

Physical Self-Description Comparison Analysis of University of Physical Education Students and University Athletes

일반체육대학 학생들과 대학 운동선수들의 신체적 자기개념 비교분석

Chang Hun Shin¹

신창훈¹

¹ Assistant Professor, Dept. of Sports Coaching, Woo Suk University, Rep. of Korea,
s-3air74@hanmail.net

Abstract: The purpose of this study is to compare and analyze the physical self-concept of athletes and general physical education students. For this purpose, the results of two-way variance analysis after the Korean Version PSDQ test are as follows. First, the difference in physical self-concept according to gender showed statistical significance in two factors: health ($p=.039^*$) and muscle strength ($p=.003^{**}$). It was consistent with the research result that male students showed higher physical self-concept in the muscle strength factor than female students. Second. The difference in physical self-concept between general students and University athletes showed statistical significance in two factors: sports competence ($p=.039^*$) and physical activity ($p=.008^{**}$). The fact that college athletes showed high scores in the field of physical activity confirmed that physical factors accounted for more than 50% of their daily lives. Third, the average difference (main effect) in physical self-concept according to the type of schooling (College athlete, general student) was found only in one factor, sports competence. Sports confidence differs depending on the type of enrollment, and students with grades of A group and B group showed higher levels of competence in sports than students with grades of C group.

Keywords: Physical Self-Description, College Athlete, College of Physical Education Student, Health Education. Class, Health Subject Grade Factor

요약: 본 연구의 목적은 운동선수와 일반체육대학 학생들의 신체적 자기개념을 비교분석하기 위한 것이다. 이를 위하여 한국형 PSDQ 검사 후 이원 변량분석을 실시한 결과는 다음과 같다. 첫째, 성별에 따라 신체적 자기개념의 차이는 건강($p=.039^*$)과 근력($p=.003^{**}$) 2개 요인에서 통계적 유의성을 보였다. 남학생이 여학생보다 근력 요인에서 신체적 자기개념이 높게 나타난다는 연구결과와 일치하였다. 둘째, 일반체육대학 학생들과 대학 운동선수 간 신체적 자기개념의 차이는 스포츠 유능감과 ($p=.039^*$), 신체활동($p=.008^{**}$) 2개 요인에서 통계적 유의성을 보였다. 대학 운동 선수가 신체활동 분야에서 높은 점수를 보인 것은 그들의 일상 속에서 신체적 요인이 50% 이상 차지하고 있음을 확인할 수 있었다. 셋째, 재학형태(대학 운동선수, 일반체육대학학생)에 따라 신체적 자기개념의 차이(주 효과)는 스포츠 유능감, 1개 요인에서만 나타났다. 재학형태에 따라 스포츠 자신감은 다르며, 성적이 A, B 학점인 학생이 C학점 받은 학생보다 스포츠 유능감이 높게 나타났으나, 사례수가 적어 성적요인으로 단정짓기는 어렵다

Received: February 07, 2023; 1st Review Result: March 23, 2023; 2nd Review Result: April 20, 2023
Accepted: May 31, 2023

핵심어: 신체적 자기개념, 대학 운동선수, 체육대학 학생, 건강교육 수업, 건강교육 성적 요인

1. 서론

운동에 참여한다는 것은 삶의 질적인 향상, 행복, 건강유지에 효과적이며, 정신적 건강과 현대인들의 스트레스 해소에 도움이 된다고 하며[1] 자신의 신체에 대하여 어떻게 느끼는지에 대한 신체적 자기개념은 삶의 질과 매우 밀접한 관계에 있다고 하였다[2]. 이 개념은 스포츠나 신체활동에 참가할 때 참여형태나 감정이 좋은 방향으로 바뀌면서 참가자 본인이 변화되는 기분과 인식을 조절할 수 있는 결과를 말한다[3]. 이런 신체적 자기개념에 대한 검사는 본인의 신체적 능력, 이미지, 외모, 체력 등에 대해 인지하는 그 정도를 평가하는 것을 말한다. 평가결과는 본인의 신체능력에 대한 자기 인지력이 실제로 체력의 70~75%를 대변할 수 있다고 하였다. 신체활동은 개인의 도전, 성공적인 체험의 기회 제공, 경쟁의 요소가 포함되어 있어 긍정적인 자기에 대한 개념 증진을 제공하는 핵심적인 역할을 한다[4]. 정기적인 신체활동이 인간의 자기개념 증진과 신체적 자기개념 발달에 도움이 된다는 많은 연구가 있다[5]. 그래서 규칙적인 운동을 통한 신체적 자기개념의 발전, 신체적 자기개념의 변화에서 종합적인 자기개념의 발전을 이루어내는 요소들을 밝혀내기 위해서 신체적 자기개념의 측정이 중요한 연구문제로 제시되어 왔다.

일반인들을 대상으로 하는 신체적자기개념 연구들은 많이 선행되었으나[6], 대학교과과정에서 교육활동으로 신체활동에 참가하고 있는 체육전공 학생들에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 체육대학의 학생구성은 일반적인 사립대의 경우 특기자 전형과 일반 실기, 실적 우수자 전형으로 구분된다. 그래서 연구자는 체육대학 재학중인 일반학생들과 특기자들이 자신의 신체에 대하여 어떠한 신체적 자기개념을 가지고 있는지 비교 분석하기 위하여 일반 체육학생들과 운동선수 집단을 분리하여 선정하였다. 체육대학 학생들은 교과과정에서 실기종목과 체육관련 이론학습을 동시에 교육받고 있으며, 특히 특기자 운동선수들은 정규교과정 이외에도 경기력 향상을 위해 일반체육대학 학생들보다 더 많은 신체훈련에 참여하고 있다. 대학 건강교육강좌[7]에 대한 연구결과에 따르면 대학생들이 건강교육 강좌에 참가하여 기초체력과 체지방에서 유의미한 변화가 있었다고 보고 하였다. 즉, 건강관련 이론교육이 건강행동에 일정부분 영향을 준다는 것이다. 또한 체육대학에 재학중인 체육학도들은 높은 신체활동 수준과, 건강에 대한 학문적 지식을 접할 기회가 많다. 체육대학 내에서도 일반전형 학생과 특기자전형 학생들의 체육활동 수준도 다르다. 그래서 본 연구에서는 체육대학에 재학중인 학생들의 신체적 자기개념을 알아보기 위하여 이론 수업인 건강교육의 성적과 체육활동 수준이 다른 특기자와 일반체육대학 학생들을 변인으로 연구를 설계하였다. 따라서 본 연구의 목적은 지식의 실천적 측면과 체육대학내에서 학생간 체육활동 수준이 다르다는 점에 기초하여, 체육대학의 체계적인 교육과정에서 체육활동과 건강교육을 받고 있는 일반학생들과 특기자들의 신체적 자기개념을 비교 분석하여 차후 교육과정 편성에 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 J도에 소재한 체육대학 내 2022학년도에 전공필수 교과목인 건강교육 과목을 수강한 일반 체육대학 학생들과 대학운동선수들을 대상으로 하였다.

[표 1] 연구대상

[Table 1] Subject of Research

구분	특기자 운동선수	체육 일반계열 학생	합 계
남	26	39	65
여	23	20	43
계	49	59	108

2.2 조사도구

설문지는 미국에서 개발된 PSDQ를 한국 실정에 맞게 재 구성한 김병준의 한국판 신체적 자기개념 검사지를 사용하였다. 신체적 자기개념은 자아개념 중 본인의 신체적 가치를 인지하는 것이며 10가지 요인으로 총 40문항으로 구성되어 있다 [표 2] 참조. 연구에 참여한 학생에게 연구의 목적과 내용을 충분히 설명하고 연구자가 직접 수업시간에 배포하고 자기평가 기입법으로 작성 후 10개 요소별 계산과 도표 작성을 직접 진행하였다. 부정문항(R)에 대한 잘못된 응답을 한 설문지와 작성이 완성되지 못한 설문지 7부를 제외한 108부를 최종 표본으로 사용하였다.

[표 2] 설문지의 구성

[Table 2] Composition of the Questionnaire

변수 명	구성내용	문항 수
인구통계적 특성	성별, 학년, 성적, 선수여부	4
신체적 자기개념	스포츠 유능감	4
	체지방(날씬)	4
	외 모	4
	건 강	4
	신체활동	4
	자기존중감	4
	유연성	4
	지구력	4
	근 력	4
	신체 전반	4
계		44

2.3 자료처리

신체적 자기개념의 차이를 알아보기 위해 성별과 일반 체육대학 학생들과 대학 운동선수들의 차이는 독립표본 t-test를 실시하였다. 또한 재학 중인 형태에 따라

건강교육 수강성적과 주 효과 및 상호작용 효과를 알아보기 위해 이원 변량분석을 실시하였으며, 사후검증은 Scheffe' 방법을 활용하였다. 유의 수준은 .05로 설정하였다.

3. 연구결과

본 연구는 일반 체육 대학생과 대학 운동선수 간의 신체적 자기개념 수준의 차이가 있는지 알아보기 위한 것이며, 도출된 결과들에 대하여 논의하고자 한다.

3.1 성별에 따른 신체적 자기개념의 차이

[표 3] 성별에 따른 신체적 자기개념의 차이 (N=108)

[Table 3] Gender Differences in Physical Self-concept (N=108)

요 인	남(n=65)		여(n=43)		t	p
	M	SD	M	SD		
스포츠유능감	4.27	.908	4.07	1.21	.903	.370
체지방	4.61	1.41	4.29	1.27	1.179	.241
외모	3.96	1.27	3.7	1.00	1.122	.264
건강	4.95	1.09	4.45	1.29	2.101	.039*
신체활동	4.54	1.42	3.96	1.76	1.793	.077
자기존중감	4.94	1.28	5.04	.957	-.449	.654
유연성	4.35	1.18	4.56	1.02	-.951	.344
지구력	4.27	1.20	4.00	1.31	1.128	.262
근력	4.12	.940	3.55	.939	3.088	.003**
신체전반	4.02	1.12	3.77	1.24	1.084	.281

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

체육대학 재학 중인 학생들의 성별에 따라 신체적 자기개념에 차이가 있는지 알아보기 위해 t검정을 실시하였다. 그 결과 건강(p=.039*), 근력(p=.003**)요인에서 통계적 유의성을 보였다. [8]이 제시한 남학생이 여학생보다 근력 요인에서 신체적 자기개념이 높게 나타난다는 연구결과와 일치하였다. 성별 간에 남성이 심동적으로 더 활성화되는 이유는 사회적 분위기가 남성으로 하여금 신체활동을 더 표현하도록 사회화 시킨다고 하였다[9]. 이와 비슷한 연구로 스포츠 몰입현상에서 성별의 차이는 수행자가 운동에 대한 정보와 활동에 관해 호기심의 정도가 여성보다 남자가 더 높게 나타난다는 연구도 있었다[10]. 하지만 10개 요인 중 2개 요인에서 차이로 남녀 간의 신체적 자기개념에 차이가 있다고 할 수는 없다. 스포츠 유능감 요인에서는 남녀의 차이를 보이지 않았으나 탁구, 에어로빅 등의 연구에서는 스포츠 유능감 요인에서 남녀의 차이를 밝힌 연구들이 있었다[11]. 또한 신체적 자기효능감이 남녀간 격차가 있다는 연구에서, 성별에 따라 심리적 특징을 나타내는 방법이 다르다고 하였다[12]. 이러한 신체적 자기개념은 세대별, 신체활동 수준별로 다양한 차이를 나타낼 수 있으므로 연구집단 편성 시 종목, 집단, 수준별 연구가 타당하다고 사료된다.

[표 4] 일반체육대학생과 운동선수 신체적 자기개념의 차이 (N=108)

[Table 4] The Difference between Physical Self-concept of General Physical Reducation Students and Athletes

요 인	A(n=49)		S(n=59)		t	p
	M	SD	M	SD		
스포츠 유능감	3.96	1.04	4.38	1.00	-2.093	.039*
체지방	4.70	1.12	4.30	1.51	1.605	.111
외모	4.01	1.24	3.73	1.11	1.237	.219
건강	4.81	.790	4.70	1.45	.531	.597
신체활동	4.75	1.47	3.94	1.59	2.722	.008**
자기존중감	5.12	1.04	4.87	1.24	1.110	.269
유연성	4.54	1.12	4.35	1.12	.870	.386
지구력	4.25	1.30	1.09	1.20	.629	.530
근력	3.88	1.10	3.90	.861	-.076	-.014
신체전반	3.93	1.20	3.91	1.16	.122	.903

A: athletic, S:student. *p<.05, **p<.01, ***p<.001

일반 체육대학 학생과 운동선수에 따라 신체적 자기개념에 차이는 스포츠 유능감(p=.039*), 신체활동(p=.008**)요인에서 통계적 유의성을 보였다. [13]에 따르면 엘리트 운동선수의 긍정심리자본, 노력지속, 그것의 흥미유지 등이 스포츠 자신감에 영향을 준다고 하였다. 대학 운동 선수가 신체활동 분야에서 높은 점수를 보인 것은 그들의 일상 속에서 신체적 요인이 50% 이상 차지하고 있음을 확인할 수 있었고[14], 공부와 운동을 병행하는 그들의 생활 패턴이 신체활동의 다 빈도를 대변한다. 반면 스포츠 유능감 요인에서 일반학생이 통계적 유의성을 보이는 것은 그들이 체대입학을 준비하며, 수련한 스포츠 숙련 자신감 능력에서 기인한다고 판단된다. 하지만, 일반 체육대학 학생과 운동선수 간 10개 요인 중 2개 요인에서 차이로 신체적 자기개념에 차이가 있다고 판단하기는 어렵다.

[표 5] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 스포츠유능감 (N=108)

[Table 5] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	11.334	2	5.667	6.303	.003**	.110
재학형태	10.957	1	10.957	12.186	.001***	.107
성적*형태	10.508	2	5.254	5.843	.004**	.103
오차	91.714	102	.899			
전체	2014.448	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

스포츠 유능감 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 F=5.843, p=.004**로 유의한 결과를 나타냈다. 재학형태에 따라 스포츠 자신감은

다르며, 성적이 A, B 학점인 학생이 C학점 받은 학생보다 스포츠 유능감이 높게 나타났으나, 사례수가 적어 성적요인으로 단정짓기는 어렵다. Scheffe의 사후분석 결과 1그룹에 C, A 학점 그룹이, 2그룹에 A, B학점 그룹이 분류되었다. 2그룹 학점 학생들이 1그룹 학점 학생들보다 건강교육성적 평균이 높았다. [15]에 따르면 정신적 준비나, 능력 입증 요인은 스포츠 자신감과 운동 몰입에 긍정적인 영향을 미치고, 실기능력이 뛰어난 체육계열 학생들이 스포츠 유능감을 높게 인지하는 것으로 사료된다.

[표 6] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 체지방 (N=108)

[Table 6] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	12.096	2	6.048	3.480	.035*	.064
재학형태	1.256	1	1.256	.723	.397	.007
성적*형태	4.269	2	2.134	1.228	.297	.024
오차	177.259	102	1.738			
전체	2371.875	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

체지방이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 성적요인 $F=3.480$, $p=.035^*$ 로 주효과로만 유의한 결과를 나타냈다. 성적에 따라 체지방 분포는 다르며, 건강교육 수강 성적과 재학형태에 따라 체지방 요인에 상호작용효과는 나타나지 않았다. 이는 체육대학 학생을 대상으로 한 영양지식 수준에 따른 건강관리 실천 연구에서[16] 영양에 대한지식 상위군이 체질량 지수가 정상이었으며, 하위군은 비만이 많았다는 것에서 지식에 기반 한 체지방 관리가 필요하며, 체육대학의 전공필수인 건강교육에서 체지방과 관련된 이론 교육이 중요함을 시사하고 있다.

[표 7] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 외모(N=108)

[Table 7] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	4.332	2	2.166	1.661	.195	.032
재학형태	.029	1	.029	.022	.883	.000
성적*형태	10.558	2	5.279	4.048	.020*	.074
오차	133.015	102	1.304			
전체	1757.408	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

외모가 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 $F=4.048$, $p=.020^*$ 로 유의한 결과를 나타냈다. 재학형태에 따라 외모 요인은 다르며, 성적이 A, B 학점인 학생이 C학점 받은 학생(일반학생 제외)보다 외모 요인이 높게 나타났다. 따라서 재학형태와 건강교육 성적은 외모 요인에 상호작용효과가 있다고 사료된다. 다른 맥락의 연구를 살펴보면 대학생은 자신의 외모 평가가 높을수록

식생활이 규칙적이고, 신체에 만족하며 긍정적인 대학생활을 한다고 하여, 외모관리에 대한 적극적인 모습을 보이고 있다[17]. 반면 운동선수 중 C 학점인 학생은 외모 요인에서 매우 낮은 점수를 보여주었다.

[표 8] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 신체활동 (N=108)

[Table 8] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	29.250	2	14.625	6.966	.001***	.120
재학형태	7.384	1	7.384	3.517	.064	.033
성적*형태	5.771	2	2.885	1.374	.258	.026
오차	214.140	102	2.099			
전체	2277.563	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

신체활동 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석 결과 성적요인 $F=6.966$, $p=.001***$ 로 주효과로만 유의한 결과를 나타냈다. [7]의 연구에서도 건강교육 수강 후 기초체력과 체지방에 유의미한 결과가 있다고 하여 비슷한 연구결과를 도출하였으나, 이와는 상반되는 연구결과로 대학생의 운동에 관한 지식은 신체활동에 영향이 없다는 견해도 있어[18] 차후 신체활동 지식이 신체활동에 미치는 영향을 교육수요자별로 심층적 분석이 필요하다고 사료된다.

[표 9] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 자기존중감 (N=108)

[Table 9] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	16.086	2	8.043	6.575	.002**	.114
재학형태	.289	1	.289	.236	.628	.002
성적*형태	.823	2	.412	.336	.715	.007
오차	124.783	102	1.223			
전체	2827.208	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

자기존중감 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 성적요인 $F=6.575$, $p=.002**$ 로 주효과로만 유의한 결과를 나타냈다. 성적에 따라 자기존중감 수준은 다르며, 건강교육 수강 성적과 재학형태에 따라 자기존중감 요인의 상호작용효과는 나타나지 않았다. 다른 연구에서 운동에 대한 열정과 신체적 자기 효능감 간의 관계를 살펴보면 생활체육 태권도 참여자의 운동 열정이 신체적 자기 효능감에 부분적으로 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으며[19] 이는 운동에 대한 인지적 열정이 자기존중감에 영향을 미치는 것으로 판단된다. 이러한 연구결과는 자기존중감을 높이기 위한 한 가지 수단으로 건강교육의 중요성 및 인지적 요소의 개입이 필요함을 시사하고 있다.

[표 10] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 유연성 (N=108)

[Table 10] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	10.643	2	5.321	4.489	.014*	.081
재학형태	.485	1	.485	.409	.524	.004
성적*형태	4.016	2	2.008	1.694	.189	.032
오차	120.925	102	1.186			
전체	2261.813	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

유연성 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 성적요인 $F=5.321$, $p=.014^*$ 로 주효과로만 유의한 결과를 나타냈다. 성적에 따라 유연성 수준은 다르며, 건강교육 수강 성적과 재학형태에 따라 유연성 요인의 상호작용효과는 나타나지 않았다. [20]에 따르면 생활습관 인지 교육이 성장기 학생들의 유연성을 향상시켰다는 연구와 유사성을 보이고 있다. 이 또한 유연성 증진을 위한 출구로 건강교육과 연계된 유연성 교육이 효과가 있을 것으로 사료된다.

[표 11] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 지구력 (N=108)

[Table 11] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제곱 합	df	평균 제곱	F	p	부분 에타 제곱
건강교육성적	23.443	2	11.721	9.487	.000***	.157
재학형태	1.239	1	1.239	1.003	.319	.010
성적*형태	22.686	2	11.343	9.180	.000***	.153
오차	126.027	102	1.236			
전체	2042.250	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

지구력 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 $F=9.180$, $p=.000^***$ 로 유의한 결과를 나타냈다. 재학 형태에 따라 지구력은 다르며, 성적이 A, B 학점인 학생이 C학점 받은 학생(일반학생 제외)보다 지구력 요인이 높게 나타났다. 따라서 재학형태와 건강교육 성적은 지구력 요인에 상호작용효과가 있다고 할 수 있다. 운동선수와 일반 학생의 지구력 인지 수준에는 차이가 있었으며 대학운동선수 중 건강교육 성적이 C학점인 그룹은 지구력이 낮다고 평가하고 있었다. 일반학생은 성적에 관계없이 비슷한 수준의 지구력 수준을 보여주었다. [21]의 연구에서 대학생의 스포츠 건강체력 수업참여 전·후 성별에 따라 근 지구력, 심폐지구력에서 차이가 있다고 하여 본 연구와 비슷한 결과를 보여주었다. 결론적으로 지구력 요인은 운동선수나 일반인 모두에게 중요하므로 지구력을 높이기 위한 인지적 훈련이 필요함을 시사하고 있다.

[표 12] 재학형태*건강교육 성적에 따른 신체적 자기개념의 차이, 신체전반 (N=108)

[Table 12] Type of School Enrollment*Differences in Self-concept according to Health Education Grades

독립변인	제공 합	df	평균 제공	F	p	부분 에타 제공
건강교육성적	10.644	2	5.322	4.609	.012**	.083
재학형태	2.621	1	2.621	2.270	.135	.022
성적*형태	21.053	2	10.526	9.115	.000***	.152
오차	117.795	102	1.155			
전체	1809.938	108				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

신체전반 요인이 학생의 재학 형태와 건강교육 성적 간의 상호작용효과가 있는지 분석결과 $F=9.115$, $p=.000***$ 로 유의한 결과를 나타냈다. 재학형태에 따라 신체전반 요인은 다르며, 성적이 A, B 학점인 학생이 C학점(일반학생은 제외) 받은 학생보다 신체전반 요인이 높게 나타났다. 따라서 재학형태와 건강교육 성적은 신체전반 요인에 상호작용 효과가 있다고 할 수 있다. 운동선수와 일반 학생의 신체전반 요인 수준에는 차이가 있었으며 운동선수 중 건강교육 성적이 C학점인 그룹은 신체전반 요인에 낮다고 평가하고 있었다. 일반학생은 성적에 관계없이 비슷한 수준으로 신체전반에 대하여 높은 수준을 보여주었다. [22]의 연구에서 대학생의 신체만족도와 심리적 행복감 관계에서 자아존중감이 긍정적 매개효과로 작용하고 있다고 하였다. 본 연구에서 살펴보았던, 자기존중감, 신체전반 요인은 신체적 자기개념과 유사한 개념으로, 대학운동선수와 일반 학생들에게 신체전반에 만족을 매개하는 중요한 변수로 인식되고 있었다.

4. 결론

본 연구는 일반 체육대학 학생들과 대학운동선수들의 신체적 자기개념의 수준을 비교하기 위한 것이다. 연구결과, 첫째, 성별에 따라 신체적 자기개념의 차이는 건강($p=.039*$)과 근력($p=.003**$) 2개 요인에서 유의성을 보였다. 둘째, 일반학생과 운동선수 간 신체적 자기개념의 차이는 스포츠 유능감과 ($p=.039*$), 신체활동($p=.008**$) 2개 요인에서 유의성을 보였다. 셋째, 재학형태(운동선수, 일반학생)에 따라 신체적 자기개념의 평균 차이(주 효과)는 스포츠 유능감, 1개 요인에서만 나타났다. 넷째, 건강교육 수강 성적에 따라 신체적 자기개념의 평균의 차이(주 효과)는 스포츠 유능감, 체지방, 신체활동, 자기존중감, 유연성, 지구력, 신체전반 7개 요인에서 나타났다. 다섯째, 재학형태와 건강교육 성적 간의 주 효과 및 상호작용 효과는 스포츠 유능감, 외모, 지구력, 신체전반 4개의 요인에서 나타났다. 연구결과를 종합하면, 신체적 자기개념에서 건강과 근력요인에서 남녀의 차이가 여전히 존재하고 있었으며, 운동선수가 신체활동 수준에서, 일반 학생이 스포츠 유능감 요인에서 각각 높은 수준을 보여주었다. 재학형태(운동선수, 일반학생)에 따라서는 스포츠 유능감 1개 요인을 제외하고 모든 요인에서 주효과가 나타나지 않아 두 집단의 차이는 없는 것으로 판단된다. 건강교육 취득점수에 따른 신체적 자기개념에서 주효과는 외모, 건강, 근력 3개 요인을 제외하고 모든 요인에서 주효과를 나타내어 체육대학 내 전공필수과목인 건강교육의 중요성을 알 수 있었다. 연구결과를 바탕으로 체육대학내 일반학생들과 대학운동선수들의 건강교육과 실습과목 교육과정의 중요성은 강조되고 있으며, 지식의 앎과 실천이 연결되는 생활형 교육과정으로 발전하기를 기대한다.

References

- [1] D. S. Yang, Verification of Structural Equation Model between College Student Participation Motivation, Leisure Satisfaction and Leisure Continuation Intention, *Journal of the Korean Society of Leisure and Recreation*, (2011), Vol.35, No.3, pp.17-27.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A106100494>
- [2] S. H. Kim, C. H. Sung, Relationship between physical self-concept and quality of life in elderly exercise participants, *Journal of Sports Science*, (2021), Vol.33, pp.7-19.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A108207846>
- [3] M. S. Park, S. T. Hong, K. H. Yang, Niche physical activity for elementary school students Self-awareness and physical self-development according to program participation concept effect, *Journal of the Korean Society of Elementary Physical Education* (2015), Vol.21, No.2, pp.57-68.
Available from: <https://scholar.kyobobook.co.kr/article/detail/4050025421221>
- [4] S. I. Choi, C. H. Jung, B. J. Kim, Development of Scales to Measure Physical Self-Concept in Adolescents, *Journal of the Korean Society of Sports Psychology*, (2005), Vol.16, No.2, pp.169-188.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A75483979>
- [5] S. I. Kim, Physical self-concept according to health awareness and exercise participation, *Journal of the Korea Sports Research*, (2004), Vol.15, No.5, pp.3-18.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A45040816>
- [6] Y. S. Kim, Relationship among Leisure Experience, Physical Self-Concept and Job Satisfaction of Intra Company Sport Club Participants, *Journal of the Korea Physical Education*, (2017), Vol.56, No.1, pp.573-588.
Available from: <http://dx.doi.org/10.23949/kjpe.2017.01.56.1.42>
- [7] D. K. Lee, W. S. Eom, S. T. Park, K. O. An, The Study on Change of Body Composition and Physical Fitness to Participation in Health Education of the Students in University of Education, *Journal of Korea elementary education*, (2011), Vol.21, No.1, pp.147-156.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A99945290>
- [8] C. S. Lee, The relationship between participation in sports activities and physical self-concept in high school students, *Journal of the Korean Society of Physical Education*, (2005), Vol.11, No.2, pp.11-22.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A100116783>
- [9] N. Bouchet, F. Falk, The relationship among giftedness, gender, and over excitability, *Gifted Child Quarterly*, (2001), Vol.45, No.4, pp.260-267.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/001698620104500404>
- [10] I. S. Nam, S. H. Lim, K. B. Lee, S. G. Kim, K. H. Kim, The effect of tennis club members' achievement goal orientation on physical self-efficacy and exercise commitment, *Journal of the Korean Society of Physical Education*, (2009), Vol.37, No.2, pp.1585-1595.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A100578606>
- [11] S. S. Huh, T. J. Chun, Relationship between Symbolic Consumption Propensity, Exercise Participation Level, Sports Confidence, and Exercise Addiction of Participants in Sports for All *Journal of the Korean Society of Physical Education*, (2011), Vol.50, No.3, pp.189-201.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A106547923>
- [12] H. J. Sim, Relationship between achievement goal propensity and physical self-efficacy in physical education college students, Chung-Ang University, Graduate School of Education, Master Thesis, (2011)
- [13] S. J. Youn, T. S. Chang, Investigation of the effects of elite athletes' grit and positive psychological capital on multidimensional sports confidence, *Journal of Korean Women's Sports Association*, (2021), Vol.35, No.1, pp.53-68.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A107338212>
- [14] C. H. Shin, D. J. Kim, J. K. Oh, College Athletes' Recognition of Studying Student Athlete Support Project, *Journal of the Korean Association of Sport Pedagogy*, (2011), Vol.18, No.3, pp.39-54.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A102073824>

- [15] Y. G. Kim, K. H. Choi, The Relationship between Sports Confidence, Exercise Commitment, and Exercise Continuation Intention of Student Athletes, *Journal of the Korean Society of Physical Education*, (2016), No.65, pp.389-398.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A102029185>
- [16] E. K. Kim, Dietary habits and health management practices according to the nutritional knowledge level of physical education students, Gachon University Graduate School of Education, Master Thesis, (2019)
- [17] E. J. Im, J. H. Ha, G. J. Lee, The Effects of College Student Body Image on Diet Behavior and Appearance Management Behavior, *Journal of Korean Design Culture Society*, (2017), Vol.23, No.1, pp.502-511.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A103042780>
- [18] I. K. Park, Y. H. Kim, The Effects of Exercise Knowledge and Perception of Health Risk on Physical Activity in College Students, *Journal of Korea Sports Association*, (2019), Vol.17, No.2, pp.163-177.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A106256187>
- [19] H. J. Kim, C. H. Oh, The Effects of Sports Enthusiasm on Self-Efficacy and Psychological Happiness of Taekwondo Participants in Sports for All, *Journal of National Taekwondo Research*, (2016), Vol.7, No.4, pp.231-252.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A102554848>
- [20] N. I. Kim, Relationship between lifestyle related education during growth period and height, body composition and flexibility of complex exercise participants, *Journal of the Korean Society for Developmental Development*, (2011), Vol.19, No.1, pp.15-24.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A103526430>
- [21] S. J. Shin, Differences in basic physical fitness according to participation in sports health fitness classes among college students, Daejeon University Graduate School, Master Thesis, (2017)
- [22] S. H. Jeon, K. H. Kim, N. W. Kim, Mediating Effect of Self-Esteem in the Relationship between Physical Satisfaction and Psychological Happiness in College Students, *Journal of School Physical Education Research Institute*, (2018), Vol.6, No.1, pp.33-44.
Available from: <http://www.riss.kr/link?id=A105341275>