

융복합을 활용한 교양체육수업에 따른 재미요인, 수업만족 및 운동지속행동의 관계

김동환, 신이수
한양대학교 생활스포츠학과

Relationship between Cultural Physical Education Class of Enjoyment Factor, Class Satisfaction and Exercise Continuation Behavior Through Convergence

Dong-Whan Kim, Lee-Soo Shin
Dept. of Sports & Well-Being, Hanyang University

요 약 본 연구는 교양체육수업의 재미요인, 수업만족과 운동지속행동의 관계를 규명하고자 하였다. 이를 위해 경기도에 속한 4개 대학 학생을 대상으로 300부의 설문지를 회수하여 연구 자료로 사용이 가능한 275부를 분석에 사용하였다. 분석을 위해 통계프로그램은 PASW 18.0 프로그램을 이용하여 각 요인에 대한 기술통계를 제시하였으며 요인추출 및 문항 내적 일관성 확인을 위해 탐색적 요인분석중 주성분분석과 베리맥스 회전 방식을 선택하였다. 신뢰도 분석에는 크론바 알파를 통해 신뢰도를 확인하였다. 교양체육수업의 재미요인, 수업만족과 운동지속행동 요인에 대해서는 다중회귀분석을 실시하여 관계를 규명하고자 하였으며, 다음과 같은 결론을 얻었다. 첫째, 교양체육수업의 재미요인 중 교수행동, 체육성적, 체육환경, 운동능력, 운동지속행동에 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다. 둘째, 교양체육수업의 수업만족 중 운동지속행동에 영향을 주는 것은 교수행동, 체육성적 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

주제어 : 융복합, 교양체육수업, 재미요인, 수업만족, 운동지속행동

Abstract This study is to identify the relationship between cultural physical education class of enjoyment factor, class satisfaction, and exercise continuation behavior. For this purpose, 275 out of 300 copies of survey aimed at students in four universities located in Gyeong-gi province were used. PAWS 18.0 program was used for analysis to present descriptive statistics. Principal component analysis and rotation of Max Berry were used among exploratory factor analysis to check factor extraction and internal consistency. Cronbach's alpha was used for checking reliability. Multiple regression analysis was used to clarify the relationship between enjoyment factor, class satisfaction, and exercise continuation behavior of cultural physical education. These are the following conclusions. First, instructional behavior, grade in physical education, environment, and exercise ability among the enjoyment factors in cultural physical education class have a significant effect on persistence of exercise. Second, instructional behavior and grade in physical education are the factors of class satisfaction and the have a significant effect on persistence of exercise.

Key Words : Convergence, Cultural Physical Education Class, Enjoyment Factor, Class Satisfaction, Exercise Continuation Behavior

Received 31 July 2016, Revised 30 August 2016
Accepted 20 September 2016, Published 28 September 2016
Corresponding Author: Lee-Soo Shin
(Dept. of Sports & Well-Being, Hanyang University)
Email: sgslee2001@hanmail.net

ISSN: 1738-1916

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

대학생활은 학업적 성취뿐만 아니라 심리, 사회적 측면의 다양한 지식을 경험하고 많은 사회적 경험을 하는 시기라고 할 수 있다.

대학생활은 이와 같이 다양한 변화를 겪게 되는 인생의 전환기이며, 건강한 신체와 정신을 가진 건강한 사회인으로 육성하기 위해서는 대학에서의 교육방향이 매우 중요한 시기라고 할 수 있다[1].

대학교에서의 학교생활은 낭만적인 대학생활보다는 극심한 취업난을 겪고 있으며 이러한 환경 속에서 대학생들은 스트레스로 인하여 정신적, 신체적으로 고통을 받고 있으며 또한 운동부족으로 이어져 비만과 성인병 등의 건강에 나쁜 영향을 미치고 있다고 한다[2].

교양교육은 대학의 교육이념을 구현하는 중요한 교육과정이며 그중에서도 교양체육은 교양교육 과정 내에 속해있기 때문에 교육의 질과 직접 연결되어 있다고 볼 수 있다[3].

교양수업은 학생들에게 대학생활을 영위하는데 있어서 교육의 질을 한층 더 높여주며 나아가 여가생활을 즐기며 원만한 대인관계를 유지하는데 중요한 역할을 하며 그 중에서도 교양체육은 다양한 스포츠 종목을 선택하여 학생들에게 보다 더 유익한 교양과목을 폭넓게 선택하고 참여 할 수 있다[4].

대학생 시기의 체육활동은 신체활동뿐만 아니라 지적, 정서적, 사회적 활동까지 포함한 전인교육으로 신체활동을 통한 체력증진과 건강유지뿐만 아니라 스트레스 해소, 원만한 대인관계 형성, 인성발달 등의 효과를 얻을 수 있으며[5], 대학교에서 교양체육수업을 통해서 다양한 종목의 운동종목의 기술과 이론을 통해 배우며[6], 교양체육을 통해서 다양한 스포츠 종목에 대한 만족감을 느끼는 것으로 나타났다[7].

교양체육은 과거에는 신체활동을 통해 건강을 유지, 증진시키는데 중점을 두었다면 최근에는 개인의 신체적 성과 평생 여가를 즐길 수 있으며 졸업 후 건강하고 즐거운 삶을 즐길 수 있는 건강관리와 여가활동 스포츠로 자리매김하고 있다[8,9].

교양체육수업은 평소 개인이 하고자했던 신체활동을 자율적으로 선택하여 듣기 때문에 참여 동기와 수업만족도가 높게 나타나 교양체육수업의 인기 또한 높게 나타

나고 있으며 행복감을 경험하는데 긍정적인 영향을 미친다고 보고되고 있다[10].

대학에 있어서의 교양체육의 역할은 대학 내에서의 사회성과 스포츠 활동을 체험하여 건강을 유지, 증진하고 도덕성을 함양하여 풍요로운 대학생활을 영위하는데 목적이 있고 이를 통하여 평생체육으로 이어져 삶의 질을 높이는데 기여한다고 하였으며[11], 신체활동을 통하여 건강하고 바람직한 사회성과 도덕성이 요구되고 생활을 윤택하게 할 뿐만 아니라 바람직한 인간육성과 미래의 지도자로서의 가치 있는 삶에 중점을 두고 있다고 하였다[12].

재미는 개인의 스포츠 활동에 대한 즐거움과 좋아함 등의 긍정적인 정서반응이며[13], 스포츠 활동을 지속시키는 핵심요인 가운데 하나로 일상생활과 특정 활동 속에서 ‘재미’ 라는 사회·심리적 측면을 중요시 한다[14]. 재미는 신체활동을 통한 긍정적인 심리적 효과와 함께 운동의 지속적인 행동을 이끄는 효과를 가지고 있다고 보고하고 있다[15].

재미요인은 운동에 대한 욕구나 운동을 지속할 수 있도록 하는 주요 요인으로 작용한다고 볼 수 있으며, 스포츠 활동에 대한 동기와 스포츠 참가 및 활동을 지속시켜 스포츠의 지속적인 참여를 결정짓는 중요한 역할을 하고 있다[16].

수업만족이란 수업의 상황에서 효율적으로 주위의 환경과 잘 적응해 정서적으로나 상호적으로 어려움을 겪지 않고 수업상황에서 개인의 욕구를 충족시킬 수 있는 정도로 학생의 성취 반응이므로 정해진 수준 이상으로 학생의 기대를 충족하는 것을 의미하고[17], 수업만족은 학생들이 학습활동에서 성취, 인정, 보상 등을 얻을 수 있으며, 개인의 감성 및 가치체계에 따라 다르게 나타날 수 있다[18].

이처럼 교양체육수업의 만족도에서 볼 수 있듯이 대학생들의 체육활동에서 신체적 만족뿐만 아니라 사회적·심리적 만족의 충족감이 나타났다고 보고되고 있다[19].

교양체육수업에서 학생들이 지속적 참여와 열정적인 참여를 하려면 수업에서의 재미를 찾게 해야 한다. 하지만, 교양체육수업에서 학생들이 재미를 느끼지 못한 상태에서는 수동적인 학습태도를 보일 것이 자명하므로 재미와 학습태도의 연결고리가 맞춰질 때 의미 있는 체육수업이 가능하게 될 것이다[20].

따라서 이 연구는 이러한 대학에서 교양체육수업이 재미요인과 수업만족 및 운동지속의사의 관계를 조사 분석함으로써 대학에서 융·복합 소양과 인성을 길러주는 교양체육수업의 발전 및 활성화를 위한 기초자료를 제공 하는데 연구의 목적이 있다.

2. 연구 방법

2.1 연구 대상

본 연구의 대상자는 경기도 소재 대학교에서 교양체육수업을 수강한 대학생을 대상으로 실시하였다. 총 4대학에서 300부의 설문지를 배부하여 회수된 275부의 설문지를 대상으로 분석하였다. 조사된 설문지 중 문항 무응답에 대해서는 결측값으로 처리하였다. 분석대상자의 신체적 특성은 <Table 1>과 같다.

<Table 1> Physical characteristics of the subjects

Variables	Division	M±SD	
		Sample size(n)	Ratio(%)
Sex	Male	163	59.27
	Female	112	40.73
Major	Humanities and social science	88	32.00
	Natural science and engineering	113	41.09
	Art and physical education	74	26.91
Grade	Grade 1	35	12.73
	Grade 2	112	40.73
	Grade 3	103	37.45
	Grade 4	25	9.09
Total		275	100.00

2.2 조사도구

본 연구를 위해 사용된 설문지는 이론적 근거와 선행 연구를 토대로 구성하였으며, 전문가 집단(교수, 스포츠심리학전공 박사, 스포츠교육학전공 박사)의 의견을 반영하여 구성하였다. 재미요인 설문지는 고등학생용 체육수업 재미요인 설문지(Physical Education Class Enjoyment Source Questionnaire: PCESQ)를 [21,22]이 대학생의 교양체육에 맞게 수정 보완한 설문지를 이용하였다. 재미요인의 하위요인은 4개의 요인으로 총 13문항으로 신체적 정신적 건강, 성취의 기쁨, 사회적 함양, 수업의 용이

성으로 구성하였다. 척도는 5점 Likert척도로 “1점 전혀 그렇지 않다, 2점 그렇지 않다, 3점 보통이다, 4점 그렇다, 5점 매우 그렇다.”로 구성하였다.

체육수업만족은 [23,24,25]의 연구에서 사용된 설문지를 수정, 보완하여 4개의 요인으로서 교수행동, 체육성적, 체육환경, 운동능력으로 총 16문항으로 구성되었다. 척도는 5점 Likert척도로 “1점에 매우 그렇지 않다, 2점 그렇지 않다, 3점 보통이다, 4점 그렇다, 5점에 매우 그렇다”로 구성하였다.

운동지속행동 설문지는 [26,27]이 사용한 설문지로 단일차원으로 두 개의 문항으로 구성하였으며, 5점 척도 5점수가 높을수록 운동지속행동이 높다고 할 수 있다.

2.3 설문지의 타당도 및 신뢰도

본 연구에 사용된 설문지의 타당도 검증을 위해 전문가 집단의 내용적 타당도를 검증하였으며, 통계프로그램을 이용하여 탐색적 요인 분석을 실시하였다. 타당도 검사에서 내용적 타당도와 수리적 타당도가 일관되게 유지되었다.

구체적으로 Bartlett의 단위행렬 점검을 통해 요인의 독립성 검정을 실시하였으며 KMO의 표본적합도 MSA를 통해 분석된 요인분석결과에 대한 적합성을 판단하였다.

탐색적 요인분석의 요인추출 방식은 주성분 분석을 실시하였으며, 요인회전 방식은 베리맥스 방식으로 최종 요인을 추출하였다. 아이겐벨류는 1.0이상을 기준으로 하였으며, 요인 로딩 값은 .4를 기준으로 요인을 추출하였다.

교양체육수업의 재미요인에 대한 탐색적 요인분석 결과는 <Table 2>와 같다. <Table 2>에 의하면 Bartlett의 단위행렬은 1387.471이고 p=.001로 나타났으며, KMO의 MSA는 .802으로 나타나 요인분석의 결과는 적절한 것으로 판단할 수 있다.

요인분석을 통해 13문항을 4개의 요인으로 추출하였으며, 전체변량은 68.671%를 설명하는 것으로 나타났다. 각 요인의 로딩 값은 신체적, 정신적 건강은 .727, 성취기쁨은 .691, 사회성함양은 .720, 수업용이성은 .752 이상의 로딩 값을 나타냈다.

<Table 2> Exploratory Factor Analysis of Enjoyment Factors

Bartlett's the unit matrix($X^2=1387.471$, $df=78$, $p=.001$)				
Kaiser-Meyer-Olkin MSA=.802				
Question	Enjoyment			
	Physical, mental health	Joy of accomplishment	Development of social	Ease of class
Question 1	.901	.084	.090	.082
Question 2	.887	.059	.051	.029
Question 3	.837	.210	.046	.118
Question 4	.727	.282	.193	.012
Question 1	.154	.852	.129	.101
Question 2	.171	.770	.174	.021
Question 3	.193	.691	.350	.056
Question 1	.066	.145	.826	.027
Question 2	.109	.216	.775	.212
Question 3	.099	.173	.720	.038
Question 1	.109	.136	.077	.784
Question 2	.014	.051	.035	.781
Question 3	.056	.033	.133	.752
Eigenvalue	2.958	2.050	2.046	1.872
Distributed(%)	22.757	15.772	15.739	14.403
Cumulative(%)	22.757	38.529	54.268	68.671

<Table 3>은 교양체육수업의 수업만족에 대한 탐색적 요인분석은 결과이다. Bartlett의 단위행렬은 1020.810 이고 $p=.001$ 로 나타났으며, KMO의 MSA는 .790로 나타나 요인분석의 결과는 적절한 것으로 나타났다.

<Table 3> Exploratory Factor Analysis of Class Satisfaction

Bartlett's the unit matrix($X^2=1020.810$, $df=120$, $p=.001$)				
Kaiser-Meyer-Olkin의 MSA=.790				
Question	Class Satisfaction			
	Teaching Behaviors	Physical Education Record	Physical Environment	Exercise capacity
Question 1	.760	.090	.045	.024
Question 2	.727	.083	.066	.206
Question 3	.674	.184	.258	.049
Question 4	.671	.090	.312	.038
Question 5	.654	.049	.317	.102
Question 1	.078	.826	.113	.073
Question 2	.108	.720	.140	.044
Question 3	.032	.684	.083	.157
Question 4	.109	.556	.315	.084
Question 1	.196	.056	.774	.015
Question 2	.232	.130	.773	.001
Question 3	.279	.320	.509	.025
Question 1	.164	.070	.072	.734
Question 2	.048	.047	.126	.714
Question 3	.088	.183	.057	.689
Question 4	.093	.096	.037	.566
Eigenvalue	2.685	2.209	2.018	1.940
Distributed(%)	16.779	13.808	12.612	12.125
Cumulative(%)	16.779	30.587	43.199	55.324

수업만족의 요인분석은 20문항을 4개의 요인으로 추출하였으며 추출과정에서 4개의 문항을 삭제하였다. 각 문항을 삭제하여도 요인 로딩 값에 큰 변화가 없었고 응답자의 일관성을 확보하였다고 판단하였다. 요인분석결과 전체변량은 55.324%를 설명하는 것으로 나타났다. 각 요인의 로딩 값은 교수행동 .654, 체육성적은 .556, 체육 환경은 .509, 운동능력은 .566이상으로 나타났다.

교양체육수업의 재미요인과 수업만족 요인의 신뢰도 분석결과는 <Table 4>와 같다.

재미요인의 신뢰도 계수는 .675~.884로 나타났으며, 체육수업만족의 신뢰도 계수는 .621~.777로 나타나 전반적으로 적절한 신뢰도를 나타냈다.

<Table 4> The reliability analysis for each of the factors

Variable	Factors	Cronbach'a
Enjoyment	Physical, mental health	.884
	Joy of accomplishment	.768
	Development of social	.733
	Ease of class	.675
Class Satisfaction	Teaching Behaviors	.777
	Physical Education Record	.692
	Physical Environment	.701
	Exercise capacity	.621

2.4 자료처리

본 연구는 교양체육수업을 통해 재미요인과 수업만족, 운동지속행동의 관계를 규명하고자 하였다. 이를 위해 PASW 18.0 통계프로그램을 이용하여 각 요인에 대한 기술통계를 제시하였으며 요인추출 및 문항 내적 일관성 확인을 위해 탐색적 요인분석과 신뢰도분석을 실시하였다. 교양체육수업의 재미요인과 수업만족, 재미요인과 운동지속의사, 수업만족과 운동지속의사의 관계를 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 각 유의수준은 $\alpha=.05$ 에서 실시하였다.

3. 연구 결과

3.1 교양체육수업의 재미요인과 교수행동의 관계

교양체육수업의 재미요인과 교수행동의 관계에 대한 다중회귀분석결과 <Table 5>와 같다. <Table 5>에 의

하면 재미요인과 교수행동에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것을 나타냈다. $F=455.616$, $P<.001$, 성취기쁨의 상대적 영향력은 $\beta=.064$, 사회성 함양의 상대적 영향력은 $\beta=.899$, 수업 용이성의 상대적 영향력은 $\beta=.899$ 로 영향을 주는 것으로 나타났으며, 교양체육수업의 재미요인과 교수행동에 대한 설명력은 87.1%로 나타났다.

<Table 5> The effect of enjoyment on teaching behaviors

Variable	b	SEB	β	t	p
Physical, mental health	.008	.020	.009	.383	.702
Joy of accomplishment	.055	.023	.064	2.428	.016
Development of social	.075	.021	.899	3.543	.001
Ease of class	.854	.021	.899	40.122	.001
$F=455.616<.001$, $R^2=.871$					

3.2 교양체육수업의 재미요인과 체육성적의 관계

<Table 6>은 교양체육수업의 재미요인과 체육성적의 관계에 대한 다중회귀분석결과이다. 재미요인과 체육성적에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것을 나타냈다. $F=9.635$, $P<.05$, 교양체육수업의 재미요인과 체육성적에 대한 설명력은 87.1%로 나타났다. 구체적으로 신체적, 정신적 건강의 상대적 영향력은 $\beta=.214$, 수업용이성의 상대적 영향력은 $\beta=.187$ 으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

<Table 6> The effect of enjoyment on physical education record

Variable	b	SEB	β	t	p
Physical, mental health	.179	.053	.214	3.408	.001
Joy of accomplishment	.062	.058	.073	1.061	.290
Development of social	.026	.054	.031	.471	.638
Ease of class	.175	.055	.187	3.195	.002
$F=9.635<.01$, $R^2=.125$					

3.3 교양체육수업의 재미요인과 체육환경의 관계

<Table 7>은 교양체육수업의 재미요인과 체육환경의 관계에 대한 다중회귀분석결과이다. 재미요인과 체육환경에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것을 나타냈다. $F=22.502$, $P<.001$ 로 교양체육수업의 재미요인과 체육환경에 대한 설명력은 25.0%로 나타났다. 구체적으로 성취

기쁨의 상대적 영향력은 $\beta=.138$, 수업용이성의 상대적 영향력은 $\beta=.429$ 로 영향을 주는 것으로 나타났다.

<Table 7> The effect of enjoyment on physical education environment

Variable	b	SEB	β	t	p
Physical, mental health	.082	.054	.089	1.532	.127
Joy of accomplishment	.128	.059	.138	2.160	.032
Development of social	.009	.055	.009	.155	.877
Ease of class	.443	.056	.429	7.934	.001
$F=22.502<.001$, $R^2=.250$					

3.4 교양체육수업의 재미요인과 운동능력의 관계

교양체육수업의 재미요인과 운동능력의 관계에 대한 다중회귀분석결과 <Table 8>와 같다. <Table 8>에 의하면 재미요인과 운동능력에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것을 나타냈다. $F=3.042$, $P<.05$, 신체적, 정신적 건강의 상대적 영향력은 $\beta=.175$, 성취기쁨의 상대적 영향력은 $\beta=.215$ 로 영향을 주는 것으로 나타났으며, 교양체육수업의 재미요인과 운동능력에 대한 설명력은 4.3%로 나타났다.

<Table 8> The effect of enjoyment on exercise capacity

Variable	b	SEB	β	t	p
Physical, mental health	.152	.057	.175	2.666	.008
Joy of accomplishment	.188	.063	.215	2.986	.003
Development of social	.046	.059	.053	.774	.440
Ease of class	.008	.059	.009	.141	.888
$F=3.042<.05$, $R^2=.043$					

3.5 교양체육수업의 재미요인과 운동지속행동의 관계

교양체육수업의 재미요인과 운동지속행동의 관계에 대한 다중회귀분석결과 <Table 9>와 같다. <Table 9>에 의하면 재미요인과 운동지속행동에 있어 영향을 미치는 것을 나타냈다. $F=62.524$, $P<.01$, 신체적, 정신적 건강의 상대적 영향력은 $\beta=.113$, 성취기쁨의 상대적 영향력은 $\beta=.260$, 사회성함양의 상대적 영향력은 $\beta=.394$, 수업용이성의 상대적 영향력은 $\beta=.204$ 로 영향을 주는 것으로 나

타났으며, 교양체육수업의 재미요인과 운동지속행동에 대한 설명력은 49.1%로 나타났다.

<Table 9> The effect of enjoyment on processes of exercise behaviors

Variable	b	SEB	β	t	p
Physical, mental health	.105	.045	.113	2.343	.020
Joy of accomplishment	.243	.050	.260	4.900	.001
Development of social	.362	.046	.394	7.798	.001
Ease of class	.217	.047	.209	4.649	.001
F=62.523<.01, R ² =.481					

3.6 교양체육수업의 수업만족과 운동지속행동의 관계

<Table 10>은 교양체육수업의 수업만족과 운동지속행동의 관계에 대한 다중회귀분석결과이다. 수업만족과 운동지속행동에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것을 나타냈다. F=14.592, P<.01, 교양체육수업의 수업만족과 운동지속행동에 대한 설명력은 17.8%로 나타났다. 구체적으로 교수행동의 상대적 영향력은 $\beta=.303$, 체육성적의 상대적 영향력은 $\beta=.190$ 으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

<Table 10> The effect of class satisfaction on processes of exercise behaviors

Variable	b	SEB	β	t	p
Teaching Behaviors	.332	.069	.303	4.808	.001
Physical Education Record	.210	.065	.190	3.252	.001
Physical Environment	.053	.065	.053	.821	.412
Exercise capacity	.034	.059	.032	.572	.568
F=14.592<.01, R ² =.178					

4. 논의

본 연구는 교양체육수업을 수강한 대학생들을 대상으로 교양체육수업이 재미요인, 수업만족과 운동지속행동의 관계를 살펴보았으며, 분석한 결과를 선행연구를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

수업만족 요인은 재미 요인에 의하여 영향을 받고, 동시에 운동지속의지에 영향을 미친다[28].

첫 번째, 재미요인과 수업만족에 관한 선행연구를 살

펴보면, 오병돈[29]은 체육수업 재미요인과 체육수업 만족요인이 유의한 영향을 미쳤다고 보고하였으며 재미있고 즐겁게 참여할 수 있는 수업지도가 이루어지고, 수업만족도와 밀접한 관계가 있는 교육과정 및 체육시설을 확보한다면 수업만족도 뿐만 아니라 수업의 효율성도 증가될 수 있을 것이라고 보고하였다.

오광수[30]는 체육수업 재미요인과 수업만족이 유의한 상관관계이고, 체육수업 재미요인이 수업만족에 유의한 영향을 미친다고 보고하였다.

김정목[31]은 대학교양체육 재미요인과 체육 학습태도 및 수업만족도의 관계를 연구하여 대학 교양체육 재미요인이 수업만족도에 영향을 미치고 있음을 규명하였다.

본 연구에서 교양체육수업의 재미요인과 수업만족도의 교수행동, 체육성적, 체육환경, 운동능력에 있어 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

체육 프로그램에 대한 만족도는 여러 요인에 의해서 결정되지만 일반적으로 교육 내용, 지도자, 교육시설 환경 등에 대한 기대와 욕구가 얼마나 충족되었느냐에 따라서 결정되므로[32], 교양체육수업에 재미를 느끼게 하여 수업만족도를 높여 신체적, 사회적, 심리적 건강을 도모하고 삶의 질을 향상시켜 줄 수 있는 다양한 교양체육수업이 제공되어야 할 것으로 사료된다.

두 번째, 재미요인과 운동지속행동에 관한 선행연구를 살펴보면, 임중은[33]은 교대 교양체육수업의 재미요인이 운동지속에 긍정적인 영향을 미쳤다고 보고하였으며 운동 능력이 우수하다고 인지하고 있는 집단이 수업에 대하여 재미있어 하고 운동에 지속적으로 참여하는 것으로 보여 진다고 하였다.

김우기와 김원기[34]는 수영종목 참여자를 대상으로 한 연구에서 재미요인은 운동지속에 긍정적인 영향을 미치며, 이상덕[35]은 축구 동호인을 대상으로 한 연구에서 재미요인은 운동지속에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다.

김범준과 최석환[36]은 교양체육 수업에서 낙후된 교육환경은 학습내용의 효율성과 교육의 질을 저하시키는 원인이 된다고 보고하였다.

본 연구에서 교양체육수업의 수업만족 중 운동지속행동에 영향을 주는 것은 교수행동, 체육성적 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 고등

학교 체육수업의 재미요인이 운동지속에 미치는 영향에 대해서는 재미요인 중 저서전환, 건강발달, 사회성 함양이 운동지속에 유의한 영향을 미친다는 연구결과[37]와 신체적, 정신적 건강과 수업의 용이성이 클수록 운동지속의지가 높다는 연구결과[38]와 유사한 것으로 나타났다.

장익영과 안찬우[39]의 연구에서는 참가자들이 스포츠 자신감을 높게 인식할수록 교양체육수업에 대한 열정이 높고 재참여의도가 높은 것으로 나타났으며 수업을 통하여 재미를 느끼기 되면 운동을 지속하게 될 수 있다고 하여 즐거움을 유발할 수 있는 프로그램을 개발하는 것이 중요하다고 보고하여 본 연구 결과를 부분적으로 지지해주고 있다고 생각된다.

따라서, 재미요소와 수업만족도가 높아질수록 교양체육수업에 참여하는 학생들의 운동지속행동에 긍정적인 영향을 미친다고 사료되며 재미요소, 수업만족도를 높일 수 있는 다양한 프로그램, 도구 및 요인 등을 개발함으로써 교양체육수업의 지속적인 참여를 유도해야 할 것이다.

5. 결론

본 연구는 교양체육수업의 재미요인, 수업만족과 운동지속행동의 관계를 규명하고자 하였다. 이를 위해 경기도에 속한 4개 대학 학생을 대상으로 300부의 설문지를 회수하여 연구 자료로 사용이 가능한 275부를 분석에 사용하였다. 분석을 위해 통계프로그램은 PASW 18.0 프로그램을 이용하여 각 요인에 대한 기술통계를 제시하였으며 요인추출 및 문항 내적 일관성 확인을 위해 탐색적 요인분석중 주성분분석과 베리맥스 회전 방식을 선택하였다. 신뢰도 분석에는 크론바 알파를 통해 신뢰도를 확인하였다. 교양체육수업의 재미요인, 수업만족과 운동지속행동 요인에 대해서는 다중회귀분석을 실시하여 관계를 규명하고자 하였으며, 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 교양체육수업의 재미요인 중 교수행동에 영향을 주는 것은 성취기쁨, 사회성함양, 수업용이성 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

둘째, 교양체육수업의 재미요인 중 체육성적에 영향을 주는 것은 신체적, 정신적 건강, 수업용이성 요인이 유의

한 영향력을 주는 것으로 나타났다

셋째, 교양체육수업의 재미요인 중 체육환경에 영향을 주는 것은 성취기쁨, 수업용이성 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

넷째, 교양체육수업의 재미요인 중 운동능력에 영향을 주는 것은 신체적, 정신적 건강, 성취기쁨 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

다섯째, 교양체육수업의 재미요인 중 운동지속행동에 영향을 주는 것은 신체적, 정신적 건강, 성취기쁨, 사회성함양, 수업용이성 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

여섯째, 교양체육수업의 수업만족 중 운동지속행동에 영향을 주는 것은 교수행동, 체육성적 요인이 유의한 영향력을 주는 것으로 나타났다.

본 연구는 대학교양체육수업의 재미요인을 찾고 수업만족을 높일 수 있는 요인에 목적을 두었다. 뿐만 아니라 교양체육수업을 통해 일상에서도 운동에 대한 지속적인 행위를 이끌어 내하고자 하는 것도 중요하다고 판단하였다.

하지만 전체 대학생을 대상으로 표본설계를 실시하지 못해 연구의 내용을 적용 하는 데는 일정한 제한이 있다. 또한 본 연구에 적용된 설문지 외에도 관련 연구에 다양한 설문지가 사용되고 있는 것도 현실이다. 이러한 관점에 비추어 체육수업과 관련된 설문지에 대한 타당성 검증에 관한 연구도 필요할 것으로 판단된다.

REFERENCES

- [1] S. M. Kwon, "Second Half of Life Campus Life." Seoul, Hakjisa, 2010.
- [2] J. E. Lim. "The Effect of the Fun Factor of the Liberal Physical Education Class in Educational College on Commitment Experience and Exercise Adherence," Korean Journal of Sports Science, Vol. 22, No. 3, pp. 655-668, 2013.
- [3] M. Y. kim, "An Analysis of the Present Condition for Physical Education Class as a General Education in Several National Universities in Korea," Journal of Marine Sport Studies, Vol. 3, No. 2, pp. 41-46, 2013.

- [4] D. W. Kim, D. H. Ro. "Motivation of the participants according to the liberal Ski goal orientation, Class satisfaction, impact on exercise adherence," *Korean Journal of Sports Science*, Vol. 21, No. 2, pp. 785-794, 2012.
- [5] S. W. Park. *Modern Living & Sport*. Seoul, Taehakwon, 2011.
- [6] M. S. Kim, C. J. Kim. "The Relationships among Class Stress, Class Satisfaction, and Intention to Continuance of University Student Participating Golf Class," *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 45, No. 1, pp. 479-490, 2011.
- [7] Y. R. Lee. "The relationships between class stress and class satisfaction in university gymnastic class," *Korean Journal of Sports Science*, Vol. 23, No. 5, pp. 1051-1059, 2014.
- [8] S. J. Han, S. H. Lee, "A study on structural relations among the social support, self-esteem, and college life adjustment of college students participating in convergence leisure sports activities," *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13. No. 8, pp. 515-523, 2015.
- [9] J. Y. Lee, M. S. Kim, S. H. Lee, "Effects of fitness management class for wellness convergence-based on fitness, obese indices, metabolic syndrome factors-," *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13. No. 5, pp. 329-336, 2015.
- [10] H. J. Park, Y. H. Seo. "Analysis on the Relation among Mental Motive, Immersion Experience and Satisfaction with the Class of Participants in Dance Sports of Humanistic Physical Education," *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, Vol. 15, No. 2, pp. 65-77, 2010.
- [11] J. E. Lim. "The Effect of the Fun Factor of the Liberal Physical Education Class in Educational College on Commitment Experience and Exercise Adherence," *Korean Journal of Sports Science*, Vol. 22, No. 3, pp. 655-668, 2013.
- [12] Ji-Soo Kook. "The Study on the inter personal relations disposition in accordance with the university students' participation motivation in physical education program," master's thesis, Graduate School of Sang Myung University, 2005.
- [13] Kimiecik, J. C., & Harris, A. T. "What id enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise psychology." *Journal of Sport & Exercise Psychology*, Vol. 18, pp. 247-263, 1996.
- [14] C. J. Kim, S. B. Son. " An Analysis of Model on Relationship among Self-discipline, Exercise-fun Factors and Athletics Outcomes of University Golf Athletes," *The Korean Journal of Physical Education*, Vol. 53, No. 2, pp. 41-52, 2014.
- [15] Hee-Bse Park. "Relationship among Fun Factor, Participation Satisfaction, and Intention to Re-Participation of University Students in Marine Sports Classes," master's thesis, Graduate School of Dankook University, 2005.
- [16] Scanlan, T. K., Stein. G. L., & Ravissa. K. "An in-depth study of former elite figure skaters: II. Sources of enjoyment," *Journal of sport & Exercise Psychology*. Vol. 11, pp. 65-83, 1989.
- [17] Hye-Hwa Kim. "A study on influence of motivation to participate in cultural physical education on class satisfaction and the intention to participate again," master's thesis, Graduate School of Kyung Hee University, 2011.
- [18] In-Soon Cha. "The Relationship of the Transformational Leadership of Homeroom Teachers to the Instructional Satisfaction of Students in Elementary School," master's thesis, Graduate School of Ewha Woman's University, 2006.
- [19] Gum-Joo Kim. "A Research of the University Students' Preference and Satisfaction on The general physical education program," master's thesis, Graduate School of Ewha Woman's University, 2000.
- [20] Sang-Sub Lee. "The Relationship among Participation Motivation, Commitment Experience, Class Satisfaction of Cultural Physical Education in College student's," master's thesis, Graduate School of Dankook University, 2003.
- [21] C. S. Jung, "A Source of Enjoy and Worry in

- University P. E. Course”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 22, pp. 129-142, 2004.
- [22] H. J. Kang, Y. J. Yoon, “The Relationships between Source of Enjoy and Worry in Elective Swimming Activity and Exercise Adherence Intention”, *Journal of Leisure & Wellness*, Vol. 1, No. 2, pp. 1-10, 2010.
- [23] Soon-Seog Kwon, “A Study on the middle School Students’ Satisfaction on P.E. Class According to the Teaching Pattern. master’s thesis, Graduate School of Konkuk University, 2001.
- [24] Jung-Eun Ji, “An Analysis into Physical Class Cognition of Middle School Students and Relation of Class Satisfaction. master’s thesis, Graduate School of Chonman National University, 2011.
- [25] Min-Joo Kim, “The Relationship between Middle School Students’ Physical Competence Information and Satisfaction with Physical Education Class. master’s thesis, Graduate School of Korea National University, 2013.
- [26] Ho-Young Yun, “Effects of Participation Motivation and Satisfaction Rate on Intension of Exercise Adherence in Sports Center Members. master’s thesis, Graduate School of Dankook University, 2011.
- [27] Hye-Gon Lee, “The effect of participants’ enjoyment factor in an elementary school students’ after-school physical education program that lead to the recognition of physical education and intent exercise adherence. master’s thesis, Graduate School of Kyung Hee University, 2012.
- [28] Baron, R. M., & Kenny, D. A. “The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, pp. 1173-1182, 1986.
- [29] B. D. Oh, “Relationship of University of Education Student’s Physical Education Class’s Fun Factor and Class Satisfaction,” *Korean Society For The Study Of Physical Education*, Vol. 19, No. 2, pp. 93-104, 2014.
- [30] Gwang-Soo Oh. “The effects of middle school’s P.E. class enjoyment on flow and satisfaction of learning,” master’s thesis, Graduate School of Chosun University, 2012.
- [31] J. M. Kim. “A Study on the Relationship between Fun Factor and Physical Education Learning Attitude, Classes Satisfaction of Physical Education in University,” *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, Vol. 15, No. 1, pp. 319-330, 2010.
- [32] W. G. Kim, M. J. Jeon, U. G. Kim. “The Relationship between Socio-demographics Characteristics and Educational Satisfaction of Lifeguard Participants,” *Korean journal of physical education*, Vol. 43, No. 2, pp. 27-33, 2004.
- [33] J. E. Lim, “The Effect of the Fun Factor of the Liberal Physical Education Class in Educational College on Commitment Experience and Exercise Adherence,” *Korean Journal of Sports Science*, Vol. 22, No. 3, pp. 655-668, 2013.
- [34] W. K. Kim, W. K. Kim. “Effect Of Swimming Participation’s Enjoyment Factors on Exercise Adherence and Life Satisfaction,” *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 56, No. 1, pp. 319-328, 2014.
- [35] S. D. Lee. “The Relationship of Enjoyment Factors of the Soccer Participation on Exercise Adherence, Exercise Addiction, Psychological Well-being,” *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol. 39, No. 2, pp. 811-822, 2010.
- [36] B. J. Kim, S. H. Choi. “The Relationship among Body Image, Enjoyment Factor and Health Concern for College Students Attended Physical Education,” *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, Vol. 18, No. 4, pp. 43-54, 2014.
- [37] S. J. Park, K. T. Kim, C. B. Park, S. Y. Shin, “The Effects of Fun Factors of High School Physical Class on Exercise Adherence,” *Korean Journal of Sports Science*, Vol. 23, No. 6, pp. 765-777, 2014.
- [38] H. J. Kang, Y. J. Yoon, “The Relationships between Source of Enjoy and Worry in Elective

Swimming Activity and Exercise Adherence Intention”, Journal of Leisure & Wellness, Vol. 1, No. 2, pp. 1-10, 2010.

- [39] I. Y. Chang, C. W. Ahn, "The relationship between sport confidence, exercise passion and re-participation intention of collegiate students participating in the snow ski-class," Journal of Digital Convergence, Vol. 14. No. 5, pp. 473-483, 2016.

김 동 환(Kim, Dong Whan)



- 1981년 2월 : 연세대학교 체육학 학사
- 1983년 1월 : 아이다호대학교 대학원 체육학 석사
- 1986년 5월 : 아이다호대학교 대학원 교육학 박사
- 1987년 3월 ~ 현재 : 한양대학교 생활스포츠학부 교수

- 관심분야 : 스포츠 교육학, 승마
- E-Mail : dwkim@hanyang.ac.kr

신 이 수(Shin, Lee Soo)



- 1999년 2월 : 한양대학교 경기지도과 학사
- 2004년 2월 : 한국교원대학교 체육교육과 교육학 석사
- 2011년 4월 ~ 현재 : 한양대학교 생활스포츠학과 박사수료
- 관심분야 : 스포츠 교육학, 리듬체조
- E-Mail : sgslee2001@hanmail.net