

인천광역시 도서벽지 연평도 거주 학생들의 신체적 자기개념 수준 분석

염돈일(연평고등학교) · 김 영 옥 · 조미혜(인하대학교)

국문초록

본 연구의 목적은 인천광역시의 도서벽지에 거주하고 있는 학생의 신체적 자기개념을 규명하는데 있다. 연구대상자는 연평도에 거주하고 있는 초, 중, 고등학생 총 112명을 대상으로 하였다. 본 연구에서 신체적 자기개념을 측정하기 위한 도구로는 한국판 신체적 자기개념 척도(김병준, 2001)를 사용하였다. 자료분석은 성별, 연령대에 따른 차이는 독립표본 t-test를 운동관심도, 참여빈도, 참여시간에 따른 차이는 이원변량분석을 실시하였으며 사후검증은 Scheffe' 방법을 사용하였다. 이와 같은 연구결과를 바탕으로 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 성별에 따른 신체적 자기개념은 차이가 없었다. 둘째, 연령대에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 유연성, 근력)은 아동과 청소년간의 차이가 있고 아동의 신체적 자기개념 수준이 높았다. 셋째, 학교급별에 따른 신체적 자기개념(신체활동, 유연성)은 차이가 있고, 초등학생의 신체적 자기개념 수준이 가장 높았다. 넷째, 신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반)은 차이가 있고 신체활동을 좋아할수록 신체적 자기개념의 수준이 높았다. 다섯째, 신체활동 주당 참여 빈도에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 유연성, 신체전반)은 차이가 있고 참여빈도가 높을수록 신체적 자기개념 수준이 높았다. 여섯째, 참여시간에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반)은 차이가 있고 2시간 운동 참여자의 신체적 자기개념 수준이 가장 높았다.

주요어 : 신체적 자기개념, 도서벽지, 연평도

I. 서론

복잡한 사회에서 살아가는 현대인에게 지속적인 신체활동은 정신건강의 측면뿐만 아니라 매력적인 몸을 가꾸는 데에도 효과적이라는 과학적인 증거가 제시되면서 운동을 실천하는 사람들이 늘고 있다 (Folkins & Sime, 1981; Sonstroem, 1984; Sonstroem & Morgan, 1989). 인간은 신체능력을 높여 신체에 대한 지각의 긍정적인 변화를 가져올 수 있고, 대인관계와 건전한 성격발달을 이룰 수 있으며 나아가 궁극적으로 행복을 느끼는 심리적 행복감을 향상시키고 생활만족을 가져올 수 있다(Dishman, 1980).

자기개념이란 자기 자신에 대한 긍정적인 평가를 말하며, 자기개념이 높은 사람은 학업이나 사회 생활에서 성취도가 높다. 즉, 긍정적인 자기개념을 갖고 있으면 삶의 전반에 걸쳐 성공을 이룰 수 있는 확률이 높다(김병준, 2001). 신체적 자기개념 검사는 자신의 신체적 능력이나 체력, 외모, 신체 이미지 등에 대해 스스로 인지하고 있는 정도를 평가하는 방법이다. 자신의 신체능력에 대한 자기인지가 실제적인 체력을 70-75% 대변할 수 있다(Fox, 1987).

스포츠 기능이나 체력과 같은 여러 신체적 능력과 자기개념 사이에는 긍정적인 상관관계가 있음을 입증해주고 있다. 이에 규칙적인 운동을 통한 신체적 자기개념 변화와 신체적 자기개념의 향상, 그리고 총체적 자기개념의 변화로 이어지는 연결고리를 검증하기 위해서 현재 신체적 자기개념의 측정이 중요한 연구주제로 사용되고 있다(김병준, 2001).

개인의 자기자각을 의미하는 자기개념에 대한 수많은 선행연구들은 자기개념이 인간의 정신건강과 삶의 질적 향상에 영향을 미치는 가장 핵심적인 요인이라는 사실을 경험과 환경의 해석을 통하여 제시하였다(유진, 1997). 자기 자신에 대해서 긍정적인 평가를 하는 사람은 학업이나 사회적 성취도가 높다는 것은 이미 많은 연구들에 의해 입증되어 왔다. 자기개념은 다양한 환경 속에서 살아가는 개인의 정신건강에 중요한 역할을 한다.

신체활동의 증진은 개인적 도전, 경쟁, 그리고 성공적인 자기개념의 증진을 가져오는데 중요한 역할을 한다. 신체활동은 개인적 도전, 경쟁, 그리고 성공체험의 기회를 제공하기 때문에 긍정적인 자기개념의 증진을 가져오는데 중요한 역할을 하는 것으로 추론해 볼 수 있다(2005, 최선인). 지속적인 신체운동은 인간의 자기개념 발달과 신체적 자기개념을 증진시키는 데 긍정적인 효과를 미칠 것 이라는 결과가 남녀노소 모두 많은 연구에서 발견되고 있다(강성구, 박주영, 2003; 김병준, 2001; 김석일, 2004; 김용국, 1994; 성창훈, 조충훈, 1999; 양명환, 1998; 유진, 김석일, 2004; 이운주 등, 2001' 홍길동, 허정식, 2003). 규칙적인 운동은 신체적 자기개념을 증진시키는 효과가 있다. 따라서 규칙적인 운동을 통한 신체적 자기개념 변화, 그리고 신체적 자기개념의 향상에서 총체적 자기개념의 변화로 이어지는 연결고리를 검증하기 위해서 신체적 자기개념의 측정이 중요한 연구주제로 다루어져 왔다(Marsh & Peart, 1988).

도서벽지 지역에서는 주민들의 감소로 학교가 폐교되거나 통폐합되어가고 학생 수 역시 소규모화 되어가고 있다. 이에 따라 학부모의 교육에 대한 관심, 학생들의 학습의욕, 교사의 학습방법도 상당히 변화를 보이고 있다. 예를 들어 도서벽지의 통폐합학교의 재구성은 학생으로 하여금 한 지역에서 10년 이상을 긴 기간을 환경에 대한 자극 없이 폐쇄된 환경에서 학습을 하게 된다(오주열, 2005). 도서벽지의 일반적인 속성은 학교시설이 영세, 교육과정의 운영과 구성이 특수, 지역사회 주민의 자녀 교육열이 비교적 낮고 반면 학교와 지역사회의 결합이 밀접한 특성을 가지고 있다.

특히, 도서벽지 중 연평도는 두 번의 군사적 충돌을 경험했기 때문에 장관급 회담에서 서해 접경 지역의 공동어로를 동의했음에도 여전히 군사적 충돌에 대한 높은 우려를 보이고 있으며 전문가들도 연평해역을 과거 10년 전에 비해 긴장 강도가 가장 높은 권역으로 인식하고 있어 남북 충돌의 가능성이 이지역의 가장 심각한 문제점이라고 꼽았다. 또한 중국 어선 싸늘이 어업으로 지역경제 피폐화 되고 있으며 침적 폐어망 등으로 인한 어장 황폐화 되어 섬주민의 인구가 감소하고 있는 추세이다(남정호 외, 2006). 섬의 인구 중 절반은 주기적으로 이동을 하는 군인과 공무원으로 구성 되어 있으

며 학생의 구성비 역시 반은 섬토박이 이고 반은 외지학생으로 구성되어있다. 섬의 학교에서는 실내 체육관 시설이 갖춰져 있지 않아 우천시나 동·하절기에는 교실수업이 많이 이루어지고 있다. 대부분의 학생이 자전거로 등·하교를 하며 그 외의 이동에도 자전거를 많이 이용하는 편이기 때문에 학교에서 부족한 신체활동을 자전거타는 것으로 커버하고 있는 실정이다, 도서벽지라 학교 주변 환경에 운동시설이라고는 없기 때문에 다양한 신체활동의 기회가 없는 것이 현실이다. 학생들의 신체활동 욕구는 왕성한 반면 이를 충족시켜줄 수 없는 것이 연평도의 현 상황이다.

그러므로 본 연구는 서해 5도이면서 특수한 상황에 있는 인천광역시 연평도 학생들을 대상으로 이들의 신체적 자기개념을 알아보고자 한다. 따라서, 본 연구에서는 연평도 학생들의 성별, 연령대, 학년기, 신체활동 관심도, 신체활동 주당참여빈도, 1회 참여시간 변인에 따라 신체적 자기개념이 어떤 차이를 보이는지를 규명하는데 그 목적이 있다.

II . 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 연평도에 거주하고 있는 초, 중, 고등학생을 전수조사 하였으며, 조사대상의 일반적인 특징은 <표 1>과 같다. 총 112명을 대상으로 질문지를 배포하여 작성케 한 후 회수한 결과 기입누락 및 이중기입 등의 문제점은 발견되지 않았다.

표 1. 조사대상의 일반적인 특성

항목	구분	사례수(n)	백분율(%)
성별	남	57	50.9
	여	55	49.1
연령	아동	70	62.5
	청소년	42	37.5
학교급	초등학생	70	62.5
	중학생	24	21.4
	고등학생	18	16.1
신체활동 관심도	싫어함	11	9.8
	보통	35	31.3
	좋아함	66	59.9
주당 참여빈도	거의매일	21	18.8
	주 1-2회	42	37.5
	주 3-5회	49	43.8
1회 참여시간	1시간	72	64.3
	2시간	26	23.2
	3시간 이상	14	12.5
	전 체	112	100

2. 연구도구 및 연구절차

본 연구에서 신체적 자기개념을 측정하기 위한 도구로는 Marsh 등(1994)이 개발한 신체적 자기개념 설문지(PSDQ: Physical Self Description Questionnaire)를 한국문화에 맞게 개발된 한국판 신체적 자기개념 척도(김병준, 2001)를 사용하였다. 이 검사지는 10개 요인(스포츠유능감 10문항, 체지방 10문항, 외모10문항, 건강 10문항, 신체활동 10문항, 자기존중감 10문항, 유연성 10문항, 지구력 10문항, 근력 10문항, 신체전반 10문항) 총 40개의 문항으로 구성되어있다. 본 연구에서 사용한 검사지의 각 요인에 대한 내적합치도(Cronbach's α)는 .81~.85의 범위를 보이며 높은 신뢰도를 보여주고 있었다.

본 연구는 사전에 설문조사에 대하여 교육을 받은 동료 교사와 함께 각 교실을 방문하여 조사대상자의 협조를 얻은 후 실시하였다. 조사대상자에게 설문지를 배부하고 질문 내용과 주의사항을 설명 후 자기평가기입법(self-administration method)으로 설문 내용에 대하여 응답하도록 한 후 완성된 설문지는 연구자가 직접 회수하였다.

3. 자료분석

본 연구에서 사용된 검사지의 신뢰도를 검증하기 위하여 신뢰도분석(reliability analysis)을 실시하였고, 성별, 연령대에 따른 차이는 독립표본 t-test를 학년기, 운동관심도, 참여빈도, 참여시간에 따른 차이는 이원변량분석을 실시하였으며 사후검정은 Scheffe' 방법을 사용하였다. 모든 검정에서 가설검증을 위한 유의수준은 .05로 설정하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 성별에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 2>는 성별에 따른 신체적 자기개념 차이 결과이다. 신체적 자기개념의 모든 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 체지방, 건강, 자기존중감은 남, 여 둘 다 긍정적인 경향을 보이고 있으며 그 외 요인들 역시 부정적인 경향이 나타나지는 않았다. 신체적 자기개념의 모든 요인에서 남학생이 여학생보다 높은 평균값을 보이고 있으나, 자기존중감 및 유연성 요인에서는 여학생이 남학생보다 높은 평균값을 보이고 있다.

표 2. 연평도 학생들의 성별에 따른 신체적 자기개념의 차이

요인	남(n=57)		여(n=55)		t	P
	M	SD	M	SD		
스포츠유능감	3.46	1.39	3.24	1.34	.864	.389
체지방	4.51	1.23	4.34	1.22	.759	.449
외모	2.93	1.40	2.79	1.16	.605	.546
건강	4.64	1.13	4.25	1.21	1.760	.081
신체활동	3.11	1.43	2.80	1.37	1.166	.246
자기존중감	4.36	1.20	4.74	.93	-1.838	.069
유연성	3.10	1.22	3.48	1.26	-1.620	.108
지구력	3.13	1.27	2.66	1.26	1.947	.054
근력	3.50	1.26	3.40	1.17	.470	.639
신체전반	3.44	1.31	3.03	1.30	1.662	.099

2. 연령에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 3>은 연령대에 따른 신체적 자기개념 차이 결과이다. 연령의 주효과는 스포츠유능감, 유연성, 근력의 요인에서 나타났다. 그러나 체지방, 외모, 건강, 신체활동, 자기존중감, 지구력, 신체전반에서는 차이가 없었다. 구체적으로 살펴보면 아동이 청소년에 비해 스포츠유능감, 유연성, 근력에서 높은 점수를 보여 이러한 면에서 자신을 보다 긍정적으로 평가하고 있음을 알 수 있다. 결과적으로 아동은 신체적인 자기지각의 측면에서 청소년 보다 더 높게 평가 한다는 사실을 알 수 있다.

표 3. 연평도 학생들의 연령대별 신체적 자기개념의 차이

요인	아동(n=70)		청소년(n=42)		t	P
	M	SD	M	SD		
스포츠유능감	3.59	1.41	2.96	1.22	2.417	.017
체지방	4.46	1.18	4.37	1.30	.371	.711
외모	2.87	1.28	2.84	1.30	.132	.895
건강	4.41	1.14	4.51	1.25	-.447	.656
신체활동	3.16	1.44	2.64	1.28	1.909	.059
자기존중감	4.50	1.09	4.63	1.08	-.643	.522
유연성	3.55	1.32	2.84	.97	3.230	.002
지구력	3.02	1.31	2.71	1.23	1.225	.223
근력	3.63	1.28	3.14	1.04	2.093	.039
신체전반	3.29	1.38	3.14	1.21	.571	.569

3. 학교급별에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 4>는 학년기에 따른 신체적 자기개념 차이 결과이다. 학년기별 주효과는 신체활동, 유연성 요

인에서 나타났으며 나머지 요인에서는 차이가 없었다. 평균점수 비교 결과 전반적으로 초등학생이 외모, 건강을 제외한 나머지 요인에서 높은 점수를 보였다. 사후 분석 결과에서도 초등학생이 중·고등학생에 비하여 높은 수준으로 자신을 인지하고 있는 것으로 나타났다.

표 4. 학년기별 신체적 자기개념의 차이

요인	초등학생(n=70)		중학생(n=24)		고등학생(n=18)		f	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
스포츠유능감	3.59	1.40	2.92	1.19	3.01	1.29	2.917	.058
체지방	4.46	1.18	4.37	1.30	4.37	1.34	.068	.934
외모	2.87	1.28	2.64	1.04	3.11	1.57	.677	.510
건강	4.41	1.14	4.64	1.13	4.34	1.40	.423	.656
신체활동	3.16	1.44	2.96	1.42	2.20	.94	3.426	.036 a>c
자기존중감	4.50	1.09	4.78	.91	4.44	1.28	.696	.501
유연성	3.55	1.32	2.89	1.07	2.77	.85	4.504	.013
지구력	3.02	1.31	2.57	1.10	2.90	1.38	1.087	.341
근력	3.63	1.28	2.98	1.04	3.36	1.04	2.682	.073
신체전반	3.29	1.38	3.17	1.32	3.11	1.09	.175	.840

a=초등학생 b=중학생 c=고등학생

4. 신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 5>는 신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념 차이 결과이다. 신체활동 관심도의 주효과는 스포츠유능감, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반의 요인에서 나타났다. 그러나 체지방, 외모, 건강, 자기존중감에서는 차이가 없었다. 평균점수 비교 결과 신체활동을 좋아하는 집단이 자기존중감을 제외한 나머지 요인에서 높은 점수를 보였다. 사후 분석 결과에서도 신체활동을 좋아하는 학생들이 높은 수준으로 자신을 인지하고 있는 것으로 나타났다.

표 5. 연평도 학생들의 신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념의 차이

요인	싫어함(n=11)		보통(n=35)		좋아함(n=66)		f	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
스포츠유능감	2.45	1.39	2.50	.87	3.96	1.26	21.282	.000 a,b<c
체지방	3.95	1.07	4.30	1.38	4.57	1.15	1.476	.233
외모	2.40	1.14	2.55	1.17	3.10	1.32	2.949	.057
건강	4.40	1.41	4.41	1.39	4.48	1.03	.011	.957
신체활동	1.84	1.07	2.40	1.05	3.45	1.40	20.445	.000 a,b<c
자기존중감	3.93	.76	4.62	1.26	4.61	1.01	2.343	.138
유연성	2.77	1.32	2.99	1.27	3.53	1.19	4.922	.042
지구력	2.52	1.63	2.50	1.07	3.18	1.27	6.102	.024
근력	3.22	1.53	3.07	1.01	3.69	1.22	4.637	.043
신체전반	2.88	1.42	2.83	1.04	3.51	1.38	6.046	.030

a=싫어함 b=보통 c=좋아함

5. 주당 참여빈도에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 6>는 신체활동 주당 참여빈도에 따른 신체적 자기개념의 결과이다. 주당 참여빈도의 주효과는 스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반 요인에서 나타났다. 그러나 체지방, 건강, 자기존중감에서는 차이가 없었다. 평균점수 비교 결과 거의 매일 신체활동을 하는 집단이 건강, 자기존중감을 제외한 모든 요인에서 다른 집단보다 높은 점수를 보였다. 사후 분석 결과 거의 매일 신체활동을 하는 집단이 주1~2회, 주3~5회 참여하는 집단 보다 높은 수준으로 자신을 인지하는 것으로 나타났다.

표 6. 연평도 학생들의 주당 참여빈도에 따른 신체적 자기개념의 차이

요인	거의매일(n=21)		주1~2회(n=42)		주3~5회(n=49)		f	p	
	M	SD	M	SD	M	SD			
스포츠유능감	4.35	1.21	2.72	1.26	3.47	1.24	12.339	.000	a>b,c
체지방	4.51	1.01	4.41	1.37	4.40	1.20	.056	.946	
외모	3.46	1.23	2.74	1.19	2.71	1.34	2.893	.060	
건강	4.52	.97	4.22	1.32	4.61	1.13	1.287	.280	
신체활동	4.10	1.52	2.25	1.01	3.08	1.30	15.754	.000	a>c>b
자기존중감	4.35	1.30	4.55	.98	4.62	1.08	.451	.638	
유연성	3.72	1.13	2.92	1.12	3.41	1.34	3.459	.035	a>b
지구력	3.50	1.06	2.50	1.23	2.99	1.32	4.672	.011	a>b
근력	4.01	1.06	3.02	1.24	3.58	1.15	5.523	.005	a>b
신체전반	4.07	.96	2.92	1.21	3.15	1.40	5.939	.004	a>b,c

a=거의매일 b=주1~2회 c=주3~5

표 7. 1회 참여시간에 따른 신체적 자기개념의 차이

요인	1시간(n=72)		2시간(n=26)		3시간이상(n=14)		f	p	
	M	SD	M	SD	M	SD			
스포츠유능감	2.87	1.13	4.29	1.21	4.08	1.59	23.510	.000	a<c,b
체지방	4.31	1.23	4.61	1.35	4.67	.87	1.347	.413	
외모	2.59	1.14	3.35	1.36	3.35	1.50	7.475	.010	
건강	4.30	1.23	4.77	1.05	4.60	1.05	2.329	.191	
신체활동	2.47	1.13	3.75	1.48	4.01	1.37	24.268	.000	a<b,c
자기존중감	4.61	1.12	4.86	1.03	4.42	.96	1.676	.245	
유연성	2.92	1.05	3.78	1.23	4.21	1.51	13.951	.000	a<b,c
지구력	2.53	1.11	3.32	1.08	4.05	1.59	16.577	.000	a<c
근력	3.18	1.16	4.19	.99	3.48	1.36	9.716	.001	a<b
신체전반	2.87	1.12	4.02	1.50	3.64	1.17	13.931	.000	a<b

a=1시간 b=2시간 c=3시간

6. 1회 참여시간에 따른 신체적 자기개념의 차이

<표 7> 신체활동 주당 참여빈도에 따른 신체적 자기개념의 결과이다. 신체활동 1회 참여시간의 주효과는 스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반 요인에서 나타났다. 그러나 체지방,

건강, 자기존중감에서는 차이가 없었다. 평균점수 비교결과 건강, 자기존중감, 근력, 신체전반을 제외한 모든 요인에서 다른 집단보다 높은 점수를 보였다. 사후 분석 결과 사후 분석 결과 1회 3시간 신체활동을 하는 집단이 2시간, 3시간 참여하는 집단 보다 높은 수준으로 자신을 인지하는 것으로 나타났다.

IV. 논의

연평도 지역의 초·중·고등학생들의 신체적 개념은 두 가지(신체활동, 유연성)의 요인에서 차이를 보이고 있으며 초등학생일 가장 높은 수준의 자기인식을 하고 있었다. 이는 도시지역 초등학생을 대상으로 연구한 김인수((2006), 최범규, 노영호(2004)와 황현미(2006)의 연구에서 나타난 결과와는 차이를 보이는 것으로 선행연구인 도시지역의 학생들이 인식하는 신체적 자기개념과의 비교 결과 연평도 지역 초등학생이 도시지역 학생에 비해 외모를 제외한 대부분 요인에서 높은 수준을 나타내었다. 그리고 중학생의 경우 류태호, 김병준, 이병준(2002)과 정동균(2006), 정해영(2003)의 연구결과와 차이를 보였다. 비교 결과 연평도 지역 중학생이 도시지역 중학생들이 비해 대부분의 자기 인지 수준이 높게 나타났다. 또한 고등학생의 경우도 마찬가지로 김대근(2004), 이충섭(2006)의 연구결과가 차이가 나타났으며 비교 결과 연평도 지역 고등학생이 도시지역 고등학생들이 비해 대부분의 자기 인지 수준이 높게 나타났다. 특이하게도 외모와 체지방에서 큰 차이를 보였는데, 연평도 지역의 학생이 도시지역 학생들에 비해 외모 요인의 인지 수준이 낮았으나, 체지방 요인의 인지 수준은 높았다. 이는 도시와는 다르게 문화적으로 제한적인 지역에서 생활하는 연평도 학생들의 특성이 나타난 것이라고 생각한다. 그리고 이 지역에서는 학생들이 비만 유발식품을 접할 수 있는 기회가 없기 때문에 비만체형을 가진 학생이 드물어 대부분의 학생들이 자신을 날씬하게 인지하고 있는 것으로 생각된다.

본 연구에서는 성별에 따른 차이를 비교해보면 성별간 차이가 없었다. 하지만 선행연구인 류태호, 김병준, 이병준(2002), 유진, 김석일(2003), 이충섭(2005)의 연구에서는 남학생이 여학생보다 신체적 자기개념이 높게 나타나 본 연구 결과와는 큰 차이를 보였다. 대부분 선행연구에서 도출된 결과와는 상반된 결과를 보였는데 이는 연평도의 폐쇄적인 특성으로 인한 것 이라고 생각한다. 이와 같은 결과는 연평도의 특수한 상황을 보다 심층적으로 분석할 필요성을 제시하는 것이며 이를 위해서는 질적인 연구가 함께 병행되어야 할 것으로 생각된다.

아동과 청소년의 신체적 개념에 차이가 있었으며 아동이 청소년에 비해 높은 수준을 보여주고 있다. 황현미(2006)의 초등학생을 대상으로 신체적 자기개념을 측정된 결과와 김대근(2004)의 고등학생을 대상으로 신체적 자기개념을 측정된 결과들을 비교해본 결과 모든 요인에서 차이가 있는 것으로 분석되었으며 그 외 선행연구들에서도 이와 같은 결과가 도출되었다. 그러나 연평도 학생의 경우 체지방, 건강, 자기존중감 이외에 차이는 나타나지 않았다. 선행연구들과 차이가 있는 결과가 도출되었는데 이는 학생들의 여가생활이 주로 신체활동과 관련된 생활이 많기 때문이라고 생각한다.

신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념은 신체활동을 좋아하는 학생일수록 높은 수준을 보여주

었다. 이견철(2007)의 연구에는 스포츠활동의 참여는 신체활동, 체력 향상과 자아존중감에 직접적인 영향을 미친다고 하였다. 신체활동을 좋아하면 그만큼 스포츠활동이나 그에 관련된 활동을 많이 하기 때문에 선행연구의 결과처럼 신체적 자아개념에 긍정적인 영향을 많이 미친다고 생각한다.

주당 참여빈도에 따른 신체적 자기개념은 거의 매일 신체활동을 하는 학생일수록 높은 수준을 보여주었다. 김경원(2003), 표종현(2003)의 연구들에 따르면 지속적인 운동참여로 인해 자신의 신체를 평가하는 수준이 향상될 수 있다고 밝히고 있다. 그리고 이충섭(2005)의 연구에 의하면 신체활동의 참여기간이 길수록 신체적 자기개념이 강하게 인식되었음을 확인할 수 있다. 이는 환경과는 관계없이 신체활동 자체가 신체에 긍정적인 영향을 미친다는 것이라고 생각한다.

신체활동 1회 참여 시간에 따른 신체적 자기개념은 참여시간이 증가할수록 높아짐 나타내고 있다. 특히 2시간 신체활동이 가장 긍정적인 수준을 유지하고 있었다, 류민정, 표내숙(2005)의 연구에서는 장시간 운동 그룹이 단·중시간 운동그룹 보다 신체적 자기개념 수준이 높다고 나타났다. 신체활동에 참여하는 시간이 길수록 신체활동에 대한 개념이 높다는 것을 알 수가 있다. 그리고 강려, 윤이중(2005)의 연구에서도 많은 시간을 활동한 그룹이 신체적 자기개념이 높다고 하여 본 연구결과와 일치하였다. 또한 김석일(2004)의 연구에서도 여가 스포츠활동에 참여하는 기간이 오래되고 운동을 자주하고 운동을 1시간 30분 이상 하는 사람들이 신체적 자기개념이 높다는 연구결과를 보여 주고 있다. 그러나 본 연구에서는 구체적인 시간을 제시해줌으로서 2시간 동안의 신체활동이 연평도 학생들에게는 가장 좋은 시간이라는 결과를 도출하였다. 본 연구의 결과에서 보여주는 특이한 사항은 운동시간에 상관없이 체지방에 대한 인식은 차이가 없다는 사실이다. 모든 변인간의 비교 결과 연평도 학생들의 체지방은 집단 간 차이가 없었다. 이는 연평도 학생들이 도시학생들과는 다르게 비만학생이 없고 지역 특성상 패스트푸드나 정크푸드를 많이 접할 수 없는 특수 상황이기 때문이라고 생각된다. 본 연구에서는 학생들이 비교적 자신들이 날씬하다고 평가하고 있으며 건강차원에서도 높은 평가를 하고 있다.

이와 같은 연구결과를 바탕으로 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 성별에 따른 신체적 자기개념은 차이가 없었다. 둘째, 연령에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 유연성, 근력)은 아동과 청소년간의 차이가 있고 아동의 신체적 자기개념 수준이 높았다. 셋째, 학교급별에 따른 신체적 자기개념(신체활동, 유연성)은 차이가 있고, 초등학생의 신체적 자기개념 수준이 가장 높았다. 넷째, 신체활동 관심도에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반)은 차이가 있고 신체활동을 좋아할수록 신체적 자기개념의 수준이 높았다. 다섯째, 신체활동 주당 참여 빈도에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 유연성, 신체전반)은 차이가 있고 참여빈도가 높을수록 신체적 자기개념 수준이 높았다. 여섯째, 참여시간에 따른 신체적 자기개념(스포츠유능감, 외모, 신체활동, 유연성, 지구력, 근력, 신체전반)은 차이가 있고 2시간 운동 참여자의 신체적 자기개념 수준이 가장 높았다.

참고문헌

- 강려, 윤이중(2005). 중국 산둥성 대학생의 여가스포츠활동 참여에 따른 신체적 자기개념과 여가만족에 관한 연구. **한국체육학회지**, 44(5), 133-145.
- 강성구, 박주영(2003). 초등학교의 태권도 수련활동이 체력요인과 신체적 자기 개념에 미치는 영향. **한국스포츠심리학회지**, 14(3), 55-64.
- 김경원(2003). 규칙적인 운동이 신체적 자기개념에 미치는 영향. **한국스포츠심리학회지**, 14(1), 1-11.
- 김대근(2004). **고등학교의 체육활동 참여가 신체적 자기개념에 미치는 영향**. 미간행 석사학위 논문. 상명대학교 대학원.
- 김병준(2001). 한국판 신체적 자기개념 측정도구 개발, **한국스포츠심리학회지**, 12(2), 69-90.
- 김석일(2004). 건강인지와 운동참여에 따른 신체적자기개념. **한국스포츠리서치**, 15(5), 3-8.
- 김인수(2006). 초등학교생들의 신체활동 참여가 신체적 자기개념에 미치는 영향. **한국스포츠리서치**, 17(5), 997-988.
- 남정호, 장원근, 신철오, 최지연, 육근형, 최희정, 이구성, 이지선, 이원갑(2006). 서해연안 해양평화공원 **Marine Peace Park** 지정 및 관리 방안 연구 2 서해연안 해양평화공원 지정 및 관리 방안 연구. 한국해양수산개발원.
- 류민정, 표내숙(2005). 대학생의 운동참여수준에 따른 신체적 자기개념. **한국스포츠심리학회지**, 16(1), 97-110.
- 류민정, 표내숙(2007). 스포츠 학습경험에 따른 신체적 자기개념 차이 검증. **한국사회체육학회지**, 29, 57-65.
- 류태호, 김병준, 이병준(2002). 성과 운동참가수준에 따른 중학생의 신체적 자기개념. **한국스포츠교육학회지**, 9(1), 63-78.
- 박진성, 문한식(2006). 과외 스포츠 활동이 여자중학생들의 신체적 자기개념에 미치는 효과. **한국스포츠심리학회지**, 17(1), 13-24.
- 박현숙, 배영훈, 한태준(2005). 중년여성의 생활스포츠 참여유형에 따른 신체적 자기개념. **한국체육학회지**, 44(1), 127-138.
- 성창훈, 조충훈(1999). 청소년의 신체적 자기-지각 구성요인 탐색. **한국스포츠심리학회지**, 12(2), 171-192.
- 오주열(2005). 도서벽지(울릉도) 중학생들의 수학교과 및 수학교사에 대한 인식도 조사. 미간행 석사학위논문. 영남대학교 교육대학원.
- 유진(1997). **스포츠심리학**. 서울: 중앙대학교 출판부.
- 유진, 김석일(2004). 여가 스포츠 참여자들의 신체적 자기개념 프로파일. **한국스포츠심리학회지**, 15(2), 161-172.
- 이건철(2007) **스포츠활동 참여정도에 따른 신체적 자기개념과의 관계**. **한국스포츠리서치**, 18(1), 299-308.
- 이윤주, 이계윤, 원유병(2001). 사회체육진흥을 위한 학교와 지역사회 및 관련단체의 역할 : 운동과 학 : 신체적 자기개념이 자긍심, 심리적 행복감, 생활만족도에 미치는 영향. **한국한국사회체육학회 학술대회 논문집**, 160-170.

- 이충섭(2006). 고교생의 스포츠 활동 참여와 신체적 자기개념의 관계. *한국체육교육학회지*, 11(2), 11-22.
- 정동균(2006). 중학생의 태권도 특기·적성교육활동경험이 신체적 자기개념 및 지속적 참여의지에 미치는 영향. *한국체육학회지*, 45(2), 125-135.
- 정해영(2003). 중학생의 신체적 자기개념이 체육 수업 선호도에 미치는 영향, 미간행 석사학위논문, 부산외국어대학교 교육대학원.
- 최범규, 노영호(2004). 아동의 성과 운동참가가 신체적 자기개념에 미치는 영향, *한국학교체육학회*, 14(2), 1-12.
- 최선인, 정청희, 김병준(2005). 청소년의 신체적 자기개념 측정을 위한 척도 개발. *한국스포츠심리학회지*, 16(2), 169-188.
- 표종현(2003). 태권도 수련이 성장기 어린이의 신체적 자기개념에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 부산대학교 대학원.
- 하충곤, 이강현(2002). 중·고등학생의 신체활동 참여유형별 신체적 자기개념 차이. *한국스포츠심리학회지*, 13(2), 185-202.
- 홍길동, 허정식(2003). 복합 운동 참가가 생리적 요인과 신체적 자기개념에 미치는 영향. *한국스포츠심리학회지*. 14(3), 111-125.
- 황현미(2002). 초등학교생의 체육특기, 적성 교육활동 참여가 신체적 자기개념에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 동아대학교 교육대학원.
- Sonstrom, R. J.(1986). Exercise and self-esteem: *International Journal of Phys.*, 17, 123-234.
- Sonstrom, R. J., Morgan, W. P.(1989). Exercise and self-esteem: Rational and model. *Medicine and Science in Sports*.
- Dishman, R. K.(1980). The influence of response distortion in assessing self-perception of physical activity. *Research Quarterly for Exercise Science*, 51, 286-299.
- Folkens, C. H., & Sime, W. E.(1981). Physical fitness training and mental health. *American Psychologist*, 36, 373-389.
- Fox K. R.(2000). The effect of exercisr on physical self-perceptions and self-esteem. In S.J.H. Biddle., K.R. Fox., & S.H. Boutcher(Eds.), *Physical activity and psycholocial well-being*(pp. 88-117). London: Toutledge & Kegan Paul.
- Fox, K. R., & corbin, C. B.(1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- Fox, K. R. Corbin, C. B.(1998, April). *Physical self perception and perceived importance profile: Development and Preliminary validation*. Paper presented at the American Alliance for Health, Physical Education Recreation & Dance Annual Convention Kansas City.
- Marsh, H. W., & Peart, N.(1988). Competitive and cooperative physical fitness training programs for girls: Effect on physical fitness and on multidimensional self-concept. *Journal of Sports & Exercise Psychology*, 10, 390-407.

ABSTRACT

An analysis of physical self description level of students lived in a remote rural island, Yeonpyeongdo in Incheon

Yeom, DonIl(Yeonpyeong High School) · Kim, YoungWook · Cho, MiHye(Inha University)

The purpose of this study was to research the physical self-concept of students who dwelt in island nearby Incheon. For the purpose, 112 students who lived in Yeonpyung Island participated in this study. We used the questionnaire(PSDQ) which was developed for the Korean Version of the Physical Self-Description(Kim byungjun, 2001). For the statistics, we used t-test for the analysis on sex, ages and also we used twoway ANOVA on the concerning of exercise, frequency and time for exercise. The results were followed as: 1. among sex, there was no difference On the Physical Self-Description. 2. On the physical self-description by ages, children of school age were higher than adolescence in muscular strength, flexibility and physical competence. 3. There was significant difference in the physical activity and flexibility of the Physical self-description by school age, especially children of school age showed higher physical self-description. 4. There was significant difference in the physical competence, physical activity, flexibility, endurance, muscular strength and body image of the Physical self-description by concerning of physical activity, especially more favority of physical activity showed the higher physical self-description. 5. On the physical competence, appearance, physical activity, flexibility, endurance and body image of physical self description by frequency of physical activity, there were significant differences, in addition, the more frequency for physical activity was, the higher physical self prescription was. 6. On the physical competence, appearance, physical activity, flexibility, endurance and body image of physical self description by frequency of physical activity, there were significant differences, especially students who attent for 2 hours showed the highest physical self prescription.