

초등학생의 체육수업 기본심리욕구가 학교행복감과 신체적 라이프스타일에 미치는 영향

Examination of Influences of Elementary Schoolers' Basic Psychological Needs in Physical Education Classes on School Happiness and Physical Lifestyles

강형길*, 조진호**

경남대학교 체육교육과*, 인천해양과학교등학교**

Hyoung-Kil Kang(hkilkang@kyungnam.ac.kr)*, Jin-Ho Cho(75jino@hanmail.net)**

요약

본 연구의 목적은 초등학생의 체육수업 기본심리욕구 충족정도가 학교행복감과 신체적 라이프스타일에 미치는 영향을 살펴보는 것이다. 이를 위해 I 도시, 5개 초등학교 300명의 초등학생에게 설문지가 배부되었다. 불성실하게 응답한 설문지 22부를 제외한 총 278부의 설문지가 자료분석에 사용되었다. 자료분석을 위해 기술분석, 탐색적 요인분석, 상관관계분석, 다중회귀분석이 사용되었다. 상관관계분석 결과, 체육수업 기본심리욕구의 유능감과 관계성은 중·고강도 신체활동 및 학교행복감의 모든 하위변인들과 정적인 상관관계를 나타냈다. 다중회귀분석결과, 기본심리욕구의 유능감은 자기존중감과 교사관계 학교행복감에 정적인 영향을 미쳤으며, 중·고강도 신체활동에 정적인 영향을 미쳤다. 기본심리욕구의 관계성은 학교행복감의 모든 하위요인에 정적인 영향을 미쳤다. 본 연구의 결과에 따르면, 체육수업 기본심리욕구의 충족은 학교행복감의 중요한 요소이며, 신체적으로 적극적인 학생으로 이끄는 중요한 심리기전으로 밝혀졌다. 본 연구를 통해 초등학교 체육수업의 가치가 더욱 부각되기를 바란다.

■ 중심어 : | 초등학생 | 기본심리욕구 | 학교행복감 | 신체적 라이프스타일 |

Abstract

The purpose of this study is to examine how basic psychological needs of elementary school physical education classes influence school happiness and physically active lifestyles. Questionnaires were distributed to 300 elementary schoolers in five elementary schools in I city. After excluding 22 incomplete questionnaires, a total of 278 questionnaires were used for data analysis. For data analysis, descriptive analysis, exploratory factor analysis, correlation analysis, and multiple regression analysis were used. Correlation analysis revealed that the competence and relatedness of basic psychological needs are positively correlated with all the subsets of school happiness and moderate-vigorous physical activity. Multiple regression showed that the competence of basic psychological needs positively predicted self-respect and relationships with teachers of school happiness and also predicted moderate-vigorous physical activity. Multiple regression also showed that the relatedness of basic psychological needs positively predicted all the subsets of school happiness. The findings indicate the importance of basic psychological needs in physical education classes on school happiness and physically active lifestyles. Thorough this research, it is hoped that the values of physical education classes in elementary schools increase.

■ keyword : | Elementary Schoolers | Basic Psychological Needs | School Happiness | Physical Lifestyles |

1. 서론

초등학생의 행복감은 인생 전반에 걸쳐 지속적인 영향을 미친다[1]. 또한, 학령기 청소년의 낮은 행복감은 우울, 학교폭력, 게임중독, 비행 등의 일탈 행위와 직접적인 관련이 있는 것으로 보고되고 있다[2-5]. 즉 초등학생에게 행복감은 중요하다. 그러나 국내 초등학생들의 행복감은 높지 않다.

세계 50개국의 학생(초등학교 4학년부터 중학교 2학년 까지) 60만 명을 대상으로 실시한 과학·수학 성취도 측정연구에서 국내 초등학생들의 과학성취도는 세계 1위, 수학성취도는 세계 2위를 획득하였다[6]. 하지만 국내 초등학생들의 과학과 수학에 대한 흥미도는 각각 48위와 50위를 차지하여 초등학생들은 자신들의 흥미와 무관한 활동에 많은 시간을 할애한다[6]. 인간은 내적동기가 활성화된 즉 외적보상에 의존하지 않고, 자신이 원하고 흥미 있어 하는 활동을 행하는데 있어 행복감을 느낀다[7]. 국제비교연구에서 발표된 국내 초등학생들의 과학과 수학에 대한 높은 성취도와 낮은 흥미도는 국내 초등학생들이 학교에서 내적동기가 비활성화된 활동에 많은 시간을 할애함을 나타낸다. 내적동기가 비활성화된 활동은 행복감에 부정적인 영향을 미치며, 국내 초등학생들의 학교행복감이 낮을 수 있음을 시사한다. 실제로, 국내 청소년은 가정이나 여가시간에 비해, 학교에서 느끼는 행복감이 가장 낮은 것으로 보고되고 있다[8]. 이러한 현실에서 초등학생들의 학교행복감을 증진시킬 수 있는 다각적인 노력이 필요하다.

행복감은 맥락과 상황에 따라 다르게 인지될 수 있다[9][10]. 학교행복감은 학교 내에서 학생들이 자신의 발전에 가치 있다고 생각하는 것에 대한 평가 혹은 학교 내에서의 높은 수준의 만족과 긍정적 정서를 경험하는 상태로 간주할 수 있다[11]. 이러한 학교행복감에 대한 연구는 일반행복감 연구에 비하여 제한적이며 특히 초등학생 대상 학교행복감 연구는 소수에 불과하다[12]. 근래에 들어, Kang[11]은 초등학생의 학교행복감 구성요인을 암묵적 이론으로 탐색하였으며, 초등학생의 행복감은 친구관계에 대한 긍정적 지각, 낙천주의, 자기 존중감, 교사관계에 대한 긍정적 지각, 배려심의 5가지

요인으로 구성되었다고 발표하였다. 본 연구는 Kang[11]이 제시한 5가지 행복감 요인을 사용하여 초등학생의 학교행복감을 연구하고자 한다.

또한, 본 연구는 초등학생들의 신체적 라이프스타일에 대하여 연구하고자 한다. 신체적 라이프스타일은 학교 안과 학교 밖의 신체활동량을 아우르는 개념이며 전통적인 운동의 참여빈도나 참여시간을 측정하는 것이 아닌 신체적으로 적극적인 삶을 살아가는 습관이나 생활양식을 나타내는 포괄적인 개념이다[13]. 이러한 청소년의 신체적 라이프스타일은 신체활동과 관련된 태도 형성에 영향을 미치고 미래의 건강문제와도 직결되기에 중요하다[14][15].

초등학생의 신체적 라이프스타일을 연구하는데 있어 신체활동의 강도(건기, 중강도, 고강도 신체활동)를 고려할 필요가 있다[16]. 왜냐하면, 성인의 신체활동 목표는 건강유지가 주목적인 반면, 초등학생은 신체활동을 통한 발달적 측면의 혜택을 얻어야 하고 중·고강도 신체활동의 중요성이 강조되기 때문이다[14]. 여기에서 중·고강도 신체활동은 에너지 대사당량 기준(Metabolic Equivalent of Task, MET) 3MET 이상의 신체활동을 말한다. 예를 들어 중강도 신체활동은 ‘보통속도로 자전거 타기’, ‘테니스 복식게임’ 등과 같은 숨이 적당히 차오르는 신체활동이며, 고강도 신체활동은 ‘인라인스케이트’, ‘축구경기’와 같이 숨을 몰아쉬 정도의 신체활동을 말한다[17].

그럼 적절한 중·고강도 신체활동은 어떠한가? 미국 체육교육당국은 청소년기의 발달적 측면을 고려하여 체육시간의 50% 이상을 중·고강도 신체활동에 할애하도록 추천하고 있다[18]. Strong과 동료들[19]은 학교 밖 일상영역(여가시간, 가정시간, 등교시간)을 포함하여, 일일 60분 이상의 중·고강도 신체활동(주당 3일 이상의 고강도 활동 포함)을 추천하고 있다. PAGAC[20]은 중·고강도 활동 주당 일일 60분에 덧붙여 3일 이상의 근력운동을 포함한 고강도 활동을 추천하고 있다. 현재, 초·중·고등학생의 신체활동의 보편적 정량적 목표는 일일 중·고강도 60분으로 되어 있다[13]. 최근 국내 청소년의 신체적 라이프스타일이 조사되었으며, 50% 이상의 국내 초등학생은 중·고강도 신체활동량 중

족기준을 만족시키지 못하는 것으로 보고되고 있다 [21]. 이러한 현실에서 초등학교의 신체적 라이프스타일을 증진시킬 수 있는 다각적인 노력이 필요하다.

본 연구는 체육수업 기본심리욕구(basic psychological need)의 충족이 학교행복감과 신체적 라이프스타일에 정적인 영향을 미칠 것으로 가정하였으며, 이와 관련된 선행연구를 제시하면 다음과 같다. 체육수업 기본심리욕구는 체육수업 상황에서 학생들이 느끼는 자율성, 관계성, 유능감을 의미하며, 거시이론(macro theory)인 자결성이론(self-determination theory)에 근거를 두고 있다. 자결성이론은 인간이 선천적으로 자기동기성향을 가지고 있는 것으로 간주하며, 긍정적 사회환경에 처한 인간은 자기동기성향을 강화시킨다고 제시하고 있다[22]. 여기에서 긍정적 사회환경은 인간의 기본적인 심리욕구인 자율성(autonomy), 관계성(relatedness), 유능감(competence)이 충족되는 환경이다[22].

자율성은 개인이 행동을 선택하는데 있어, 자신이 결정권을 가지고 있으며 행동의 주체라는 신념이며, 관계성은 개인이 어떠한 집단에 가지고 있는 소속감으로서 다른 사람들과의 비목적적 친밀한 관계에서 증진된다. 유능감은 개인이 자신의 기술이나 능력에 자신감을 가지는 정도이며, 자신의 기술이나 능력을 원활히 발휘할 수 있는 상황에서 증진된다. 이러한 기본심리욕구가 충족되는 상황은 인간의 자기동기성향(autonomous motivation)을 강화시키고, 자기동기성향이 강화된 인간은 현재 행하고 있는 활동을 흥미 있거나 가치 있는 것으로 간주하고, 그 활동을 지속하고자 한다[23]. 즉 자율성, 관계성, 유능감이 충족된 환경에서 운동을 행하는 경우, 운동참가자는 운동을 가치 있는 활동으로 간주하고, 운동에 흥미를 느끼며, 이를 지속하고자 한다.

이러한 개념적 틀을 바탕으로, 기본심리욕구의 충족은 운동지속[24], 운동열정[25], 운동정서[23]에 정적인 영향을 미친다는 것이 선행연구에서 보고되었다. 운동참여자가 강한 운동지속의지와 운동열정을 가진 경우, 운동참여자의 운동참여시간과 빈도는 증대할 것이며, 신체적으로 적극적인 생활양식과 라이프스타일을 가질 것이다.

이러한 측면을 체육수업상황에 적용하면, 기본적 심

리욕구가 충족된 환경에서 체육활동을 한 초등학교생은 운동을 가치 있는 활동으로 간주하고, 운동에 흥미를 느끼며, 이를 통해 운동지속의지와 운동열정이 강화될 것이다. 나아가 이러한 운동에 대한 의지와 열정을 통해, 초등학교생들의 신체활동량은 증대하고, 신체적으로 적극적인 라이프스타일을 가지게 될 것이다. 하지만 이러한 개념적 관계를 초등학교생 대상으로 검증한 연구는 보고되지 않고 있다. 이에 본 연구는 초등학교생의 체육수업 기본심리욕구가 신체적 라이프스타일에 미치는 영향을 실증적으로 확인하고자 한다.

또한 체육수업기본심리욕구의 충족은 초등학교생의 학교행복감을 증진시킬 수 있다. Deci와 Ryan[22]은 기본심리욕구의 충족은 인간의 성격 발달과 인지구조 발달에 있어 심리적 영양분(psychological nutrients)과 같다고 하였다. 이러한 심리적 영양분은 초등학교생의 건강 발달에 필요한 요소이다. 나아가 기본심리욕구의 충족은 긍정적 심리요소(positive psychological valence)를 강화시킨다고 알려져 있다[26]. 긍정심리학(positive psychology)에서 행복감은 인간이 겪게 되는 대표적인 긍정적 심리요소로 간주하고 있으며, 기본심리욕구의 충족은 행복감을 증진시킬 수 있다. 이러한 개념적 틀을 바탕으로 댄스스포츠 동호인[27], 학교 스포츠클럽 참여 중·고등학교생[28], 장애인[29]의 기본심리욕구가 삶의 행복감에 미치는 영향에 대한 연구가 이루어졌다. 하지만 초등학교 체육수업의 기본심리욕구가 학교행복감에 미치는 영향을 살핀 연구는 보고되지 않고 있다. 이에 본 연구는 초등학교생의 체육수업 기본 심리욕구가 학교행복감에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

종합하면, 신체적으로 적극적인 라이프스타일과 행복감은 초등학교생의 정신적 육체적 발달에 중요하다. 하지만 국내초등학교생들은 낮은 학교행복감을 경험하고 있으며, 신체적으로 적극적이지 않은 라이프스타일을 가지고 있다. 이러한 현실에서 본 연구는 초등학교생의 체육수업기본심리욕구가 학교행복감을 증진시키고, 신체적으로 적극적인 라이프스타일을 이끌어 낼 수 있는 심리요인으로 간주하였으며, 이를 실증적으로 증명하고자 한다. 이러한 연구목적은 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 체육수업 기본심리욕구는 초등학생들의 학교 행복감을 증대시키는가?

둘째, 체육수업 기본심리욕구는 초등학생들의 신체적 라이프스타일을 적극적으로 만드는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 비확률 표본추출법 중 편의표본 추출법을 활용하여 2018년 1월 5개 학교를 선정하여 총 300부의 설문지를 배포하였다. 설문 조사는 각 학교 체육교사가 수행하였으며, 배포된 설문지 중 불성실한 응답 자료로 판단되거나 조사내용 중 일부 누락된 22부의 자료를 제외한 278부의 설문지를 분석에 활용하였다. 수집된 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였으며, 요인분석, 상관분석, 그리고 다중회귀분석을 행하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 [표 1]과 같다.

표 1. 인구통계학적 특성

구분	내용(빈도)	평균	표준편차
나이(n=278)		11.93	8.76
키(n=267)		146.1	12.31
몸무게(n=258)		39.11	8.97
학년(n=278)	4학년(n=195, 70.1%)		
	5학년(n=15, 5.4%)		
	6학년(n=68, 24.5%)		
성별	남자(n=126, 45.7%)		
	여자(n=150, 54.3%)		
아버지 교육수준 (n=264)	초등학교 졸업(n=0, 0.00%)		
	중학교 졸업(n=1, 0.40%)		
	고등학교 졸업(n=49, 17.6%)		
	대학교 졸업(n=197, 70.9 %)		
	석사(n=15, 5.4%)		
	박사(n=2, 0.70%)		
어머니 교육수준 (n=262)	초등학교 졸업(n=2, 0.70%)		
	중학교 졸업(n=2, 0.70%)		
	고등학교 졸업(n=57, 20.5%)		
	대학교 졸업(n=196, 70.5%)		
	석사(n=5, 1.8%)		
	박사(n=0, 0.00%)		

2. 측정도구

2.1 신체적 라이프스타일 척도

본 연구는 초등학교 학생의 신체적 라이프스타일을 조사하기 위해, 국제 신체활동 설문지(International Physical Activity Questionnaire, IPAQ)를 사용하였다. 국제 신체활동 설문지는 가장 많이 활용되는 자가기입형 신체활동 설문지로 보고되고 있다[30]. 국제 신체활동 설문지는 개발자인 International Consensus Group에 의해 다양한 언어로 번안되었으며, 본 연구는 한국어 단문 버전을 활용하였다(www.ipaq.ki.se).

설문지의 예시를 살펴보면, 지난 일주일간 축구, 농구, 달리기, 에어로빅, 줄넘기, 빠른 속도로 자전거 타기 등 격렬한 신체활동(숨이 훨씬 더 차게 만드는 활동)을 며칠, 몇 시간 동안 하였나요? 지난 일주일간 중간 정도 신체활동(평소보다 숨이 조금 더 차게 만드는 활동)을 며칠, 몇 시간 동안 하였나요? 지난 일주일간 걸었던 날, 걸은 시간은 얼마나 되나요? 등이 있다.

중·고강도 신체활동량 문항에 있어 신뢰도 검증과 요인분석은 행하지 않았다. 왜냐하면 이러한 문항들은 심리적 변인을 측정하는 척도가 아니며, 강도별 신체활동량을 정량적으로 보고하기에, 탐색적 요인분석을 통한 요인화가 이루어지지 않는다. 따라서 본 연구는 요인분석을 통한 타당도 검증이나 요인화 된 변인들의 신뢰도 검증을 신체활동량 문항에는 적용하지 않았다.

수집한 자료는 국제 신체활동 설문지 지침을 참고하여 처리하였다[31]. 결측치가 포함된 케이스는 자료 분석에서 제외시켰으며, 참여 시간은 분단위로 환산하였다. 특히, 최소 10분 이상 참여한 활동에 대해서만 자료를 처리하였는데, 이는 10분이 운동 효과를 얻기 위한 최소한의 기준 시간으로 지침에서 제시하고 있기 때문이다[31].

2.2 체육수업 기본심리욕구 척도

초등학교 체육수업에서 학생의 기본심리욕구 변인을 측정하기 위해, Choi[32]가 개발한 척도를 사용하였으며, 총 8문항의 리커트 5점 척도 문항(1=매우 아니다, 5=매우 그렇다)으로 구성되어 있다. 개념타당도를 검증

하기 위해, 주성분분석 중 Varimax 회전법을 사용한 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였으며, 고유치(eigenvalue) 1.0 이상, 요인적재치 .05 이상을 요인화 기준으로 선정하였으며, 요인분석의 적합성 검증은 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin) 표본 적합성 분석과 Bartlett의 구형성 검증을 사용하였다. 측정도구의 신뢰도 분석을 위해 Cronbach's α 계수를 사용하였다.

초등학생의 기본심리욕구에 대한 요인분석 결과, 기본심리관계와 기본심리유능 두 가지로 요인화 되었다. 요인적재량은 기본심리관계 .733-.823, 기본심리유능 .643-.874로 모든 문항이 .50이상으로 나타났다. 또한, 누적 설명력은 70.66%로 비교적 높게 나타났다. 각 요인별 신뢰도 분석 결과, Chronbach's α 값은 기본심리관계 요인 .883, 기본심리유능요인 .798이며 요인의 신뢰도는 적합한 것으로 나타났다. Bartlett 구형성 검증유의확률은 .000이며 KMO 값은 .890으로 나타나 요인분석을 위한 변수 선정이 적절하였음을 나타내고 있으며, 기본심리욕구 문항에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰도 검증 결과는 [표 2]에 제시되어 있다.

표 2. 체육수업 기본적 심리욕구 항목 요인분석 및 신뢰도 분석

항목	관계성	유능감
나와 함께 체육수업시간에 참여하는 친구들은 중요하다	.823	.147
체육수업시간에 나는 친구들과 사이좋게 지낸다	.814	.212
체육시간에 나는 내 친구들과 매우 친밀한 느낌이 든다.	.797	.266
체육시간에 친구들과 같이 있으면 안전한 느낌이 든다.	.787	.172
체육수업시간에 친구들과 더욱 친해지는 것 같다	.733	.336
나는 체육을 별로 잘하지 못한다(역치)	.074	.874
나는 체육을 잘한다고 생각한다.	.320	.830
나는 체육시간에 유능하다.	.517	.643
고유값	4,518	1,134
분산	56,474	14,179
누적분산	56,474	70,655
Cronbach's α	.883	.798
Kaiser-Meyer-Olkin 값=.890		
Bartlett의 구형성검증=1092.954, $df=28$, $sig=.000$		

2.3 학교행복감 척도

초등학생의 학교 행복감 변인을 측정하기 위해, Kang[11]이 개발한 학교 행복감 척도를 사용하였다. 학교 행복감 설문지는 총 17문항의 리커트 5점 척도 문항

표 3. 학교행복감 항목 요인분석 및 신뢰도분석

항목	자기존중감	낙천주의	교사관계	친구관계
나는 똑똑하다.	.836	.117	.086	.084
나는 학교에서 친구나 선생님의 인정을 받는다.	.771	.132	.175	.267
나는 맡은 일을 잘 해낸다.	.660	.397	.092	.233
나는 학교에서 하는 일마다 잘 된다.	.592	.235	.318	.067
나는 학교에서 하는 모든 일에 자신 있다.	.567	.317	.254	.266
나는 학교에서 기쁠 때가 많다.	.240	.698	.249	.018
나는 학교에 터놓고 이야기할 친구가 있다.	.122	.626	.015	.318
나는 다른 학생이 교과서나 준비물을 가져 오지 않으면 함께 사용하거나 빌려준다.	.289	.588	-.078	.371
나는 학교에 오면 마음이 편안하다.	.367	.531	.487	-.075
나는 마음속의 비밀을 선생님과 함께 이야기 한다.	.143	-.056	.801	.138
나는 선생님과 하고 싶은 말을 언제나 마음 놓고 한다.	.225	.115	.753	.186
나는 선생님과 놀거나 이야기하는 것이 즐겁다.	.103	.433	.612	.215
나는 학교에서 다투었을 때 먼저 사과한다.	.083	.301	.195	.695
나는 학교에서 남을 먼저 생각한다.	.205	.326	.148	.691
나는 학교에서 다른 사람들과 다투지 않는다.	.431	-.176	.239	.657
고유값	5,991	1,296	1,131	1,035
분산	39,943	8,642	7,543	6,901
누적 분산	39,098	48,585	56,128	63,029
신뢰도	.839	.700	.720	.681
Kaiser-Meyer-Olkin 측도=.894				
Bartlett의 구형성 검정=1480.824, $df=105$, $sig=.000$				

(1=매우 아니다, 5=매우 그렇다)으로 구성되어 있다. 학교 행복감 문항의 개념타당도를 검증하기 위해, 주성분 분석 중 Varimax 회전법을 사용한 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였으며, 고유치(eigenvalue) 1.0 이상, 요인적재치 .05이상을 요인화 기준으로 선정하였다. 측정도구의 신뢰도 분석을 위해 Cronbach's α 계수를 사용하였으며, 유의수준은 .05로 정하였다. 요인분석의 적합성 검증은 KMO 표본 적합성 분석과 Bartlett의 구형성 검증을 사용하였다.

초등학생의 학교행복감에 대한 요인분석 결과, 2개 문항('나는 학교에서 친구들에게 인기가 많다.', '나는 학교에서 무시당하지 않는다.')의 요인 적재량이 .50이하로 나타나 제외 시켰다. 15개의 문항으로 요인분석을 재실시한 결과, Kang[33], Kim & Kim[34]의 선행연구에서 제시된 자기존중감 5문항, 낙천주의 4문항, 교사관계 3문항, 친구관계 3문항 등 4가지로 요인화 되었다. 요인적재량은 자기존중감 .567-.836, 낙천주의 .531-.698, 교사관계 .612-.801, 친구관계 .657-.695로 모든 문항이 .50이상으로 나타났다. 또한, 누적 설명력은 63.03%로 비교적 높게 나타났다. 각 요인별 신뢰도(Chronbach's α)는 자기존중감요인 .839, 낙천주의요인 .700, 교사관계요인 .720, 친구관계요인 .680으로 나타났으며, 요인의 신뢰도는 적합한 것으로 나타났다. Bartlett 구형성 검증은 1480.824일 때 유의확률은 .000이고 KMO는 .894로 나타나 요인분석을 위한 변수 선정이 적절하였음을 나타내고 있으며, 학교행복감 문항에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰도 검증 결과는 [표 3]과 같다.

III. 연구결과

1. 상관관계분석

변인간의 상관관계를 분석한 결과, 기본심리욕구는 기본심리유능과 기본심리관계가 정적인 유의미한 관계를 보였다. 기본심리유능과 기본심리관계 욕구는 동일한 패턴으로 학교행복감의 자기존중감, 낙천주의, 교사관계, 친구관계, 신체활동량의 중·고강도와 정적인 상관관계를 나타내고 있다. 학교행복감 요인들 간의 상관관계를 보면, 자기존중감, 낙천주의, 교사관계, 친구관계 모두 정적인 유의미한 상관관계를 나타냈다. 학교행복감 요인 중 자기존중감, 낙천주의, 친구관계는 신체활동량 요인의 중·고강도 신체활동량과 정적인 상관관계를 나타내었다. 변인은 .05수준과 .001수준 사이에서 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났으며 상관관계 결과는 [표 4]에 제시되어 있다.

2. 초등학생의 기본심리욕구가 학교행복감에 미치는 영향

체육수업에서 초등학생의 기본심리욕구가 학교행복감에 미치는 영향을 알아보기 위해 기본심리유능, 기본심리관계를 독립변인으로, 자기존중감, 낙천주의, 교사관계, 친구관계 학교행복감, 걷기 및 중·고강도를 각각의 종속변인으로 설정한 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀모형의 적합성을 검증하기 위해, Durbin-Watson 값(2에 가까운 수치 독립성 인정), 다중공선성 공차한

표 4. 연구 변인들 간의 상관관계 분석

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
(1) 유능감	1	.585***	.452***	.367***	.322***	.298***	.056	.254***
(2) 관계성		1	.560***	.622***	.384***	.501***	.059	.201**
(3) 자기존중감			1	.638***	.507***	.585***	.039	.122*
(4) 낙천주의				1	.482***	.506***	.016	.157*
(5) 교사관계					1	.493***	-.076	.118
(6) 친구관계						1	-.046	.122*
(7) 걷기							1	.223***
(8) MVPA								1

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

MVPA: Moderate to Vigorous Physical Activity

표 5. 기본적 심리욕구가 학교행복감과 신체적 라이프스타일에 미치는 영향에 관한 다중회귀분석

종속변인		독립변인	β	t	MT	VIF	F	R^2
학교행복감	자기존중감 ($M=3.37$, $SD=.78$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	.183	2.960**	.658	1,520	67.780	.339
		관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.457	7.401***				
	낙천주의 ($M=3.79$, $SD=.81$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	-.002	-.026	.658	1,520	83.300	.387
		관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.623	10.483***				
	교사관계 ($M=2.87$, $SD=.91$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	.150	2.161*	.658	1,520	25.173	.160
		관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.293	4.217***				
친구관계 ($M=3.39$, $SD=.80$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	.002	.030	.658	1,520	43.776	.249	
	관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.498	7.571***					
신체적라이프 스타일	걷기 ($M=91.54$, $SD=131.65$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	.029	.368	.649	1,541	.486	.004
		관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.457	.519				
	MVPA ($M=61.25$, $SD=64.94$)	유능감 ($M=3.38$, $SD=.98$)	.201	2.680**	.650	1,538	9.298	.068
		관계성 ($M=3.82$, $SD=.85$)	.086	1.140				

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

MVPA: Moderate to Vigorous Physical Activity

계(Multicollinearity Tolerance, .1이상 다중공선성 문제미흡), 다중공선성 분산팽창계수(Multicollinearity Variance Inflation Factor, 5이하 다중공선성 문제미흡)를 살펴보았으며[35], 부적합한 회귀모형은 발견되지 않았다.

기본심리욕구와 학교행복감의 회귀분석결과, 자기존중감에는 기본심리유능($\beta=.183$, $t=2.960$, $p<.01$, $R^2=.339$)과 기본심리관계($\beta=.457$, $t=7.401$, $p<.01$, $R^2=.339$)가 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며 교사관계 학교행복감에도 비슷한 패턴으로 기본심리유능($\beta=.150$, $t=2.161$, $p<.05$, $R^2=.160$)과 기본심리관계($\beta=.293$, $t=4.217$, $p<.001$, $R^2=.160$)가 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 표준화 회귀계수에 의하면, 기본심리관계가 기본심리유능에 비해 자기존중감 학교행복감과 교사관계 학교행복감에 미치는 영향이 큰 것으로 나타났다. 기본심리관계는 낙천주의 학교행복감에 정적인 영향($\beta=.623$, $t=10.483$, $p<.001$, $R^2=.387$)을 나타냈지만, 기본심리유능은 낙천주의 학교행복감에 영향을 미치지 않았다. 이와 비슷한 패턴으로 친구관계 학교행복감에 기본심리관계는 정적인 영향($\beta=.498$, $t=7.571$, $p<.001$, $R^2=.249$)을 나타냈지만, 기본심리유능은 낙천주의 학교행복감에 영향을 미치지 않았다.

3. 기본심리욕구가 신체적 라이프스타일에 미치는 영향

본 연구결과, 국내초등학생들은 일주일에 평균 92분 걷는 것으로 밝혀졌으며, 중·고강도 신체활동량은 평균 61분 행하는 것으로 나타났다. 초등학교 체육수업에서 기본심리욕구가 걷기와 중·고강도 신체활동량에 미치는 영향을 알아보기 위한 회귀분석결과, 기본심리유능이 중·고강도 신체활동량에 유일하게 정적인 영향($\beta=.201$, $t=2.680$, $p<.01$, $R^2=.068$)을 미치는 것으로 나타났다.

IV. 논 의

본 연구는 초등학생의 체육수업 기본심리욕구 충족 정도가 학교행복감과 신체적 라이프스타일에 미치는 영향을 살펴보았다. 탐색적 요인분석에 따르면, 체육수업 기본심리욕구의 자결성요인은 요인화가 이루어지지 않았다. 탐색적 요인분석은 관찰변인간의 내재된 관계성과 잠재구조를 찾아내어 다수의 관찰변인을 소수의 요인으로 간소화 시키고, 이를 통해 심리의 내재된 구성요소를 찾아내는데 있다[36][37]. 즉 요인화가 되기 위해서는 군집화를 이루기에 충분한 경험이 제공되어야 하며, 내재된 요소로 구조화 될 수 있는 관계성을 가

져야 한다. 본 연구의 자결성 문항은 ‘나는 체육시간에 나의 의견과 생각을 자유롭게 표현할 수 있다’, ‘나만의 방식으로 자유롭게 체육활동을 할 기회가 충분히 있다’, ‘나는 체육시간에 상당한 자유를 느낀다’이며, 이러한 자율성의 경험이 본 연구의 초등학교 체육수업시간에는 충분히 제공되지 않는다는 것을 요인분석을 통해 알 수 있다. 나아가 자결성 문항에서 제시되고 있는 사항들은 자발적인 행동통제가 가능한 대상(예, 성인, 대학생)에게 용이할 것이다. 초등학생들은 자발적인 행동 통제를 위한 충분한 발달이 이루어지지 않았으며, 현장에서 초등학생들에게 자결성 문항의 요소들을 적용하기에는 어려움이 있을 수 있다. 또한, 요인분석의 결과는 자결성의 욕구는 나이와 정적인 상관관계를 가진다는 기존 연구[22]를 지지한다.

본 연구의 첫 번째 연구문제는 ‘체육수업 기본심리욕구는 초등학생들의 학교행복감을 증대시키는가?’이며 이에 대한 논의를 제시하면 다음과 같다. 회귀분석결과, 체육수업 기본심리욕구의 관계성 요인은 학교행복감의 모든 하위요인(자기존중감, 낙천주의, 교사관계, 동료관계)에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 체육수업 기본심리욕구의 유능성 요인은 학교행복감의 자기존중감과 교사관계에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 기본심리욕구가 충족된 상태에서는 자기발전의 욕구와 내적 동기발현이 일어나고, 이는 삶의 만족도를 향상시키는 것으로 보고되고 있다[22]. 본 연구의 결과는 이러한 개념적 관계를 실증적으로 보여 준다고 하겠다.

또한, 본 연구의 결과는 체육수업 기본심리욕구에서 관계성과 유능성 요인만이 학교행복감에 유의한 영향을 미친다고 밝혔다. 이는 Yu와 Sohn[12]의 전반적인 학교생활에서의 기본심리욕구의 충족과 학교행복감 간의 관련성을 살핀 연구와 맥을 같이 한다고 할 수 있다. 체육수업 시간에 급우들과 좋은 관계를 유지하는 학생은 교실에서나 학교의 전반적인 상황을 긍정적으로 바라보고 즐길 수 있을 것이며, 결과적으로 학교에서의 행복감이 향상되는 기존의 연구결과[38]와 일치한다고 할 수 있겠다. 나아가 본 연구의 결과는 사회적 관계에서 관계성 욕구가 충족되지 않는 경우 심리적 안녕감이

저하된다는 기존 연구를 지지한다고 하겠다[39][40].

또한, 문화적 측면에서 우리나라와 같은 동양의 문화권에서는 집단주의 문화가 강조되고 있으며 다른 사람과의 원활한 상호관계를 중시하는 경향이 있다[41]. 이러한 집단주의 문화에서는 구성원들과의 원활한 관련성이 중요시되며, 이는 행복감의 바로미터가 될 수 있다[42]. 이러한 집단주의 문화 측면을 고려하여, 본 연구에서 밝혀진, 체육수업 관계성 욕구 충족이 학교행복감에 미치는 영향을 해석할 수도 있을 것이다.

유능감과 학교행복감 간의 관계에 대하여 논하면 다음과 같다. 유능감은 주변 환경과의 상호작용에서 인지하는 자신감을 나타내며, 유능감이 높은 학생은 자존감과 자신이 성공적으로 행한 일에 대한 인지력이 높다고 하겠다. 다시 말해, 유능감이 낮은 학생은 성공적인 일의 수행을 자신의 능력보다는 운이나 외부적인 환경의 도움으로 치부하는 경향이 있으며, 이는 궁극적으로 일의 수행에 대한 만족감을 저하시킨다[22]. 또한, 자신에 대한 만족감과 자존감은 동기나 성공적인 수행에 상호적인 영향을 미친다고 알려져 있다[43][44]. 즉 강한 동기나 성공적인 수행이 만족감과 자존감을 높일 뿐 아니라, 높은 만족감과 강한 자존감이 강한 동기를 만들어 내고 성공적인 수행을 가능하게 한다는 것이다. 이러한 개념적 관계를 본 연구에 적용하면, 체육수업에서 유능감의 욕구가 충족된 학생이 전반적인 학교생활에 대하여 긍정적인 시각과 강한 동기를 가지며, 이를 통해 학교에서 요구되는 일을 성공적으로 수행하여, 학교적 능력과 학교행복감을 증진시킨다는 것을 의미한다. 이것은 기존의 아동대상 행복감 연구[45]의 결과를 지지한다고 하겠다.

나아가 본 연구의 결과는 전반적인 학교생활이 아닌 체육수업 상황에서의 기본심리욕구 충족만으로도 학교행복감을 증진시킬 수 있다는 것을 나타낸다. 초등교사의 입장에서 학생의 학교생활 전반을 관리하고 조절하는 것은 쉽지 않을 것이다. 하지만 초등교사가 체육수업 상황에서 학생들의 유능성과 관계성이 증진되도록 교수환경을 조성하는 것은 상대적으로 용이할 것[46]이며, 이는 본 연구의 실용적 측면을 나타낸다고 하겠다.

본 연구의 두 번째 연구문제는 ‘체육수업 기본심리욕

구는 초등학생들의 신체적 라이프스타일을 적극적으로 만드는가?'이며 이에 대한 논의를 제시하면 다음과 같다. 회귀분석 결과 체육수업기본심리욕구의 유능성 요인만이 중·고강도 신체활동량에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 기존 연구에 의하면, 교사에 의해 자율성이 지지되는 수업은 통제적인 수업에 비해 어린이의 신체활동의도가 증진되는 것으로 밝혀졌으며 [44], 학생들의 기본심리욕구의 유능성은 교사의 긍정적인 피드백에 의하여 증진되며, 이는 운동에 대한 참여의도를 증진시키는 것으로 보고되고 있다[45]. 또한, Vierling 외[46]에 의하면, 부모와 교사로부터 자결성, 유능성, 관계성의 심리적 욕구 충족의 혜택을 입은 초등학생들은 내재적 동기가 강화되고, 이를 통해 방과 후 신체활동 참여에 대한 태도가 증진된다고 밝히고 있다. 이러한 연구들은 신체활동을 증진시키는데 있어, 자결성, 유능성, 관계성의 세 가지 기본심리욕구의 충족을 강조하고 있다. 하지만 본 연구에서는 체육수업 기본심리욕구의 유능감 요인만이 중·고강도 신체활동에 유의한 영향을 미쳤으며 이에 대하여 논하면 다음과 같다.

기존 연구는 기본적 심리욕구의 충족과 운동참여와 관련된 심리적 요인들의 관계성을 탐색하였다. 하지만 본 연구에서는 기본적 심리욕구의 충족과 실제 자신이 행하는 신체활동량 간의 관계성을 이해하고자 했다. 운동선수가 아닌 일반초등학생들의 신체활동은 여가활동으로 간주할 수 있으며, 본 연구의 결과를 해석하는데 있어 위계적 여가제약이론(hierarchical leisure constraints theory)이 적용될 수 있을 것이다. Crawford 외[47]에 의하면, 모든 인간은 여가활동에 대한 욕구가 있으나, 여가제약의 극복여부에 따라 여가활동 참여의 개인차가 나타난다고 하였다. 구체적으로 여가제약은 개인내적 여가제약(interspersoanl leisure constraints), 대인간 여가제약(interpersonal leisure constraints), 구조적 여가제약(structural leisure constraints)으로 구성되어 있으며, 인간은 개인내적, 대인간, 구조적 여가제약 순으로 제약을 극복하고 여가활동 참여가 이루어진다고 하였다[47]. 이러한 개념적 틀을 고려하면, 기존 기본적 심리욕구의 충족과 운동참여관련 심리적 변인간의 연구는 개인내적 여가제약의 측면만을 고려한 것이다. 반

면, 본 연구에서 측정된 신체적 라이프스타일 변인은 여가제약의 3가지 단계를 모두 극복한 상황을 측정된 것이라고 할 수 있다. 기본적 심리욕구의 관계성에 이러한 개념적 틀을 적용하면, 관계성이 대인간 여가제약을 극복하는 데는 유의한 영향을 미칠 수 있으나, 구조적 여가제약을 극복하기에는 제한이 따를 수 있을 것이다. 또한, 유능감은 개인내적, 대인간, 구조적 여가제약을 모두 극복할 수 있는 심리기전으로 추론할 수 있다. 이것은 어디까지나 개념적 추론이며, 이를 실증적으로 검증한 연구는 보고되지 않고 있다. 미래 후속연구에서는 이러한 개념적 틀을 실증적으로 검증할 필요가 있을 것이다.

학교체육의 학교 밖 전이효과는 현재의 전이효과(current transfer effect)와 인생 전반에 걸쳐 나타나는 지연된 전이효과(delayed transfer effect)로 나눌 수 있으며, 학교체육활동의 학교 밖 조직적인 신체활동으로의 전이효과는 불확실 하다고 보고되고 있다[14]. 하지만 본 연구의 결과는 초등체육수업에서의 유능감의 충족이 신체적 라이프스타일의 중·고강도 신체활동 영역으로 전이될 수 있음을 나타내며, 체육수업시간에서 학생들의 유능감을 높일 수 있는 교수법이 실행되어야 할 것이다.

V. 결론

본 연구의 결과에 따르면, 체육수업 기본심리욕구의 유능성 요인과 관계성 요인은 학교행복감에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 또한, 체육수업 기본심리욕구의 유능성 요인은 신체적 라이프스타일의 중·고강도 신체활동영역에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 학교행복감은 학령기 청소년의 우울감 및 비행행동을 감소시킨다고 알려져 있다[2-5]. 하지만 국내 학령기 청소년의 학교 행복감은 낮은 것으로 보고되고 있다[8]. 이러한 현실에서 체육수업 기본적 심리욕구의 충족이 학교행복감 증진에 기여한다는 본 연구의 결과는 의의가 있겠다.

최근 신체적 라이프스타일 특히 중·고강도 신체활동

이 학령기 아동들의 건강한 발달을 도모한다는 연구결과들이 보고되고 있다[14]. 본 연구의 결과는 초등 체육수업 기본심리욕구의 유능감 충족이 초등학생들의 중·고강도 신체활동 증진을 견인할 수 있음을 나타낸다. 학교체육의 학교 밖 신체활동으로의 전이효과에 대한 연구는 지속적으로 이루어지고 있다. 본 연구는 학교체육이 신체적 라이프스타일에 전이될 수 있음을 실증적으로 보여 주었으며, 본 연구를 통해 체육수업의 가치가 더욱 높아지기를 기대한다.

참 고 문 헌

- [1] D. R. Entwisle and L. A. Hayduk, "Lasting effects of elementary school," *Sociology of Education*, Vol.61, No.3, pp.147-159, 1988.
- [2] 김아영, 이명희, "청소년의 심리적 욕구만족, 우울 경향, 학교생활적응 간의 관계구조와 학교급간 차이," *교육심리연구*, 제22권, 제2호, pp.423-441, 2008.
- [3] J. Ainley, J. Foreman, and M. Sheret, "High school factors that influence students to remain in school," *The Journal of Educational Research*, Vol.85, No.2, pp.69-80, 1991.
- [4] X. Chen and B. S. Li, "Depressed mood in Chinese children: Development significance for social and school adjustment," *International Journal of Behavioral Development*, Vol.24, No.4, pp.472-479, 2000.
- [5] S. M. Suldo and E. S. Huebner, "Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence?," *School Psychology Quarterly*, Vol.19, No.2, p.93, 2004.
- [6] 김수진, 동효관, 박지현, 김지영, 진의남, 서지희, 김민정, *TIMSS 2011 결과에 따른 수학·과학 교육 현황 국제비교*, 한국교육과정평가원 연구보고 RRE, 7-2, 2013.
- [7] A. W. Bailey, H. K. Kang, and C. Schmidt, "Leisure routine and positive attitudes: age-graded comparisons of the path to happiness," *Journal of Leisure Research*, Vol.48, No.3, pp.189-209, 2016.
- [8] 박영신, 김의철, 한기혜, 박선영, "청소년이 지각한 행복의 수준과 요인," *청소년학연구*, 제19권, 제9호, pp.149-188, 2012.
- [9] R. Veenhoven, "Is happiness relative?," *Social Indicators Research*, Vol.24, No.1, pp.1-34, 1991.
- [10] A. Kozma, S. Stone, and M. J. Stones, Stability in components and predictors of subjective well-being(SWB): Implications for SWB structure. *Advances in quality of life theory and research(pp. 13-30)*, Springer, Dordrecht. 2000.
- [11] 강영하, "초등학생의 학교 행복감 구성요인 탐색," *초등상담연구*, 제11권, 제2호, pp.219-235, 2012.
- [12] 유신복, 손원숙, "초등학생이 지각한 어머니의 정서표현성, 기본심리욕구 및 학교행복감 간의 관계," *한국심리학회지: 학교*, 제10권, 제1호, pp.179-200, 2013.
- [13] CPPSE(Committee on Physical Activity and Physical Education in the School Environment). *Educating The Student Body: Taking Physical Activity and Physical Education to School*. Washington, D.C.: THE NATIONAL ACADEMIES PRESS. 2013.
- [14] 이규일, 강형길, "3 차원 가속도계를 이용한 중학교 남녀 학생의 학기 중과 방학 중 신체활동 특성 이해 및 비교 분석," *한국체육학회지*, 제55권, 제4호, pp.253-261, 2016.
- [15] S. G. Trost and P. D. Loprinzi, "Exercise-Promoting healthy lifestyles in children and adolescents," *Journal of Clinical Lipidology*, Vol.2, No.3, pp.162-168, 2008.
- [16] R. Bailey, "Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes," *Journal of School Health*, Vol.76, No.8, pp.397-401, 2006.
- [17] ACSM(American College of Sports Medicine),

- ACSMs' guidelines for exercise testing and prescription*, Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins, 2013.
- [18] NASPE (National Association for Sport and Physical Education), "Is it physical education or physical activity?," NASPE position statement. *Strategies*, Vol.19, No.2, pp.33-34, 2005.
- [19] W .B. Strong, R. M. Malina, C. J. Blimkie, S. R. Daniels, R. K. Dishman, B. Gutin, A. C. Hergenroeder, A. Must, P. A. Nixon, J. M. Pivarnik, T. Rowland, S. Trost, and F. Trudeau, "Evidence based physical activity for school-age youth," *The Journal of Pediatrics*, Vol.146, No.6, pp.732-737, 2005.
- [20] PAGAC(Physical Activities Guidelines Advisory Committee), *Physical activity guidelines advisory committee report, Washington (DC): US Department of Health and Human Services*, 2008.
- [21] 강형길, 이규일, "학교급(초·중·고)별 여학생의 신체활동 영역별·강도별 특성 및 참여 수준 분석," *한국체육학회지*, 제54권, 제6호, pp.197-208, 2015.
- [22] E. L. Deci and R. M. Ryan, "The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior," *Psychological Inquiry*, Vol.11, No.4, pp.227-268, 2000.
- [23] 박동수, 김성문, "대학운동선수들의 기본심리욕구, 운동정서 및 지속의도 관계," *한국체육교육학회지*, 제16권, 제1호, pp.197-209, 2011.
- [24] 김계주, 김덕진, "대학운동선수들의 기본심리욕구, 운동정서 및 지속의도 관계," *한국체육교육학회지*, 제16권, 제3호, pp.77-92, 2011.
- [25] 김덕진, "체육수업에서 중학생의 기본적 심리욕구만족과 운동열정 및 주관적 웰빙간의 관계," *한국체육교육학회지*, 제17권, 제4호, pp.111-125, 2013.
- [26] R. M. Ryan and E. L. Deci, "Avoiding death or engaging life as accounts of meaning and culture: comment on Pyszczynski et al (2004)," *Psychological Bulletin*, Vol.130, No.3, pp.473-477, 2004.
- [27] 진현주, 김대동, 박주영, "댄스스포츠 동호인의 기본적 심리욕구와 자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향," *한국체육과학회지*, 제22권, 제5호, pp.537-548, 2013.
- [28] 허진영, "학교스포츠클럽 참여 중고교생의 기본적 심리욕구만족 잠재 프로파일 분류에 따른 사회적지지 심리적 행복의 잠재평균분석," *한국사회체육학회지*, 제70권, pp.433-446, 2017.
- [29] 김정숙, "장애인의 긍정적 심리증진을 위한 기본적 심리욕구, 심리적 수용 심리적 안녕감의 구조모형 검증 연구," *한국지체중복건강장애교육학회지*, 제57권, 제3호, pp.89-105, 2014.
- [30] M. N. van Poppel, M. J. Chinapaw, L. B. Mokkink, W. van Mechelen, and C. B. Terwee, "Physical activity questionnaires for adults," *Sports medicine*, Vol.40, No.7, pp.565-600, 2010.
- [31] The IPAQ Group, *Guidelines for data processing and analysis of the international physical activity questionnaire(IPAQ)*, 2005.
- [32] 최문형, "체육수업에서 아동의 기본적 심리욕구 척도의 개발과 타당성 검증," *한국스포츠심리학회지*, 제20권, 제4호, pp.87-100, 2009.
- [33] 강영하, "초등학생의 행복감 구성요인 탐색," *한국초등교육학회지*, 제21권, 제2호, pp.159-177, 2008.
- [34] 김종백, 김태은, "학교행복 검사도구 개발 및 타당화," *교육심리연구*, 제22권, 제1호, pp.259-279, 2008.
- [35] W. D. Berry, *Understanding regression assumptions*(Vol. 92), Newbury Park, CA: Sage, 1993.
- [36] L. R. Fabrigar, D. T. Wegener, R. C. MacCallum, and E. J. Strahan, "Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research," *Psychological Methods*, Vol.4, No.3, pp.272-299, 1999.
- [37] M. Norris and L. Lecavalier, "Evaluating the use of exploratory factor analysis in developmental disability psychological research," *Journal of Autism and Developmental Disorders*,

Vol.40, No.1, pp.8-20, 2010.

[38] 강형길, 조진호, “초등학생의 체육수업태도와 놀이성이 학교행복감에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제18권, 제5호, pp.579-591, 2018.

[39] K. F. Osterman, “Students’ need for belonging in the school community,” *Review of Educational Research*, Vol.70, No.3, pp.323-367, 2000.

[40] H. Patrick, C. R. Knee, A. Canevello, and C. Lonsbary, “The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.92, No.3, pp.434-457, 2007.

[41] H. R. Markus and S. Kitayama, “Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation,” *Psychological Review*, Vol.98, No.2, pp.224-253, 1991.

[42] 정승환, 김연정, 송영수, “기업의 조직문화가 조직에서의 주관적 행복에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제5호, pp.497-508, 2016.

[43] R. M. Ryan and J. P. Connell, “Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.57, No.5, pp.749-761, 1989.

[44] C. Spera, “A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement,” *Educational Psychology Review*, Vol.17, No.2, pp.125-146, 2005.

[45] R. Veenhoven and J. Ehrhardt, “The cross-national pattern of happiness: Test of predictions implied in three theories of happiness,” *Social Indicators Research*, Vol.34, No.1, pp.33-68, 1995.

[46] 황선희, 박익렬, “교사의 체육수업지도에 따른 초등학생의 인식,” 한국콘텐츠학회논문지, 제8권, 제12호, pp.449-456, 2008.

[47] R. E. Rhodes, H. M. Macdonald, and H. A.

McKay, “Predicting physical activity intention and behaviour among children in a longitudinal sample,” *Social Science & Medicine*, Vol.62, No.12, pp.3146-3156, 2006.

[48] A. Mouratidis, M. Vansteenkiste, W. Lens, and G. Sideridis, “The motivating role of positive feedback in sport and physical education: Evidence for a motivational model,” *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol.30, No.2, pp.240-268, 2008.

[49] K. K. Vierling, M. Standage, and D. C. Treasure, “Predicting attitudes and physical activity in an ‘at-risk’ minority youth sample: A test of self-determination theory,” *Psychology of Sport and Exercise*, Vol.8, No.5, pp.795-817, 2007.

[50] D. W. Crawford, E. L. Jackson, and G. Godbey, “A hierarchical model of leisure constraints,” *Leisure Sciences*, Vol.13, No.4, pp.309-320, 2009.

저 자 소 개

강 형 길(Hyoung-Kil Kang)

정회원



- 2003년 2월 : 서울대학교 체육교육학과(체육학석사)
- 2010년 9월 : University of Minnesota(박사)
- 2015년 4월 ~ 현재 : 경남대학교 조교수

<관심분야> : 삶의 질, 체육교육, 스포츠건강심리학

조 진 호(Jin-Ho Cho)

정회원



- 2009년 2월 : 인하대학교 교육학과(교육학석사)
- 2013년 8월 : 인하대학교 일반대학원(교육학박사)
- 2002년 3월 ~ 현재 : 인천해양과학고등학교 교사

<관심분야> : 교과교육, 교수학습, 교육정책