

# 대학생들의 성별과 학년에 따른 대학교양체육활동 수행 인식력 차이

손 원 호\* / 양 재 영\*\*

본 연구는 대학교양체육수업에서 학생들의 성별과 학년 특성에 따라 긍정적 수행에 영향을 미칠 수 있는 심리 및 인지적 요인(동기, 자기효능감, 기대가치 요인) 인식에 대한 차이를 분석하는데 있다. 참여자들은 경기도에 소재한 2개 대학에서 대학교양체육수업에 참여한 330명의 학생들을 포함한다. 참여자들은 한 학기 동안 농구, 수영, 골프, 요가, 필라테스, 호신술 등의 수업에 한 학기 동안 참여하였고 학기 말 3개의 설문 자료에 응답하였다. MANOVA와 ANOVA를 통한 분석 결과에서 성별에 따른 동기(내적동기, 확인적동기), 자기효능감 그리고 기대가치 요인(흥미, 중요성) 인식에서 만이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 즉 남학생들이 여학생들에 비해 상대적으로 대학교양체육활동에서 자발적인 동기 수준과 자신감이 높은 것으로 나타났으며 아울러 활동에 관심과 즐거움 그리고 활동이 자신의 삶에 중요한 영향을 미칠 수 있다는 인식이 높다는 것을 설명하였다. 이러한 결과는 대학교양체육수업 교수자들에게 다음과 같은 시사점을 제공한다. 첫째, 여학생들이 교양체육활동에 대한 자발적이고 능동적인 참여가 높아지도록 새롭고 흥미로운 활동을 구성하고 다양한 교수법을 사용하는 것이 필요하다. 둘째, 수업에서 여학생들과 상호작용 시 운동 수준을 고려하여 세심하고 친근한 언행 및 긍정적 피드백과 강화 전략을 사용하는 것이 필요하다. 셋째, 여학생들에게 지속적으로 체육활동의 중요성과 체육활동이 학생의 개별적 수준에서 기여할 수 있는 유익한 가치를 설명하고 강화하는 것이 필요하다.

주제어 \_ 체육, 동기, 자기효능감, 기대가치, 여학생

\* 단국대학교 생활체육학과 조교수(제1저자)

\*\* 성균관대학교 스포츠과학과 초빙교수(교신저자)

# Difference in Performance Perceptions According to Genders and Grade Levels of Students in University Physical Education Activities

Won Ho Son\* / Jae Young Yang\*\*

---

The purpose of this study is to analyze the differences in perception of psychological and cognitive factors (motivation, self-efficacy, and expectancy-value factors) that can affect positive performance according to students' gender and grade characteristics in university physical education classes. Participants included 330 students who participated in university physical education classes at two universities located on Gyeonggi province in South Korea. Participants took part in classes such as basketball, swimming, golf, yoga, pilates, and self-defense for one semester, and responded to three questionnaires at the end of the semester. In the results of MANOVA and ANOVA, there were statistically significant differences in the perceptions of motivation (intrinsic and identified motivations), self-efficacy, and expectancy-value (interest and importance) factors according to only the students' gender. In other words, it was found that male students had relatively higher levels of autonomous motivation, self-efficacy, interest, and importance in university physical education activities than female students. These results provide the following implications for university physical educators. First, it is necessary to organize new and interesting activities and use various teaching methods so that female students can increase their voluntary and active participation in the class activities. Second, when interacting with female students in class, it is necessary to use careful and friendly words and actions as well as positive feedback and reinforcement strategies in consideration of their motor level. Third, it is essential to continuously explain and reinforce the importance of physical activity and the beneficial value that physical activity can contribute to female students at the individual level.

**Key words** \_ Physical Education, Motivation, Self-Efficacy, Expectancy-Value, Female Students

---

\* Assistant Professor Dept. of Recreation and Leisure Sports, Dankook University(First Author)

\*\* Visiting Professor, Sport Science of College, Sungkyunkwan University(Corresponding Author)

# I. 서론

대학교양체육은 현대사회의 시대적 요구에 따라 창의적이고 융합적인 사고, 지적체를 기르기 위한 자질, 공동체 의식, 합리적인 소양 등 개인적 발달과 사회적 역량을 배양시키는데 있어 중요한 역할을 한다고 바라볼 수 있다(양재영, 2020). 특히 대학교양체육은 신체활동을 기반으로 교육과정이 전개되기에 여러 스포츠 종목의 경험, 건강 및 체력 향상, 그와 관련된 다양한 지식과 올바른 실천, 그리고 사회성 등 삶의 질 향상과 직결된 측면에서 그 중요성이 보다 부각된다고 설명할 수 있다(손원호·양재영, 2022). 더 나아가 이러한 대학교양체육 활동에 대한 긍정적 인식과 경험을 통해 지속적인 체육활동 참여로 연계되는 평생체육 활성화 측면에서도 대학교양체육의 역할은 상당하다고 평가할 수 있다(손원호·양재영, 2022).

하지만 이러한 교육적 역할에도 불구하고 현재 국내 각 대학에서 학제 편성의 변화와 예산에 따른 교원 수 확보 등의 구조조정으로 인해 대학교양체육 과목 수와 편성은 전반적으로 줄어드는 추세를 보이고 있는 것으로 나타났다(임기태, 2022). 따라서 앞서 언급된 바와 같이 대학교육에 있어 중추적 역할을 담당하고 있는 교양체육이 그 지위를 유지하며 활성화 측면에서 바람직하게 변화하기 위해서는 그 교육적 역할에 대한 올바른 탐색이 필요하다고 바라볼 수 있다. 즉 대학교양체육에 참여하는 학생들이 실제 수업에서 어떤 것을 그리고 왜 중요하게 인식하고 있는지를 정확하고 구체적으로 파악하는 것은 온당한 변화와 발전의 측면 그리고 그 교육적 역할에 대한 의미 탐색에 있어 긴요하다고 설명할 수 있다.

이러한 측면에서 체육학 연구자들은 체육활동에 대한 학생들의 긍정적 인식 및 참여와 지속을 결정하는 요인으로 교수자의 지도법, 감정, 태도, 그리고 활동에 대한 경험 등이 의미 있게 작용할 수 있음을 입증하였다(Xiang et al., 2017; Yang, 2020). 이에 대한 선행연구를 살펴보면 정승훈 외(2022)는 대학교양체육 교수자의 지도 전문성이 학생들의 긍정적 감정, 태도 및 운동지속에 미치는 영향을 조사하였고 결과에서 교수자의 실기 지식, 지도기술 및 학생관리 등의 역할이 수업에 대한 긍정적 감정 및 태도 형성과 학교 내·외에서의 운동참여에 긍정적 영향력을 발휘하는 것으로 확인되었다. 또한 오승현(2022)은 대학생들의 교양체육수업 참여 경험을 질적 연구방법으로 분석하였고 그에 따른 결과에서 교양체육수업의 긍정적 경험은 운동기능발달과 체력 향상 뿐만 아니라 인격적이고 개인적 성장에 있어 의미 있는 역할을 했으며 더 나아가 이는 평생체육으로 발돋움하는데 있어 매개 역할로 작용할 수 있음을 설명해 주었다. 비슷한 맥락에서 임봉우(2018)는 대학교양체육 수업을 통해 체육활동이 학생들 자신의 삶에 있어 어떠한 의미로 기능할 수 있는가에 대한 심층면담 조사를 실시하였고 그 결과에서 학생들은 교양체육활동 학습을 통해 여가생활을 보다 즐겁고 의미 있게 보낼 수 있는 기제가 활성화될 수

있으며 또한 사회생활에 있어 적극적이고 긍정적인 태도 형성과 삶의 질을 높일 수 있는 수단으로 작용할 수 있음을 밝혀주었다.

위 선행연구들은 대학교양체육활동에 대한 학생 인식을 통해 활동의 기능적 의미와 역할에 대해 의미 있는 시사점을 제공해 주었다고 판단할 수 있다. 하지만 학생들이 대학교양체육수업 환경을 토대로 자신의 활동 수행과 관련하여 인식한 참여이유(동기), 자신의 수행 능력 인식(자기효능감), 활동에 대한 흥미, 중요성, 활용성 등과 같이 좋은 수행과 지속적인 참여 결정에 보다 큰 영향력을 발휘할 수 있고 내면적 경험에 대한 구체적인 정보를 제공할 수 있는 변인들에 대한 조사는 세부적 수준에서 의미 있게 다루어지지 않았다고 바라볼 수 있다. 그러한 측면에서 선행연구를 통해 밝혀진 그와 같은 변인들의 의미와 역할을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

동기는 체육교육환경에서 학습 및 수행을 예측하는 매우 유의미한 요인으로 다루어져 왔고 실제 그 영향력 측면에서도 상당한 효과가 있는 것으로 밝혀졌다(양재영, 2015). 특히 자기결정동기(Ryan·Deci, 2000)는 체육교육을 비롯한 여러 분야에서 다루어져 왔으며 다양한 학습자 수준 및 환경에서 그를 내면화한 효과와 관련된 영향력을 증명하였다. 자기결정동기는 자기결정화 되는 정도에 따라 세분화된 수준에서 네 유형의 동기로 구분되어질 수 있다. 자기결정성이 가장 높은 동기는 내적조절동기(Intrinsic regulation of motivation)로 어떤 활동에 대한 참여 이유가 활동 참여 그 자체에 대한 관심, 흥미, 즐거움, 만족 등으로 결정지어 진다고 설명할 수 있다. 다음으로 자기결정성이 높은 동기는 확인적조절동기(Identified regulation of motivation)로 어떤 활동 참여에 대한 이유가 개인적 목표 또는 이득을 취하기 위해 참여하는 상태를 의미한다. 일례로 신체적 건강을 위해 방과 후 체육활동에 참여하게 되는 상태로 설명할 수 있다. 이어서 자기결정성이 다소 높은 동기로 설명되는 부과된조절동기(Introjected regulation of motivation)는 어떤 활동에 대한 참여 이유가 타인에 대해 개인이 갖는 죄책감이나 미안함 또는 자존심 등의 이유로 활동에 참여하게 되는 상태를 가리킨다. 끝으로 자기결정성이 가장 낮은 동기인 외적조절동기(External regulation of motivation)는 어떤 활동에 참여하는 이유가 외부로부터 오는 칭찬이나 보상을 얻기 위함이나 또는 비난 및 질책 등을 피하기 위해 참여하게 되는 상태로 정의된다(Ryan·Deci, 2000). 체육교육환경에 기초한 선행연구에 따르면 자기결정성이 높은 동기는 낮은 동기 보다 학습에 대한 긍정적 결과를 도출할 수 있는 개연성이 높다고 주장한다(양재영, 2019).

자신의 수행에 대한 긍정적 믿음 또는 신념과 관련된 자기효능감은 자신에게 부여된 과제를 성공적으로 해낼 수 있다는 자기 자신의 능력과 밀접하게 연관된다고 정의할 수 있다(최진훈·양재영, 2019). 또한 수행 활동에 대한 과거 수행 경험이나 경력 그리고 개인적 목표 등에 의해 영향을 받는 특성을 갖는다고 설명할 수 있다(최진훈 외, 2018). 더 나아가 자기효능감은 자신의 수행이나 능력에 대한 상대

적 인식보다는 절대적 개념 및 역량으로 해석된다고 평가할 수 있다. 체육교육환경에서 수행된 선행연구들에 따르면 활동 수행에 대한 학습자의 자기효능감이 높을수록 긍정적인 학습 결과와 비례하는 경향성을 나타낸다고 보고되었다(최진훈 외, 2018; Su, 2014).

체육활동에 대해 학습자들이 갖는 흥미, 중요성, 및 유용성은 기대가치이론에서 설명하는 요인으로 참여하는 활동에 대한 효과성과 지속성은 활동 목표와 연관하여 부여하는 가치와 밀접하게 관련된다는 점으로 그 의미를 풀이한다(Wigfield·Eccles, 2000). 즉 어떤 활동의 참여에 있어 활동 수행에 대한 흥미(내재가치), 중요성(달성가치), 유용성(효용가치) 등의 요인에 대한 인식 수준이 높으면 긍정적인 학습태도와 결과를 도출할 가능성이 높음을 의미한다고 설명할 수 있다. 체육교육환경에서 기대가치이론의 요인들을 기초로 수행한 선행연구에 따르면 그 인식 수준이 높을수록 과제 수행력 및 지속력 측면에 있어 긍정적 효과를 얻을 확률이 제고될 수 있음을 증명하였다(최진훈 외, 2018).

현재까지 체육교육환경에서 앞서 설명한 자기결정동기, 자기효능감, 체육활동에 대한 흥미, 중요성, 유용성 등을 토대로 학습자 수행에 대한 인식을 조사한 연구는 매우 제한적 수준에 머물러 있다고 파악할 수 있다. 더 나아가 체육활동의 특성 상 남학생과 여학생 그리고 학년수준에 따라 수행력에 있어 차이를 드러낼 수 있는 위와 같은 요인을 변인으로 그 인식 결과를 도출한 연구는 거의 찾아볼 수 없다고 바라볼 수 있다. 특히 대학교양체육환경에서 성별과 학년 특성을 바탕으로 학생들의 체육활동 학습 및 수행력과 관련된 그러한 인식을 조사한 연구는 전무하다고 평가할 수 있다. 따라서 본 연구는 대학교양체육활동에서 학생들의 성별 및 학년 수준에 따라 원활한 수행을 위한 학습과 수행 인식력에 어떠한 차이가 존재하는지를 밝히는데 연구 목적을 둔다. 이러한 조사는 학생들의 사회적 특성에 따라 대학교양체육을 어떻게 내면화하여 추구하며 또한 그러한 인식이 실제 학습과 수행에 어떠한 영향력을 발휘하는지를 밝히는데 있어 의미 있는 정보를 제공해 줄 수 있을 것이다. 즉 이러한 정보는 대학교양체육교수자들에게 학생들의 사회적 특성에 따른 바람직한 교수활동과 전략 제공에 기여해 줄 수 있으며 이는 결국 학생들의 효과적이고 효율적인 학습 활동 전개와 교양체육활동 재참여 및 지속적인 체육활동 추구에 상당한 도움을 줄 수 있을 것이다. 따라서 그에 따른 구체적인 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 대학교양체육수업에서 학생들의 성별에 따라 자기결정동기, 자기효능감, 및 기대가치 요인(흥미, 중요성, 유용성)에 어떠한 인식 차이가 있을 것인가? 둘째, 대학교양체육수업에서 학생들의 학년 수준에 따라 자기결정동기, 자기효능감, 및 기대가치 요인(흥미, 중요성, 유용성)에 어떠한 인식 차이가 있을 것인가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상자

본 연구 대상자는 경기도에 위치한 2개의 대학에서 2022년 2학기 교양체육수업에 참여한 330명의 학생들을 포함한다. 연구 대상자는 한 학기 동안 농구, 수영, 골프, 요

〈표 1〉 연구참여자들의 인구사회학적 특성

구분		인원수	백분율(%)	평균 나이
학년	1	151	45.7	22.8
	2	92	27.8	
	3	53	16.1	
	4	34	10.4	
성별	남	205	62.1	
	여	125	37.9	
수업	농구	55	16.7	
	수영	77	23.4	
	골프	62	18.7	
	요가	38	11.5	
	필라테스	31	9.4	
	호신술	67	20.3	
총합		330	100%	

가, 필라테스, 호신술 등의 수업에 한 학기 동안 참여하였다. 인구사회학적 특성에서 성별은 남학생 205명, 여학생 125명 이었고, 학년 수준에서 1학년은 151명, 2학년은 92명, 3학년은 53명, 4학년은 34명 이었다. 연구에 참여한 학생들은 한 학기 말에 설문지를 작성하였고 설문자료 수집은 편의표본추출법(Convenience sampling)을 사용하여 이루어졌다(표1).

### 2. 연구도구

#### 1) 동기

학생들이 교양체육수업 동안에 인식한 동기는 Markland·Tobin(2004)에 의해 개발된 설문지를 본

연구대상 및 환경에 부합하도록 수정하여 사용하였다. 설문 원본은 내적동기(4문항), 확인적조절동기(4문항), 부과된조절동기(3문항), 외적동기(4문항), 무동기(4문항) 등의 5구인을 포함한 총 19문항으로 구성되었다. 본 연구는 연구 목적에 부합하도록 무동기를 제외한 4개의 구인을 사용하였다. 설문내용은 “내가 교양체육활동에 참여하는 이유는...” 이라는 전제조건을 포함한다. 내적동기 문항의 예는 “즐거워서,” 확인적조절동기 문항의 예는 “건강상 이득을 얻을 수 있어서,” 부과된조절동기 문항의 예는 “참여하지 않으면 교수자에 대해 미안함이 들어서,” 외적동기 문항의 예는 “주변 사람들(친구나 동료)이 참여해야함을 강조해서” 등으로 표기되었다. 각 문항에 대한 반응은 “1=매우 그렇지 않다”로부터 “5=매우 그렇다”에 기입하는 5 Likert 표기 방식을 사용하여 측정되었다. 설문지에 대한 타당도와 신뢰도는 본 연구와 유사한 대상자 및 환경 조건에서 수행한 양재영과 김하영(2016)의 연구에 의해 증명되었다.

## 2) 자기효능감

학생들이 교양체육활동에서 자신의 수행에 대해 인식한 자기효능감은 Gao et al. (2008)에 의해 개발된 설문지를 본 연구 대상자 및 환경에 따라 수정과 보완절차를 거쳐 사용하였다. 설문은 총 3개의 문항을 포함하며 문항의 예는 “나는 교양체육활동에서 운동기술을 잘 학습할 자신이 있다”로 표현되었다. 각 설문의 문항은 1=(매우 그렇지 않다)에서 부터 5=(매우 그렇다)에 기재하는 5점 척도 방식을 사용하여 측정되었다. 설문지에 대한 신뢰도와 타당도는 최진훈과 양재영(2019)이 본 연구 환경 및 대상자와 흡사한 조건에서 수행한 연구에 의해 입증되었다.

## 3) 체육활동에 대한 흥미, 중요성, 유용성

학생들이 교양체육활동 동안에 인식한 활동에 대한 흥미, 중요성, 유용성 등에 대한 활동 가치 인식은 Eccles·Wigfield(1995)이 개발한 설문지를 본 연구 대상자와 환경에 적합하도록 수정 및 보완하여 사용하였다. 설문 문항은 흥미(2문항), 중요성(2문항), 유용성(2문항)을 포함한 총 6문항으로 구성되어졌다. 각 문항에 대한 반응은 “교양체육에서 학습하는 활동은...”이라는 전제조건을 포함한다. 흥미 문항의 예는 1=“매우 흥미롭지 않다”로 부터 5=“매우 흥미롭다,”로 표기되었고, 중요성 문항의 예는 1=“매우 중요치 않다”에서 5=“매우 중요하다,” 그리고 유용성 문항의 예는 1=“매우 쓸만한 가치가 없다”로 부터 5=“매우 쓸만한 가치가 있다”로 표현되었다. 각 설문 문항은 5점 척도 표기 방식을 사용하여 참여자들로부터 반응을 구하였다. 설문지에 대한 타당도와 신뢰도는 최진훈 외(2018)이 본 연구 대상자 및 교육환경과 유사한 조건에서 수행한 연구에 의해 증명되었다.

### 3. 자료수집

설문자료를 수집하기 전 연구자는 각 대학의 교양체육 교수자들과 접촉을 실시하였고 자료 수집에 관련된 자발적 동의를 구하였다. 설문자료의 수집은 한 학기 교양체육수업의 기말 평가가 시행되었던 날 이루어졌으며 설문자료 배포 전 연구 참여자들에게 연구목적, 내용 그리고 활용에 대한 자세한 설명을 실시하였다. 아울러 연구는 자발적인 참여에 의해 수행되는 것을 원칙으로 하며 본인이 원하면 언제든지 참여를 철회할 수 있다는 정보를 전달하였다. 설문자료는 연구 참여자들로부터 자발적 동의를 얻은 후 배포가 이루어졌고, 연구자는 참여자들에게 설문 문항에 정답이나 오답이 존재하지 않음을 분명하게 알려주었다. 또한 연구자는 참여자들에게 설문 문항에 대해 최대한 솔직하게 응답해 줄 것을 요청하였고, 설문내용이나 문항에 질문이 있으면 손을 들어 줄 것을 전달하였다. 연구에 참여한 학생들이 설문내용 작성에 소비한 시간은 대략 20분 정도였고 작성된 설문지는 그 자리에서 바로 회수되어 연구 분석을 위한 자료로 활용되었다.

### 4. 자료분석

수집된 설문자료는 컴퓨터 내에 설치된 엑셀프로그램을 활용하여 코딩 작업을 실시하였고 이후 SPSS ver 27.0을 통해 연구 변인들에 대한 기술통계, 상관관계 및 신뢰도 분석을 실시하였다. 아울러 각 연구문제에 대한 답을 구하기 위해 MANOVA와 ANOVA를 사용하여 그 결과를 도출해 내었다. 또한 Amos ver 27.0을 통해 4유형의 자기결정동기 그리고 체육활동에 대한 흥미, 중요성, 유용성 등에 대한 구조적 타당도 검증을 실시하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 기술통계 및 상관관계 분석 결과

본 연구 변인들에 대한 학생들의 인식 수준은 모두 중앙 값(i.e., 2.5)을 상회하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 학생들은 대학교양체육수업에서 본 연구 변인들에 대해 전반적으로 긍정적 인식을 표출한 것으로 해석할 수 있다. 특히 학생들은 흥미 요인에 가장 높은 인식 수준(i.e., 3.85)을 나타냈고



외적동기에 대해 가장 낮은 인식 수준(i.e., 2.60)을 드러냈다. 즉 학생들은 교양체육수업을 즐겁고 흥미롭게 지각하였고 외부환경적인 요인에 의해 동기 부여되는 정도는 매우 낮았음을 의미한다고 해석할 수 있다. 상관관계분석 결과에서 그 이론적 원리에 부합하여 내적동기와 확인적조절동기는 정적으로 유의한 수준에서 상관관계( $r=.754$ )를 보였고 부과된조절동기와 외적동기도 서로 유의한 수준에서 정적 상관관계( $r=.246$ )를 표출했다. 또한 자기효능감은 내적동기( $r=.498$ ) 및 확인적조절동기( $r=.447$ )와 유의한 수준에서 긍정적 관계를 보였고 외적동기와는 유의한 수준에서 부적 상관관계( $r=-.203$ )를 나타냈다. 아울러 흥미, 중요성, 유용성 등의 요인들 모두는 서로 유의한 수준에서 긍정적인 상관관계( $r=.600\sim.697$ )를 갖는 것으로 확인되었다. 신뢰도 분석 결과에서는 각 구인들 모두 그 기준 값을 충족하는 것으로 조사되었다( $\alpha=.689\sim.935$ ). 한편 각 구인들이 그 이론적 구조에 적합한 타당성을 갖는지를 검증하기 위한 확인적요인분석 결과에서 4유형의 동기는 측정 자료에 부합하는 수치로 나타났고( $\chi^2=212.746/df=61, [Q=3.48], CFI=.937, NFI=.915, IFI=.938, RMR=.06, RMSEA=.08$ ), 아울러 기대가치 요인들도 측정 자료에 충족하는 수치를 보여주었다( $\chi^2=17.460/df=6, [Q=2.91], CFI=.989, NFI=.984, IFI=.989, RMR=.03, RMSEA=.07$ ).

## 2. 성별과 학년 수준에 따른 MANOVA 및 ANOVA 분석결과

성별에 따라 동기유형 인식에 있어 어떠한 차이가 나는지를 알아보기 위한 사전조사 결과에서 각 변량의 오차분산 동질성(Levene Test) 결과 값이( $0.74\sim 1.60, p>.05$ ) 동일한 수준인 것으로 나타났다. 그에 따른 MANOVA 분석 결과에서 내적동기와 확인적조절동기에서만 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다(Wilks' $\lambda=.971, F=2.419, p<.05$ ). 구체적 수준으로 설명하면 남학생들이 여학생들보다 내적동기( $F=6.228, p<.05, \eta^2=.19$ )와 확인적조절동기( $F=6.259, p<.05, \eta^2=.19$ ) 등의 자발적 동기(Autonomous motivation) 유형에 속하는 요인에서 통계적으로 유의한 수준에서 높은 지각 수준을 드러냈다<표 2>. 한편 학년에 따른 동기유형에 대한 인식 수준에 있어서는 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보이지 않는 것으로 확인되었다(Wilks' $\lambda=.951, F=1.374, p>.05$ ).

<표 2> 성별에 따른 동기유형 인식의 MANOVA 분석 결과

구분	종속변인	제곱합	자유도	평균제곱	F	P	집단비교
성별	내적동기	5.652	1	5.652	6.228	.013*	남>여
	확인적조절동기	3.549	1	3.549	6.259	.013*	남>여
	부과된동기	0.001	1	0.001	0.001	.976	
	외적동기	3.746	1	3.746	3.570	.060	

\* $p<.05$

또한 성별에 따른 자기효능감의 인식 차이를 조사를 위한 사전 분석 결과에서 오차분산의 동질성 (Levene Test) 값은(.148,  $p>.05$ )으로 동일한 수준인 것으로 드러났다. 그에 따른 ANOVA 분석결과에서 성별에 따라 그 인식 수준에 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다( $F=16.550, p<.05, \eta^2=.45$ ). 즉 남학생들이 여학생보다 자기효능감 인식에 있어 통계적으로 매우 유의한 수준에서 높은 결과 값을 보인 것으로 확인되었다<표 3>. 하지만 학년에 따른 자기효능감 인식의 차이에 대한 조사에서는 학년 수준 사이에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인되었다( $F=1.180, p>.05$ ).

<표 3> 성별에 따른 자기효능감 인식의 ANOVA 분석 결과

	종속변인	제곱합	자유도	평균제곱	F	P	집단비교
성별	자기효능감	14.157	1	14.157	16.550	.000**	남>여

\*\* $p<.01$

아울러 성별에 따른 교양체육활동에 대한 흥미, 중요성, 유용성 등의 기대가치 인식 차이를 조사하기 위한 사전 조사 결과에서 각 변량의 오차분산 동질성(Levene Test) 값이(0.54~1.39,  $p>.05$ )로 나타나 동질성을 확보한 것으로 드러났다. 이에 따른 MANOVA 분석 결과에서 흥미와 중요성 인식에서 통계적으로 유의한 수준의 차이를 보인 것으로 나타났다(Wilks' $\lambda=.944, F=6.454, p<.01$ ). 구체적으로 살펴 보면 남학생이 여학생들보다 흥미( $F=15.880, p<.01, \eta^2=.46$ )와 중요성( $F=8.844, p<.01, \eta^2=.26$ )에서 보다 높은 인식 수준을 표출한 것으로 확인되었다<표4>. 한편 학년 수준에 따른 기대가치(흥미, 중요성, 유용성) 인식에서는 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보이지 않은 것으로 조사되었다(Wilks' $\lambda=.955, F=1.671, p>.05$ ).

<표 4> 성별에 따른 기대가치 요인 인식의 MANOVA 분석 결과

	종속변인	제곱합	자유도	평균제곱	F	P	집단비교
성별	흥미	10.386	1	10.386	15.880	.000**	남>여
	중요성	5.317	1	5.317	8.844	.003**	남>여
	유용성	1.117	1	1.117	1.745	.187	

\*\* $p<.01$ .

## IV. 논 의

본 연구는 대학교양체육수업에서 학생들의 성별 그리고 학년 수준을 기초로 긍정적이고 적극적인 수행과 관련된 심리 및 인지 변인인 동기유형, 자기효능감, 기대가치 요인 등에 어떠한 인식 차이가 있는지를 살펴보는 데 있었다. 분석 결과에서 성별에 따라 내적동기와 확인적조절동기, 자기효능감 그리고 흥미와 중요성 등의 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 학년 수준에 따른 모든 종속변인의 인식 수준은 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보이지 않는 것으로 조사되었다. 이러한 결과를 해석하면 남학생들은 여학생들에 비해 대학교양체육수업에서 자발적인 동기 수준, 자신의 수행에 대한 긍정적 믿음, 체육활동에 대한 즐거움 및 중요성 등의 요인에 대한 내면화 정도가 상대적으로 높은 수준을 드러내고 있다고 이해할 수 있다. 즉 남학생이 여학생보다 대학교양체육수업에 대한 적극성, 자신감, 즐거움, 노력 및 몰입 등에 있어 상대적으로 우월한 수준에 있다고 바라볼 수 있으며 이는 결국 체육수업활동에 대한 수행력과 성취감 및 향후 교양체육 재참여 그리고 체육활동 지속성에 긍정적 영향을 미칠 개연성이 높다고 판단할 수 있다. 이러한 결과를 세부적인 수준에서 논의하면 다음과 같다.

### 1. 성별 및 학년에 따른 동기유형 인식 차이

학생들의 성별에 따라 대학교양체육수업에서 내면화한 동기 인식 차이 결과에서 남학생들이 여학생들보다 내적동기와 확인적조절동기 유형에서 높은 인식 수준을 드러낸 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 대학교양체육수업에 대한 남학생들의 자기결정적 동기(내부적 요인에 의해 발현되는 동기) 수준이 상대적으로 높다는 것으로 해석할 수 있으며 이는 남학생들이 체육활동 참여 그 자체에 높은 동기부여가 되어있고 또한 개인적 목표(예: 운동기술 및 체력 향상)에 큰 비중을 두어 참여하는 경향이 높다는 것으로 이해할 수 있다. 이러한 연구결과는 여러 선행연구들(Xiang et al., 2017; Yang, 2020)을 지지하는 입장으로 대학교양체육수업에서 남학생들의 자발적이고 자율적 동기(Autonomous motivation) 수준이 상대적으로 여학생들보다 높고 이는 활동에 대한 적극성과 노력 및 성취 수준의 향상으로 이어질 수 있는 개연성이 높다고 이해할 수 있다. 이에 더해 유사한 맥락에서 해석하면 보편적으로 남녀 대학생들이 행하는 사회적인 활동(신체활동에 기초한 다양한 활동)과 그에 대한 경쟁의식 수준과도 연관될 수 있는 측면이 있다고 바라볼 수 있다(양재영, 2019). 이러한 결과는 대학교양체육수업에 대해 여학생들이 보다 내적으로 동기화될 수 있도록 그들의 심리적 욕구(자율성, 유능성, 관계성)를 적극적으로 지지하는 교수전략이 필요하고(양재영, 2019), 아울러 다양하고 새로운 수업내용과 교수방

법 그리고 차별화된 과제와 피드백 제공을 통해 활동을 보다 즐겁고 만족스럽게 인식할 수 있도록 지도하는 것이 필요함을 시사했다고 평가할 수 있다.

하지만 학생들의 학년에 따른 동기 유형에 대한 인식은 유의미한 수준에서 차이를 보이지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 해석해보면 중등학생들과 달리 대학생들은 신체적 성장이 거의 멈춘 시기로 체육활동에 대한 학습 동기와 목표 및 활동추구 목적이 신체적 성장에 따른 학습능력에 의해 결정되기 보다는 개인적 수준에 의해 결정되어지기에 이러한 결과가 도출되었다고 바라볼 수 있다. 실제 이를 뒷받침해 줄 수 있는 사례로 홍준희(2001)의 연구에 의하면 중등학교 체육수업에서 학년 수준에 따른 학생들의 학습 목표는 차이가 있는 것으로 드러났으며 이러한 원인은 학년이 높아질수록 수업에서 운동기능의 올바른 적용에 대한 성공 경험이 많고 과제 성취 수준도 높아지기에 가능할 수 있음으로 설명하였다. 하지만 이러한 결과를 지지하는 선행연구가 충분히 존재하지 않기에 후속 연구를 통해 본 연구의 결과에 대한 확장성을 제시하는 것이 필요하다고 판단할 수 있다.

## 2. 성별 및 학년에 따른 자기효능감 인식 차이

대학교양체육수업에서 학생들 자신의 수행에 대한 긍정적 신념 및 믿음 인식은 성별에 따라 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 체육교육활동에 기초한 다수의 선행 연구들이 지지하는 입장으로 남학생들이 여학생들보다 체육활동에 대한 자신감, 유능성 및 효율적인 수행에 대한 긍정적 믿음이 높다는 것으로 해석할 수 있다(양재영, 2020). 또한 이러한 결과는 사회적으로 여학생에 비해 남학생의 신체적 행동 및 역할에 대한 기대 수준이 높음을 반영한 결과라고 바라볼 수 있다. 일례로 이재구(2005)는 중등체육수업에서 남학생이 여학생들보다 상대적으로 높은 수준에서 자기효능감 인식을 보이며 이는 체육수업에 대한 긍정적 태도와 적극성 그리고 체육활동에 대한 지속성에 있어서도 상당한 영향력을 발휘한다고 보고하였다. 본 연구 결과는 상대적으로 운동기능 수준이 낮고 수동적 태도를 보이는 여학생들의 적극적인 참여와 도전 및 긍정적 태도와 연관된 자기효능감이 높아질 수 있도록 이끄는 교수 전략 또는 방법이 필요하다는 점을 시사했다고 바라볼 수 있다. 그와 관련하여 선행 연구들이 제시하는 방법을 살펴보면 여학생들의 체육활동 수행 시 적극적인 격려와 칭찬 그리고 구체적인 피드백 제공이 필요하며 아울러 친근하고 온화한 언행으로 상호작용하고 지도하여 여학생들이 체육활동에 지속적인 관심과 흥미를 가질 수 있도록 이끄는 것이 유효적절할 수 있음을 지적하였다(양재영, 2020).

한편 학년 수준에 따른 자기효능감 인식은 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않는 것으로 드러났다. 이는 신체적 자기효능감이 중등학교 수준에 있어서는 차이를 보인다는 강주평 외(2006)의 선행연구 결

과와 다소 다른 의미를 보이는 것으로 해석할 수 있다. 즉 대학생들과는 달리 청소년기 중등학생들은 신체적 성장이 꾸준히 진행 중이며 운동기술 및 인지능 발휘에 있어 지속적인 발달이 이루어지는 시기기에 자기효능감 인식에 있어 학년 격차가 일어날 수 있는 개연성이 존재한다고 설명할 수 있다. 마찬가지로 이와 같은 본 연구의 결과도 후속 연구를 통해 그 의미를 보다 심층적으로 다룰 필요성이 있다고 바라볼 수 있다.

### 3. 성별 및 학년에 따른 기대가치(흥미, 중요성, 유용성)인식 차이

남학생들은 여학생들 보다 대학교양체육수업에서 흥미와 중요성 가치에 높은 인식 수준의 결과를 보인 것으로 확인되었다. 이는 남학생들이 상대적으로 교양체육수업을 즐겁고 흥미롭게 인식하고 있음을 의미한다고 바라볼 수 있으며 아울러 체육활동이 갖는 중요성 및 필요성에 대한 지각 수준도 높다고 판단할 수 있다. 선행연구에 따르면 일반적으로 청소년 남학생들이 체육 및 스포츠 활동에 대한 관심과 흥미 수준이 여학생들보다 높은 수준을 보인다고 지적하였고 또한 개인적 의미와 목표에 기초하여 체육활동을 보다 가치 있는 것으로 인식한다는 결과가 보고되었다(윤주석, 2021; 이창현 외, 2018). 이와 같은 맥락에서 본 연구결과를 비추어보면 대상은 대학생이기는 하지만 중등학생들과 마찬가지로 남학생들은 체육활동에 대한 관심이 높고 즐거움을 느끼며 개인적 목표와 의미를 만끽하기 위해 참여하는 성향이 여학생들에 비해 강하다는 것을 인지할 수 있다. 즉 체육활동이 남학생들의 일상적인 삶에 있어 차지하는 비중이 상대적으로 더 높다고 바라볼 수 있으며 이러한 성향은 체육수업 참여에 그대로 반영되어 보다 즐겁고 흥미로우며 적극성 있는 태도와 행동으로 표출된다고 설명할 수 있다.

하지만 앞선 결과와 마찬가지로 학년에 따른 기대가치 요인들에 대한 인식의 차이는 존재하지 않는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 체육활동이 가지는 즐거움과 재미, 중요성, 활용성 등의 긍정적 기대가치의 내면화에 대해 대학생들의 연령(학년 수준)에서는 통계적으로 유의미한 수준에서 함의를 갖지 못함으로 이해할 수 있다. 하지만 본 연구가 특정 지역에 소재한 대학 및 종목을 기반으로 수행되어졌기에 개인의 관심사와 경험에 따라 특정 종목에 대한 흥미와 중요성을 다르게 인식할 수 있는 측면이 존재할 수 있다. 그러므로 다른 지역과 체육활동을 토대로 한 향후 연구 수행은 본 연구 결과에 대한 재조명과 확장성을 제공하는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 대학교양체육수업에서 학생들의 성별 및 학년 특성에 따라 적극적인 참여와 좋은 수행에 영향을 미칠 수 있는 심리 및 인지적 요인들 인식에 어떠한 차이가 있는지를 조사하는데 연구목적을 두었다. 결과에서 성별에 의한 동기유형, 자기효능감, 기대가치 요인인 흥미와 중요성 등의 인식에서 남학생들이 상대적으로 높은 지각 수준을 보인 것으로 확인되었다. 하지만 학년 수준에 따라서는 그러한 심리 및 인지적 요인에 대한 인식에 있어 차이가 드러나지 않은 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 경기 지역 대학교양체육 교수자들에게 다음과 같은 시사점을 제공해 줄 수 있다. 첫째, 여학생들은 상대적으로 자기결정적 동기 수준이 낮기 때문에 교양체육수업 및 여학생을 중심으로 구성된 수업(e.g., 필라테스, 요가 등)에서 심리적 욕구(자율성, 유능성, 관계성)를 충족시켜 줄 수 있는 수업환경과 교수 행동을 제공해 주는 것이 필요하다. 즉 체육수업에서의 과제활동 및 수행에 있어 보다 많은 의사결정 및 선택의 기회를 제공하고(자율성지지), 세세하고 구체적인 피드백을 제공하는 것이 필요하며(유능성지지) 아울러 친근하고 상냥한 언행을 적극적으로 사용하여(관계성지지) 체육수업에 대한 긍정적 인식과 자기결정 동기가 보다 강화되도록 지도하는 것이 여학생들의 체육수업 활동에 대한 적극성과 지속적인 노력을 이끄는 데 효과적으로 작용할 수 있다고 설명할 수 있다(손원호·양재영, 2022). 둘째, 여학생들은 상대적으로 자기효능감 수준이 낮기에 차별화된 수업계획 및 과제 활동을 구성하는 것이 필요하고 아울러 그에 따른 지도와 강화에 있어서도 개인적인 수준에서 세심하게 맞춤형 피드백 전략을 사용하는 것이 필요하다고 바라볼 수 있다. 셋째, 체육수업 활동에 대한 흥미와 중요성 인식에 있어서도 여학생들은 낮은 수준을 나타내었기에 다양하고 새로운 수업활동 및 교수 방법을 수업에 적용하고 체육 활동이 왜 중요하며 어떻게 삶에 도움이 되고 활용될 수 있는지에 대해 주기적이고 지속적으로 설명 및 강화하는 것이 그들의 적극적인 참여와 활동 수행에 대한 효율성을 높이는 데 기여할 수 있을 것이다.

본 연구가 학생들의 성별 및 학년 특성에 따른 대학교양체육활동 지도와 재참여에 있어 의미 있는 시사점을 제공해 주었지만 그 결과를 해석함에 있어 간과할 수 없는 제한점을 내포한다. 본 연구는 특정 지역에 위치한 대학과 학생 및 체육 종목들을 대상으로 연구가 진행되었기에 그 결과를 일반화하는데 있어 다소 한계점을 내포한다고 평가할 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 지역적인 다양성과 보다 큰 샘플 사이즈(Size) 및 추가적인 인구사회학적 특성을 반영하여 연구를 수행한다면 본 연구 결과에 대한 확장성에 상당한 도움을 줄 수 있을 것이다. 또한 전향적 연구방법(Prospective study)을 사용하여 대학교양체육수업 시작과 종료 시점을 바탕으로 학생들의 여러 인구사회학적 특성에 따라 어떠한 변화가 발생하는지 탐색하는 것은 본 연구 결과에 대한 연장선에서 수업환경 조성 및 교수법 적용에 의미 있는

시사점을 제공해줄 수 있을 것이다.

■ 참고문헌 ■

- 강주평·김정완·김상규(2006). 중·고등학생의 성·학년·체육학업 성취에 따른 신체적 자기효능감의 차이, 『한국스포츠리서치』, 17(5): 763-772.
- 손원호·양재영(2022). 대학교양체육활동에서 신입 여대생들이 인식한 내적동기와 자기효능감 및 활동 지속성의 구조적 인과관계, 『GRI연구논총』, 24(4): 233-248.
- 오승현(2022). 교양체육 수업 참여 경험의 질적 분석: 평생스포츠 참여 동기 형성과 인성 발달을 중심으로, 『한국체육학회지』, 61(6): 59-72.
- 양재영(2015). Effects of Participation in a Summer Sports Camp on At-Risk Boys:A Self-Determination Theory Perspective, 『IJASS(International Journal of Applied Sports Sciences)』, 27(2): 87-97.
- 양재영(2019). 대학교양체육에서 교수자 사회적지지에 따른 학생들의 자발적 동기와 자기효능감간의 구조적 관계 비교, 『한국스포츠학회』, 17(4): 233-244.
- 양재영(2020). 대학교양체육에서 학생들의 인구사회학적 특성에 따른 사회 및 심리적 변인들에 대한 인식 차이. 한국스포츠학회, 18(3): 305-316.
- 양재영·김하영(2016). 대학체육수업에서 학생들의 심리적 욕구 충족과 자기조절 동기와의 관계, 『한국체육과학회지』, 25(6): 899-909.
- 윤주석(2021). 성별, 학교 유형, 체육 성적에 따른 고등학교 3학년의 체육교과 태도, 『한국체육학회지』, 60(5): 319-331.
- 이재구(2005). 중학생의 지각된 체력, 체육교육에 대한 태도 및 운동 동기: 성별 및 자기효능감 수준별 비교, 『한국스포츠리서치』, 16(6): 815-825.
- 이창현·신명진·이계산(2018). 성별과 체육수업 신체활동량에 따른 또래수용, 공격성, 우울의 종단적, 순차적 과정 검증, 『한국체육학회지』, 57(6): 57-68.
- 임기태(2022). 대학 비대면 교양스포츠 수업의 지도유형, 수업만족도 및 스포츠지속행동의 관계, 『대한스포츠융합학회지』, 20(2): 59-68.
- 임봉우(2018). 교양체육수업을 통한 여가 사회화 과정으로써의 “즐거움 찾기”에 대한 사례연구, 『한국융합과학회지』, 7(3): 76-89.

- 정승훈·하정자·목기침(2022). 교양체육 지도자 전문성이 긍정적 감정, 스포츠태도, 운동지속 및 수업 추천에 미치는 영향, 『Asian Journal of Physical Education of Sport Science』, 10(6): 1-17.
- 최진훈·양재영(2019). 대학신입생들이 교양체육수업에서 인식한 교수자의 사회적지지 행동이 자기효능감에 미치는 영향, 『한국체육과학회지』, 28(1): 853-862.
- 최진훈·양재영·정주호(2018). 대학교양체육수업에서 학생들이 인식한 기대가치이론 변인들이 체육활동 지속의도에 미치는 역할, 『한국체육과학회지』, 27(5): 909-917.
- 홍준희(2001). 스포츠교육학: 중학교 체육 수업장면에서 학년과 성별에 따른 성취목표성향의 효과, 『한국체육과학회지』, 40(4): 297-306.
- Eccles, J. S., Wigfield, A. (1995). "In the mind of the actor: The structure of adolescents' achievement task values and expectancy-related beliefs", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3): 215-225.
- Gao, Z., Newton, M., Carson, R. L. (2008). "Students' motivation, physical activity levels, & health-related physical fitness in middle school physical education", *Middle Grades Research Journal*, 3(4): 21-39.
- Markland, D., Tobin, V. (2004). "A modification to the behavioural regulation in exercise questionnaire to include an assessment of amotivation", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(2): 191-196.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being", *American Psychologist*, 55(1): 68-78.
- Su, X. (2014). *At-Risk Boys' Self-Efficacy in A Summer Sports Camp* (Unpublished doctoral dissertation) Texas A&M University.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). "Expectancy-value theory of achievement motivation", *Contemporary Educational Psychology*, 25(1): 68-81.
- Xiang, P., Agbuga, B., Liu, J., & McBride, R. E. (2017). "Relatedness need satisfaction, intrinsic motivation, and engagement in secondary school physical education", *Journal of Teaching in Physical Education*, 36(3): 340-352.
- Yang, J. Y. (2020). "A serial path model between autonomous motivation, behavioral intention, action planning, and after school physical activity of university students participating in physical education classes", *Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary*



*Journal*, 24(4): 315-333.

---

원 고 접 수 일 | 2023년 7월 10일

심 사 완 료 일 | 2023년 8월 8일

최종원고채택일 | 2023년 8월 10일

**손원호** sonnyson@naver.com

2017년 단국대학교에서 박사학위를 받고, 현재 단국대학교 생활체육학과 조교수로 재직중이다. 주요 관심분야는 생활체육, 스포츠복지, 스포츠정책 등이며 주요 논문으로 “요양시설 거주 노인의 운동 프로그램 효과 탐색을 위한 체계적 문헌고찰”(2022), “텍스트마이닝 기법을 활용한 노인체육 및 요양원 트렌드 분석”(2022), “지속가능발전목표(SDGs)의 관점에서 본 도시재생사업에서의 노인 생활체육 활성화 방안 연구 : 수원시 도시재생사업계획을 중심으로”(2022), “규칙적인 걷기운동과 저항도 운동이 전업주부의 스트레스 수준과 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구”(2022) 등 다수의 논문을 발표하였다.

**양재영** bestyang95@naver.com

2014년 Texas A&M University에서 박사학위를 받고, 현재 성균관대학교 스포츠과학과 초빙교수로 재직중이다. 주요 관심분야는 체육교수 효율성, 체육 학습자 동기부여, 체육 학습자 인지과정 등이며 주요 논문으로 “대학교양체육활동에서 학생들이 인식한 심리적육구, 내적동기, 체육활동 지속성 간의구조적 인과관계”(2022), “중학생들의 학교폭력 주변인으로서의 인식 탐색”(2021), “효율적 체육교육에대한 고찰”(2021) 등 다수의 논문을 발표하였다.