

# 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 미치는 영향

조민수  
청운대학교

## The Influence of Instructor's Attractiveness recognized by Participants in Community Sport on Instructing Effectiveness and Adherence

Min-Soo Cho  
Chungwoon University

요 약 이 연구는 생활체육참여자들이 인지하는 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 미치는 영향을 규명하기 하는데 목적이 있다. 이와 같이 이 연구에서 설정한 연구목적을 달성하기 위해 서울 및 경기도에서 생활체육활동에 참가하고 있는 회원 228명을 연구대상으로 하여 설문조사를 수행하였다. 수집된 자료는 SPSS 18.0 버전을 이용하여 기술통계 분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 상관분석, 그리고 회귀분석을 실시하여 검증하였다. 이러한 일련의 연구방법을 통해 얻어진 결과는 다음과 같다. 첫째, 생활체육 참여자들이 인지하는 지도자의 매력성은 지도효율성에 영향을 미친다. 둘째, 생활체육참여자들이 인지하는 지도자의 매력성은 참여자들의 운동지속수행에 영향을 미친다. 셋째, 생활체육참여자들의 지도효율성은 운동지속수행에 영향을 미친다.

주제어 : 생활체육참여자, 생활체육지도자, 매력성, 지도효율성, 운동지속수행

**Abstract** This study was to examine the influence of instructor's attractiveness recognized by participants in community sports on instructing effectiveness and adherence. In this research, 228 participants who participate in community sports in Seoul and Gyeonggi-do were collected and the collected data was analyzed by using SPSS 18.0 version. The results are as follows. First, the attractiveness of instructors recognized by participants in community sports has influence on the instructing effectiveness. Second, the attractiveness of instructors recognized by participants in community sports affects the adherence of participants. Third, the instructing effectiveness has an effect on the adherence of participants in community sports.

**Key Words** : Participants in community sports, Instructors in community sports, Attractiveness, Instructing effectiveness, Adherence

### 1. 서론

현대사회에서 물질적, 경제적 발전은 인간생활에 커다

란 변화를 발생시켜왔다. 이와 같은 변화는 사회를 구성하는 대중들의 건강문제를 야기해왔다. 다시 말하면, 적당한 신체활동에 참가하지 않는다면 건강을 유지할 수

Received 2 October 2017, Revised 2 November 2017  
Accepted 20 November 2017, Published 28 November 2017  
Corresponding Author: Min-Soo Cho (Chungwoon University)  
Email: ab9040@chungwoon.ac.kr

© 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.

ISSN: 1738-1916

없으며 더 나아가서는 다양한 만성질환들의 위험에 노출 되어질 수 있다는 것이다.

이와 같이 건강에 대한 관심은 대중들로 하여금 신체 활동에 대한 인식을 변화시켜 왔으며, 이는 생활체육 참가를 급격하게 증가시키는데 중요한 역할을 해왔다. 이러한 생활체육의 확대는 대중들의 스포츠에 대한 전문적인 지식에 대한 관심을 증가시켰다. 더불어 생활체육 참여자들은 체계적인 신체활동과 운동기능을 향상시키기 위해서 무던히도 노력하고 있다[1].

이러한 상황에서 생활체육 참여자들이 인식하는 지도자들의 매력성은 참여자들에게 매우 중요한 부분으로 부각되어지고 있다. 왜냐하면 지도자의 매력성은 외적으로 매력 있게 보이는 것 이외에 참여자들이 인식하는 지도자의 성격이나 지도자와 참여자간의 의사소통등 보이지 않는 요인들로 구성된 매우 복잡한 개념이기 때문이다. [2,3,4,5]. 특히, 자발적으로 생활체육에 참가하는 생활체육 참여자들에게 있어 지도자에 대한 매력성은 참여자들의 운동수행에 중요한 영향을 미칠 수 있기 때문이다[6]. 다시 말하면 생활체육을 지도하는 것을 넘어서 참가들과 상호작용 그리고 이를 통해 참여자들이 효율적으로 운동에 참가함으로써 운동수행을 지속시키는데 있어 중요한 역할을 한다는 것이다.

이와 같은 이유 때문에 최근에 지도자의 매력성에 대한 연구가 스포츠분야에서 활발하게 진행되고 있다 [7,8,9]. 노수연은 필라테스 지도자의 매력성을 통해 참여자들이 참가하는 스포츠활동에 대해서 긍정적으로 인식하도록 도우며, 궁극적으로 운동에 대한 효율을 증가시켜, 운동을 지속시킨다고 보고하고 있다[10,11]. 또한 박정환의 생활체육 지도자의 매력성이 참여자들에게 있어 지도자에 대한 인식을 더욱 전문적으로 형성하게 하도록 도우며, 이는 자신의 지도자에 대한 긍정적 인식을 갖게 하는데 있어 중요한 역할을 한다[12]. 무엇보다도 김경식은 생활체육 지도자의 매력성은 정기적으로 생활체육에 참가하는 운동지속의사에 중요한 영향을 미친다고 보고하고 있다. 무엇보다도 생활체육은 건강이나 자기개발 또는 자아만족과 같은 다양한 요구를 가지고 있는 참여자들이 참가하기 때문에 지도자는 참여자들과 친밀성, 호감성 그리고 유사성을 가지는 것이 중요하다.

이러한 지도자의 매력성에 대한 참여자들의 인지와 더불어, 실제 지도의 측면에서 지도자가 참여자에게 지

도한 내용이 효과적인가도 참여자들의 운동지속수행에 중요한 영향을 미친다[13]. 특히 매력성은 전문적인 지식과 기술과는 구별되는 요인이지만 지도능력, 회원관리능력과 밀접하게 연관되어져 있기 때문에 효과적으로 지도하기 위해서 간과해서는 안 되는 요인이다.

특히 생활체육현장은 앞에서 언급했던 것처럼 참여자들의 생활체육에 대한 관심 수준뿐만 아니라 인구통계학적으로 너무나도 다양한 계층으로 구성된 회원들로 인해 수준에 맞는 기능향상과 지도만족을 항상 유지해야 하는 공간이 되며 이는 참여자들의 운동수행지속과 밀접하게 연관된다. 다시 말하면 생활체육참여자들이 인지하는 지도자의 지도효율성은 참여자의 운동지속수행에 대한 바로미터가 될 수 있다는 것이다[14]. 하지만 지금까지 생활체육지도자의 매력성과 참여자의 운동지속수행의 관계를 규명한 연구들은 많이 진행되어져 왔지만 실제 지도자의 매력성이 참여자의 기능향상과 지도만족을 구성하는 지도효율성과의 관계를 통해 운동지속수행에 어떠한 영향을 미치는가에 대한 관계를 규명하려는 연구는 미비해왔다.

따라서 생활체육지도자와 참여자간의 긍정적인 상호작용요소로서 매력성과 지도효율성의 인과관계를 검증하고 더 나아가서 이 두 변인들이 어떻게 생활체육 운동지속수행에 영향을 미치는가를 실증적으로 규명하는 것은 매우 중요하다고 할 수 있다. 이에 본 연구에서는 생활체육참여자가 인식하는 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 어떠한 영향을 미치는가를 실증적으로 규명하는데 목적이 있으며 이를 위해서 다음과 같은 구체적인 연구문제를 설정하였다.

첫째, 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 참여자의 지도효율성에 영향을 미치는가? 둘째, 생활체육 참여자가 인식한 지도자의 매력성은 참여자의 운동지속수행에 영향을 미치는가? 셋째, 생활체육참여자가 인식한 지도자의 지도효율성은 참여자의 운동지속수행에 영향을 미치는가? 이다. 이 연구의 결과를 통해 생활체육 참여자들의 운동지속수행에 있어 지도자의 매력성이나 지도효율성의 역할을 검증할 수 있을 것이며, 추후 생활체육지도자들이 자신들의 발전을 위해서 교육프로그램을 구성하는데 중요한 기초자료를 제공할 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

이 연구는 서울 및 경기도에서 생활체육에 참여하고 있는 참가자들을 모집단으로 선정하였으며, 유목적적 표집 방법(Purposive Sampling Method)을 사용하여 250명의 표본을 추출하였다.

<Table 1> General feature of subject of study

Section		Frequency	Percentage(%)
Sex	female	126	45.3
	male	102	36.7
Age	under 30	73	26.3
	31-40	64	23.0
	41-50	49	17.6
	over 51	42	15.1
Participation events	weight training	109	39.2
	yoga/pilates	66	23.7
	swimming	53	19.1
Total		228	100.0

표집된 설문 자료 중에서 응답과정에서 설문내용에 불성실하거나 이중 기입한 자료 그리고 설문내용 중 일부를 누락한 22명의 자료를 제외한 228명의 자료를 실제 분석에 이용하였다. 위의 <Table 1>는 연구대상자의 일반적 특성이다.

### 2.2 조사도구

조사도구로서 이 연구에서는 설문지를 이용하였다. 설문지는 인구통계학적 특성에 관한 항목 3문항, 지도자의 매력성 13문항, 지도효율성 9문항, 운동지속수행 17문항 등 총 39문항으로 설문지를 구성하였다.

이 연구에서 독립변인인 지도자의 매력성은 Tan(1985)이 개발한 설문지를 번안하여 일반화시킨 박정환(2010)의 지도자 매력성 설문지 문항을 연구목적에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다[15,16]. 지도자 매력성은 총 13문항으로 구성되었으며 친밀성, 유사성, 호감성의 3가지 하위요인으로 구성되었다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)', '그렇지 않다(2점)', '보통이다(3점)', '그렇다(4점)', '매우 그렇다(5점)'의 5점 리커트 척도로 측정하였다.

매개변인으로 설정한 지도효율성은 김명선(2008)이 개발한 지도효율성 척도를 기초로 본 연구에 적합하게 수정 및 보완하였다[17]. 지도효율성에는 기능향상, 지도

만족의 2가지 하위요인이며 총 9문항으로 구성되었으며, 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)', '그렇지 않다(2점)', '보통이다(3점)', '그렇다(4점)', '매우 그렇다(5점)'의 5점 리커트 척도로 구성되었다.

종속변인으로 설정한 운동지속수행은 최성훈(2005)이 개발한 설문지를 이 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하였다[18]. 운동지속수행에는 운동능력, 운동습관, 운동환경, 운동관심, 운동친구의 5가지 하위요인이며 총 17문항으로 구성되었으며 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '매우 그렇다(5점)'의 5점 리커트 척도로 구성되었다.

### 2.3 설문지의 타당도 및 신뢰도

이 연구에서 사용한 설문지의 타당도를 검증하기 위해 탐색적 요인분석을 이용하였으며, 직각 회전방식을 요인회전방법으로 선택하여 분석하였다.

<Table 2> Exploratory factor analysis of attractiveness

Question	familiarity	likeability	similarity
item 3	.884	.148	.117
item 4	.882	.137	.119
item 1	.854	.170	.105
item 2	.849	.233	.104
item 6	.836	.116	.168
item 5	.755	.183	.213
item 11	.164	.818	.268
item 10	.189	.796	.089
item 12	.250	.793	.163
item 13	.106	.777	.250
item 8	.160	.214	.864
item 7	.170	.244	.853
item 9	.155	.169	.726
eigenvalue	4.495	2.841	2.294
variance(%)	34.577	21.856	17.646
accumulation(%)	34.577	56.432	74.078
Cronbach's α	.876	.823	.901
KMO=.872, X <sup>2</sup> =3000.069, sig=.000			

지도자의 매력성에 대한 13문항의 요인분석 결과 3개의 요인이 추출되었으며, 그 중 친밀성의 요인 부하량이 .755-.884, 호감성의 요인 부하량이 .777-.818, 유사성의 요인 부하량이 .726-.864로써 타당하게 측정된 것으로 나타났다. 또한 지도자의 매력성의 하위변인에 대한 신뢰도 값은(Cronbach's α) 친밀성 .876, 호감성, .823 그리고 유사성 .901로 신뢰할 만한 설문지로 나타났다.

<Table 3> Exploratory factor analysis of instructing effectiveness

Question	skill improvement	instruction satisfaction
item 5	.896	.182
item 2	.886	.172
item 3	.865	.250
item 1	.857	.179
item 4	.838	.202
item 6	.147	.887
item 9	.106	.837
item 8	.231	.783
item 7	.222	.590
eigenvalue	3.907	2.647
variance(%)	43.416	29.413
accumulation(%)	43.416	72.829
Cronbach's α	.786	.814

KMO=.867, X<sup>2</sup>=1988.077, sig=.000

<Table 4> Exploratory factor analysis of adherence

Question	ability	environ- ment	habit	interest	peer
item 3	.896	.080	.131	.140	.114
item 2	.869	.096	.114	.186	.097
item 1	.856	.114	.147	.060	.110
item 4	.856	.158	.191	.079	.056
item 9	.174	.791	.266	.097	.107
item 8	.164	.779	.265	.094	.118
item 11	.080	.763	-.015	.072	-.006
item 10	.021	.649	.245	.336	.068
item 6	.177	.266	.847	-.022	.074
item 5	.103	.207	.819	.155	.007
item 7	.263	.106	.778	.118	.119
item 13	.081	.114	.037	.802	.135
item 12	.191	.054	.239	.753	.124
item 14	.126	.251	-.016	.657	.144
item 16	.111	.037	.122	-.014	.769
item 15	.042	.055	.056	.205	.738
item 17	.128	.102	-.016	.193	.734
eigenvalue	3.289	2.507	2.359	1.960	1.817
variance(%)	19.346	14.749	13.879	11.532	10.688
accumulation(%)	19.346	34.095	47.973	59.505	70.194
Cronbach's α	.724	.821	.786	.745	.808

KMO=.839, X<sup>2</sup>=2732.231, sig=.000

지도효율성에 대한 탐색적 요인분석 결과 2개의 하위 요인이 추출되었고 그 중 기능향상의 요인부하량이 .838-.896, 지도만족의 요인부하량이 .590-.887로써 타당하게 측정된 것으로 나타났다. 또한 지도효율성의 Cronbach's α의 값은 .786-.814로 나타나 신뢰할 만한 수준인 것으로 나타났다.

운동지속수행에 대한 탐색적 요인분석 결과 5개의 하위요인이 추출되었으며, 그 중 운동능력의 요인부하량이

.856-.896, 운동환경의 요인부하량이 .649-.791, 운동습관의 요인부하량이 .778-.847, 운동관심의 요인부하량이 .657-.802, 운동친구의 요인부하량이 .734-.769로써 타당하게 측정된 것으로 나타났다. 또한 운동지속수행의 Cronbach's α의 값은 .724-.821로 나타나 신뢰할 만한 수준인 것으로 나타났다.

## 2.4 조사절차

연구목적에 달성하기 위한 자료를 수집하기 위해서 연구자가 해당 스포츠센터를 직접 방문하여, 담당자에게 협조를 요청하였다. 연구자와 보조연구자는 조사대상자에게 설문지의 목적과 기입 방법을 직접 설명한 후, 조사대상자 스스로 설문지를 작성하도록 하는 자기평가기입법을 이용하여 응답된 설문지를 회수하였다. 무엇보다도 설문지에 응답이 어려운 경우 연구자가 직접 대면조사를 실시하여 설문지를 완성하였다.

## 2.5 자료처리방법

수집된 설문자료는 먼저 연구자와 보조연구자의 육안 검사를 통해 신뢰성이 떨어진다고 판단되는 설문지와 이 중기입 및 무기입 된 자료를 분석에서 제외시켰다. 이후 신뢰로운 것으로 판단된 나머지 자료를 컴퓨터에 코딩시켰다. Window용 SPSS/PC+ 18.0 버전 통계프로그램을 이용하여 분석의 목적에 따라 전산처리 하였다. 이 연구의 자료 분석을 위해서 이용한 통계분석은 기술통계분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 상관분석, 그리고 회귀분석을 실시하여 검증하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성에 미치는 영향

#### 3.1.1 변인간의 상관관계

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 미치는 영향에 관한 결과를 분석하기 전에 변인들 간의 상관계수를 분석한 결과는 <Table 5>와 같다. 또한 관련 변인간의 상관관계(r)는 .231에서 .487이었으며, 변인간의 유의한 상관관계가 있

<Table 5> Correlation analysis between variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. familiarity	1.00									
2. likeability	.467**	1.00								
3. similarity	.415**	.414**	1.00							
4. skill improvement	.312**	.384**	.401**	1.00						
5. instruction satisfaction	.354**	.352**	.376**	.421**	1.00					
6. motor ability	.354**	.354**	.345**	.451**	.384**	1.00				
7. motor environment	.258*	.365**	.311**	.298*	.325*	.412**	1.00			
8. motor habit	.305**	.384**	.388**	.353**	.354**	.367**	.421**	1.00		
9. motor interest	.333**	.399**	.337**	.312**	.365**	.456**	.409**	.441**	1.00	
10. motor friend	.254*	.231*	.368**	.351**	.351**	.389**	.377**	.451**	.487**	1.00
$p < .05$ , $p < .01$ **										

는 것으로 나타났다. 모든 상관관계수의 값이 .85를 초과하지 않았기 때문에 판별타당성이 확보되었다. 더불어 독립변수간의 다중공선성의 기준치인 .80보다 모든 변인이 작게 나타나 다중공선성에는 문제가 없다는 것을 보여준다[19]

### 3.1.2 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성에 미치는 영향

<Table 6>는 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성의 하위변인인 기능향상과 지도만족에 미치는 영향을 표준중다회귀분석을 통해 살펴본 결과이다.

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 지도효율성의 하위변인 중 기능향상의 16.5%( $R^2=.165$ )를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 호감성( $\beta=.195$ )이 1%수준에서 기능향상에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<Table 6> Regression analysis between attractiveness and instructing effectiveness

variable	skill improvement		instruction satisfaction	
	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
familiarity	.027	.354	.380	5.384***
likeability	.195	2.547**	.158	2.542***
similarity	.040	.584	.099	1.460
	$R^2=.165$		$R^2=.212$	
** $p < .01$ , *** $p < .001$				

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 지도효율성의 하위변인 중 지도만족의 21.2%( $R^2=.212$ )를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta=.380$ )과 호감성( $\beta=.158$ )이 0.1%수준에서 지도만족에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

### 3.2 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 운동지속수행에 미치는 영향

<Table 7>는 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 운동지속수행의 하위변인인 운동능력, 운동환경, 운동습관, 운동관심, 운동친구에 미치는 영향을 표준중다회귀분석을 통해 살펴본 결과이다.

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동능력의 19.4%( $R^2=.194$ )를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta=.306$ )이 0.1%수준에서 운동능력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동환경의 17.6%( $R^2=.176$ )를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 유사성( $\beta=.332$ )이 0.1%수준에서 운동환경에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동습관의 38.6%( $R^2=.386$ )를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta=.412$ )과 유사성( $\beta=.223$ )이 0.1%수준에서 운동습관에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<Table 7> Regression analysis between attractiveness and adherence

variable	ability		environment		habit		interests		friend	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
familiarity	.306	4.251***	.004	.054	.412	6.874***	.279	3.878***	.221	3.325**
likeability	.011	.160	.024	.354	.087	1.354	.024	.325	.035	.547
similarity	.087	1.025	.332	4.658***	.223	3.968***	.068	.984	.293	4.254**
	R <sup>2</sup> =.194		R <sup>2</sup> =.176		R <sup>2</sup> =.386		R <sup>2</sup> =.188		R <sup>2</sup> =.265	
** <i>p</i> <.01, *** <i>p</i> <.001										

<Table 8> Regression analysis between instructing effectiveness and adherence

variable	ability		environment		habit		interests		friend	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
skill improvement	.349	6.654***	.034	.548	.060	1.254	.351	6.548***	.162	3.054**
instruction satisfaction	.133	2.545**	.177	3.150**	.368	6.254***	.233	4.420***	.019	.354
	R <sup>2</sup> =.217		R <sup>2</sup> =.166		R <sup>2</sup> =.189		R <sup>2</sup> =.326		R <sup>2</sup> =.171	
** <i>p</i> <.01, *** <i>p</i> <.001										

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동관심의 18.8%(R<sup>2</sup>=.188)를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta$  =.279)이 0.1%수준에서 운동관심에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동친구의 26.5%(R<sup>2</sup>=.265)를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta$  =.221)과 유사성( $\beta$ =.393)이 1%수준에서 운동친구에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

### 3.3 생활체육참여자가 인식한 지도효율성이 운동지속수행에 미치는 영향

<Table 8>는 생활체육참여자가 인식한 지도효율성이 운동지속수행의 하위변인인 운동능력, 운동환경, 운동습관, 운동관심, 운동친구에 미치는 영향을 표준중다회귀분석을 통해 살펴본 결과이다.

생활체육참여자가 인식한 지도효율성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동능력의 21.7%(R<sup>2</sup>=.217)를 설명하여 주고 있으며, 지도효율성 변인 중 기능향상( $\beta$ =.349)이 0.1%수준에서, 지도만족( $\beta$ =.133)이 1%수준에서 운동능력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도효율성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동환경의 16.6%(R<sup>2</sup>=.166)를 설명하

여 주고 있으며, 지도효율성 변인 중 지도만족( $\beta$ =.177)이 1%수준에서 운동환경에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도효율성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동습관의 18.9%(R<sup>2</sup>=.189)를 설명하여 주고 있으며, 지도효율성 변인 중 지도만족( $\beta$ =.368)이 0.1%수준에서 운동습관에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도효율성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동관심의 32.6%(R<sup>2</sup>=.326)를 설명하여 주고 있으며, 지도효율성 변인 중 기능향상( $\beta$ =.351)과 지도만족( $\beta$ =.233)이 0.1%수준에서 운동관심에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

생활체육참여자가 인식한 지도효율성은 운동지속수행의 하위변인 중 운동친구의 26.5%(R<sup>2</sup>=.265)를 설명하여 주고 있으며, 지도자의 매력성 변인 중 친밀성( $\beta$  =.221)과 유사성( $\beta$ =.393)이 1%수준에서 운동친구에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## 4. 논의

이 연구는 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 미치는 영향을 구명함으로써 생활체육참여자들에게 지속적인 참가요인에 있

어서 지도자의 매력성과 효율성이 어떻게 생활체육 활성화에 어떻게 영향을 미치는가를 규명하는데 목적이 있다. 이 장에서는 분석과정을 통해 얻어진 결과를 보다 심층적으로 논의하고자 한다.

첫째, 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성에 미치는 영향을 검증한 결과, 지도자의 매력성은 지도효율성에 부분적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이를 구체적으로 살펴보면, 지도자에 대해 참여자들이 친밀감과 호감성을 느끼는가는 지도효율성에 중요한 영향을 미친다는 것이다. 즉, 참여자들이 지도자에 대해서 더욱 친근하게 느끼거나 호감을 느낄 때, 참여자들의 기술향상과 지도만족이 높다는 것이다. 최미영, 이창섭, 여정권은 지도자에 대해서 참여자들이 어떻게 인지하느냐는 생활체육에 대한 애착뿐만 아니라 생활체육에 대한 전반적인 만족에 영향을 미친다고 보고하고 있다[20]. 특히 친밀함과 호감성에 기초한 신뢰는 지도에 대한 만족과 기술향상에 중요한 역할을 한다는 보고결과를 볼 때, 생활체육참여자들이 지도자들을 얼마나 매력 있게 인지하는가는 결국 참여자들이 참가하고 있는 종목에 대한 기술향상과 지도만족에 중요한 영향을 미친다고 말할 수 있다. 하지만 박철용은 지도자와 자신을 유사하다고 인식하여 리더와 같은 태도를 갖게 되는 동일시 현상은 참여자들의 기능향상에 중요한 변인이라고 보고하고 있어 본 연구의 결과를 지지하고 있지 않다. 따라서 후속연구에서는 실제 지도자의 매력성 중 유사성의 요인과 지도효율성의 관계를 보다 심층적으로 규명하려는 노력이 필요하다.

둘째, 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 운동지속수행에 미치는 영향을 살펴본 결과, 지도자의 매력성은 운동지속수행에 부분적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이를 구체적으로 살펴보면, 지도자에 대해 참여자들이 어느 정도의 친밀감을 경험하는지가 운동지속수행에 중요한 영향을 미치는 것임을 알 수 있다.

필라테스와 같은 생활체육 종목에서 지도자의 매력성은 참여자들의 생활체육활동 지속에 중요한 역할을 한다고 보고하고 있다[21]. 특히 매력성 요인 중 참여자들이 경험하는 지도자와의 친밀감은 그들의 운동지속수행을 동기화 시키고 실제 운동지속수행에 중요한 영향이 있다고 보고하고 있어, 매력성 중 친밀감이 참여자들의 운동을 지속시키는데 있어 중요한 변인임을 알 수 있다. 이와

유사한 맥락에서 생활체육지도자와 참여자들간의 친밀성은 참가자들이 스포츠활동을 하는데 있어서 자신감과 정서에 긍정적인 영향을 미친다[22]. 또한 지도자와 참여자 간의 상호작용과정은 친밀성을 강화시킨다. 이러한 친밀성의 강화는 참가자들로 하여금 운동을 통해 느낄 수 있는 즐거움을 제공함으로써 운동을 지속시키는데 중요한 역할을 한다는 연구[23,24]가 이 연구의 결과를 지지하고 있음을 알 수 있다. 따라서 생활체육지도자가 생활체육활동 과정에서 다양한 언어뿐만 아니라 몸짓, 혹은 동작과 같은 실제 생활체육에서 다양하게 발생하는 비언어적 측면을 이용한 의사소통을 통해 참여자들과 보다 친밀감을 높일 수 있도록 하는 것이 참여자들의 운동지속수행을 강화하는 중요한 변인임을 잊지 말아야 할 것이다.

셋째, 생활체육참여자가 인식한 지도효율성이 운동지속수행에 미치는 영향을 살펴본 결과, 지도효율성은 운동지속수행에 부분적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이를 구체적으로 살펴보면, 생활체육참여자가 인식하는 지도효율성 중 기능향상과 지도만족은 운동지속수행의 하위 변인인 운동능력을 통한 지속, 운동환경을 통한 지속, 운동습관 강화를 통한 지속, 운동관심증가를 통한 지속 그리고 운동을 같이 하는 동료들 통한 지속을 강화시키는 것으로 나타났다. 다시 말하면, 생활체육지도자의 지도가 기능을 향상시키거나 지도자의 지도에 만족하면 운동을 지속하게 된다는 것이다. 생활체육 종목 중 댄스스포츠 지도자의 전문성과 지도효율성 그리고 운동지속수행의 관계의 연구는 유사한 결과를 제시하는데 참여자들이 지도효율을 높게 인식할수록 운동에 지속적으로 참여하고자 하는 의지가 강하다. 다시 말하면 지도효율성은 운동참여를 지속시키는데 있어서 좋은 동기요인이다[25].

이상의 연구결과를 종합해 보면, 생활체육지도자는 참여자들과의 관계에 있어서 보다 친밀함을 보임으로써 자신들을 보다 매력적으로 보이려는 노력이 필요하며 이러한 노력은 참여자들의 기능향상이나 지도만족을 높여서 결국 운동을 지속시키는 요인이라는 점을 인식해야 할 것이다. 따라서 지도자들을 대상으로 해서 이에 기초한 프로그램을 준비할 필요성을 설명해야 할 것이며, 무엇보다도 생활체육에 참여하는 대중들에게 보다 호감과 친밀감을 높일 수 있는 다양한 방법을 고려한 교육이 필요할 것이다.

## 5. 결론 및 제언

이 연구는 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성 및 운동지속수행에 미치는 영향을 실증적으로 구명하는데 그 목적이 있으며, 결론은 다음과 같다.

첫째, 생활체육참여자들이 인식한 지도자의 매력성이 지도효율성에 미치는 영향을 살펴본 결과 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 지도자에 대한 매력성을 높게 인식할 경우 지도효율성을 높게 인식하는 것으로 생각된다.

둘째, 생활체육참여자가 인식한 지도자의 매력성이 운동지속수행에 미치는 영향을 살펴본 결과 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 지도자에 대한 매력성을 높게 인식할 경우 생활체육참여자들은 운동지속수행을 높게 인식하는 것으로 생각된다.

셋째, 생활체육참여자가 인식한 지도효율성이 운동지속수행에 미치는 영향을 살펴본 결과 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 지도효율성을 높게 인식할 경우 생활체육참여자들은 운동지속수행을 높게 인식하는 것으로 생각된다.

지도자의 매력성 및 지도효율성 그리고 운동지속수행과 관련된 후속연구를 위해 다음과 같이 제언을 하고자 한다. 지도자의 매력성에서 나타나듯이 지도자가 가지고 있는 외적요인을 통하여 참여자들의 만족도 및 운동지속수행을 높일 수 있었다. 따라서 후속연구에서는 지도자들이 외적요인을 높이기 위해 어떠한 전략을 사용하며, 노력들을 하는지 면담을 통하여 참여자들의 경험과 인식을 탐구하는 연구가 진행된다면 생활체육지도자와 참가자들의 인지 및 행동에 관한 보다 심층적인 내용을 밝혀낼 수 있을 것이다.

## REFERENCES

- [1] Woo-kyung Kim, "A Study on the Development of Expertise the Instructors to Promote Life Sports" Korea Journal of Entertainment Industry, Vol.11, No.6, pp.153-163, 2017.
- [2] Kun-Mi Lee, "The Effects of the Attraction of Dance Educators Perceived by Dance Major Students at Universities on Their Dance Flow and Passion." Journal of Korean Association of Physical Education and Sport for Girls and Women, Vol.29, No.1, pp.29-44, 2015.
- [3] Hyun-Ah Choi, "The Effects of Sports Center Instructor' Attractiveness on the Psychological needs of participants." Master's thesis, Korea University, 2013.
- [4] M. J. Baker, Jr. G. A. Churchill, "The impact of physically attractive model on advertising evaluation." Journal of Marketing Research, Vol 14, pp.538-555, 1997.
- [5] Kahle, L. R., & Homer, P.(1985). Physical attractiveness of the celebrity endorser: A social adaptation perspective. Journal of Consumer Research, Vol.11, pp.954-961, 1985.
- [6] Wan-Min Kim, Sang-Wook Bae, Sang Hong Lee, "Effects of perceived attributes of salesperson on satisfaction and behavioral intentions of customer: Focusing on consumer durable goods." Journal of distribution research, Vol.11, No.2, pp.1-27, 2006.
- [7] Myeong-Soo Jung, Soo-Kyeong Na, "The Relationship between Professional Recognition and Service Quality of Sports Instructor' Attractiveness." The Korean Journal of Sports Science, Vol.20, No 6, pp.841-854, 2011.
- [8] Hyun-Ah Choi, Joo-Hyug Jung, "The Effects of Sports Center Instructor' Attractiveness on the Psychological needs of participants." The Korean Journal of Physical Education, Vol.53, No.5, pp.81-92, 2014.
- [9] Su-Yeon Roh, "The Relationship between Instructor's Attractiveness Perceived by Pilates Participants, Pilates Flow and Passion." Journal of Digital Convergence, Vol.14, No.3, pp.409-418, 2016.
- [10] G. E. Belch, A. B. Michael, "Advertising and Promotion: An Integrated Marketing Communications Perspectiv (6th. ed)". McGraw Hill, 2004.
- [11] Su-Yeon Roh, "The Influence of Attraction of Pilates Instructors on Exercise Passion and Adherence of Pilates Participants." The Korean



- Journal of Sports Sciences, Vol.24, No.2, pp.279-290, 2015.
- [12] Jeong-Hwan Park, "The effects of sports leaders' attractiveness on professional identity, service quality satisfaction, and buying behavior." Master's thesis, Keimyung University, 2010.
- [13] In Lee, "Relationship among The Instructor's Expertise, Event Image, and Intention to Continue Exercise Perceived from Dance sport Instructor." Korean Journal of Physical Education, Vol.54, No.5, pp.399-413, 2015.
- [14] Soo Jin Seo, Young Mee Kim, "The Relationship between the Instructors Professionalism and Coaching Efficiency Perceived by Dances ports Participants." Journal of Korean Society of Dance Science, Vol.27, pp.17-29, 2012.
- [15] A. S. Tan, "Mass Communication Theories and Research. New york: John wiley & sons, Inc.", 1985.
- [16] Min Wook Hong, "An Effect of Emotional Reaction by Human Service and Attractiveness of Sports Center upon Behavioral Intention", Master's thesis, Keimyung University, 2011.
- [17] Myung-Sun Kim, "effect on the self-realization and the coaching efficiency from the coaching types of golf directors." Master's thesis, Yonjin University, 2008.
- [18] Sung-hun Choi, "The development of a korean exercise adherence scale." Ph.D. dissertation, Seoul National University, 2005.
- [19] R. B. Kline, "Principles and practice of structural equation modeling." New York: Guilford Press, 2005.
- [20] Mi Young Choi, Chang Seop Lee, Jeong Kwon yeo, "The effect of dance sport instructors professionalism on self management, instructors trust and coaching efficiency." Journal of Physical Education, Vol.52, No.1, pp.117-134, 2013.
- [21] Su-Yeon Roh, "The influence of professionalism of Pilates instructors on attractiveness of instructors and adherence of participants." Journal of Digital Convergence, Vol.14, No.7, pp.507-516, 2016.
- [22] E. E. Turner, W. J. Rejeski, L. R. Brawley, "Psychological benefits of physical activity are influenced by the social environment." Journal of Sport & Exercise Psychology, Vol.19, No.2, pp.119-130, 1997.
- [23] Myung-Hwan Yang, "The Relationship Between Participation Motivation for Exercise, Current of Exercise Participation and Persistence Intention in Work Population." Korean Society For The Study Of Physical Education, Vol.8, No.4, pp.197-215, 2004.
- [24] Dong-Won Kim, "Wheelchair tennis has ever fusion of classroom participation of the physically disabled basic psychological needs and exercise emotional and exercise commitment", Journal of the Korea Convergence Society, Vol.6, No.4, pp.15-23, 2015.
- [25] Myeong-soo Jung, Soo-Kyeong Na, "The relationship between professional recognition and service quality of sports instructor' attractiveness", The Korea Journal of Sports Science, Vol.20, No.6, pp.841-854, 2011.

조 민 수(Cho, Min Soo)



- 1998년 2월 : 인천대학교 경기지도학과(체육학사)
- 2001년 2월 : 인천대학교 정책개발학과(정치학석사)
- 2014년 2월 : 인천대학교 행정학과(행정학박사)
- 2015년 4월 ~ 현재 : 청운대학교 교양학부교수

- 관심분야 : 생활체육, 체육정책
- E-Mail : ab9040@chungwoon.ac.kr