체육교과과정을 축소시키고 있는 실정이며, 이러한 경향이 해가 갈수록 더욱 심해지고 있다는 것이다. 앞서 제시하였듯이 학교에서의 체육활동은 선택이 아닌 필수가 되어야 함에도 불구하고 국·영·수 수업에 편중된 교과과정으로 인해 많은 축소되고 있는 현실을 개선하여야 할 것이다.

2. 방과 후 스포츠 활동

학교에서 행해지는 체육 및 스포츠 활동은 정과 체육활동, 방과 후 스포츠 활동 그리고 엘리트 체육활동으로 구분하여 나눌 수 있다(김경민, 2009).

첫째, 교과과정의 체육활동은 정규 수업시간에 이루어지는 체육 활동

둘째, 방과 후 스포츠 활동은 정규 수업시간 외에 방과 후나 주말 혹은 수업이 없는 시간에 행해지는 체육활동

셋째, 엘리트 체육활동은 학교를 대표하는 운동선수들이 학교대항 시합에 출전하여 경기를 하거나 시합 출전을 위한 계획적 연습활동

방과 후 체육활동은 시간활용의 자유, 충분한 활동 기회 그리고 선택한 종목에 참여할 수 있기 때문에 정과 체육보다 자율적이고 독립성을 띠는 특징이 있는데 반해, 정규 체육활동은 시간의 제한성과 활동기회의 부족 그리고 이미 정해진 교과 내용의 학습 등으로 인하여 타율적이고 강제성을 띤다는 단점이 있다. 이러한 이유로 인해 많은 학교에서는 방과 후 스포츠 활동을 권장하고 있는데 서성혁(1991)은 방과 후 스포츠 활동을 운동기능의 수준은 그다지 중요하게 여기지 않고 정규 체육 시간에 익힌 학습내용을 실제로 시간의 제약이나 심리적인 부담감 없이 연습할 수 있는 기회가 되므로 학생들의 적극적인 참여를 유도할 수 있다는 장점이 있다고 하였다). 또한 장상윤(2009)은 방과 후나 주말을 활용함으로써 시간의 안일한 소비와 사회적 비행 등을 예방할 수 있고, 학생들은 신체·정서적 그리고 사회적 건강을 얻을

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

수 있다고 하였다. 이렇게 많은 장점을 가진 방과 후 스포츠 활동의 활용함으로써 정규교과정의 단점을 보완할 수 있어 학생들에게 신체활동을 제공한다고 점에서 권장되어야 할 것이다.

B. 신체적 자기 효능감

신체적 자아효능감의 사전적 의미로 신체적 수행에 있어 개인이 지각한 자신의 능력 수준을 의미하며, 그 하위 개념으로는 인지된 신체능력과 신체적 자기표현 자신감이 있다. 인지된 신체능력이란 신체적 수행과 관련된 기술과제를 수행할 수 있는 인지된 능력을 의미하고 신체적 자신감은 신체적 수행과 관련된 기술을 표현하고 다른 사람들의 평가를 받을 수 있는 자신감 수준을 의미한다(Ryckmanl et. al., 1982; 한하나, 2007 재인용).

1. 신체적 자기 효능감의 개념

신체적 자기효능감의 일반화된 개념은 마라톤, 체조 영역 등에서 연구되었으며 실험실 연구도 이루어졌다. 이러한 연구를 통해 신체적 자기효능감의 일반화된 개념은 다른 과제 특성 자기효능감 척도 보다 기술수행을 정확히 예측하지 못한다는 것이 밝혀졌다. 이들 연구는 Bandura의 주장에 따라 과제특성에 따른 자기효능감 척도를 개발하여 사용하였으며 운동선수들의 행동변화에 관한 자기효능감 이론을 정의할 수 있는 연구가 이루어졌으며, 이들 연구는 과제특성에 따른 자기효능감 척도를 사용하였다(Bandura, 1977; 이종원, 2002, 임종택, 2015 재인용). 과거 연구들을 살펴보면 이현진(1992)은 자기효능감 이론의 핵심은 동일한 조건일 경우 자기효능감이 높은 사람일수록, 즉 어떤 결과를 초래할 행동들을 성공적으로 수행할 자신이 많다고 생각하는 사

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

람일수록 그러한 활동을 시도할 가능성과 지속할 가능성이 많다고 하였으며, 배정숙(1998)은 자기효능감은 사회적 인지이론에서 파생된 것으로 개인이 어떤 과제를 수행할 수 있는 능력을 얼마나 행할 수 있느냐를 의미한다고 하였다.

이상의 연구들을 종합해보면, 자신의 신체능력을 높게 지각할수록 성공할 수 있다는 자신감이 높아지며 적극적으로 신체활동에 참여하는 것을 알 수 있다. 또한 신체활동에서 성공적인 경험을 많이 할수록 신체적 자아효능감은 높아진다는 것을 알 수 있다.

2. 신체적 자기 효능감과 학교생활과의 관계

이미 많은 선행연구에서 스포츠와 신체적 자기 효능감과의 관계를 보고하였다(김문영, 2011: 신정현, 2011: 김경민, 2009). 앞서 제시한 바와 같이 신체활동에서 성공적인 경험이 많을수록 신체적 자기 효능감이 높아진다는 사실로 비추어 볼 때 신체적 자기 효능감이 높을수록 학교생활만족 또한 높아질 것으로 추측된다. 신체적 자기효능감과 학교적응의 관계를 살펴보면, Bandura와 Schunk(1981)은 높은 자기효능감을 가진 학습자들이 학교에서 잘 적응한다고 지적하며 어려운 문제를 해결해야 할 때 높은 자기효능감을 지닌 학습자들은 낮은 자기효능감을 지닌 학습자들에 비해 더욱 적극적으로 상황에 적응하고, 오랫동안 문제에 매달리며, 높은 수행수준을 나타낸다고 보고했다. 전신옥(2008) 또한 신체적 자기 효능감이 높을수록 전반적인 학교생활만족에 긍정적 영향을 주고 있으며, 신체적 자기효능감을 높을 수 있는 스포츠 개발이 필요하다고 역설하였다. 이러한 연구들로 미뤄볼 때 운동을 통한 신체적 자기효능감의 개선은 곧 학교생활만족으로 이어지는 시너지 효과를 기대할 수 있을 것이다. 따라서 방과 후 스포츠 활동에서 학생들의 성격, 인체기능 등의 특성을 개발하기 위해서는 신체적 자아효능감을 높일 수 있는 방법을 모색하여야 할 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

C. 운동 열정

열정의 사전적 의미는 어떤 일에 열렬한 애정을 가지고 열중하는 마음을 의미하는데 이를 좀 더 현실적으로 접근하면 좋아하는 대상이나 활동을 향한 높은 수준의 접근경향성을 가지며 목표를 위해 시간과 노력을 기울이게 하는 것이다. 이를 운동에 접목하면 운동에 적극적으로 참여하며 구성원으로써 주어진 역할에 대해 충실히 이행하는 것으로 재해석 될 수 있다.

1. 운동열정의 개념

열정이란 개념은 임상심리영역에서 오랫동안 주목받지 못했으나(임낙철, 2008), 일부 심리학자들은 열정의 동기적 측면에 대해 관심을 가지게 되었다. 동기란 어떤 사람이 어떤 특정한 행동을 선택해서 지속적으로 계속하며, 선택한 행동을 잘 할 수 있게 하는 힘이다(Alderman, 1974). 즉 개인에게 가치가 있다고 생각되는 것에 대하여 목표에 도달하고자 하는 행동결정 인자로서 인간행동을 일으키도록 하는 내부적인 힘을 의미한다(김성배, 한상덕, 이상덕, 2009). Vallerand, et al.,(2003)는 사람들이 좋아하고 중요성을 발견하여 많은 시간과 에너지를 투자하는 활동에 대한 강력한 성향으로 열정을 정의하였으며, 무엇보다 열정은 추구하는 목표가 무엇이든 목표를 달성하게 만드는 강력한 동기를 제공함으로써 성취를 촉진시킨다(Peterson, Selingman, 2004). 또한 운동선수들에게서 열정은 경기력 향상과 관련성이 있는데(권성호, 2009, Williams Krane, 2001), 열정이 높은 선수일수록 경기에 대한 몰입도가 높아지고, 긍정적인 승부욕을 자극 시킬 수 있다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 운동열정의 구성요인

Vallerand et al.,(2003)은 인간의 열정적인 활동이 개인의 정체를 어떻게 내면화 시키는가와 관련된 이론 즉, 자기결정이론(self-determination theory)을 기반으로 열정 척도(Passion Scale)를 개발하였다. 이는 이원론적 개념으로 구성되어 있으며, 조화열정(Harmonious Passion)과 강박열정(Obsessive Passion)으로 구분하였다. 개념적으로 조화열정(Harmonious Passion)은 긍정적 심리상태를 의미하며, 강박열정(Obsessive Passion)은 부정적 심리상태를 의미한다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

a. 강박열정

강박열정은 활동참여의 경직성을 제공하여 과제에 대한 집중력을 방해하고 부정적인 심리적 종속감을 자아낼 가능성을 의미한다(강영국, 2010). 즉, 강박열정은 어떠한 활동에 대하여 개인이 느끼는 의무감 또는 내적 압박이나 조건화로 인하여 어쩔 수 없이 실행해야 하는 동기적 작용을 의미한다(Mageau et al., 2005).

Vallerand et al.,(2003)의 연구에 의하면 강박열정은 통제할 수 없는 흥분감 및 수용감 혹은 자존감과 같은 활동에 몰입함으로 인해 내적 심리상태 및 외적 상황에 대해 압력을 행사하며 개인을 통제하려고 강요하는 상황을 유발시킨다. 또한 자신이 참여하는 여러 활동들에 있어 갈등을 유발시키고 부적절하고 불편한 심리상태를 초래한다. 조화열정은 외부 대상에 과도한 심리적 집착을 보이지 않고 활동 대상의 중요성을 지각할 수 있으며 자연스런 방식으로 자신의 열정적 활동을 수용할 수 있게 한다.

또한 강박열정(obsessive passion)은 개인이 활동을 수행하도록 하는 내적 압력으로 강박열정을 가진 사람들은 유혹에 견디기 어려운 활동을 하도록 강한 심리적 압박과 강요를 경험한다. 또한 그들은 열정적 활동에 참여하는 것

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

에 대한 심리적 압박과 일상생활과 의무 사이에서 갈등하는 상황에 놓인다. 예를 들면, 목표에 대한 강한 열정을 지니고 있는 개인은 자신을 통제하는 내면적인 힘으로 인해 목표활동에 반드시 참여해야만 한다고 믿고 목표활동이 없는 자신의 삶은 상상조차 할 수 없으며 정서적으로 목표활동에 의존하기도 한다. 자신이 열정적으로 좋아하는 활동에 참여하는 그 자체가 자신의 통제권한 밖의 일이므로 좋아하는 활동에의 참여와 개인의 삶의 다른 측면 간에 갈등이 야기되기도 한다(Mageau et al., 2005 Wang & Chu, 2007). 목표활동에만 전념하는 경우 가족과 함께 하는 시간을 소홀히 하게 되는 등 삶의 다른 측면간의 갈등을 경험한다(김혜선, 2009).

b. 조화열정

조화열정은 열정적 활동을 자율적 방식으로 내면화하는 과정을 통해 자아정체감을 형성하는 것이다. 동기적 측면에서 조화열정은 개인에게 주어진 활동을 중요하게 인식하면서 아무런 조건과 내적인 집착을 보이지 않고 자유롭게 선택하고 수용하는 것으로 개인 활동에 대한 유연성을 제공하여 과제에 대한 집중과 긍정적 심리상태를 촉진시키는 동기적 작용을 한다(유진, 정꽃님, 2008).

Mageau et al.,(2005)에 의하면 조화열정은 외부 대상에 과도한 심리적 집착을 보이지 않고 활용 대상의 중요성을 지각할 수 있으며 자연스런 방식으로 자신의 열정적 활동을 수용할 수 있게 한다. 또한 개인에게 동기적 힘과 활력을 제공하며 개인적 활동을 어쩔 수 없이 수행하게 하는 것이 아니라 심리적 편안함 또는 자연스런 상태에서 스스로 선택할 수 있도록 한다. 조화로운 열정을 가진 사람들은 열정적인 활동과 통제의 조절이 가능하기 때문에 개인의 생활이나 의무와 조화를 이룬다. 조화열정을 지니고 있는 개인은 특정 활동에 반드시 참여해야만 한다고 느끼지 않으며 자신이 그 활동에 참여할 지의 여부를 스스로 결정한다. 이는 즉 자신이 좋아하는 활동에의 참여를 스스로 통제하는 것이라 할 수 있다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

D. 학교생활 만족

교육이 이루어지는 장을 크게 셋으로 구분된다. 첫째, 가정에서의 교육이며, 둘째, 학교에서의 교육, 셋째, 사회에서의 교육이다. 위 세 가지 교육은 각각 다른 특성을 가지고 있는데 그 중 학교에서 학생이 받는 영향을 통틀어 학교생활이라고 하고 학교에서의 수업, 인간관계, 물리적 만족, 전반적 만족 등을 학교생활만족이라고 한다.

1. 학교생활만족의 개념

학교생활은 가정생활과 사회생활의 종적·횡적 관계에 있다. 학생들은 교과활동, 특별활동, 기타 운동회, 소풍, 학생 자치회, 여행 등을 통하여 학교생활을 누릴 수 있다. Brookover(1975)는 '학생들의 사회적 구조를 검토하는데 있어서 학생들이 그들의 환경에서 느끼는 일반적인 만족감을 파악하는 것이 중요하다.'고 하였다. 그런 면에서 볼 때 학생에게 교육적으로 영향을 미치는 내·외적 조건이나 자극의 총합체인 학교 환경에 대해 느끼는 학생들의 만족감이 그들의 행동에 큰 영향을 미친다는 것에 이의를 제기할 사람은 없을 것이다. 따라서 청소년의 스포츠참여가 학생들의 학교생활만족에 어떤 영향을 미치는가를 파악하는 것은 학생들의 학교생활을 위해 중요하다고 볼 수 있다.

학교생활 속에서 학생과 교사의 관계, 학생 상호간의 관계가 있고 학급생활, 기숙사생활도 학교생활을 구성한다. 따라서 학교생활만족은 학생들이 학교생활에 어떻게 적응하느냐가 중요하다. 학교생활만족이라는 개념을 정리하면, 학생들이 교과활동, 특별활동, 기타 행사 등에서 자기 욕구를 합리적으로 해결하여 만족감을 느끼고 조화 있는 관계를 유지하며, 교사 및 학생들과의 관계가 잘 조화되어 만족스러운 상태에 있을 때를 말한다(교육학 대사전, 1995).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 학교생활만족의 구성

a. 학교생활 전반

학교생활만족에 관한 연구에서 대부분의 학자들이 '전반적인 학교생활'을 하나의 하위영역으로 설정한다. 이는 학교생활만족을 '자신의 학교경험에 대한 만족도의 인지적 및 정서적 평가'라고 정의할 때, 학교생활 즉, 교사, 친구, 환경 등의 요인뿐만 아니라 학교생활 전반에 대하여 느끼고 있는 감정이나 태도를 평가하는 것으로 학교생활만족이라 할 수 있다.

b. 수업

학교에서의 수업은 비중이 가장 큰 부분을 차지하며, 학교의 목적을 수업에 두는 것이 일반적이다. 교사의 수업방법, 학습시간, 교사의 공정성, 숙제 등을 중심으로 해서 학생들의 학교생활만족을 살펴보았을 때, 이러한 요인들이 부적당함, 불만족감, 지루함, 불공평함, 과중함과 관련이 있다고 나타났다(Jackson, 1968).

학교생활만족을 살펴 보기위해 수업에 대한 만족도를 측정하였을 때 시험을 보는 횟수, 클럽활동 부서, 시험에 대한 부담감, 수업시간의 만족, 숙제와 준비물의 양, 모든 교과의 흥미 정도 등의 수준이 높을수록 학교생활에 만족하고 있다고 하였다(임명숙, 1997). 또 수업시간의 흥미, 질문에 대한 부담감, 수업이해력, 수업태도, 준비물을 가져오지 않았을 때의 행동 등으로 구분하여 수업에 대한 만족도를 측정하기도 하였다(류동훈, 1999). 이처럼 수업에 대한 만족도는 청소년의 학교생활만족도를 측정하는데 중요한 요인이며 수업에 대한 만족도가 높을수록 학교생활을 만족하고 있다고 할 수 있다.

c. 인간관계

교사는 학생과 두 가지 측면에서 관계를 맺고 있다고 볼 수 있다. 첫째, 사회적, 심리적 욕구를 충족시킬 수 있는 개인적이고 자유로운 인간관계이며,

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

둘째, 학업의 목적을 효과적으로 달성하기 위한 작업을 중심으로 한 인간관계이다. 즉 교사와 학생의 관계는 공식적으로는 학습을 위한 관계지만 전자의 역할 또한 중요하다. 학교 내에서 또 다른 인간관계는 교우관계이다. 교우관계는 학교라는 작은 사회에서 동료 간의 중심적 사회관계로서 이돈희(1981)는 어린이와 청소년이 인간발달 과정에서 또래들과 가지게 되는 인간관계라고 정의했다. Hartup(1978)은 우정관계를 애정, 관심, 흥미 및 정보를 공유할 뿐만 아니라 타인과 접촉을 유지하는 이원적이고 독특한 애착관계라 했으며, 윤진(1984)은 각자의 개인적 특성과 수준에서 두 사람이 자발적으로 형성하는 비공식적이며 친밀한 관계로 정의함으로써 우정의 이원적 특성을 강조하고 있다.

학생들은 친구와의 관계를 통해서 대인관계를 학습하고 적대감정, 지배욕 등을 처리하는 방법을 배우며 권위자를 대하는 방식, 타인을 통솔하는 방법을 배운다. 또한 친구관계를 통해서 친구가 자기를 어떻게 보느냐를 알아차리고 자신에 대한 올바를 견해 즉 분명한 자기의식을 갖게 되는 것이다. 친구 관계가 중요한 이유는 이 외에도 보다 넓은 사회에서 살 수 있는 자질을 길러 주기 때문이다. 즉 사회적 지식을 넓혀주고 집단생활에서 주고받는 요령을 습득하게 되는 것이다(박용헌, 1986).

d. 물리적 환경

학교의 교육활동은 교사와 학생이라는 인적 요소의 기반 위에 성립된다. 그러나 학교교육의 성립은 인적 요소만으로 이루어질 수 없고 인적 요소와 더불어 물적 환경의 뒷받침이 반드시 전제되어야 한다. 이러한 물적 환경 즉, 교육시설이란 학교교육의 목표에 따른 교육적인 기능을 원활히 수행할 수 있도록 조성된 학교의 물리적 환경으로서 이는 단순히 학생을 수용하는 건축물만이 아니라 교지, 학교건물, 공작물, 설비, 교구 등이 여기에 포함된다(정봉도, 1994).

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅲ. 연구방법

본 연구에서는 방과 후 활동 중학생에 따른 운동열정, 신체적 자기 효능감과 학교생활만족의 관계를 규명하기 위한 연구대상, 연구절차, 조사도구, 조사방법, 지료처리방법 등 구체적인 연구방법은 다음과 같다.

A. 연구대상

본 연구는 대상자들은 2015년 광주·전남지역에 소재한 중학교에서 방과 후 활동을 실시하고 있는 300명을 대상으로 설문지를 작성하였으며, 그 중 설문지의 응답내용이 부실하거나 응답이 누락된 25개의 자료를 제외한 총 275명을 분석하였다. 배경변인에 대한 특성을 성별, 학년으로 구분하였으며, 구체적인 내용은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

특 성	집 단	사례 수(명)	비율(%)	합계(%)
성 별	남	156	56.7	275(100)
	여	119	43.3	
학 년	1학년	89	32.4	
	2학년	121	44.0	
	3학년	65	23.6	

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

B. 연구기간

본 연구의 구체적인 조사기간은 <표 2>와 같다.

표 2. 연구절차 및 기간

연구의 계획 및 주제선정	2015. 4. ~ 2015. 5.
문헌연구 및 선행조사	2015. 6. ~ 2015. 7.
자료처리 및 결과분석	2015. 8. ~ 2015. 10
논문작성	2015. 10. ~ 2015. 11

C. 조사도구

1. 설문지의 구성 및 내용

본 연구에서 사용된 설문지의 구성내용은 조사대상의 배경변인의 특성에 관한 항목 2문항, 운동열정에 대한 12문항, 자기효능감에 대한 13문항, 학교생활만족 20문항, 총 48문항으로 구성되어 있으며, 이와 관련한 구체적인 내용은 <표 3>과 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 3. 설문지 구성 및 내용

변 인	하위요인	문항번호	문항수
배 경	성별, 학년	1, 2	2
운동열정	강박열정	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
	조화열정	7, 8, 9, 10, 11, 12	6
신체적 자기 효능감	신체적 유능감	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	7
	신체적 자신감	8, 9, 10	3
	신체적 매력감	11, 12, 13	3
학생생활 만족감	학교생활 전반에 대한 만족	1, 2, 3, 4, 5	5
	수업에 대한 만족	6, 7, 8, 9, 10	5
	학생 간의 인간관계에 대한 만족	11, 12, 13, 14, 15	5
	학교의 물리적 환경	16, 17, 18, 19, 20	5
전 체			47

a. 배경변인

본 연구에서 배경변인은 성별, 학년 각 1문항씩 2문항을 측정문항으로 구성하였다. 성별은 남자, 여자로 구분하였으며, 학년은 1학년, 2학년, 3학년 구분하고 구분하였다.

b. 운동열정

열정척도(passion scale)는 Vallerand 등(2003)이 개발한 척도를 바탕으로 유진과 정꽃님(2008), 임낙철(2009) 등의 연구에서 사용된 척도를 참조

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

하였으며, 하위요인으로 강박열정 6문항, 조화열정 6문항, 총 12문항으로 구성되었다.

설문지의 응답 형태는 5점 Likert척도로 “아주 그렇다.”, 5점부터 “전혀 그렇지 않다” 1점까지로 부여하여 동의하는 정도가 높을수록 그 항목에 대한 가치를 중요시 하는 것을 의미한다.

c. 신체적 자기효능감

신체적 자아효능감의 측정 설문지는 Ryckman 등(1982)이 개발한 설문지를 홍선옥(1996)이 번안하여 사용한 척도를 이 연구 목적에 맞게 수정·보안하여 사용하였다. 신체적 자아효능감 척도는 신체적 유능감(7문항), 신체적 자신감(3문항), 신체적 매력감(3문항)의 3개 영역 총 13개 문항으로 구성하였다.

설문지의 응답 형태는 5점 Likert척도로 “아주 그렇다.”, 5점부터 “전혀 그렇지 않다” 1점까지로 부여하여 동의하는 정도가 높을수록 그 항목에 대한 가치를 중요시 하는 것을 의미한다.

d. 학교생활만족

학교생활 만족은 도상철(1982)이 고등학교 학생들의 학교에 대한 태도 검사로 연구에 이용했던 것을 김경문(2009)이 중학교에 맞도록 수정한 것을 사용하였다.. 구성내용은 학교생활 전반에 대한 만족, 수업에 대한 만족, 학생 간의 인간관계에 대한 만족, 학교의 물리적 환경에 대한 만족에 대한 만족으로 각각 5문항씩 총 20문항으로 구성되었으며, 설문지의 응답 형태는 5점 Likert척도로 “아주 그렇다.”, 5점부터 “전혀 그렇지 않다” 1점까지로 부여하여 동의하는 정도가 높을수록 그 항목에 대한 가치를 중요시 하는 것을 의미한다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 조사도구의 타당도 및 신뢰도

a. 운동열정에 대한 타당도 및 신뢰도 검증

운동열정 설문지의 수집된 자료의 탐색적 요인추출방법은 Varimax방식을 이용한 주성분분석을 통하여 분석하였다. 먼저 설문지 문항의 타당도를 검증하기 위하여 표본적합도 검증(KMO)과 고유치(Eigenvalue)가 1이상 되는 요인의 수에 의해 결정한 결과 2개의 요인으로 추출되었다. 그러나 조화열정 7번 문항이 다른 요인의 .4의 중복 적재치를 보여 삭제하였고, 2차 요인분석 결과, 2요인 11문항이 수용가능 한 수준으로 확인되었다.

<표 4>에서 보는 바와 같이 중학교 방과 후 참여자의 운동열정에 관한 하위요인으로 조화열정과 강박열정의 2개 요인으로 분류되었으며, 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성에서 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다(Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.798, Bartlett Test of Sphericity=745. 915, p<.000). KMO값은 요인분석 문항의 상관계수 크기를 비교하여 표본의 적절성을 결정하는 측정치이다. 범위는 0과 1사이인데 1에 가까울수록 바람직하고 .8이상이면 요인분석을 하기에 적합한 것으로 판단할 수 있다(노형진, 2005).

운동열정의 KMO값은 .798, 유의수준은 .001로써 변수의 설정이 접합한 것으로 확인되었다. 변인별 요인적재량은 .586에서 .814까지 나타나 모든 문항들이 .4의 기준치를 모두 상회하는 것으로 확인되었고, 전체 2요인의 설명량은 60.377%로 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 4. 운동열정의 탐색적 요인분석결과

문 항	요인1	요인2
	조화열정	강박열정
운동열정11	.814	
운동열정10	.793	
운동열정9	.754	
운동열정8	.711	
운동열정12	.697	
운동열정2		.803
운동열정1		.791
운동열정3		.755
운동열정5		.690
운동열정4		.631
운동열정6		.586
전 체	3.987	3.710
분 산%	31.476	28.901
누 적%	33.089	60.377
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.798		
Bartlett Test of Sphericity=745.915, df=291, Significance=.000		

표 5. 운동열정에 대한 신뢰도 분석

요 인		항목	Cronbach's α
운동열정	강박열정	1, 2, 3, 4, 5, 6	.812
	조화열정	8, 9, 10, 11, 12	.778

dCollection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

위의 표에서 보이는 바와 같이 강박열정(cronbach's α=.812), 조화열정(cronbach's α=.778)로 나타났다. 일반적으로 cronbach's α 계수가 .6이상이면 수용할 만한 것으로 여겨지므로 본 연구에서는 내적 일관성이 있는 것으로 확인되었다.

b. 신체적 자기 효능감에 대한 타당도 및 신뢰도 검증

신체적 자기 효능감 설문지의 수집된 자료의 탐색적 요인추출방법은 Varimax방식을 이용한 주성분분석을 통하여 분석하였다. 먼저 설문지 문항의 타당도를 검증하기 위하여 표본적합도 검증(KMO)과 고유치(Eigenvalue)가 1 이상 되는 요인의 수에 의해 결정한 결과 3개의 요인으로 추출되었다. 그러나 신체적 유능감 1번, 7번 문항이 다른 요인의 .4의 중복 적재치를 보여 삭제하였고, 2차 요인분석 결과, 3요인 11문항이 수용가능 한 수준으로 확인되었다.

<표 6>에서 보는 바와 같이 중학교 방과 후 참여자의 신체적 자기 효능감에 관한 하위요인으로 신체적 유능감, 신체적 자신감, 신체적 매력감, 총 3개 요인으로 분류되었으며, 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성에서 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다(Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.764, Bartlett Test of Sphericity=633.935, p<.000). KMO값은 요인분석 문항의 상관계수 크기를 비교하여 표본의 적절성을 결정하는 측정치이다. 범위는 0과 1사이인데 1에 가까울수록 바람직하고 .8이상이면 요인분석을 하기에 적합한 것으로 판단할 수 있다.

신체적 자기 효능감의 KMO값은 .764, 유의수준은 .001로써 변수의 설정이 접합한 것으로 확인되었다. 변인별 요인적재량은 .677에서 .834까지 나타나 모든 문항들이 .4의 기준치를 모두 상회하는 것으로 확인되었고, 전체 3요인의 설명량은 61.097%로 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 6. 신체적 자기 효능감의 탐색적 요인분석결과

문 항	요인1	요인2	요인3
	신체적 유능감	신체적 자신감	신체적 매력감
신체적 자기 효능감2	.813		
신체적 자기 효능감3	.808		
신체적 자기 효능감1	.756		
신체적 자기 효능감4	.712		
신체적 자기 효능감5	.629		
신체적 자기 효능감10		.834	
신체적 자기 효능감9		.791	
신체적 자기 효능감8		.668	
신체적 자기 효능감12			.761
신체적 자기 효능감11			.713
신체적 자기 효능감13			.677
전 체	4.192	2.098	1.976
분 산%	32.709	16.743	11.645
누 적%	32.709	49.452	61.097

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.764

Bartlett Test of Sphericity=633.935, df=254, Significance=.000

표 7. 신체적 자기 효능감에 대한 신뢰도 분석

요인		항목	Cronbach's α
신체적 자기 효능감	신체적 유능감	1, 2, 3, 4, 5	.864
	신체적 자신감	8, 9, 10	.764
	신체적 매력감	11, 12, 13	.611

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

위의 표에서 보이는 바와 같이 신체적 유능감(cronbach's α=.864), 신체적 자신감(cronbach's α=.764), 신체적 매력감(cronbach's α=.611)로 나타났다. 일반적으로 cronbach's α 계수가 .6이상이면 수용할 만한 것으로 여겨지므로 본 연구에서는 내적 일관성이 있는 것으로 확인되었다.

c. 학교 생활 만족감에 대한 타당도 및 신뢰도 검증

학교 생활 만족감 설문지의 수집된 자료의 탐색적 요인추출방법은 Varimax 방식을 이용한 주성분분석을 통하여 분석하였다. 먼저 설문지 문항의 타당도를 검증하기 위하여 표본적합도 검증(KMO)과 고유치(Eigenvalue)가 1이상 되는 요인의 수에 의해 결정한 결과 4개의 요인으로 추출되었다. 그러나 학생간의 인간관계 만족 11번, 학교의 물리적 환경 16번이 다른 요인의 .4의 중복적재치를 보여 삭제하였고, 2차 요인분석 결과, 4요인 18문항이 수용가능 한 수준으로 확인되었다.

<표 8>에서 보는 바와 같이 중학교 방과 후 참여자의 학교 생활만족에 관한 하위요인으로 학교생활 전반 만족, 수업 만족, 인간관계 만족, 물리적 만족, 총 4개 요인으로 분류되었으며, 변수들과 연구모형에 대한 요인분석을 수행한 결과, 타당성과 적절성에서 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다(Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.733, Bartlett Test of Sphericity=343.142, p< .000). KMO값은 요인분석 문항의 상관계수 크기를 비교하여 표본의 적절성을 결정하는 측정치이다. 범위는 0과 1사이인데 1에 가까울수록 바람직하고 .8이상이면 요인분석을 하기에 적합한 것으로 판단할 수 있다.

신체적 자기 효능감의 KMO값은 .733, 유의수준은 .001로써 변수의 설정이 접합한 것으로 확인되었다. 변인별 요인적재량은 .537에서 .813까지 나타나 모든 문항들이 .4의 기준치를 모두 상회하는 것으로 확인되었고, 전체 4요인의 설명량은 60.041%로 나타났다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 8. 학교생활 만족도의 탐색적 요인분석결과

문 항	요인1	요인2	요인3	요인4
	전반적 만족	수업만족	인간관계 만족	물리적 만족
학교생활 만족도2	.813			
학교생활 만족도1	.810			
학교생활 만족도3	.754			
학교생활 만족도4	.711			
학교생활 만족도5	.643			
학교생활 만족도9		.776		
학교생활 만족도10		.757		
학교생활 만족도6		.718		
학교생활 만족도7		.634		
학교생활 만족도8		.612		
학교생활 만족도15			.793	
학교생활 만족도14			.747	
학교생활 만족도12			.689	
학교생활 만족도13			.549	
학교생활 만족도17				.656
학교생활 만족도18				.611
학교생활 만족도20				.585
학교생활 만족도19				.537
전 체	3.121	3.304	2.082	2.477
분 산%	17.529	15.175	14.852	12.485
누 적%	17.529	32.704	47.556	60.041

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.733

Bartlett Test of Sphericity=343.142, df=219, Significance=.000

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

표 9. 학교생활 만족에 대한 신뢰도 분석

요 인		항목	Cronbach's α
학교생활 만족도	전반적 만족	1, 2, 3, 4, 5	.798
	수업 만족	6, 7, 8, 9, 10	.754
	인간관계 만족	12, 13, 14, 15	.711
	물리적 만족	17, 18, 19, 20	.649

위의 표에서 보이는 바와 같이 전반적 만족(cronbach's α=.798), 수업 만족(cronbach's α=.754), 인간관계만족(cronbach's α=.711), 물리적 만족(cronbach's α=.649)로 나타났다. 일반적으로 cronbach's α 계수가 .6 이상이면 수용할 만한 것으로 여겨지므로 본 연구에서는 내적 일관성이 있는 것으로 확인되었다.

D. 연구절차

본 연구의 조사는 연구자와 사전에 교육받은 연구보조자 2명이 광주 전남 지역에 중학교를 직접 방문하여 관계자(방과 후 지도자)에게 협조를 구한 후, 조사도구를 대상자에게 배부, 본 조사의 목적과 취지 그리고 각 검사문항에 대한 설명과 함께 진지하고 정확하게 응답해 줄 것을 당부하고 자기평가 기입법(self-administration method)으로 각 문항에 대하여 응답하도록 설명한 후 완성된 설문지는 즉시 회수하였다. 구체적인 연구절차는 <그림 2>과 같다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

그림 2. 연구절차

E. 자료처리

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 수집된 자료는 응답내용이 부실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료를 분석대상에서 제외시키고 분석 가능한 자료를 컴퓨터에 개별 입력시킨 후, SPSS/PC+ Version 20.0 for Windows 프로그램을 이용하여 자료 분석의 목적에 따라 구체적으로 다음과 같이 분석하였다.

1) 방과 후 활동 중학생의 일반적 특성을 살펴보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2) 조사도구의 구성타당도를 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 신뢰도를 검정하기 위하여 Cronbach' α계수를 이용한 신뢰도검사를 실시하였다.

3) 조사대상자의 운동열정과 신체적 자기 효능감에 따른 학교생활만족의 관계를 분석하기 위하여 Pearson's상관분석과 단계선택방식의 다중회귀분석을 실시하였다.

4) 모든 통계치의 유의수준은 α = .05 로 하였다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅳ. 연구 결과

A. 운동열정이 학교생활 만족에 미치는 영향

1. 각 하위요인 간 상관분석

방과 후 스포츠활동에 참여하는 중학생들의 운동열정과 학교생활 만족의 하위요인 간 상호 관련성을 알아보기 위하여 Pearson의 상관계수를 산출하였고, 결과는 <표 10>과 같다.

운동열정에 대한 상호계수는 r=-.519로 α=.01수준에서 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 학교생활 만족에 대한 상관계수는 전반에 대한 만족과 인간관계에서 r=.394(P<.01)로 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 본 연구에서 설정한 독립변수와 종속변수 간의 상관계수는 강박열정과 조화열정이 전반에 대한 만족과 각각 r=-.423, r=.354의 상관을 보였으며, 강박열정과 조화열정이 인간관계와 각각 r=-.493, r=.314의 상관을 보였다. 독립변수 간 상관계수는 다중공선성(multicollinearity) 기준인 .8보다 적은 것으로 확인되었기 때문에 다중회귀분석을 실시하였으며, 상관관계를 나타낸 전반에 대한 만족과 인간관계 만족을 종속변인으로 설정하였다.

표 10. 하위요인 간 상관관계 분석결과

	강박열정	조화열정	학교생활 전반에만족	수업만족	인간관계	물리적만족
강박열정	1	-.591**	-.432**	-.109	-.493**	.032
조화열정		1	.354**	.027	.314*	.122
전반에만족			1	.122	.394**	.054
수업만족				1	.146	.079
인간관계					1	.114
물리적만족						1

**p<.01, *p<.05,

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 운동열정이 학교생활 전반 만족에 미치는 영향

방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 운동열정이 학교생활 전반에 대한 만족에 영향을 미치는지 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 11>과 같이 나타났다. 우선 다중회귀분석을 실시함에 있어 변인들 간의 자기상관이 존재하는지의 여부를 확인하기 위하여 Durbin-Watson값을 확인한 결과, 1.418로 2에 근접하게 나타났기 때문에 독립변인간 자기상관의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

종속변수인 학교생활 전반에 대한 만족을 예측하기 위해 입력방법을 선택하였으며 그 결과, 운동열정의 2개의 하위요인 모두 영향 있는 변인으로 확인되었다 (R^2=.461, F=9.384, p<.01). 즉 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정은 학교생활 전반에 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

표 11. 학교생활 전반에 대한 만족도의 다중회귀분석 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	P
학교생활 전반에 대한 만족도	상수	1.490	.413		5.999	.001
	강박열정	-.232	-.091	.152	3.735	.004
	조화열정	.214	.064	.127	2.234	.019
R^2(adj. R^2)=.461(.034), F=9.384, P=.001 Durbin-Watson= 1.418						

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 운동열정이 인간관계 만족에 미치는 영향

방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 운동열정이 인간관계 만족에 영향을 미치는지 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 12>와 같다. 우선 다중회귀분석을 실시함에 있어 변인들 간의 자기상관이 존재하는지의 여부를 확인하기 위하여 Durbin-Watson값을 확인한 결과, 1.538로 2에 근접하게 나타났기 때문에 독립변인간 자기상관의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

종속변수인 인간관계 만족을 예측하기 위해 입력방법을 선택하였으며 그 결과, 운동열정의 2개의 하위요인 모두 영향 있는 변인으로 확인되었다(R^2=.562, F=43.945, p<.01). 즉 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정은 인간관계에 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

표 12. 인간관계 만족도의 다중회귀분석 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	P
인간관계 만족도	상수	1.773	.214		5.271	.001
	강박열정	-709	-.043	.658	4.549	.001
	조화열정	.324	.113	.294	2.903	.0.07
R^2(adj. R^2)=.562(.018), F=43,945 P=.001 Durbin-Watson= 1.538						

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

B. 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족에 미치는 영향

1. 각 하위요인 간 상관분석

방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 신체적 자기 효능감과 학교생활 만족의 하위요인 간 상호 관련성을 알아보기 위하여 Pearson의 상관계수를 산출하였고, 결과는 <표 13>과 같다.

신체적 자기 효능감에 대한 상호계수는 r=.320에서 r=.587로 α=.01수준에서 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 학교생활 만족에 대한 상관계수는 전반에 대한 만족과 수업만족, 인간관계에서 각각 r=.277(P<.05), r=.216(P<.05)로 상관이 있는 것으로 나타났으며, 인간관계와 물리적 만족에서 r=.224(P<.05)로 상관관계를 보였다. 또한 본 연구에서 설정한 독립변수와 종속변수 간의 상관계수는 유능감이 전반에 대한 만족과 인간관계에 각각 r=.413, r=.331로서 정(+)의 상관을 보였으며, 자신감이 전반에 대한 만족과 인간관계에 각각 r=.498, r=.421로서 정(+)의 상관을 보였다. 매력감은 전반에 대한 만족과 인간관계에 각각 r=.320, r=.284로서 정(+)의 상관을 보였다. 독립변수 간 상관계수는 다중공선성(multicollinearity) 기준인 .8보다 적은 것으로 확인되었기 때문에 다중회귀분석을 실시하였으며, 상관관계를 나타낸 전반에 대한 만족과 인간관계 만족을 종속변인으로 설정하였다.

표 13. 하위요인 간 상관관계 분석결과

	유능감	자신감	매력감	학교생활 전반에만족	수업만족	인간관계	물리적만족
유능감	1	.587**	.452**	.413**	.185	.331**	.076
자신감		1	.524**	.498**	.058	.421**	.103
매력감			1	.320**	.094	.284*	.045
전반에만족				1	.277*	.216*	.130
수업만족					1	.097	.064
인간관계						1	.224*
물리적만족							1

**p<.01, *p<.05,

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

2. 신체적 자기 효능감이 학교생활 전반 만족에 미치는 영향

방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 신체적 자기 효능감이 학교생활 전반에 대한 만족에 영향을 미치는지 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 14>과 같이 나타났다. 우선 다중회귀분석을 실시함에 있어 변인들 간의 자기상관이 존재하는지의 여부를 확인하기 위하여 Durbin-Watson값을 확인한 결과, 1.355로 2에 근접하게 나타났기 때문에 독립변인간 자기상관의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

종속변수인 학교생활 전반에 대한 만족을 예측하기 위해 입력방법을 선택하였으며 그 결과, 신체적 자기효능감의 3개의 하위요인 모두 영향 있는 변인으로 확인되었다(R^2=.487, F=14.093, p<.01). 즉 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감은 학교생활 전반에 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

표 14. 학교생활 전반에 대한 만족도의 다중회귀분석 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	P
학교생활 전반에 대한 만족도	상수	3.471	.532		6.583	.0001
	유능감	.205	.065	.236	5.493	.001
	자신감	.232	.034	.208	7.106	.001
	매력감	.196	.097	.123	3.143	.047

R^2(adj. R^2)=.487(.010), F=14.093, P=.001 Durbin-Watson= 1.355

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

3. 신체적 자기 효능감이 인간관계 만족에 미치는 영향

방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 신체적 자기 효능감이 인간관계 만족에 영향을 미치는지 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 15>와 같다. 우선 다중회귀분석을 실시함에 있어 변인들 간의 자기상관이 존재하는지의 여부를 확인하기 위하여 Durbin-Watson값을 확인한 결과, 1.783로 2에 근접하게 나타났기 때문에 독립변인간 자기상관의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

종속변수인 인간관계 만족을 예측하기 위해 입력방법을 선택하였으며 그 결과, 신체적 자기 효능감의 3개 하위요인 중 2개의 하위요인(유능감, 자신감)이 영향있는 변인으로 확인되었다(R^2=.586, F=37.810, p<.01). 즉 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감은 인간관계에 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

표 15. 인간관계 만족도의 다중회귀분석 결과

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	P
인간관계 만족도	상수	.981	.184		4.982	.001
	유능감	.126	.051	.125	2.743	.032
	자신감	.156	.057	.162	5.857	.001
	매력감	.074	.082	.072	1.039	.182
R^2(adj. R^2)=.586(.15), F=37.810, P=.001 Durbin-Watson= 1.783						

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅵ. 논 의

본 연구의 궁극적인 목적은 방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족도에 미치는 영향력을 규명하는데 있다. 이러한 목적을 달성하고자 광주·전남 소재 중학교 방과 후 스포츠 활동 참여자 300명을 연구대상자로 선정하였고, 수집된 자료는 제기된 연구문제를 토대로 분석되었으며, 의미 있는 결과를 도출하였다. 따라서 도출된 결과들을 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

A. 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정이 학교생활 만족에 미치는 영향

스포츠에서 열정은 승패를 좌우하는 매우 중요한 심리적 상태인데 이러한 심리적 변인을 학교생활 만족과 접목시켜 설명되어진다면 매우 흥미 있는 결과를 도출할 수 있을 것이다. 본 연구에서 운동열정과 학교생활만족은 유의한 상관관계가 존재하는 것으로 나타났다. 그러나 이와 같은 상관관계만으로는 변인들 간의 명확한 관계를 파악하기 어려우므로 본 연구가설을 중심으로 회귀분석을 실시하였다. 본 연구가설은 운동열정의 하위요인인 조화열정과 강박열정이 개인 활동에 대한 유연성을 제공하고 과제에 대한 집중과 긍정적 심리상태를 촉진시키는 동기적 작용으로 인해 학교생활 만족에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예측했다. 그 결과 운동열정이 학교생활 만족의 하위 변인 중 전반적 만족과 인간관계 만족에 영향을 주는 것으로 판명되었다.

조화열정을 가진 사람은 자기 정체감의 활동을 자율적으로 내면화하는 과정에서 발생하는 것으로서 개인이 주어진 활동을 중요하게 인식하는 심리적

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

상태를 의미하는데(강문영, 2011), 스포츠 참여자의 조화열정은 운동을 자발적으로 참여하는 즉, 자의적인 행동에서 나오기 때문에 이러한 부분이 전반적인 학교 생활만족에 영향을 미치는 것으로 사료된다. 이러한 결과는 김희중(2007)의 연구에서도 유추할 수 데 학생들의 긍정적 심리상태는 학교생활적응에 유의한 영향을 미친다고 하였으며, 체육뿐만 아니라 학교생활에서의 자발적 참여는 긍정적 심리 상태를 유도하고 이러한 변화는 전반적인 학교생활 만족에 영향을 미치는 것으로 보고하여 본 연구결과를 지지한다고 판단된다.

본 연구에서 운동열정은 학교생활 만족의 하위변인 중 인간관계에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 장선희(2013)는 체육수업에서의 학습열정이 사회심리적 웰빙과의 관계에서 체육수업에 대한 조화열정이 가족관계, 교사관계, 친구관계 등에 유의한 영향을 미친다고 하였으며, 강영국(2010)은 대학 운동선수의 열정이 학교생활의 하위요인인 인간관계에 영향을 미친다고 보고하였다. 이러한 결과는 단체 스포츠를 통해 팀웍이 형성되고 이러한 부분이 집단을 통한 사회성 형성에 영향을 미친 것으로 사료된다.

본 연구 결과의 특징적인 부분은 운동열정 간의 부적(-) 상관관계이다. 선행연구에서는 스포츠와 관련된 연구들이 꾸준히 이루어졌는데 조화열정과 강박열정이 정적(+)상관을 보였는데 최재남(2015)는 중학교 학교스포츠클럽 참가자의 운동열정 중 조화열정과 강박열정이 정(+)의 상관관계를 나타냈으며, 강문영(2011)은 체육 전공 여대생의 운동열정에 관한 연구에서 하위변인 간 정적 상관관계를 나타냈다고 하였다. 이러한 결과는 연구대상자의 따른 차이로 보여지며 강박열정은 운동에 대한 강한 열망을 포함하고 있는데 상대적으로 방과 후 스포츠 활동 참여자의 경우 경쟁을 통한 승부욕보다 신체활동에 초점을 맞추어 참여하기 때문으로 사료된다. 따라서 중학교 방과 후 스포츠 활동의 프로그램 구성 시 승부욕을 자극 시킬 수 있는 재미+경쟁을 포함하여야 할 것이다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

방과 후 다양한 스포츠 활동은 학생들의 만족도에 영향을 미칠 수도 있다. 따라서 방과 후 스포츠 활동의 참여률을 높이는 대처전략이 필요하고 관심을 가져야 하며 본 연구 결과를 바탕으로 향후, 체육교육 정책에 활용될 수 있을 것으로 기대해 본다.

B. 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족에 미치는 영향

운동의 심리적 효과는 행복감이나 즐거운 기분, 자신감 등 다양한 심리적 변인에 긍정적인 변화를 유도하며, 상대적으로 불안, 우울, 스트레스 등 부정적 요인을 감소시키는 것이며(김석일, 2004), 특히 자발적 스포츠 참여는 더 강한 관계를 보일 것으로 추측된다. 이러한 점에서 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 심리적 상태는 상대적으로 긍정적 측면이 강할 것이다. 이에 본 연구에서는 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향을 분석하였으며, 그 결과 신체적 자기 효능감과 학교생활만족은 유의한 상관관계가 존재하는 것으로 나타났다. 그러나 이와 같은 상관관계만으로는 변인들 간의 명확한 관계를 파악하기 어려우므로 본 연구가설을 중심으로 회귀분석을 실시하였다. 본 연구가설은 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 신체적 자기 효능감의 하위요인인 유능감과 자신감, 매력감이 어떤 결과를 초래할 행동들을 성공적으로 수행할 자신감으로 인해 학교생활 만족에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예측했다. 그 결과 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족의 하위 변인 중 전반적 만족과 인간관계 만족에 영향을 주는 것으로 판명되었다.

이러한 결과는 뉴스포츠 참여 중학생들의 신체적 자기 효능감이 학교생활에 만족에 유의한 영향을 미친다는 전신옥(2008)의 연구와 중학교 스포츠

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

클럽 참여 중학생의 신체적 자기 효능감과 학교생활만족(고보미, 2014), 방과 후 체육특기적성활동이 신체적 자기효능감과 학교생활만족에 미치는 영향을 보고한 신정현(2011)의 연구와 일치한다. 이명자(2005)에 의하면 청소년의 신체적 자기 효능감의 증진은 체육활동 수행능력에도 영향을 미친다고 보고하였는데 위와 같은 많은 연구에서와 같이 결국 운동을 통한 신체적 자기 효능감의 개선은 체육활동 수행능력을 향상 시키고 이는 학교생활만족으로 이어지는 시너지효과를 가져온다고 판단된다.

이는 과거 연구에서도 볼 수 있는데 홍선옥(1995)은 신체적 자기 효능감을 높이는 방법으로 스포츠를 제시하였으며, 신체활동은 신체에 대한 지각과 자신감을 증진시키며, 자신의 건강 및 행복감에 대한 긍정적 변화를 가져온다고 하였다(Gill, Kelly, William & Martin, 1994). 또한 이상희(2007)는 태권도 특기적성 교육집단과 비 교육집단의 신체적 자기 효능감에 대한 연구에서 참여집단의 신체적 자기 효능감이 높게 나타났다고 보고하였다. 이러한 부분을 종합적으로 해석해보면 신체적 자기 효능감이 높아지면 학교생활만족도에 상승효과가 있다는 의미를 내포하고 있고, 신체적 자기효능감을 높일 수 있는 방법으로 스포츠 활동이 추천된다면, 결국 학생들의 스포츠 활동이 학교생활만족에 긍정적으로 작용한다는 결과를 도출할 것이다. 특히 인관관계 만족에 높은 영향을 주었다는 것은 의미하는 바가 크다. 현대 사회는 핵가족화로 인해 자녀들의 개인주의 성향이 강해지고 있고 이로 인한 사회성은 낮아지고 있는 것이 현실이다. 이러한 시점에서 스포츠로 형성되는 인간관계 만족은 교우관계에의 원만한 의사소통과 서로의 배려심을 키울 수 있는 수단으로 활용될 수 있다고 판단된다. 하명남(2006)은 체육수업 특성에 따른 체육수업에 대한 만족도와 신체적 자기효능감의 비교연구에서 신체적 자기효능감과 체육수업 만족의 관계를 분석한 결과 신체적 자기효능감의 하위영역인 인지된 신체능력이 체육수업 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 학교현장에서 학생들에게 스포츠에 대한 인식을 높이고 다양한

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

프로그램들을 확대하여 자발적 참여를 유도해야 할 것이다. 또한 임현철(2002)의 연구에서 개인종목이 단체종목보다 학교생활만족에 긍정적인 것으로 나타나 방과 후 스포츠 활동 종목 선정에 이런 부분이 고려된다면 학생들의 학교생활만족을 높이는데 스포츠가 기여하는 부분이 높아질 것으로 사료된다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ⅶ. 결론 및 제언

A. 결 론

본 연구는 방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생들의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족에 어떠한 영향을 미치는지 규명하여 일선의 지도자에게 효율적인 수업 운영과 지도법의 지침을 제공하는데 목적을 두었다. 이를 위해 광주·전남 소재 중학교 300명을 대상으로 설문지를 배포하여 그 중 응답이 불성실한 25부를 제외한 275부를 연구 자료로 선정하였다. 수집된 자료는 SPSS 21.0 통계프로그램을 이용하여 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활 만족도에 미치는 영향을 상관분석과 다중회귀분석을 $p<.05$ 수준으로 설정하여 분석하였다. 그 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생의 운동열정은 학교생활만족에 영향을 준다.

강박열정이 학교생활 만족도 중에 전반적인 만족에 부(−)의 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 조화열정이 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 인간관계에서 또한 강박열정이 부(−)의 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 조화열정이 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

둘째, 방과 후 스포츠 활동에 참여하는 중학생의 신체적 자기 효능감은 학교생활만족에 영향을 준다.

유능감이 학교생활 만족도 중에 전반적인 만족에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 자신감 또한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 매력감에서도 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 유능감이 학교생활 만족도 중에 인간관계 만족에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 자신감 또한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 하지만 매력감

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

에서는 유의한 영향이 나타나지 않았다.

결론을 종합해 보면 방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감은 학교생활 만족에 긍정적으로 작용함을 알 수 있으며, 스포츠 활동이 운동열정과 신체적 자기 효능감을 증가시킨다고 연구를 통해 보았을 때 매우 의미가 있다는 것을 확인하였다.

B. 제 언

본 연구에서 얻은 결과와 진행하는 과정에서 발견된 문제점을 기초로 후속 연구에 대한 제언을 다음과 같이 제시하였다.

첫째, 본 연구는 특정지역에 한정하였기 때문에 보다 다양하고 많은 지역에서 조사되어 일반화할 수 있는 자료가 후속연구가 이뤄져야 될 것이다.

둘째, 운동열정이 수업만족과 물리적 만족에 영향을 미치지 않은 이유에 대해 보다 깊이 있는 연구가 필요하다.

셋째, 신체적 자기 효능감이 수업만족과 물리적 만족에 영향을 미치지 않은 이유에 대해 보다 깊이 있는 연구가 필요하다.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

참 고 문 헌

고보미(2014). 중학교 스포츠클럽 참여하는 중학생의 신체적 자기효능감 및 재미, 학교생활만족의 관계. 미간행 석사학위논문, 건국대학교 대학원.

교육부(1997). 초·중등학교 교육과정. 서울: 대한교과서.

강문영(2011). 체육전공 여대생의 운동열정에 따른 스트레스 강인성 및 심리적 행복감의 관계. 미간행 석사학위논문, 동덕여자대학교 대학원.

권성호(2009). 운동몰입의 구성개념과 척도개발. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원.

김경민(2009). 방과 후 스포츠활동 참여에 따른 남자 중학생의 신체적 자기개념과 학교생활만족. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 대학원.

김경숙 외(2001). 학교체육과 지역사회체육의 협력을 통한 아동 및 청소년 체육의 발전방안 모색을 위한 연구(1). 한국사회체육학회지, 15(1), 9-33.

김문명(2011). 학교스포츠클럽활동이 학생건강 체력, 신체적 자기개면 및 학교수업 태도에 및는 영향. 미간행 석사학위논문. 대구카톨릭 대학교 대학원.

김미자(2009). 일반계고등학생과 체육고등학생의 자아존중감 및 학교생활만족도 비교 연구. 미간행 석사학위논문. 강원대학교 대학원.

김석일(2004). 생활체육참여자의 목표성향에 따른 열정과 끈기. 한국스포츠심리학회지, 20(4), 61-76.

김성배, 한상덕, 이상덕(2009). 골프참가자의 참가동기와 참가정도에 따른 몰입경험 및 정신 건강의 인과적 관계. 한국사회체육학회지, 35, 1133-1142

김혜선(2009). 갬블링 열정척도를 통한 스포츠토토 이용객의 시장세분화

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

연구. 미간행 석사학위 논문, 경희대학교 대학원.

류동훈(1999). 초등학교 학생의 스포츠 활동 참여와 학교생활만족도. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 대학원.

배정숙(1998). 자아개념 및 자기효능감과 학업성적간의 관계. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.

신정현(2011). 방과 후 체육특기적성활동이 중·고등학생들의 신체적 자기효능감과 학교생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.

유진, 정꽃님(2008). 무용열정의 이원론적 모형 분석. 한국스포츠심리학회지, 19(1), 163-175.

윤흥한(2005). 청소년의 체육활동 참가와 학교생활 적응의 관계. 미간행 석사학위논문. 성균관대학교 교육대학원.

이명자(2005). 청소년의 체육목표성향, 귀인유형 및 신체적 자기효능감이 체육활동 수행에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 영남대학교 대학원.

이재관(1994). 청소년의 스포츠 참여와 스포츠 참여 장애. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 대학원.

이재관(1994). 청소년의 스포츠 참여와 스포츠 참여 장애. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 대학원.

이종원(2002). 운동기능이 신체적 자기효능감과 불안에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 대구교육대학교 교육대학원.

이현진(1992). 목표설정이 자기효능감 및 과제수행에 미치는 영향에 관한 실험연구. 미간행 석사학위논문. 상명여자대학교 대학원.

임낙철(2008). 지체장애선수의 정서, 열정, 시합전략. 한국스포츠심리학회, 20(4), 111-127.

임명숙(1997). 초등학생의 학교생활만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 한남대학교 교육대학원.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

임종택(2015). 중학생이 자각하는 운동 행동변화단계가 신체적 자기효능감 및 체육수업 만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 고려대학교 대학원.

임현철(2002). 중학생의 체육특기적성 교육활동 참가와 학교생활 적응과의 관계. 미간행 석사학위논문, 국민대학교 대학원.

장상윤(2009). 중학생의 방과 후 자율체육활동과 신체적 자기개념의 관계. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 교육대학원.

전신옥(2008). 뉴스포츠 참여 중학생들의 신체적 자기효능감과 체육수업 만족이 학교생활적응에 미치는 영향. 미간행 석사학위 논문. 용인대학교 대학원.

전환희(2013). 학교생활만족도가 학교폭력 경험유형과 학교폭력 태도에 미치는 영향. 미간행 석사학위 논문. 성균관대학교 대학원.

정상훈(2009). 중학생의 운동행동변화단계에 따른 신체적 자기개념과 체육수업 내적동기. 미간행 석사학위논문, 인하대학교 대학원.

중부일보 2012, '학교폭력 가해자 3년간 高절반줄고 中3배늘어', 2012년 07월 18일 검색
http://www.joongboo.com/news/articleView.html?idxno=798743

천경민(2008). 청소년의 운동행동 변화단계 운동 자기효능감 자율성과 생활만족도 분석. 한국체육학회지, 47(5). 299-308.

최재남(2015). 중학교 학교스포츠 클럽 참가자의 운동열정과 신체적 자기효능감이 학교생활만족에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 조선대학교 대학원.

하명남(2007). 체육수업 특성에 따른 체육수업에 대한 만족도와 신체적 자기효능감의 비교연구. 미간행 석사학위논문. 이화여자대학교 교육대학원.

한하나(2007). 중학생의 신체적 자아효능감이 체육수업태도 및 수업만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

홍선옥(1996). 운동 참여가 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향.미간행 박사학위논문. 부산대학교 대학원.

황준성(2014). 중학교 학교스포츠클럽 참여동기와 사회성 및 학교생활 만족도와의 관계. 미간행 석사학위 논문, 국민대학교 대학원.

Alderfer, C. P. (1972). Existance, relatedness and growth: Human needs in organizational settings. New York: Free Press.

Bandura. A.(1977). Self-efficacy; Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191-215.

Dishman, R. K.(1980). The influence of response distortion in assessing self-perceptioins of physical ability on attitude toward physical ability. Research Quarterlyf or exercise and sport, 51(2), 286-298.

Gill, D. L., Kelly, B. C., William, K., & Martin, J. J.(1994). The relationship of Self-efficacy andperceived well-being to physical activity andstair climbing in order adilts. Research Qoarterly for Exercise and Sport, 65(4), 1115.

Jackson, P. W. (1968). Life in Classrooms. New York: Holt, Reinhart and Winston.

Mageau, G. A., Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Ratelle, C. F. & Proven cher, P. J.(2005). Passion and Gambling: Investigating the Divergent Affective and Cognitive Consequences of Gambling. Journal of Applied Social Psychology, 35, 100-118.

Peterson, C., Seliman, M. E. P.(2004). Character stength and virtues : A handbook and classification, NY: Oxford Univercity Press. DC. American Psychological Association.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

Ryckman, R. M., Robbin, M. A., Thornton, B., & Contrell, P.(1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. Journal of Personality and Psycology, 42(5), 891-900.

Vallerand, R, J., Blanchard, C M., Mageau, G A., Koestner, R., Ratelle, C, F., Leonard, M., Gagne, M. & Marsolais, J. (2003). Les passion del'ame: On obsessive and harmonious passion. Journal of Personality andSocial Psychology, 85(4), 756-767.

Wang & Chu (2007). Harmonious Passion and Obsessive Passion in Playing Online Games. Social Behavior and Personality, 35, 997-1006.

Williams, J. & Krane, V.(2001). Psychological characteristic of peak performance. InJ. M. Williams.(EDs), Applied sport psychology Personal growth to peak performance. 4 th. 162-178.

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

<부록>

방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향

안녕하십니까?

바쁘신 가운데 소중한 시간을 내주셔서 대단히 감사합니다.

본 설문지는 「방과 후 스포츠 활동 참여 중학생의 운동열정과 신체적 자기 효능감이 학교생활만족에 미치는 영향」에 관해서 알아보기 위한 것입니다.

귀하의 의견을 통계법 제 8조 및 제 9조의 규정에 의하여 통계 목적으로만 사용할 것이며, 개인에 대한 사항은 절대 비밀을 보장하오니 느끼시는 대로 솔직하게 응답하여 주시면 감사하겠습니다.

2015년 8월

조선대학교 교육대학원 체육교육전공

연구자 양 순 원 올림

※ 다음의 문항들은 귀하의 개인적 특성을 알아보기 위한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으신 후 체크하여 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은? ① 남자 ② 여자
2. 귀하의 학년은? (　　학년)

dCollection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

※ (스포츠 활동을 하는 학생만 체크하세요)다음 질문은 운동열정에 관한 사항입니다. 각 질문 문항마다 귀하의 생각과 일치하는 항목의 번호에 "V" 표시 해 주십시오.

항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇다.	대체로 그렇다.	아주 그렇다.
1. 운동은 나에게 다양한 경험을 하게끔 해준다.	1	2	3	4	5
2. 운동에서 얻는 새로운 것들은 나에게 그 이상의 가치를 준다.	1	2	3	4	5
3. 운동은 나에게 기억에 남을만한 경험을 가져다준다.	1	2	3	4	5
4. 운동은 내가 나 자신을 좋아하도록 만든다.	1	2	3	4	5
5. 나의 삶에서 운동은 다른 활동과 조화를 이룬다.	1	2	3	4	5
6. 내게 운동은 하나의 열정이며, 나는 그 열정을 잘 통제 할 수 있다.	1	2	3	4	5
7. 나는 운동에 대한 충동이 매우 강하여 신체활동을 멈출 수 없다.	1	2	3	4	5
8. 운동이 없는 나의 삶을 상상하기 어렵다.	1	2	3	4	5
9. 나는 정서적으로 운동에 의존하고 있다.	1	2	3	4	5
10. 나는 운동에 대한 욕구를 통제하기 힘들다.	1	2	3	4	5
11. 나는 운동에 거의 사로잡혀 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

※ 다음 질문은 신체적 자기효능감에 관한 사항입니다. 각 질문 문항마다 귀하의 생각과 일치하는 항목의 번호에 "V" 표시 해 주십시오.

항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇다.	대체로 그렇다.	아주 그렇다.
1. 나는 신체 반사 능력(움직임)이 좋다	1	2	3	4	5
2. 나는 신체적 움직임이 둔한 편이다	1	2	3	4	5
3. 나의 목소리는 크고 좋은 편이다.	1	2	3	4	5
4. 나는 친구들과 잘 어울린다.	1	2	3	4	5
5. 나는 달리기에 자신이 없다.	1	2	3	4	5
6. 나는 체력이나 운동기술을 요구하는 활동을 할 때 자신이 없다.	1	2	3	4	5
7. 나는 이성과의 만남에서 당당하게 대한다.	1	2	3	4	5
8. 나는 나보다 몸매(체격)가 좋은 사람을 보면 부럽다.	1	2	3	4	5
9. 나는 운동에 자신이 없다.	1	2	3	4	5
10. 나는 나보다 잘 생긴(예쁜) 사람을 보면 부러워한다.	1	2	3	4	5
11. 나는 내 몸에 대해 다른 사람들이 어떻게 볼까 고민할 때가 있다.	1	2	3	4	5
12. 나는 몸이 빠르게 때문에 활동적인 운동을 잘 하는 편이다.	1	2	3	4	5
13. 나는 평소 신체적 움직임이 민첩해서 다른 사람들 보다 활동적인 것을 잘해 왔다	1	2	3	4	5

Collection @ chosun

조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

※ 다음 질문은 학교생활 만족에 관한 사항입니다. 각 질문 문항마다 귀하의 생각과 일치하는 항목의 번호에 "V" 표시 해 주십시오.

항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇다.	대체로 그렇다.	아주 그렇다.
1. 학교생활을 즐겁게 느낀다.	1	2	3	4	5
2. 수업시간 즐겁고 부담 없이 느낀다.	1	2	3	4	5
3. 선생님을 길에서 만나면 반가워서 달려가 인사한다.	1	2	3	4	5
4. 우리 반에 소속 된 것을 만족한다.	1	2	3	4	5
5. 교실은 공부할 조건과 시설을 잘 갖추고 있다.	1	2	3	4	5
6. 우리 학교에 다니게 된 것을 만족한다.	1	2	3	4	5
7. 학교생활이 자유롭게 느껴진다.	1	2	3	4	5
8. 학교에 있는 시간이 지루고 짜증난다.	1	2	3	4	5
9. 수업시간에 이해 못하고 지나가는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
10. 학교에서 배우는 내용이 유익하다고 생각한다.	1	2	3	4	5
11. 나를 이해하고 알아주시는 선생님이 계시다.	1	2	3	4	5
12. 선생님이 나를 귀엽게 여기신다고 느낀다.	1	2	3	4	5
13. 학교에서 반 친구들과 잘 어울려 생활한다.	1	2	3	4	5
14. 학교에서 나의 장점을 표현할 기회가 많다.	1	2	3	4	5
15. 교실환경과 구조에 대해 불편을 느낀다.	1	2	3	4	5
16. 우리학교 주위환경에 대해 만족한다.	1	2	3	4	5
17. 특별활동에 참가하는 것이 즐겁다.	1	2	3	4	5
18. 특별활동은 나의 적성에 맞는다.	1	2	3	4	5
19. 학교에 오면 피곤한 줄 모르고 시간이 잘 간다.	1	2	3	4	5
20. 학교는 질서와 규범만을 너무 강조한다.	1	2	3	4	5

Collection @ chosun