

이학석사 학위논문

여자고등학생의 체육수업 참여형태가 신체적
자기효능감 및 성역할 유형에 미치는 영향

The influence of physical education participation
patterns of highschool girls on physical
self-efficacy and gender-role types

지도교수 강 신 범

2006년 12월

해양대학교 대학원

해양생명환경학과 해양체육전공

정 경 천

이학석사 학위논문

여자고등학생의 체육수업 참여형태가 신체적
자기효능감 및 성역할 유형에 미치는 영향

The influence of physical education participation
patterns of highschool girls on physical
self-efficacy and gender-role types

지도교수 강 신 범

2006년 12월

해양대학교 대학원

해양생명환경학과 해양체육전공

정 경 천

本 論 文 을 정경천의 理學碩士 學位論文으로 人准함

위원장	하 해 동 인
위 원	이 재 형 인
위 원	강 신 범 인

2006 12월 20일

한국해양대학교 대학원

목 차

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	3
3. 용어의 정의	4
II. 이론적 배경	5
1. 체육수업 시수 변화	5
2. 성역할	7
3. 성역할 발달 이론	8
4. 자기효능감	11
III. 연구방법	17
1. 연구대상	17
2. 측정도구	18
3. 연구절차	20
4. 통계처리	20
IV. 연구결과	21
1. 신체적 자기효능감 변화 분석	21
2. 성역할 유형 변화 분석	26
V. 고 찰	34
1. 신체적 자기효능감 차이	34

2. 성역할 유형 변화	33
VI. 결론 및 제언	38
1. 결론	38
2. 제언	39
참고문헌	40
<i>Abstract</i>	44
부 록	47

표 목 차

표 1. 연구 대상 분류	17
표 2. 신체적 자기 효능감 문항 구분	18
표 3. 성역할 하위검사 문항번호 및 신뢰도	19
표 4. 연구절차	20
표 5. 인지된 신체능력 변화	21
표 6. 인지된 신체능력 two-way ANOVA 분석 결과	22
표 7. 신체적 자기표현 자신감 변화	23
표 8. 신체적 자기표현 자신감 two-way ANOVA 분석 결과	24
표 9. 신체적 자기효능감 변화	24
표 10. 신체적 자기효능감 two-way ANOVA 분석 결과	25
표 11. 양성성 변화	26
표 12. 양성성 two-way ANOVA 분석 결과	27
표 13. 남성성 변화	27
표 14. 남성성 two-way ANOVA 분석 결과	28
표 15. 여성성 변화	29
표 16. 여성성 two-way ANOVA 분석 결과	30
표 17. 미분류 변화	30
표 18. 미분류 two-way ANOVA 분석 결과	31
표 19. 성역할 유형 변화	32
표 20. 성역할 유형 two-way ANOVA 분석 결과	33

그림 목 차

그림 1. Bandura 이론의 조작적 개념의 인지적 궤적	13
그림 2. 인지된 신체능력 변화	21
그림 3. 신체적 자기표현 자신감 변화	23
그림 4. 신체적 자기효능감 변화	25
그림 5. 양성성 변화	26
그림 6. 남성성 변화	28
그림 7. 여성성 변화	29
그림 8. 미분류 변화	31
그림 9. 성역할 유형 변화	32

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 과학문명의 발달로 인하여 사람들은 점차로 신체활동이 줄어들고 이로 인하여 발생한 각종 성인병으로 고통 받고 있다. 그 영향은 성인들 뿐 만 아니라 청소년 심지어는 어린이들에게까지 커다란 영향을 끼치고있다. 신체적으로 가장 왕성한 발육발달의 시기에 있는 중, 고등학생들에게 있어서는 뛰고 달리고 싶은 본성에 반하여 대학입시 준비와 컴퓨터 등 전자기기의 발달과 사용으로 신체활동 시간이 줄어들며 더욱이 7차 교육과정으로 인하여 신체활동을 거의 학교 체육시간에 의존하고 있는 학생들의 입장은 고려 없이 각급 학교에서는 체능교과목이 점차로 줄어들고 있는 추세이다. 더불어 학생들의 체력이 점차 저하된다는 자료들이 많이 나타나고 있다. 체격은 커지고 체력은 떨어진다는 말이나 뛰는 40대 걷는 10대라는 말들이 요즈음 청소년들의 체력상태를 대변하는 좋은 예이다. 과학기술의 발달은 기계화와 산업구조의 변화를 가져오며 더불어 여성의 사회참여가 크게 늘어나 남자들은 강하고 용감하다든지 여자는 부드럽고 여성적이어야 한다는 고정관념적 성역할 개념에 의문을 제기하기 시작하였다. 심리학자들(Bem, 1975; Block, 1973; Kelly & Worell, 1977; Spence, Helmreich & Stapp, 1975)은 성역할의 이상적인 모델로 양성성(androgynty)의 개념을 제시했다. Bem(1977)은 양성성을 주장적이고 온정적이며, 도구적이고 표현적인 한편, 남성적이면서 동시에 여성적이 될 수 있는 개인의 능력이라고 설명했다. 또한 이러한 양성성을 지닌 사람은 행동이 유연하고, 자긍심이 높고, 성취지향적이고 인간관계가 원만하고 건강한 삶을 유지하며(Bem, 1975; Bem & Lennym 1976; Spence et al., 1975), 자아존중감이 높고 보다 더 지적인 경향이 있다고 했다(Gilbert, 1981). 개인의 전인적 발달을 강조

하는 오늘날 인격 형성기에 있는 청소년들에게 전통적 성역할을 강조하는 것은 개인의 자아발달 및 능력을 최대한 발휘하는데 도움이 되지 못한다. 청소년기는 신체적, 정신적 면에서 뿐만 아니라 정서적인 면에서 일생 중 급격한 변화를 겪는 시기로 이 기간에 올바른 사회화 과정을 거쳐야 사회가 요구하는 바람직한 여성이나 남성으로 성장할 수 있다. 또한 이 시기는 자아정체감을 확립해 나가는 시기이기 때문에 다양한 가치관들 가운데 어디에 자신을 동일시 할 것인지를 결정해야만 하는 과제를 안고 있다. 이 시기에 어떤 선택을 하는가는 그 다음 단계들로 이어지는 성장 과정을 규정짓는 중요한 단서가 될 수 있다. 청소년기의 선택은 성역할 규범에 따른 고정관념적인 것이기보다는 자기의 개성에 따른 것이 되어야 한다. 우리사회는 산업발달과 함께 생활양식과 사회제도가 변화하고 있으며, 이에 따라 남녀의 역할과 특성도 변화하기 시작하였다. 미래의 다원화 사회가 요구하는 바람직한 인간상은 궁극적으로 고정관념에 묶이지 않고 개인의 고유한 잠재력을 마음껏 추구하며, 스스로 창의적인 삶을 개척해 나갈 수 있는 사람일 것이다. 이를 현재의 논리로 보면 성역할 유형 중 양성성을 가진 사람이라고 할 수 있겠다. 양성성은 성역할에 대한 고정관념 중에서 바람직한 여성성 특성과 바람직한 남성성 특성이 조화되어 공존하는 것으로 정의된다(Bem, 1974). 이는 기존의 고정관념적 성역할에 구속되지 않는 건강하고 적응적인 성격 형태로서, 양성성 유형을 가진 사람은 여성적인 행동과 남성적인 행동을 조화시켜 다양한 행동을 수행할 수 있고, 특정 상황에 따라 적절한 반응을 보이며 유연하게 효과적으로 대처할 수 있다. 한편 신체적 기술의 점진적 획득을 기초로 하여 이루어지는 운동은 신체에 대한 지각과 자신감을 증진시키고, 아울러 일반적 자기효능감에도 영향을 미친다는 것을 선행연구를 통해 알 수 있다. 이와 관련된 연구로서 Hogan과 Santomier(1984)는 수영 경험의 결과가 수영에 대한 자기효능감을 발달시킬 뿐 아니라 어떤 일을 수행하고 성취하는 그들 능력에 대한 지각 즉, 일반적 자기효능감에도 변화를 가져

다준다고 하였다. 또한 성역할 유형 중 양성성 유형의 여고생이 다른 유형의 여고생보다 자기효능감을 높게 지각한다는 선행 연구(김지아, 1993; Gilbert, 1981; 홍선옥, 1995)의 결과로 미루어 볼 때 운동참여로 인한 인지적 변화는 나아가 성역할 유형 변화에도 영향을 미칠 것이라 생각하게 되었다. 운동참여가 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향 연구(홍선옥, 1995)에서도 운동참여는 여고생들에게 양성성 유형을 갖도록 하는 성역할 학습에 유의하게 작용하고 여고생들의 고정관념적 성역할 특성 즉, 여성성에서의 변화를 일으켜 양성성 유형의 여고생으로 바꾸어 줄 수 있을 것이라고 사료되었다.

지속적인 운동참여는 여학생들에게 여성성에서 양성성으로의 변화를 신체적 자기효능감을 높게 지각한다는 선행연구가 있지만(홍선옥,1995) 학교에서는 비록 1주일에 1시간 혹은 2시간의 체육수업을 하고는 있지만 시험기간, 방학, 학교의 각종행사 그리고 체육 수행평가, 이론평가로 인하여, 체육시간을 통한 실제 운동 시간은 매우 적은 편이다. 현대사회에서 필요한 바람직한 여성상은 양성성 유형의 정신적으로 건강하고 여성적이면서도 남성적인 활달한 여성을 육성하는데 체육수업이 얼마나 역할을 할 수 있으며, 어느 정도의 체육수업 시수가 이러한 여성으로 성장하는데 바람직한 체육수업시수 배정인지에 대해서도 알 수 있는 자료가 있어야 할 것이다. 이에 본 연구는 체육수업을 하지 않는 여학생과 1주에 한 시간의 체육수업에 참여하는 여학생 그리고 1주에 2시간의 체육수업에 참여하는 여학생간의 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화의 차이를 알아보고 어느 정도의 체육수업 시수 배정이 현대사회에서 필요로 하는 바람직한 성역할을 가진 여성으로 성장 할 수 있는지를 알아 볼 수 있는 기초 자료를 제공하는데 그 목적을 두었다.

2. 연구 문제

본 연구에서 구명하고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 여학생의 체육수업 시수에 따라 신체적 자기효능감의 차이를 알아 본다
둘째, 여학생의 체육수업 시수에 따라 성역할 유형의 변화를 알아 본다

3. 용어의 정의

1) 신체적 자기효능감(physical self-efficacy)

신체적 자기효능감은 신체적 수행과 관련된 과제에 대해 개인이 지각한 자신의 능력 수준을 의미하는데 그 하위 개념으로 인지된 신체 능력과 신체적 자기표현 자신감으로 정의하였다. (Ryckman, Robbins, Thornton & Cantrell, 1982).

(1) 인지된 신체능력(perceived physical ability)

인지된 신체능력은 신체적 수행과 관련된 기술 과제를 수행할 수 있는 인지된 능력을 의미한다.

(2) 신체적 자기표현 자신감(physical self-presentation confidence)

신체적 자기표현 자신감은 신체적 수행과 관련된 기술을 표현하고 다른 사람들의 평가를 받을 수 있는 자신감 수준을 의미한다.

2) 성역할(gender-role)

성역할은 한 사회 집단에서 수용하고 인정하는 남녀 각각에 대해 동일 시되는 행동 형태로 성별에 따라 습득하게 되는 성격 특성, 태도, 선호경향, 행동 등을 모두 일컫는 개념이다(Hurlock, 1983).

성역할 유형에는 양성성, 남성성, 여성성, 미분류가 있다.

(1) 양성성 : 남성성 특성과 여성성 특성이 모두 높은 성역할 유형

(2) 남성성 : 남성성 특성이 높고 여성성 특성이 낮은 성역할 유형

(3) 여성성 : 여성성 특성이 높고 남성성 특성이 낮은 성역할 유형

(4) 미분류 : 남성성 특성과 여성성 특성이 모두 낮은 성역할 유형

Ⅱ. 이론적 배경

1. 체육수업 시수 변화

1995년 5월 31일 대통령 자문기구인 교육개혁위원회에서는 정보화, 세계화 시대에 대비하여 신교육체제 수립을 위한 교육개혁 방안을 구상하여 발표하였다.

신교육체제는 누구나, 언제, 어디서나 원하는 교육을 받을 수 있는 길이 활짝 열려진 열린교육 사회, 평생학습 사회의 건설을 비전으로 삼았다.

이러한 비전의 실현을 위해 교육 운영을 교육 공급자 중심에서 학습자 중심 교육으로, 획일적인 교육에서 다양하고 특성화된 교육으로 규제와 통제 중심 교육 운영에서 자율과 책무성에 바탕을 둔 교육 운영으로, 획일적 균일주의 교육에서 자유와 평등이 조화된 교육으로, 칠판과 분필 중심의 전통적 교육에서 교육의 정보화를 통한 21세기형 열린교육으로, 그리고 질 낮은 교육에서 평가를 통한 질 높은 교육으로 전환할 것을 제시하였다.

특히, 학생의 적성과 능력에 따라 다양한 학습을 할 수 있도록 하기 위하여 필수과목 축소 및 선택과목 확대, 정보화 세계화 교육 강화, 수준별 교육 과정의 편성, 운영을 교육과정 개선 원칙으로 설정하고, 이러한 원칙아래 교육개혁위원회 내에 교육과정특별위원회가 구성 운영되어 1995년 말 교육과정 개정의 기본 골격이 마련되었다.

교육개혁위원회는 이러한 신교육과정의 기본 골격을 바탕으로 1996년 2월 9일 초 중등학교 교육과정개혁을 교육개혁 과제의 일환으로 제시하였는데 국민 공통기본교육과정 체제에 의한 교육과정 편제 도입, 학생의 개인차를 고려한 수준별 교육과정 도입, 능력 중심의 목표 진술과 구체적 내용 제시의 최소화, 교육과정 지원 체제의 확립 등에 관한 세부적인 개정지침이 제시되어 있었다.

교육개혁 과제로 제시된 신 교육과정에서는 학생의 건전한 인성 발달을 도모하고, 다양한 능력과 적성을 존중하며, 독창적이고 유용한 지적 가치를 생산할 창의적인 능력을 기르는 것을 강조하였다. 이렇게 하기 위해서는 우리나라 초, 중등학교 교육과정에 대한 전반적인 재검토가 필요한 것이며, 학생들이 자신의 적성과 소질에 맞는 교과목을 선택하여 능동적, 자율적으로 공부할 수 있도록 하는 학습자 중심의 교육과정으로 개정되어야 한다고 하였다.

고등학교 교육에 있어서 교육목표는 중학교 교육의 성과를 바탕으로, 학생의 적성과 소질에 맞는 진로 개척 능력과 세계 시민으로서의 자질을 함양하는 데 중점을 두며 세부적으로는 첫째 심신이 건강한 조화로운 인격을 형성하고, 성숙한 자아의식을 가진다. 둘째 학문과 생활에 필요한 논리적, 비판적, 창의적 사고력과 태도를 익힌다. 셋째 다양한 분야의 지식과 기능을 익혀, 적성과 소질에 맞게 진로를 개척하는 능력을 기른다. 넷째 우리의 전통과 문화를 세계 속에서 발전시키려는 태도를 가진다. 다섯째 국가 공동체의 형성과 발전을 위해 노력하며, 세계 시민으로서의 의식과 태도를 가진다. 이다

편제와 시간배당 기준에서는 교육과정의 구성이 국민공통기본교육과정과 고등학교 선택중심 교육과정으로 나누어지며 이러한 과정에서 고등학교에서 체육 과목은 1학년은 주당 2시간의 국민공통 기본교과목으로 수업하며 2학년은 일반 선택과목으로 점차 체육수업이 1시간으로 줄어들거나 그마저도 시행되어지지 않는 학교가 늘어나고 있는 추세이며 3학년에 있어서는 심화선택과목으로 거의 모든 학교에서 체육수업이 실시되어지지 않는 추세이다. 이렇게 줄어든 체육수업 시간은 다른 교과목(대학입시에 필요한)에 배당 되어 진다.

7차 교육과정의 고등학교 교육목표의 첫 번째가 심신이 건강한 조화로운 인격을 형성한다는 것이었으나, 신체활동 시간이 많이 줄어들면서 신체적으로는 더 건강해질 수 없는 교육과정으로 되면서 현대문명의 발달과 함께 학생들의 체력을 계속해서 뒤떨어지게 하는 원인의 한 축이 된 것이다.

2. 성역할

성의 개념은 생리학적인 차이로 분류하는 것으로 행동이나 성격과는 무관한 동물적인 분류 그 자체를 말한다.

역할이란 사회적 체계의 단위이며 인간이 적응하는 영역의 기준이다. 개인은 출생하면서 자신의 역할을 부여받게 되는데, 이러한 역할 중 한 사회 집단에서 수용하고 인정하는 남녀 각각에 동일시되는 행동 형태를 성역할이라 정의 하였다(Hurlock, 1983). 또한 정진경(1987)은 성별에 따라 습득하게 되는 성격 특성, 태도, 선호경향, 행동 등을 모두 일컫는 개념이라고 하였다. 즉 기존의 성역할 개념은 개인의 특성이나 역할, 능력과 심리상태와는 상관없이 단지 신체적으로 남성과 여성이 다르다는 것만 인식하고 그것만이 바람직하다고 생각하여 남성성은 남성에게 관계되어 온 특성을 여성성은 여성에게 관계되어 온 특성들을 언급 하는데 사용되었다.

Broverman, Vogel, Broverman, Clark & Bem(1974)은 남성성과 여성성에 관하여 사회성원 사이에서 고도로 합의된 규범과 믿음이 존재한다고 지적하면서 각 성의 전통적인 역할과 전통적으로 관련된 특성들을 다음과 같이 제시하고 있다.

여성성은 표현적, 감정 이입적, 안전 지향적, 양호적, 협동적, 동정적, 헌신적, 의존적, 재치있는 직관적, 가정과 가족 중심적, 관능적, 부드러운, 정서적, 민감한, 조용한, 상냥한, 예술과 문학에 유능한 등으로 다음의 남성성과 상반되는 특징을 말한다. 남성성은 공격적, 독립적, 주도적, 지배적, 경쟁적, 논리적, 모험적, 자기 확신적, 야심적, 통속적, 분석적, 성공적, 주장적, 강력한, 수학과 과학에 유능한 등으로 나누어지며 서로 다른 특성을 지니고 있다고 본다.

이러한 것은 남성성과 여성성에 관한 개념을 생물학적인 성 차이 이상으로 성역할의 논의를 확대시키는 토대를 마련하기 시작 하였으며 남녀의 심리적인 차이는 타고 난다기 보다는 사회, 문화적인 영향에 의해 결정된다고 보는 견해가

타당한 것을 고려되기 시작하였다(Cook, 1985).

성역할 발달은 개인의 아동기에 자신이 남자나 여자라는 성역할 정체감을 가진 뒤, 그 개인이 속해있는 문화에서 자신의 성에 적합하다고 규정된 일련의 가치관과 특성을 습득해 가는 성정형화 과정을 거치게 된다. 성역할 정체감은 청소년기의 많은 발달 과업 중 하나이며 특히 성역할 정체감은 5-6세부터 발달해 오다가 청년 후기에 거의 확립되는 것을 볼 수 있다(윤미현, 1983)고 했다.

3. 성역할 발달 이론

1) 전통 이론

전통적인 성역할 개념의 이론은 남녀의 특성을 강조하는 것에서 시작된다. 남자는 남자다운 특성에 맞는 행동을 하고, 여자는 여성다운 행동을 하는 것이 건강하다는 것으로 남자와 여자는 신체적, 정신적으로 다르므로 이러한 여성성, 남성성은 성과 관련하여 양극 개념으로 발달하게 되었다(정옥분·박선영, 1989). 전통적인 성역할의 타당성을 대표하는 성역할 발달 이론으로 대표적인 것은 정신분석이론, 사회학습 이론, 인지발달 이론이 있다.

(1) 정신분석 이론

성 본능이 발달의 주체를 이룬다고 보는 정신 분석학 이론에서는 아동의 성적, 심리적 발달을 오이디푸스 콤플렉스(Oedipus complex)와 엘렉트라 콤플렉스(Electra complex)로 남아의 경우 오이디푸스 콤플렉스와 거세불안이 유발되고 동성부모의 성격, 가치, 야망, 버릇 등을 모방하는 동일시가 형성되면서 성역할 사회화가 이루어지고 여아의 경우는 여성의 해부학적 특징과 남근선망

(Penis envy)으로 인해 여성 특유의 심리적 특성을 형성하게 되며, 이와 동시에 순조롭게 해결되지 못한 열등감으로 인해 수동성, 의존성과 같은 여성성 특성이 형성된다고 하였다(김영희, 1986). 즉 아동은 어린 시절에 부모를 동일시함으로써 남녀의 성역할을 구분하게 되고, 이것이 고착화됨으로써 여아는 수동적인 여성의 특성, 남아는 능동적인 특성을 갖게 되는 성역할 정체감이 발달된다고 보았다.

(2) 사회학습 이론

사회학습 이론에서는 강화와 모방의 원리를 적용하여 여성다움과 남성다움의 성역할을 형성한다고 설명하고 있으며, 행동에 있어서의 성차는 선택적 강화와 모방을 통하여 나타난다고 하였다(장희정, 1994). 강화는 아동으로 하여금 성별에 따른 적절한 행위와 반응에 대해 사회적, 물리적 보상을 받게 함으로써 행동을 강화시킨다. 이러한 측면에서 사회화의 매개 변인으로서 특히 부모가 성별에 따라 적절한 방법으로 아동에게 보상을 주면서 학습시키는 것이 중요하다고 주장하였다(표미정, 1991). 그러나 학습 이론가들은 직접적 강화없이 관찰결과로 일어날 수 있는 모방의 역할을 강조했다. 즉 동성의 부모를 모방하는 것은 여아나 남아가 어떻게 성정형화된 행동을 획득하여 여성성, 남성성 특성을 발달시키는가를 잘 설명해 주고 있다(김영희, 1990). 이와 같이 사회학습이론에 대해 학습 현상을 지나치게 강조한 나머지 생물학적, 유전적 요인들과 연결된 행동 및 성격 특성들을 간과 하거나(신현아, 1992) 성역할 획득 과정에 있어서 활동적인 학습자로서 아동의 역할을 경시한다는 비판이 있으나, 사회화를 통하여 성역할 고정관념을 변화시킬 수 있다는 가능성을 제시해 주고 있다 하겠다(장희정, 1994).

(3) 인지발달 이론

인지발달 이론에서는 성역할 사회화를 역할 규정에 대한 개인의 이해로 보기 때문에 아동은 접근을 통해 능동적으로 그들의 성역할을 구성한다고 하였다. 따라서 남성 또는 여성으로 자기를 범주화시키는 것은 아주 어릴 때부터 시작되는데, 이러한 범주화는 자신의 활동, 가치, 태도, 동기, 생각하는 방법을 결정해 주는 요인이 된다.

2) 새로운 성역할 이론

기존의 남성성과 여성성에 대한 인식들은 남자는 남성성이 높고 여성성이 낮을 때, 여자는 여성성이 높고 남성성이 낮을 때 더 건강하다고 생각하는 전통적인 성역할 모델의 주장에 대해 심리적 성차가 생리적 성차와 일치하는 것은 아니라는 새로운 사실을 인식하게 됐다. 즉 새로운 성역할 이론인 성차와 개인차를 포괄할 수 있는 새로운 개념인 양성성 개념이 도입되었다. (Bem, 1974; Constantinople, 1974; Spence & Helmrich; 1978)은 성역할에 대한 전통적인 고정관념에 도전하여 성차별주의에 따라 남녀의 역할을 구분하는 것이 개인에게 더 건강하다는 가정에 강한 의문을 제기했다. 그 이후 Bem(1974)은 남성성, 여성성을 독립 차원(independent dimensions)으로써 간주하고, 한 개인 내에서 남성성, 여성성 특성이 함께 공존하는데 한 쪽 성만을 특히 높게 갖는 개인이 존재할 수도 있고, 이 두 가지 특성을 모두 갖는 양성적 개인도 존재할 수 있다고 주장하면서 양성성 이론을 제안하였다. 이것은 한 개인이 남성성과 여성성을 동시에 가지면서 이를 통합시켜 당면한 상황에 따라서 도구적 역할과 표현적 역할을 모두 수행할 수 있는 보다 효율적인 성역할 개념이다(서정아, 1989). 이러한 배경을 바탕으로 한 대표적 연구로 Bem(1977)은 남성성 특성을

가진 남자와 여성성 특성을 가진 여자가 정신적으로 건강하다는 전통적인 사고를 거부하고 남자든 여자든 양성성 특성을 가진 사람이 정신적으로 건강하다고 믿었다. 그리고 양성성을 온정적이고 주장적이며, 도구적이고 표현적이며, 남성적이면서 여성적이 될 수 있는 개인의 능력이라고 설명하였다.

Bem이 양성성 개념을 도입한 주요 목적은 인간의 성격을 성역할 정형화라는 고착된 틀에서 해방시키고 나아가 문화적으로 남성적, 여성적이라고 부관된 개념에서 벗어나 정신 건강상 좋은 개념을 개발시키는데 있다고 했다(Bloom, 1980). Bem(1974), 김영희(1990), 정진경(1987) 등은 양성적 개인은 능력 있고, 성취 지향적이며, 대인관계가 원만하고 적응을 잘하기 때문에 정신적으로 건강한 삶을 유지한다고 한다. 윤정혜(1991), 최인자(1991), 장희정(1994)은 성역할 정체감과 자아존중감(self-esteem)의 상관 연구에서 양성적, 여성적, 미분화된 개인보다 학습된 무기력 상황을 덜 느끼며, 윤미현(1984)은 심리적 양성성인 사람은 적응이 잘 된 사람이라 지적하였다.

4. 자기효능감

1) 자기효능감

자기효능감(self-efficacy)이란 어떤 결과를 얻고자 하는 행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있는 개인의 신념으로 상황적, 구체적 자신감의 강도를 의미한다. 일반적으로 사용되는 자신감(self-confidence)을 Vealey(1986)은 수행을 성공적으로 해낼 수 있는 능력에 대한 개인의 확실성의 정도 또는 믿음이라 정의하는데, 믿음 또는 확신의 강도를 의미할 뿐 인지된 능력의 구체화된 수준을 의미하지 않지만, 자기효능감은 그 믿음의 강도와 인지된 능력 수준의 구체화를 의미한다. 자기효능감은 어떤 과제를 수행하기 위해 필요한 동기, 인지적 원천

(reources), 행동의 방향을 이끌 수 있는 개인의 능력에 대한 판단이며 (martocchio, 1994), 성공에 필요한 신체적, 지적, 감정적 원천을 움직이게 하는 개인의 능력에 대한 믿음이다(차정은, 1997). 자기효능감 이론은 Bandura(1986)가 인간 행동을 설명하고 예측하기 위해 제안한 것으로 이 이론은 분명치 않고 예측할 수 없으며 나아가 긴장감이 높은 미래 상황에 대처하는데 요구되는 행동 과정을 개인이 어떻게 잘 조직하고 실행할 수 있는가에 관한 판단력과 관련되어 있다고 했다. 또한 자기효능감 이론은 인간 행동의 변화 과정에 여러 가지 치료방법을 통해 나타난 결과를 종합적으로 설명하여 줄 수 있는 심리학적 이론 체계로서 행위자 자신이 개인적으로 가지고 있는 행동 수행 가능성에 대한 기대 즉, 자기효능감이 행동 변화를 가져오게 한다고 주장했다.

따라서 행동의 변화는 외적 자극에 의해 수동적으로 일어나는 것이 아니라 자기효능감이라는 인지적 과정을 매개로 하여 일어난다고 강조했다. 이 이론은 본질적으로 S-R 연합론에 바탕을 두고 있다는 생각이지만, 인지적 시각에서 인간 행위를 설명하는 것이 특징이다. 즉, 인지적 자기효능감을 높일 때, 실패 경험에서 나타나는 인간의 행동이 적극적이며 긍정적인 것으로 변한다는 생각인 것이다. Bandura는 심리 치료 분야에 있어서 여러 가지 행동 치료의 기법이 효과적인 이유에 대해 자극-반응 관계의 원리 대신 어려운 상황 가운데도 잘 대처할 수 있다는 환자의 자기 수행 가능성에 의한 것으로 설명하고 있다. 자기 수행 가능성이라 할 수 있는 자기효능감 개념은 지금까지 각 방면으로부터 주목을 받아 왔으며 일반 심리학 뿐 아니라 최근 스포츠 심리학분야에서 가장 활발하게 연구되고 있다(Biddle, 1993). 자기효능감 이론을 제창한 Bandura(1977)는 사회 학습 이론(1986년 이후는 사회인지 이론으로 바뀜) 가운데 어떤 행동으로 자기가 바라는 결과를 얻을 수 있을 것인가에 대한 판단 능력과 그 행동을 자기가 수행할 수 있는 지 없는 지에 대한 판단 기능을 구별하여 후자의 기능을 자기효능감으로 정의했다. 그리고 인간의 행동을 규정하는

요인으로써 선행 요인, 결과 요인, 인지 요인을 들었다. 이 세 가지 요인 중에서도 그는 선행 요인 가운데 예기 기능을 중시하고 이를 다시 결과 예기와 효능감 예기로 구분했다. 결과 예기란 어떤 행동이 어떠한 결과를 가져다 줄 것인가에 대한 판단을 말하며, 효능감 예기는 그 결과를 얻기 위해 필요로 하는 행동을 자기 힘으로 할 수 있는지 여부에 대한 판단을 말한다고 하였다.

이와 같이 효능감 예기와 결과 예기로 구분하면서 효능감 예기의 인지가 높은 사람일수록 어려운 장면에서도 많은 노력을 한다는 것이다. 여기서 그는 효능감 예기의 인지라는 것을 자기효능감으로 부르고, 결과 예기와의 관계를 <그림-1>과 같이 나타냈다.

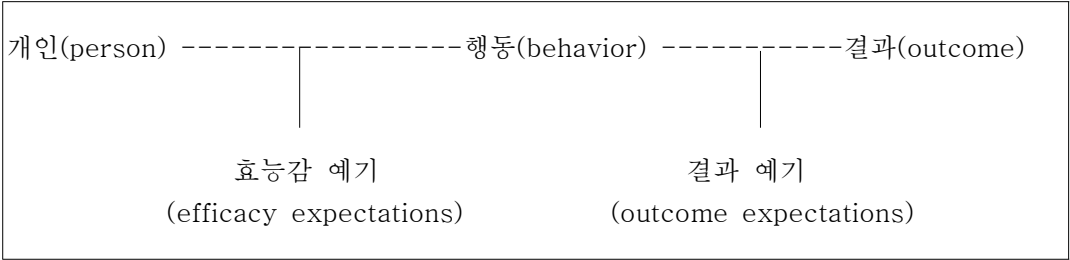


그림 1. Bandura 이론의 조작적 개념의 인지적 궤적

또한 효과적인 행동 유발은 충분한 결과 예기에다 특정 행동을 자기가 어느 정도 잘 수행할 수 있는가에 관한 예기 즉, 자기효능감의 정도에 의해 좌우된다는 것이다. 어떤 결과를 얻기 위해 필요로 하는 행동을 자기가 어느 정도 확실하게 할 수 있을 것인가는 자기 수행 즉, 자기효능감을 강하고 높게 인지하는 것이 행동 유발의 중요한 요인이 된다는 것이다. 이러한 자기효능감은 직, 간접적인 성패의 경험에 따라 자기 능력에 대한 인식에 기초한 것으로 모든 심리적 처치 방법은 이러한 자신의 능력 지각의 자원으로서 자기효능감을 변화시키는 기제로 간주된다. 개인의 능력에 대한 지각은 사회적, 개인적 경험을 통해 얻어진다고 했으며, 자기효능감은 네 가지 정보 자원에 의해서 영향을 받게 되는데, 성취 경험, 대리 경험, 언어적 설득, 정서적 각성 등이 있다. 성취 경험은

자기효능감 정보 중에서 가장 신뢰성 있고 중요한 자원이다. 왜냐하면 그것은 과거에 행해졌던 행동의 성공 경험에 기초하고 있기 때문이다. 이들 경험은 정보의 인지적 과정을 통하여 자기효능감과 판단에 영향을 준다. 만일 성공했던 경험이 반복적으로 이루어졌다면 개인의 효능감은 높아질 것이며, 실패했던 경험이 많았다면 반대로 낮은 효능감을 갖게 될 것이다. 대리 경험은 수행할 임무에 참가한 다른 이들을 관찰하고 상상하는 것을 통하여 얻어진 효능 정보이지만 개인적인 경험보다는 약하다. 효능감 없이 비슷한 활동을 숙달하지 못하는 사람들은 자기와 능력이 비슷한 사람들이 성공적으로 수행하는 것을 봄으로써 효능에 대한 자기 지각을 향상시킬 수 있다. 언어적 설득은 인간 행동에 영향을 미치기 위한 시도 중에서 가장 용이하기 때문에 널리 사용되고 있는 방법으로 교사나 코치를 비롯해 영향을 미칠 수 있는 동료들이 결과 기대감을 일으켜 주는데 목적이 있다. 그러나 언어적 설득은 경험적 근거가 없기 때문에 직접적 성패 경험보다 자기효능감을 갖게 하는데 효과가 약하다. 언어적 설득이 효능감에 미치는 영향은 피 설득자가 설득자의 특성 즉, 권위, 숙련성, 신뢰성 등을 어떻게 평가하는가에 따라 달라진다(Bandura, Adams & Howells, 1980).

마지막으로 정서적 각성도 자기 효능감에 영향을 끼친다. Bandura(1977)는 대개 높은 수준의 각성은 수행을 약화시키기 때문에 긴장하고 감정적으로 흥분되어 있을 때보다 불쾌한 각성이 없을 때 성공할 가능성이 높다고 했다. 각성 수준은 자기효능감에 긍정적인 영향을 미치기도 하지만 부정적인 영향을 미치기도 한다(Ruth, 1993)

Bandura(1977)는 개인의 능력에 대한 지각은 사회적, 개인적 경험을 통해 얻어진다고 했으며, 자기효능감은 네 가지 정보 자원 즉, 성취경험, 대리경험, 언어적 설득, 정서적 각성 등에 의해서 영향을 받게 된다고 했다.

2) 신체적 자기효능감

신체적 자기효능감(Physical self-efficacy)은 자기효능감과 별개로 정의되는 다른 용어로 신체적 과제와 관련된 개인의 지각된 능력 수준을 의미한다. Ryckman, 등(1982)은 신체와 관련된 지각된 자신감으로서 신체적자기효능감을 정의하고 신체적 자기효능감을 신체적자기표현자신감(Physicalself-presentation canfidence)과 인지된 신체 능력(Perceived physical ability)으로 구분했다. Ryckman 등(1982)은 인지된 신체능력을 신체적 기술 과제를 수행할 수 있는 인지적 능력으로 정의하고, 이들 기술을 표현하고 다른 사람들의 평가를 받을 수 있는 자신감의 수준을 자기표현 자신감이라고 정의하였다. 인지된 신체능력 과 신체적 자기표현 자신감은 개인에게 신체 능력(속력, 근력, 반응시간)에 대한 능감 기대를 가져다준다. 그리고 Bandura(1977)는 스포츠 심리학 분야에서도 행동 변화에 관한 자기 효능감 이론에 괄목할 만한 연구가 이루어지는 토대를 제공했다. 이들 연구는 Bandura(1977)의 주장에 따라 과제 특성에 따른 자기효능감 척도를 개발하여 사용하였다. 그러나 McAuely & Gill(1983)은 모든 운동 상황에 적합한 과제 특성적 자기 효능감 척도를 개발한다는 것은 수많은 운동경기에 비추어 비현실적인 것이라고 주장해 왔다. 따라서 그들은 스포츠와 신체 활동을 위한 자기 효능감을 보편적으로 측정하는 방법을 개발하는 것이 좋다고 제안했다. Ryckman등(1982)은 신체적 자기효능감 척도(Physical Self-Efficacy Scale)라는 일반적 자기효능감 측정법을 개발했다. 신체적 자기효능감을 측정하기 위한 신뢰성 있는 도구로 사용하기 위해 고안된 것이다. 신체적 자기효능감 척도의 두 가지 하위 척도는 인지된 신체능력 척도(Perceived Physical Ability Scale)와 신체적 자기표현 자신감 척도(Physical Self-Presentation Canfidence Scale)이다. 인지된 신체 능력 척도는 자신의 신체적 능력을 인지하고 있음을 측정하는 항목들로 구성되어 있으며, 신체적 자기표현 자신감 척도는 그러한 기술을 보여줄 때의 개인적 자신감을 반영한 항목들로 구성되어 있다. 또한 그는 신체적 자기효능감 척도가 실제 과제 수행

예측할 수 있는지 없는지 결정하기 위해 96명의 대학생들에게 화살 던지기 과제를 시켰다. 그 결과 신체적 자기 효능감 척도의 하위 척도 중의 하나인 인지된 신체 능력은 신체적 자기표현 자신감보다 수행을 예측하는데 더욱 강력한 요인이라는 것이 확인되었다. 자신의 신체 능력을 높게 지각한 피험자들은 화살 던지기 과제에 대해 성공적으로 수행할 수 있을 것이라고 자신했으며, 자신의 신체적 능력을 낮게 지각한 피험자들보다 더 나은 결과를 나타냈다.

McAuley & Gill(1983)은 경쟁적 스포츠 상황에서 신체적 자기효능감 점수와 네 가지 과제 특성 측정 점수(도약, 밸런스, 바 운동, 마루 운동)사이에 유의한 상관이 있음을 밝혔다. 신체적 자기효능감 점수는 평행봉과 마루 운동의 수행에서 유의한 상관이 있었고, 신체적 자기표현 자신감 점수는 수행 측정의 어떤 것보다도 유의한 상관이 있음을 밝혀 내지 못했다.

Gayton, Matthews & Burchstead(1986)은 다른 스포츠 상황인 마라톤에서 신체적 자기효능감에 대한 타당도를 연구했다. 피험자인 33명의 마라톤 선수들에게 예측 도착 시간과 함께 신체적 자기효능감 척도에 답하게 했다. 타당도는 신체적 자기효능감 점수와 예측된 도착 시간과의 상관관계에 따라 결정되었다. 신체적 자기효능감 점수는 도착 시간을 예측하는 것과 유의한 상관이 있었다. 예측 타당도도 신체적 자기 효능감 점수와 실제 도착 시간의 상관관계에 의해 결정되었다. 이들 점수는 실제 도착 시간과 관련하여 유의한 상관이 있음을 밝혔다. 이와 같은 결과는 경쟁적 스포츠 상황에서 신체적 자기 효능감 척도(Ryckman, et, al 1982)의 타당도에 신뢰성을 부여했다.

Gayton(1986)의 연구 역시 전체 신체적 자기 효능감과 인지된 신체 능력과는 마라톤 달리기 수행 간에 유의한 상관이 있었지만, 신체적 자기표현 자신감과는 상관이 없었다. 따라서 두 개의 하위 척도 즉 인지된 신체 능력과 신체적 자기표현 자신감에 다른 의미를 부여하여 확립시킨 Ryckman 등 (1982)의 연구를 지지했다.

Ⅲ. 연구 방법

본 연구는 체육수업의 참여시간에 따라 여학생들의 신체적 자기효능감과 성역할 유형의 변화를 알아보기 위한 목적으로 시도한 연구의 방법은 다음과 같다.

1. 연구 대상

본 연구의 대상은 울산광역시에 소재한 인문계 여자 고등학생 중 체육수업 시수가 주당 1시간과 2시간인 학교와 체육수업이 없는 학교의 2학년 여학생을 신체적 자기효능감 검사에서는 U여자고등학교에서 108명, H여자고등학교에서 119명, J여자고등학교에서 107명을, 성역할 유형 검사에서는 U여자고등학교에서 109명, H여자고등학교에서 102명, J여자고등학교에서 106명을 무선표집(random sampling)하여 조사 대상으로 하였으며 연구 대상의 분류는 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 대상 분류

체육수업 참여형태	학교명	인원수(명)	
		신체적 자기효능감	성역할 유형
체육수업 없음	U여자고등학교	108	109
주당 1시간 체육 수업	H여자고등학교	119	102
주당 2시간 체육 수업	J여자고등학교	107	106
총계		334	317

2. 측정도구

1) 설문지 내용 및 구성 요인

본 연구에서 사용된 조사 도구는 <신체적 자기효능감>과 <성역할 검사>이다.

(1) 신체적 자기효능감 검사

신체적 자기효능감에 관한 검사는 Ryckman 등(1982)이 제작한 것으로 홍선옥(1996)이 번안한 것을 사용하였다. 전체 22문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 6단계 Likert 척도로 응답하도록 되어 있다. 전체 검사는 두 개의 하위 검사 즉, 인지된 신체능력 검사와 신체적 자기표현 자신감 검사로 구분되며, 인지된 신체능력 검사는 자기 자신의 신체능력에 대한 개인의 인지를 측정하는 반면 신체적 자기표현 자신감 검사는 신체기술 수행에 대한 자신감을 측정하였다. 각각의 하위요인에 관한 설문 응답형태는 “전혀 그렇지 않다”를 1점, “아주 그렇다”를 6점으로 점수를 부여하였으며, 각 요인의 점수가 높을수록 해당요인의 척도가 높음을 의미한다. 그 내용은 <표 2>와 같다.

표 2. 신체적 자기효능감 문항 구분

하 위 검 사	문항수	문 항 번 호	신뢰도	검사-재검사 신뢰도
인지적 신체능력	10	(1), 2, (4), 6, 8, 12, 13, (19), (21), (22)	.81	
신체적 자기표현 자신감	12	(3), 5, 7, (9), 10, (11), (14), 15, 16, (17), 18, (20)	.62	
신 체 적 자 기 효 능 감	22	(1), 2, (3), (4), 5, 6, 7, 8, (9), 10, (11), 12, 13, (14), 15, 16, (17), 18, (19), (20), (21), (22)	.78	

(): 역으로 채점된 문항

홍선옥(1995)이 사용한 신체적 자기효능감 검사의 신뢰도 계수는 인지된 신체능력이 .81이었고, 신체적 자기표현 자신감 .62, 신체적 자기효능감이 .78로 나타나 비교적 신뢰로운 도구로 판정되어 본 논문에서 조사도구로 인용하였다.

(2) 성역할 검사

이 연구에 사용한 성역할 검사는 Bem(1974)이 제작한 것으로 전체 30문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 7단계 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 각각의 하위요인에 관한 설문 응답형태는 “전혀 나의 성격과 같지 않다”를 1점, “언제나 또는 거의 언제나 나의 성격과 같다”를 7점으로 점수를 부여하였으며, 각 요인의 점수가 높을수록 해당요인의 척도가 높음을 의미한다, 이는 남성성 문항과 여성성 문항의 내적 일치도와 양자 간의 독립성을 최대화하기 위해 남녀별로 개별적 요인 분석을 실시하여 각각 10문항씩 선정하고, 여기에 10개의 중성 문항을 포함시켰다. 성역할 유형을 결정하는 두 개의 특성 즉, 남성성과 여성성에 대한 해당 문항수와 문항 번호는 <표 3>과 같다.

표 3. 성역할 하위검사 문항번호 및 신뢰도

하 위 검 사 문항수	문 항 번 호	신뢰도	검사-재검사 신뢰도
남 성 성 10	3, 6, 7, 8, 12, 15, 20, 21, 23, 25	.82	
여 성 성 10	5, 9, 10, 14, 16, 18, 19, 22, 24, 29	.86	

홍선옥(1995)이 산출한 신뢰도 계수는 남성성이 .82, 여성성이 .86으로 나타났다. 그리고 성역할 유형 분류 방식은 중앙치 분할법(median-split method)을 사용하였는데 중앙을 기준으로 하여 남성성과 여성성 점수가 모두 높으면 양성성, 남성성 점수가 높고 여성성 점수가 낮으면 남성성, 여성성 점수가 높고 남

성성 점수가 낮으면 여성성, 남성성과 여성성 점수가 모두 낮으면 미 분류로 분류하였다.

3. 연구절차

본 논문의 연구절차는 <표 4>와 같다

표 4. 연구절차

기 간	연구절차	비 고
3월 중	검사대상 학교 선정	U광역시소재 인문계 여자 고등학교 중 체육수업 없는 학교, 1시간 체육수업 하는 학교, 2시간 체육수업 하는 학교를 선정
4월 3일	사전 설문지 작성	해당학교 체육교사를 통하여 검사
4월 3일 - 10월 13일	실험기간	교육과정에 의한 체육수업
10월 13일	사후 설문지 작성	해당학교 체육교사를 통하여 검사
10월-11월	통계처리	사전과 사후 설문지 통계처리

4. 통계처리

본 연구에서 사용된 통계는 자기효능감의 변화를 알아보기 위하여 집단과 시기를 독립변인으로 3×2 (집단 \times 시기) 이원변량분석을 실시하였다. 집단간 차이가 나타날 경우 Scheffe test로 사후검증을 실시하였다. 성역할 유형변화를 알아보기 위하여 성역할 유형과 시기를 독립변인으로 4×2 (성역할 유형 \times 시기) 이원변량분석을 이용한다.

모든 통계치는 $\alpha < .05$ 로 설정하고, 집단 간 차이가 나타날 경우 사후검증으로 Scheffe test를 실시하였다.

IV. 연구 결과

본 연구는 여자 고등학교의 체육수업 시수 차이에 따른 신체적 자기효능감과 성역할 유형의 변화를 살펴보고자 하였으며 이를 기초로 하여 적절한 체육수업 시수를 알아보는 기초자료를 제시 하고자 한 결과는 다음과 같다.

1. 신체적 자기효능감 변화 분석

1) 인지된 신체능력 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 인지된 신체능력 검사의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 <표 5>와 같다.

표 5. 인지된 신체능력 변화

학교(N)	사전		사후		비고
	M	SD	M	SD	
체육수업 하지 않음(108)	3.5	0.8	3.6	0.8	
1시간 체육수업(119)	3.7	0.8	3.8	0.8	
2시간 체육수업(107)	3.8	0.8	3.6	0.8	

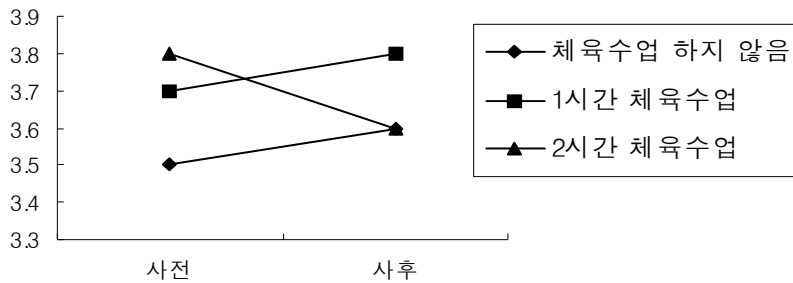


그림 2. 인지된 신체능력 변화

<표 5>와 <그림 2>에서 보는 바와 같이 사전과 사후에서 1시간 체육수업 하는 학교에서 가장 높은 점수를 보였으며 체육수업 하지 않는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교의 점수는 거의 비슷한 것으로 나타났다. 사전에 비해 사후에서 높은 점수를 획득한 학교는 체육수업 하지 않는 학교와 1시간 체육수업 하는 학교로 나타났으며 특히 1시간 체육수업 하는 학교는 사전에 비해 사후에서 점수 차가 많이 향상된 것을 볼 수 있다. 그리고 운동능력과 관련이 있는 인지된 신체능력은 체육수업의 시수 차이와 상관없이 집단 간 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 계속적으로 운동을 시킴으로써 발달 가능한 것이라고 한 홍선옥, 표내숙(1994)의 선행 연구결과에서 밝힌 것처럼 계획적인 수업이지만 일정하지 않고, 계속적이지 못한 체육수업으로는 인지된 신체능력의 변화를 가져오지 못했다.

표 6. 인지된 신체능력 two-way ANOVA, 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F	Scheffe test
집단	2	4.46	2.23	3.63*	2>1,3
피험자	334	201.88	0.62		
시기	1	0.26	0.26	0.39	
집단×시기	2	3.11	1.56	2.35	
오차	334	216.48	0.66		

*p<.05

<표 6>에서와 같이 집단 간 사전검사와 사후검사 간에는 유의한 차이가 나타났다(p<.05). 그리고 시기 간 사전과 사후 간 유의한 차이가 나타나지 않았으며, 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다.

2) 신체적 자기표현 자신감 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 신체적 자기표현 자신감 검사의 사전, 사후의 변화된 수치의 분석 결과는 <표 7>과 같다.

표 7. 신체적 자기표현 자신감 변화

학교(N)	사전		사후		비고
	M	SD	M	SD	
체육수업 하지 않음(108)	3.5	0.5	3.4	0.6	
1시간 체육수업(119)	3.3	0.5	3.3	0.5	
2시간 체육수업(107)	3.5	0.6	3.4	0.4	

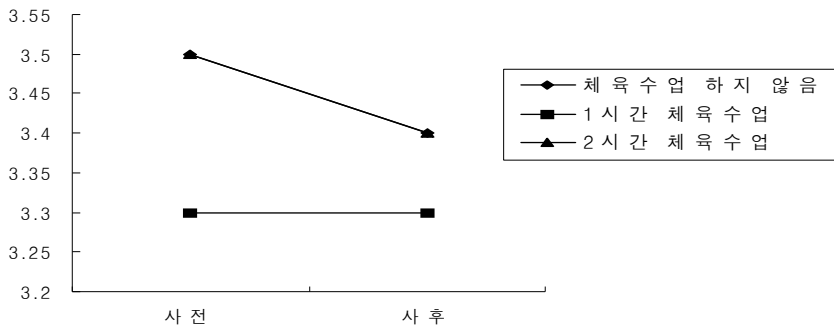


그림 3. 신체적 자기표현 자신감 변화

<표 7>과 <그림 3>에서 보는 바와 같이 사전과 사후검사에서 1시간 체육수업 하는 학교의 점수가 가장 낮은 것으로 나타났다. 그리고 체육수업 하지 않는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교는 사후 검사 점수가 사전 검사 점수보다 감소된 경향을 보이고 있다.

표 8. 신체적 자기표현 자신감 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F	Scheffe test
집단	2	3.25	1.62	5.33**	2<1,3
피험자	334	94.83	0.30		
시기	1	0.05	0.05	0.16	
집단×시기	2	0.64	0.32	1.09	
오차	334	91.15	0.29		

**p<.01

<표 8>에서 보는 바와 같이 집단 간에 유의한 차이가 나타났다(p<.01). 체육 수업 1시간 있는 학교가 체육수업이 없거나 2시간 있는 집단보다 높은 점수를 나타내었다. 그리고 시기 간 사전과 사후 간 유의한 차이가 나타나지 않았으며 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다.

3) 신체적 자기효능감 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 신체적 자기효능감 검사의 사전, 사후의 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 9. 신체적 자기효능감 변화

학교(N)	사전		사후		비고
	M	SD	M	SD	
체육수업 하지 않음(108)	3.4	0.6	3.5	0.5	
1시간 체육수업(119)	3.4	0.4	3.4	0.5	
2시간 체육수업(107)	3.3	0.5	3.3	0.6	

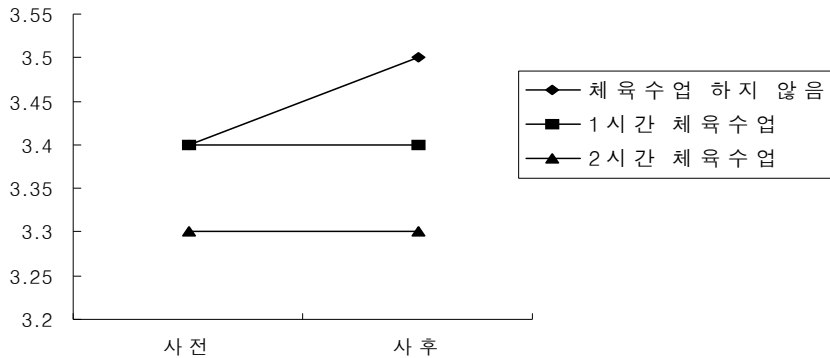


그림 4. 신체적 자기효능감 변화

<표 9>과 <그림 4>에서와 같이 신체적 자기효능감 변화의 분석 결과를 보면 체육수업 하지 않는 학교의 사후 검사의 점수는 향상된 것으로 나타났으며, 1시간 체육수업 하는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교의 점수는 사전 검사와 사후검사에서 변화가 없는 것으로 나타났다.

표 10. 신체적 자기효능감 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F	Scheffe test
집단	2	3.46	1.73	5.79**	1>3
피험자	334	17.0	0.30		
시기	1	0.03	0.03	0.11	
집단×시기	2	0.40	0.20	0.66	
오차	334	97.97	0.30		

**p<.01

<표 10>에서 보는 바와 같이 집단 간 유의한 차이가 나타났다(p<.01). 체육수업 없는 집단이 점수가 높아졌으며, 체육수업 있는 집단에서는 사전과 사후의 점수 차이가 없었다. 그리고 시기 간 사전과 사후 간 유의한 차이가 나타나지

않았으며 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다.

2. 성역할 유형의 변화 분석

1) 양성성 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 성역할 유형 검사 중 양성성의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 11. 양성성 변화

성역할 요인	학교(N)	사전		사후		비고
		평균	표준편차	평균	표준편차	
양성성	체육수업 하지 않음(30)	149.9	12.4	151.90	10.5	
	1시간 체육수업(30)	147.8	13.1	145.6	11.5	
	2시간 체육수업(27)	148.4	12.4	145.0	7.7	

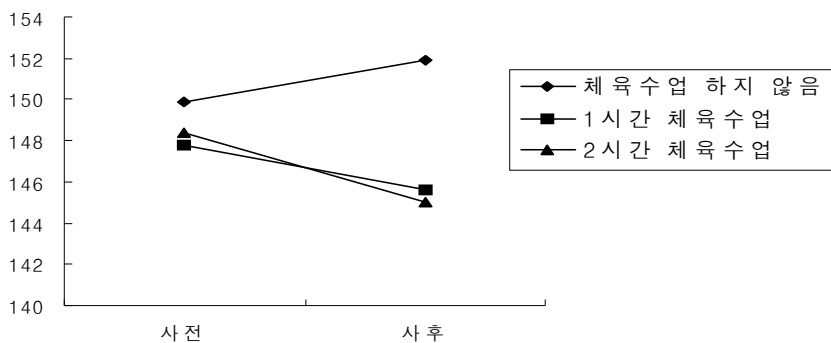


그림 5. 양성성 변화

<표 11>과 <그림 5>에서 보는 바와 같이 먼저 양성성의 변화를 살펴보면

사전과 사후의 차이 변화는 거의 없는 것으로 나타났다. 체육수업 하지 않는 학교의 양성성 점수가 가장 높고 2시간 체육수업 하는 학교의 양성성 점수가 가장 낮은 것으로 나타났으나 학교 간 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다.

표 12. 양성성 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F
집단	2	690.26	345.13	2.29
피험자	84	12685.43	151.02	
시기	1	65.35	65.35	0.59
집단×시기	2	234.59	117.29	1.05
오차	84	9340.94	111.20	

<표 12>와 같이 양성성 분석에서는 유의한 차이를 보이지 않았다.

2) 남성성 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 성역할 유형 검사에서 여학생의 성역할 유형을 양성성 유형으로 변화시키는 가장 중요한 요인인 남성성의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 13. 남성성 변화

성역할 요인	학교(N)	사전		사후		비고
		평균	표준편차	평균	표준편차	
남성성	체육수업 하지 않음(32)	132.6	7.7	134.7	10.3	
	1시간 체육수업(27)	132.7	9.5	131.6	10.8	
	2시간 체육수업(25)	131.8	10.0	128.5	10.1	

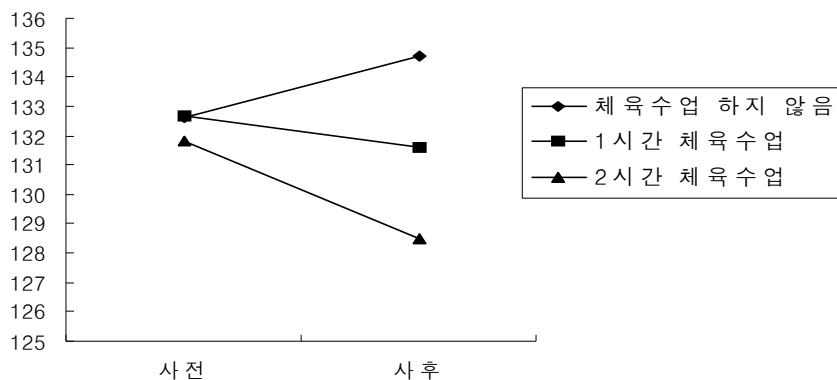


그림 6. 남성성 변화

<표 13>과 <그림 6>에서와 같이 남성성의 경우 체육수업 하지 않는 학교의 사후 점수가 사전 점수에 비해 조금 향상된 것으로 나타났으며, 사전에서는 체육수업 하지 않는 학교와 1시간 체육수업 하는 학교 그리고 사후에서는 체육수업 하지 않는 학교의 점수가 가장 높은 것으로 나타났다, 그러나 통계적으로 학교 간 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다.

표 14. 남성성 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F
집단	2	343.98	171.99	1.43
피험자	81	9750.09	120.37	
시기	1	23.89	23.89	0.35
집단×시기	2	217.31	108.66	1.58
오차	81	5573.16	68.80	

<표 14>와 같이 남성성 분석 결과에서는 유의한 차이를 나타내지 않았다

3) 여성성 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 성역할 유형 검사 중 여성성의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 15. 여성성 변화

성역할 요인	학교(N)	사전		사후		비고
		평균	표준편차	평균	표준편차	
여성성	체육수업 하지 않음(25)	121.0	12.3	120.0	10.4	
	1시간 체육수업(16)	128.3	8.5	129.8	8.6	
	2시간 체육수업(19)	128.2	7.1	130.9	9.6	

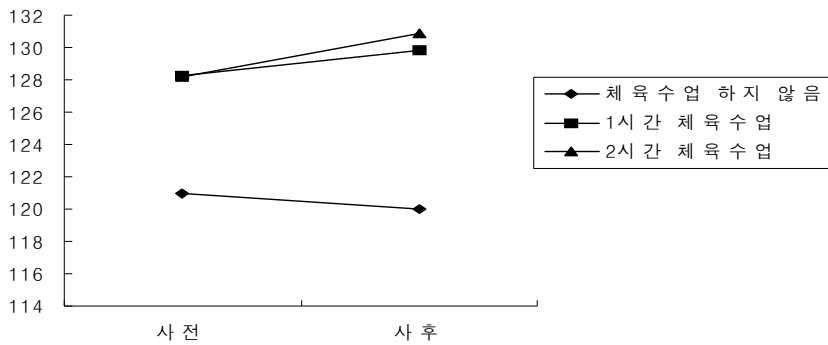


그림 7. 여성성 변화

<표 15>과 <그림 7>에서와 같이 여성성의 경우 사전과 사후에서 1시간 체육수업 하는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교의 점수가 가장 높은 것으로 나타났으며 체육수업 하지 않는 학교에서는 사전 사후의 점수가 가장 낮았으며 사전에 비해 사후 점수가 더 낮아졌다.

표 16. 여성성 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F	Scheffe test
집단	2	2267.24	1133.62	8.35***	2.3>1
피험자	60	7740.24	135.79		
시기	1	33.51	33.51	0.59	
집단×시기	2	76.29	38.15	0.67	
오차	60	3251.53	57.04		

***p<.001

<표 16>에서 보는 바와 같이 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타났다 (p<.001). 체육수업 시간이 1시간과 2시간 있는 집단이 체육수업 없는 집단보다 높은 점수를 나타내었다. 그리고 시기 간 사전과 사후 간 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았으며 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다.

4) 미분류 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 성역할 유형 검사 중 미분류의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 17. 미분류 변화

성역할 요인	학교(N)	사전		사후		비교
		평균	표준편차	평균	표준편차	
미분류	체육수업 하지 않음(21)	112.3	8.9	112.1	9.4	
	1시간 체육수업(28)	109.6	12.2	109.8	9.0	
	2시간 체육수업(34)	108.5	10.4	109.5	12.6	

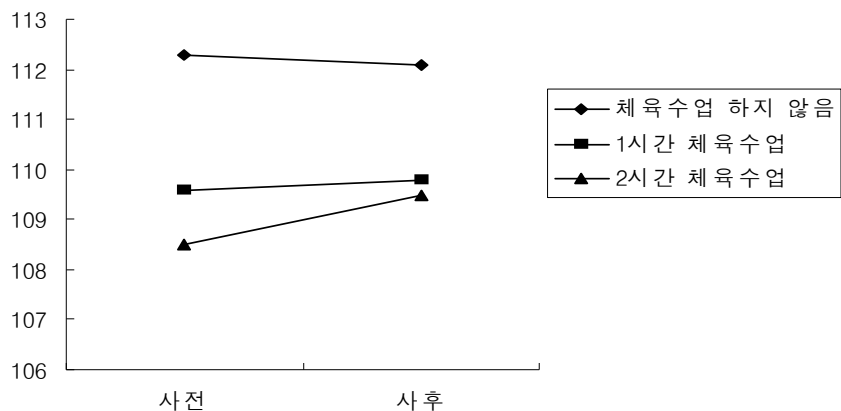


그림 8. 미분류 변화

<표 17>과 <그림 8>에서와 같이 미분류의 경우 사전과 사후 검사에서 체육수업 하지 않는 학교의 점수가 가장 높은 것으로 나타났으며 여성성의 경우와 마찬가지로 사전 점수보다 사후에서 1시간 체육수업 하는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교에서 점수가 높아진 것으로 나타났다.

표 18. 미분류 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F
집단	2	277.34	138.67	0.87
피험자	80	12790.27	159.88	
시기	1	3.87	3.87	0.06
집단×시기	2	11.93	5.96	0.09
오차	80	5575.10	69.69	

<표 18>에서와 같이 미분류에서 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았다.

5) 성역할 유형의 변화

체육수업 시수 차이에 따른 학교별 성역할 유형 검사 중 미분류의 사전, 사후 변화된 수치의 분석 결과는 다음과 같다.

표 19. 성역할 유형 변화

성역할 요인	학교(N)	사전		사후		비고
		평균	표준편차	평균	표준편차	
성역할 유형	체육수업 하지 않음(108)	131.1	18.1	132.7	18.7	
	1시간 체육수업(101)	127.2	17.2	131.0	18.6	
	2시간 체육수업(105)	126.8	18.8	124.1	18.8	

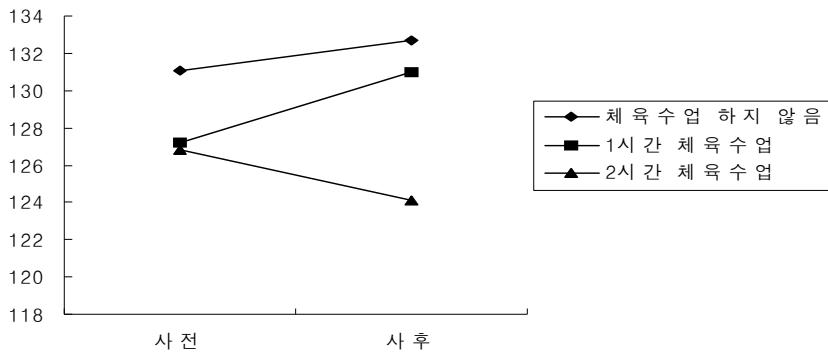


그림 9. 성역할 유형 변화

<표 19>과 <그림 9>에서와 같이 성역할 유형은 사전 사후에 체육수업 하지 않는 학교와 1시간 체육수업 하는 학교에서 사후 점수에서 높아진 것을 알 수 있으며 2시간 체육수업 하는 학교에서는 점수가 낮아진 것을 볼 수 있다

표 20. 성역할 유형 two-way ANOVA 분석 결과

변량원	자유도	자승합	평균자승	F	Scheffe test
집단	2	4415.98	2207.99	5.90**	1.2>3
피험자	304	121172.34	373.99		
시기	1	131.98	131.98	0.44	
집단×시기	2	1186.17	593.08	1.98	
오차	304	97116.15	299.74		

**p<.01

<표 20>에서 보는 바와 같이 집단 간 유의한 결과가 나타났다(p<.01). 사후적 증명과 사후 검사에서 체육수업 하지 않는 학교와 1시간 체육수업 하는 학교가 2시간 체육수업 하는 학교보다 성역할 점수가 더 높아진 것으로 나타났다. 사전 검사와 사후 검사 간에는 유의한 결과가 나타나지 않았으며, 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다.

V. 고찰

1. 신체적 자기효능감 차이

신체적 자기효능감의 차이 분석결과에서 운동능력과 관련이 있는 인지된 신체능력은 1시간 수업하는 집단에서 가장 높은 점수를 기록하였고 2시간 수업하는 집단과 체육수업을 하지 않는 학교는 비슷한 점수를 나타내었다.

신체적 자기표현 자신감 변화에서는 체육수업 하지 않는 학교와 2시간 체육수업 하는 집단이 똑같은 점수를 보이면서 사후 점수가 감소하였고 1시간 수업하는 집단에서는 사전과 사후 점수가 같이 나타났다.

신체적 자기효능감 변화에서는 체육수업 하는 집단에서는 변화가 없었지만 오히려 체육수업 하지 않는 학교에서 조금 향상된 결과를 나타내었다.

이와 같이 체육수업의 유무에 따라 신체적 자기효능감의 변화가 나타나지 않은 것은 인지된 신체능력이나 신체적 자기표현 자신감에 유의한 차이를 나타내기 위해서는 체계적인 운동 프로그램과 지속적인 운동이 이루어져 학생들 개인의 운동능력이 성취감을 느낄 수 있을 만큼의 시간이 주어져야 하며, 바른 방법과 지속적인 지도도 이루어져야 한다는 사실을 말해준다. 그러나 학교현장에서는 평가와 평가를 전제로 한 부족한 수업, 학교의 각종 행사로 인한 결손된 수업시간과 대학 입시에 대한 압박감에 운동 그 자체 보다는 성적에 더 큰 관심을 보여 좋은 평가를 받은 학생은 어느 정도 성취감을 느낄 수 있지만 대다수 학생은 평가 받은 성적에 만족하지 못하고 스스로의 신체활동에도 자신감을 갖지 못하며 신체적 자기효능감에도 변화를 보이지 못하였다.

운동에 참여한 여고생은 운동에 참여하지 않은 여고생에 비해 인지된 신체능력을 높게 지각하는 것을 알 수 있으며, 나아가 운동참여가 여고생의 인지된 신체능력의 발달에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다(홍선옥, 1996).

김경렬(2003)은 스포츠 참여유무에 따른 자기효능 및 정신건강의 차이는 자신감, 자기조절 효능감, 과제 난이도 선호, 정신건강의 요인이 통계적으로 유의한 차이를 보였으며 각 요인별 참여집단이 비 참여집단 자신감, 자기조절 효능감, 과제 난이도 선호, 정신건강의 인지 수준이 높게 나타났으며 스포츠 참여 정도에 따른 빈도, 강도, 기간은 자기 효능감 및 정신건강에 높은 상관을 보였으며, 특히 참여기간이 오래된 청소년이 자신감요인, 자기조절 효능감, 과제 난이도선호, 정신건강 등에서 높은 상관을 보였다고 하였으며, 김주훈과 김길평(2000)은 태권도 수련형태의 신체위주 및 정신위주의 프로그램은 신체적 자기 효능감에 영향을 미친다고 하였으며, 정창근(2001)은 태권도 수련경험이 인지된 신체능력, 신체적 자기표현 자신감, 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 미친다고 하였으며, Laura(1993)도 스포츠 경험이 없는 피험자들보다 스포츠 경험이 있는 피험자들이 훨씬 신체적 자기효능감이 높다고 했다.

이와 같이 선행연구들에서는 운동에 참여한 집단에서 신체적 자기효능감을 높게 지각한다는 연구 결과를 나타내었지만 본 연구에서는 체육수업 참여가 반드시 신체적 자기효능감을 높게 지각하도록 하지는 않는다는 것을 알 수 있다. 이는 운동참여의 시간이 많이 부족하고 또한 지속적이지 않다는 것을 의미하며 비록 계획적이기는 하지만 신체적으로 자신감이나 인지된 신체능력에서 변화를 보일 만큼 충분한 시간이 주어지지 않았다는 것을 의미한다고 할 수 있다. 더불어 평가로 인하여 대학입시의 압박감에 시달리는 학생들에게 내신 성적과 직결되는 체육수업은 매우 민감한 문제이며 아주 좋은 성적을 받은 학생을 제외하고는 대부분 자신의 성적에 만족하지 못하고 자신의 신체적 능력여부와 상관 없이 실망감을 가지는 것으로 추정 된다. 그리하여 체육수업을 실시한 학교에서 자기효능감에 변화를 보이지 못한 것이라 사료된다.

2. 성역할 유형 변화

양성성과 남성성에서 사전과 사후에 체육수업 하지 않는 학교에서 높은 점수를 나타내었고 체육수업 1시간과 2시간 있는 학교에서 사전과 사후 조금 하락된 점수를 나타내었다. 여성성 변화에서는 체육수업 1시간과 2시간 하는 학교에서 높은 점수를 나타내었으며 사전 점수에 비하여 사후 점수가 향상된 결과를 나타내었고 체육수업 하지 않는 학교에서 가장 낮은 점수를 나타내었으며 사후에도 조금 낮아진 결과를 나타내었다. 미분류 점수는 사전과 사후에서 체육수업 하지 않는 학교에서 가장 높게 나타났으며 체육수업 1시간과 2시간 있는 학교에서는 사전에 낮은 점수에서 사후에 향상된 점수를 나타내었다.

이는 체육수업 시수에 따른 성역할 유형의 변화에서도 현저한 유의 차이를 보이지 않았는데 역시 부족한 체육수업 시수가 학생들이 심리적으로 변화를 일으킬 만큼의 운동 시간이 되지 않았고 자발적으로 참여할 수 있는 자기가 좋아하는 종목을 선택하여 운동할 수 있는 제도적인 장치가 없기 때문인 것으로 추정된다.

홍선옥(1996)은 신체적 기술 과제를 수행할 수 있는 인지된 신체능력, 이러한 신체 기술들을 표현하고 다른 사람들에게 의해 평가받을 수 있는 자신감이 양성성의 성역할 유형을 가진 여고생들에게 높게 나타나는 것은 일반적으로 운동이 긍정적 성격 형성과 관련되어 있음을 보여주며, 운동수행과 관련된 성격 특성들이 양성성 성역할 유형을 가진 개인의 성격 특성과 유사한 점이 많다는 것을 고려한다면, 양성성 성역할 유형인 여고생이 다른 성역할 유형의 여고생들에 비해 신체적 자기효능감을 높게 지각하며 이 점은 고정관념에 묶이지 않고 개인의 고유한 잠재력을 마음껏 추구하며, 창의적으로 스스로의 삶을 만들어 가는 양성성의 성역할 유형을 갖도록 하기 위해서는 운동참여를 통해 신체적 자기효능감을 높여주는 것으로도 가능할 것임을 시사하며 운동선수를 선발하는

과정에서도 이러한 성역할 유형이 고려되면 좋을 것이라고 하였으며 또한 운동 참여는 어떤 다른 유형을 가진 여고생들보다 여성성 유형의 여고생들을 양성성 유형의 여고생으로 변화시킨다는 사실을 알 수 있다 이것은 운동참여가 성역할 특성 중 남성성을 발달시키기 때문인 것으로 판단된다고 하였다.

선행연구 논문 결과와는 달리 체육수업 참여가 성역할 유형 중 남성성 점수를 높여 양성성 유형의 여고생으로 변화를 시키지는 못하였다. 그러나 여성성 유형의 여학생에게는 향상된 점수를 나타내었으며 미분류의 여학생에게도 적게나마 점수가 향상된 사실을 알 수 있다. 이러한 결과는 이미 성역할 유형이 양성성이거나 남성성 유형의 학생에게 체육수업 1시간이거나 2시간은 성역할 유형 변화에 아무런 영향을 미치지 못하였지만 여성성이거나 미분류의 학생들에게는 성역할 유형 점수가 높아지는 결과를 나타내었다.

더불어 한 가지 특기할 만한 사실은 홍선옥(1996)은 인문계 여고생의 성역할 유형이 미분류가 가장 많다고 하였으나 2006년 4월 3일에 조사한 성역할 유형 검사에서는 양성성 유형의 여학생이 가장 많이 나타났다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 인문계 여자고등학교 학생 중 체육수업 시수가 없는 학교와 1시간 체육 수업하는 학교, 2시간 체육 수업하는 학교의 여학생들의 신체적 자기효능감과 성역할 유형의 변화를 알아보고 여자고등학교에서의 적절하고 바람직한 체육수업 시수를 알아보고자 하는데 그 목적을 둔 연구의 결론은 다음과 같다.

1. 결론

첫째, 신체적 자기효능감 변화에서는 체육수업 하지 않는 학교, 1시간 체육수업 하는 학교, 2시간 체육수업 하는 학교에서 모두 같이 전반적으로 유의한 차이를 보이지 않았지만 인지된 신체능력 분석 결과에서는 1시간 체육수업 하는 학교가 체육수업 하지 않는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교보다 높은 점수를 기록 하였으며 신체적 자기효능감 분석 결과에서는 집단 간 유의한 차이를 보였으며 체육수업 하지 않는 학교에서 2시간 체육수업 하는 학교보다 높은 점수를 기록하였다 그러나 사전과 사후 시기 간 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았으며 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것을 나타냈다.

둘째, 성역할 유형 변화에서는 체육수업 하지 않는 학교, 1시간 체육수업 하는 학교, 2시간 체육수업 하는 학교에서 모두 같이 전반적으로 유의한 차이를 보이지 않았지만 여성성에서는 집단 간 유의한 차이를 보였으며 1시간 체육수업 하는 학교와 2시간 체육수업 하는 학교가 체육수업 하지 않는 학교보다 높은 점수를 기록하였으며 사전과 사후 시기 간 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았으며 집단과 시기 간 상호작용 효과도 없는 것으로 나타났다 .

이상의 결과로 체육수업 1시간으로는 신체적 자기효능감이나 인지적 신체능력 검사, 신체적 자기표현 자신감에는 변화를 보이지 않았으며, 2시간 체육수업한 J여고에서도 인지적 신체능력, 신체적 자기표현 자신감, 신체적 자기효능감에서 유의한 차이를 보이지 않았다.

성역할 유형에서는 체육수업 하지 않는 학교, 1시간 체육수업 하는 학교, 2시간 체육수업 하는 학교에서 모두 같이 유의한 차이를 보이지 않았다.

2. 제언

계획적인 운동참여가 신체적 자기효능감과 성역할 특성 중 남성성을 발달시킨다는 선행연구의 결과와는 달리 학교수업은 계획적이지만 시험기간, 방학, 각종 모의고사, 학교시험기간, 각종 학교행사로 인하여 체육수업은 지속적이지 못하며 또한 평가를 전제로 한 수업으로 입시로 인한 부담과 내신 성적의 중요성으로 체육수업을 통한 운동을 즐기기 보다는 성적을 올리려는 부담감이 더 크게 작용하여 성적이 아주 우수한 학생을 제외하고는 자신의 성적에 만족하지 못하고 이것이 신체적 자기효능감과 성역할 유형에는 긍정적이지 못한 변화를 나타내는 주된 이유인 것으로 사료된다.

고등학교에서는 제도적으로 3시간의 체육 수업이 없는 관계로 3시간의 체육수업이 실시되는 중학교 1,2학년을 대상으로 성역할 유형과 신체적 자기효능감에 변화에 대한 연구가 이루어져야 하며 학생들의 체육학습의 성취정도에 따른 신체적 자기효능감과 성역할 특성 중 남성성의 변화에 대한 연구가 이루어져야 한다.

참 고 문 헌

- 김경렬 (2003). 청소년의 스포츠 참여가 자기효능감 및 정신건강의 관계. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.
- 김영희 (1986). 성역할 사회화에 관한 문헌적 탐색: 가정환경 변인을 중심으로. 원우논총, 4, 179-207.
- 김영희 (1990). 성역할 정체감과 학습된 무기력. 서울 : 정민사.
- 김주훈, 김길평 (2000). 태권도 수련형태와 신체적 자기효능감 및 무도 정신력의 관계. 한국체육학회지.
- 김지아 (1993). 성역할 정체감에 따른 자아존중감 및 사회적 적응에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 고려대학교 대학원.
- 서정아 (1989). 여고생의 성역할 특성과 우울성향과의 상관연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 신현아 (1992). 고등학생의 성역할 유형과 그에 대한 어머니의 양육태도. 미간행 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
- 윤미현 (1983). 여고생의 성역할 정체감과 자아개념 및 사회적 적응과의 관계. 미간행 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 윤미현 (1984). 여고생의 성역할 정체감과 자아개념 및 사회적 적응과의 관계. 미간행 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
- 윤정혜 (1991). 자아존중감·성역할 정체감·진로의식 성숙과의 관계 연구. 미간행 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
- 장희정 (1994). 성역할 정체감과 자아존중감 및 내외통제성의 관계연구. 미간행 석사학위논문. 인하대학교 대학원.
- 정진경 (1987). 성역할연구의 양성적 시각. 한국여성학, 3, 132-160.
- 정옥분, 박선영 (1989). 청소년기 자녀의 성역할 정체감과 부모의 양육행동과의 관계. 대한 가정학회지. 27, 4.
- 차정은 (1997). 일반적 자기효능감 척도개발을 위한 일 연구. 석사학위논문, 이화여자

대학교 대학원.

- 정창근 (2001). 태권도 수련이 신체적 자기효능감에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 교육대학원.
- 최인자 (1991). 중학교 남녀공학의 혼성학습 경험이 자기존중감과 성역할 정체감 발달에 미치는 영향. 석사학위논문, 전주우석대학교 교육대학원.
- 표미정 (1991). 고교생의 성역할 정체감과 내외통제성과의 관계연구. 석사학위논문. 동국대학교 대학원.
- 홍선옥 (1994). 운동선수와 비운동선수의 성역할 유형분포에 관한 연구. 부산대학체육과학연구소 세미나 발표문.
- 홍선옥 (1996). 운동참여가 성 역할과 신체적 자기효능감에 미치는 영향. 박사학위논문. 부산대학교 대학원.
- Bandura, A (1977). Self-efficacy : Towrad a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A (1986). *Social foundations of thought and action : A social cognitive theory*. Englewoof Cliffs, NJ : Prentice-Hall.
- Bandura, A., Adams, N., & Howells, G. (1980). Tests of the generality of self-efficacy theory. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 39-66.
- Bem. S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Bem. S. L (1975). Sex-role adaptibility : One consequence of psychological androgyny. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 634-643
- Bem. S. L. (1977). On the utility of alternative procedures for assessing psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, 45, 196-205.
- Bem. S. L., & Lenny, E. (1976). Sex typing and avoidance of cross-sex behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 33, 48-54.
- Biddle, S. (1993). Motivation and participation in exercise and sport. *ACTAS/Proceedings*, 1, 22-51.

- Block, J. H. (1973). Conceptions of sex role : Some cross-cultural and longitudinal perspectives. *American Psychologist*, 28, 512-526.
- Bloom, M. (1980). *Life Span Development*. Macmillan Co., Inc., New York.
- Broverman, I. K., Vogel, S. R., Broverman, D. M., Clark, F. E., & Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42.
- Cook, E. P. (1985). *Psychological androgyny*. New York : Pergamon Press.
- Gayton, W., Matthews, G., & Burchstead, G. (1986). An investigation of the validity of the Physical Self-Efficacy Scale in predicting marathon performance. *Perceptual and Motor Skill*, 63, 752-754.
- Gilbert, L. A. (1981). Toward mental healthy : The benefits of psychological androgyny. *Professional Psychology*, 12(1), 29-38.
- Gill, D. L., Kelly, B. C., William, K., Martin, J. J. (1994). The Relationship of self-efficacy and perceived well-being to physical activity and stair climbing in order adults. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(4).
- Hogan, P. I., & Santomier, J. P. (1984). Effect of Mastering Swim Skills on Older Adults' Self-Efficacy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55(3), 294-296.
- Hurlock, E. B. (1983). *Child Development*. McGraw-Hill Kogakrsha, Ltd.
- Kelly, J. A., & Worell, J. (1977). New formulation of sex roles and androgyny A critical review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 1101-1115.
- Martocchio, J. J. (1994). Effects of conceptions of ability on anxiety, self-efficacy, and learning in training. *journal of Applied Psuchology*, 79(6), 819-825.
- McAuley, E., Gill, D. (1983). Reliability and validity of the Physical Self-Efficacy Scale in a competitive sport setting. *Journal of Sport Psychology*, 5.

- Ryckman, R. M., Robbins, M. A., Thomson, B., & Cantrell, P. (1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology, 42*(5), 891-900.
- Spence, J. T., Helmreich, R., & Stapp, J. (1975). Ratings of self and peers on sex-role attributes and their relation to self-esteem and conceptions of masculinity and femininity. *Journal of Personality and Social Psychology, 32*, 29-39.
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport confidence and competitive orientation: preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology, 8*, 221-246.

Abstract

The Influence of Physical Education Participation Patterns of Highschool Girls on Physical Self-Efficacy and Gender-Role Types

Jeong, Gyeong Cheon

Major in Ocean Physical Education
Department of Marine Environment & Bioscience
Graduate School Korea Maritime University
Busan, Korea.

The study investigates the changes of academic highschool girls' physical self-efficacy and gender-role types among the girls' high-schools which have no PE class, have an hour PE class a week, and have two-hour PE class a week, and finds the pertinent and desirable time allotment of PE class. The conclusions of the study are followings:

First, all of the schools which have no PE class, an hour PE class, and two-hour PE class didn't show significant difference in the changes of physical self-efficacy. In the analysis of perceived physical ability, schools with an hour of PE class recorded higher score than schools which have no PE class and two hours of PE class. The conclusion of

physical self-efficacy implied important difference among the groups, and schools with no PE class recorded higher score than schools which has two hours of PE class. However, it didn't indicate meaningful difference between before and after periods, and there are no interaction effect between groups and periods.

Second, changes of gender-role types among the schools which have no PE class, an hour or two hours of PE class didn't suggest noteworthy difference. In femininity, there was significant difference among the groups. Schools with one or two hours of PE class recorded higher score than schools with no PE class. During before and after periods, it didn't reveal meaningful difference, and there are no interaction effects between groups and periods.

The above conclusions show that an hour PE class doesn't have an effect on the changes of physical self-efficacy, perceived physical ability and physical self- presentation confidence. 'J' girls' highschool which has two hours of PE class didn't indicate the significant difference of perceived physical ability, physical self-presentation confidence, and physical self-efficacy. In the gender-role types, schools which have no PE class, and one or two hours of PE class didn't reveal significant difference, either.

Unlike the result of a previous study that a systematic participation

on exercise improves physical self-efficacy and masculinity in gender-role types, the school PE class is systematic but interrupted because of a testing period, vacations, trial examinations and all kinds of school events. Owing to the importance of academic reports and the burden of admission examination, students feel pressure to make a better grade than to enjoy exercise in the PE class. Students cannot be satisfied with their grades except those who have superior grades. Therefore, it is the major reason for negative changes in physical self-efficacy and gender-role types.

Since there are officially no three hours of PE class in highschool, the study of the changes of gender-role types and physical self-efficacy need to be carried out for the first and second grade of middle school students who have three hours of PE class. The study of physical self-efficacy which is dependent on physical education achievement and the changes of masculinity in gender-role types need to be arranged.

설 문 지

이 조사는 여고생의 체육수업 참여와 성역할 유형 및 신체적 자기 효능감과의 관계를 알아보기 위한 것입니다. 여러분의 의견은 학문적 목적 이외에는 절대로 사용되지 않으며, 개인에 대한 사항은 절대 비밀이 보장됩니다.

이 설문지에 대한 응답에는 옳고 그름이 없습니다. 제시된 응답요령을 주의 깊게 읽으시고 한 문항도 빠짐없이 솔직하게 답하여 주시고, 문항별로 너무 오래 동안 머무르지 마시고 느낀 점을 그대로 답하여 주십시오.

감사합니다

신체적 자기효능감 설문지

1	2	3	4	5	6

전혀 그렇지 않다. 그렇지 않다. 별로 그렇지 않다. 조금 그런 편이다. 대체로 그렇다. 아주 그렇다.

1) 나는 반사능력이 뛰어나다	
2) 나는 신체적 움직임이 민첩하지 않고 세련되지도 않다	
3) 나의 음성은 좋다	
4) 나는 체격이 좋다	
5) 나는 스트레스를 견디지 못한다	
6) 나는 달리기에 자신이 없다	
7) 나는 나를 괴롭히는 신체적 약점을 갖고 있다	
8) 나는 신체의 숙련성과 관련된 테스트를 받을 때 자신이 없다	
9) 나는 이성과의 만남에서 당당하게 대한다	
10) 사람들은 바르지 못한 나의 자세 때문에 나를 부정적으로 생각한다	
11) 나는 나보다 체격이 더 좋은 사람과 서로 다르다는 사실을 인정한다	
12) 나는 근육이 약하다	
13) 나는 스포츠에 자신이 없다	
14) 운동선수는 대개 나보다 더 많은 매력을 갖고 있지 않다	
15) 나는 나보다 잘생긴 사람들을 부러워 한다	
16) 나의 웃음이 스스로를 당황케 한다	
17) 나는 나의 체격에 대해 다른 사람들이 어떻게 생각할까 고민하지 않는다	
18) 나는 손이 차고 습하기 때문에 악수하는 것을 좋아하지 않는다	
19) 나의 주력(speed)은 긴박한 경기에서 큰 도움이 된다	
20) 나는 나의 부주의로 인해 생기는 우연한 사고를 잘 당하지 않는다	
21) 나는 악력(쥐는힘)이 강하다	
22) 나는 민첩하기 때문에 지금까지 다른 많은 사람들이 할 수 없는 것을 해왔다	

성역할 설문지

1	2	3	4	5	6	7

전혀 나의 성격과 같지 않다	대체로 나의 성격과 같지 않다	때로는 나의 성격과 같다	가끔 나의 성격과 같다	자주 나의 성격과 같다	대체로 나의 성격과 같다	언제나 또는 거의 언제나 나의 성격과 같다
-----------------------	------------------------	------------------	-----------------	-----------------	------------------	----------------------------------

1) 자기 소신을 잘 지킨다	
2) 변덕스럽다	
3) 독립심이 강하다	
4) 양심적이다	
5) 다정하다	
6) 단호하다	
7) 개성이 강하다	
8) 강경하다	
9) 믿을만 하다	
10) 동정심이 강하다	
11) 질투심이 많다	
12) 지도력이 있다	
13) 다른 사람의 필요에 민감하다	
14) 진실하다	
15) 모험심이 강하다	

16) 이해심이 있다	
17) 터놓지 않고 숨긴다	
18) 인정이 많다	
19) 남의 상한 기분을 잘 달래준다	
20) 자부심이 강하다	
21) 지배적이다	
22) 따뜻하다	
23) 자기 주장을 굽히지 않는다	
24) 상냥하다	
25) 공격적이다	
26) 적응력이 있다	
27) 아이들을 매우 좋아한다	
28) 재치가 있다	
29) 부드럽다	
30) 관습적이다	

(체 육)과 학습지도 계획 (2)학년 주당(2)시간

월	주	단원	페이지	특기사항
3	1	배드민턴- 스트레칭, 관절체조, 기초체력운동	124	
	2	배드민턴- 오버헤드, 사이드암, 언더헤드 스트로크		
	3	배드민턴-풋워크(런닝, 슬라이딩 스텝)		
	4	풋워크와 스트로크의 혼용		
	5	풋워크와 스트로크의 혼용		
4	6	하이 클리어, 드리븐 클리어		
	7	하이 클리어, 드리븐 클리어		
	8	드롭, 클리어		
	9	드롭, 클리어		
5	10	헤어핀, 클리어		
	11	헤어핀, 클리어		
	12	클리어→드롭→헤어핀		
	13	클리어→드롭→헤어핀		
6	14	서버(롱하이.쇼트 서비스)		
	15	서버(롱하이.쇼트 서비스)		
	16	복식경기		
	17	복식경기		
	18	I.운동의 필요성과 가치	13	
7	19	평가		
	20	단식경기		
	21	단식경기		

(체 육)과 학습지도 계획 (2)학년 주당(2)시간

월	주	단원	페이지	특기사항
8	22	축구, 볼 트래핑	170부터	
9	23	킥 (인사이드, 인프런트, 아웃프런트 킥)		
	24	드리블		
	25	패스		
	36	코너킥, 슛		
	27	수학여행		
	10	28	패스 앤드 고 (3인, 6인)	
29		종합트레이닝		
30		종합트레이닝		
31		중간고사		
11	32	종합트레이닝		
	33	종합트레이닝		
	34	평가		
	35	I. 이론편	252~265	
12	36	II. 보건편	269~295	
	37	기말고사		
	38	경기		
	39	경기		
2	40	경기		

(체 육)과 학습지도 계획 (2)학년 주당(1)시간

월	주	단원	페이지	특기사항
3	1	스트레칭, 라켓 워, 그립	45	
	2	스윙, 풋 워크		
	3	하이클리어, 롱 하이 서브		
	4	서브와 클리어의 연결		
	5	서브와 클리어의 연결		
4	6	서브, 클리어, 드롭		
	7	서브와 클리어, 드롭의 연결		
	8	서브와 클리어, 드롭의 연결		
	9	중간고사		
5	10	헤어핀, 로브		
	11	헤어핀, 로브		
	12	서브, 클리어, 드롭, 헤어핀의 연결		
	13	서브, 클리어, 드롭, 헤어핀의 연결		
6	14	서브, 클리어, 드롭, 헤어핀의 연결		
	15	서브, 클리어, 드롭, 헤어핀의 연결		
	16	복식경기방식과 경기		
	17	건강과 운동처방	200	
	18	평가		
7	19	평가		
	20	경기		
	21	경기		

(체 육)과 학습지도 계획 (2)학년 주당(1)시간

월	주	단원	페이지	특기사항
8	22	체조 (마루운동), 기초체력 (줄넘기)		
9	23	스트레칭과 앞구르기, 일단뛰기		
	24	스트레칭과 앞구르기, 뒷구르기 일단뛰기, 이단뛰기		
	25	스트레칭과 앞구르기, 뒷구르기 일단뛰기, 이단뛰기		
	36	스트레칭과 앞구르기, 뒷구르기 일단뛰기, 이단뛰기		
	27	스트레칭과 앞 구른 후 다리 벌려 앞구르기, 일단뛰기와 엇걸어뛰기		
10	28	스트레칭과 앞 구른 후 다리 벌려 앞구르기, 일단뛰기와 엇걸어뛰기		
	29	스트레칭과 뒷 구른 후 다리 벌려 뒷구르기, 엇걸어 뛰기와 이단 뛰기		
	30	스트레칭과 뒷 구른 후 다리 벌려 뒷구르기, 엇걸어뛰기와 이단뛰기		
	31	균형잡기, 뒷구르기, 다리 벌려 뒷구르기, 무릎 펴 뒷구르기, 이단뛰기		
11	32	균형잡기, 뒷구르기, 다리 벌려 뒷구르기, 무릎 펴 뒷구르기, 이단뛰기		
	33	앞 구른 후 다리 벌려 앞구르기, 뒷 구른 후 무릎 펴 뒷구르기, 균형잡기의 연결		
	34	체중조절과 운동처방		
	35	평가		
12	36	평가		
	37	레크리에이션 및 머리대고 물구나무서기		
	38	레크리에이션 및 머리대고 물구나무서기		
	39	레크리에이션 및 머리대고 물구나무서기		
2	40	스트레칭 및 맨손체조		