



청소년의 성별에 따른 규칙적 체육활동 참여의 차이: 2023 국민생활체육조사를 중심으로

이원미*(한국체육대학교, 부교수)

국문초록

이 연구의 목적은 청소년의 성별에 따른 체육참여, 체육활동 참여 영향 요인에 어떠한 차이가 있는지를 분석하는데 있다. 이를 위해 2023 국민생활체육조사의 10대 청소년을 대상으로 한정하여 연구의 목적에 부합하는 규칙적 체육활동에 참여자 617명의 응답을 분석하였다. 첫째, 청소년의 성별에 따라 체육활동에 차이가 있다. 운동종목, 이용시설, 운동 강도는 청소년의 성별에 따라 차이가 있다. 남자 청소년은 구기 및 라켓 종목, 여자 청소년은 체력단련 및 생활운동에 많이 참여하였다. 또한 학교체육시설은 남자 청소년이, 자가 및 기타체육시설은 여자 청소년이 주로 이용하였으며, 고강도 운동에 남자 청소년의 참여비율이 높다. 둘째, 청소년의 성별에 따라 체육활동 영향 요인에 차이가 있다. 체육활동에 참여에 영향을 주는 사회화 주관자, 참여 이유는 청소년의 성별에 따라 상이한 것을 확인하였다. 특히 여자 청소년은 건강, 체중관리 등을 이유로 체육활동에 참여하였다. 이는 스포츠의 젠더 유형이 고착화되어 나타나는 현상이며 남자 청소년과 여자 청소년의 체육활동 참여의 격차를 줄이기 위한 정책 방안을 수립할 필요가 있다.

한글주요어 : 2023 국민생활체육조사, 청소년, 성별, 규칙적 체육활동, 체육활동 참여

I. 서론

1. 연구의 필요성

출생률의 감소는 여러 국가가 직면하고 있는 사회 문제 중의 하나이다. 2024년 서울의 초등학교 취학 대상자는 59,492명으로 전년(66,324명) 대비 10.3% 급감하였다(강정현, 2024. 03. 09). 특히 우리나라의 학령기 인구감소는 사회 전반에 영향을 미칠 것으로 전망된다. 이러한 변화는 체육계에서도 제기되고 있는 문제이다. 유·청소년 선수등록, 학생 운동부 감소로 나타나고 있다. 교육부 통계에 의하면 학교 운동부 수는 2021년 5,281개교에서 2022년 3,890개로 약 26% 감소하였다(박은경, 2024. 01. 24.). 즉 학령기 인구감소에 비해 청소년의 전문체육 참여율이 급격히 감소하고 있으며, 이는 학교 운동부가 빠르게 감소는 결과로 나타나고 있다.

또한 일반학생의 신체 및 체육활동 참여율도 매우 심각한 수준이다. 특히, 세계보건기구의 조사에 따르면, 한국 청소년의 운동 부족 비율은 94.2%로, 조사 대상국 중 가장 높은 비율임이 확인되었다. 또한, 국제 신체활동과 건강(김세훈, 2023. 12. 07) 조사에서는 한국 청소년의 94.2%가 하루에 1시간미만 신체 활동을 하는 것으로 보고되었다. 이는 세계 146개국 중 최하위권으로 한국 청소년의 신체활동 참여율이 매우 낮은 수준임을 보여준다.

학령기 인구의 감소, 성적 위주의 입시, 인터넷 및 온라인 환경의 증가 등이 청소년의 신체활동 및 체육활동 저하에 영향을 미치고 있다. 이러한 문제를 해결하기 위해 학교 운동부 중심의 엘리트 선수

육성을 도모했던 정책은 다수의 학생이 신체활동 및 스포츠에 참여하고, 이를 통해 학교 스포츠클럽과 학교 운동부가 함께 대회에 참가하는 방향으로(교육부, 2024) 정책적 변화를 시도하고 있다. 즉 학생운동 선수의 육성시스템 개선과 일반학생들의 체육활동 참여율을 높이기 위해 학교체육진흥법이 시행되었고, 여학생을 포함한 체육활동의 참여 증가를 위한 정책적 노력이 이루어지고 있다. 하지만, 이러한 노력에도 우리나라의 유·청소년의 체육활동 참여 및 활동의 다양성 측면에서 미흡한 결과가 나타나고 있다.

특히 여자 청소년의 신체 및 체육활동에 참여율은 매우 저조하다. 구체적으로 청소년 신체활동 실천율 추이(질병관리청, 2024)를 살펴보면, 2014년 기준 남학생 19.2%, 여학생 8.0%인 반면 2024년에는 남학생 24.6%, 여학생 9.2%로 나타났다. 즉 남학생의 신체활동 참여율 증가에 비해 여학생의 신체활동 참여율 증가는 미비한 수준이다. 또한 2020년 기준 신체활동 권장량을 충족한 남자 청소년은 19.9%, 여자 청소년은 7.7%(질병관리청, 2021), 주 1회 이상 체육활동 참여는 남자 청소년 56.5%, 여자 청소년 38.8%이다(문화체육관광부, 2023). 반면, 전체 연령을 대상으로 보면, 주 1회 체육활동 참여율이 남자 62.8%, 여자 61.9%로 큰 차이가 없으나(문화체육관광부, 2023), 청소년 시기에 남녀의 체육활동 참여는 매우 큰 격차 있음을 알 수 있다.

반면, 청소년기의 체육활동 중요성은 다수의 연구를 통해 검증되고 있다. 청소년기 체육활동은 사회적 상호작용을 촉진하고, 자기 효능감 향상, 우울증 감소, 스트레스 감소 등에 기여한다(Bailey, 2006;

Bean, Harlow, & Forneris, 2017; Biddle, Mutrie, & Gorely, 2015; Eime et al., 2013). 청소년기의 체육활동은 성별과 관계없이, 남녀 청소년 모두에게 자신감, 사회적 통합 및 건강 등에 긍정적인 영향을 준다(Sabo, & Veliz, 2008).

하지만, 앞서 언급한 바와 같이 청소년기 체육활동에 성별 격차가 존재하고 있다. 청소년의 체육활동 참여와 성별의 관계를 분석한 연구를(Guthold, Stevens, Riley, & Bull, 2020) 살펴보면, 146개 국가의 학교 기반 건강 조사 데이터를 분석한 결과 남자 아이가 여자 아이에 비해 신체활동에 더 자주 참여하는 것으로 나타났다. 또한 신체활동의 강도(Corder et al., 2013), 신체활동의 동기부여 및 장벽(Portela-Pino et al., 2020)등에서 청소년의 성별이 중요한 요인으로 나타났다. 이상의 연구는 성별이 청소년의 체육활동 참여 격차에 영향을 주는 주요한 변인임을 규명하였다. 이러한 결과를 기반으로 성별에 따라 청소년기의 체육활동 참여에 어떠한 구체적인 차이가 있는지를 분석하고자 한다.

따라서 이 연구는 청소년의 성별에 따라 체육활동 참여, 참여에 영향을 미치는 요인 등에 어떠한 차이가 있는지를 규명하고자 한다. 이는 청소년의 체육활동 촉진을 위한 정책 수립과 방향 설정의 근거 자료로 활용될 것이다. 특히 체육활동 참여율이 낮은 여자 청소년의 체육활동 참여율 제고를 위한 정책 수립에 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

이를 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 성별에 따라 체육활동 참여(종목, 이용시설, 시간, 빈도, 강도)에 차이가 있는가?

둘째, 청소년의 성별에 따라 체육활동 참여 영향

요인(정보습득경로, 사회화 주관자, 참여 이유)에 차이가 있는가?

II. 연구 방법

1. 연구대상

이 연구는 2023 국민생활체육조사의 원자료를 연구대상으로 선정하였다. 2023 국민생활체육참여조사의 표본은 만 10세 이상의 국민 9,000명을 대상으로 하였으며, 연구의 목적에 따라 만 10세 이상 만 19세 이하의 규칙적으로 체육활동에 참여하는 617명을 연구대상으로 선정하였다. 구체적인 연구대상의 특성은 <표 1>과 같다.

2. 조사도구

이 연구의 조사도구는 2023 국민생활체육참여조사에 포함된 설문 문항의 원자료를 활용하였다. 설문 문항 중에서 규칙적 참여자의 체육활동 참여정도, 체육활동 참여 선행요인, 체육활동 참여에 대한 인식을 검증할 수 있는 문항을 선정하였다.

체육활동 참여는 운동 종목, 이용시설, 참여시간, 참여빈도, 운동 강도로 선정하였으며, 체육활동 참여 영향요인은 체육 관련 정보습득 경로, 사회화주관자, 참여 동기로 선정하였다.

3. 자료수집

이 연구에 사용된 2023 국민생활체육조사의 설문 조사는 구조화된 설문지를 이용하여 1:1 가구 방문

표 1. 연구대상의 특성 및 조사도구의 빈도분석

변인	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남	366	59.3
	여	251	40.7
운동 종목	구기 및 라켓	337	54.6
	무도, 레저 및 기타	58	9.4
	체력단련 및 생활운동	222	36.0
이용 시설	공공체육시설	122	19.8
	민간체육시설	95	15.4
	자가 및 기타체육시설	56	9.1
	학교체육시설	344	55.8
체육 참여	1시간미만	208	33.7
	1시간-1시간 30분미만	238	38.6
	1시간 30분 이상	171	27.7
참여 빈도	주1회	193	31.3
	주2회	168	27.2
	주3회	146	23.7
	주4회 이상	110	17.8
운동 강도	저강도	96	15.6
	중강도	273	44.2
	고강도	248	40.2
정보 습득 경로	대중매체	77	12.0
	인터넷	233	37.8
	체육시설 홍보	79	12.8
	가족과 지인	89	14.4
체육 활동 영향 요인	학교	142	23.0
	가족 및 친지	102	16.5
	친구	323	52.4
	대중매체 및 지도자	73	11.8
	스스로	119	19.3
참여 동기	여가 및 스트레스 해소	121	19.6
	건강유지 및 체력증진	219	35.5
	체중조절 및 체형관리	101	16.4
	자아실현 및 즐거움	110	17.8
	대인관계 및 기타	66	10.7
	합계		617

면접 조사로 이루어졌다. 자료수집 기간은 2023년 8월 29일부터 11월 3일까지 실시되었다. 이와 같은 방

법으로 수집된 원자료는(Row data) 한국스포츠과학원 홈페이지(<https://www.sports.re.kr>)에서 수집하였다. 이 중 연구의 목적에 맞는 응답만을 수집하였다.

4. 자료분석

자료분석은 2023 국민생활체육참여실태조사의 원자료 중 규칙적 생활체육참여 청소년 617명의 응답만을 추출하여 실시하였다. 자료처리 및 분석은 SPSS/PC+ 27.0 프로그램을 이용하였으며, 연구목적에 부합하도록 전산처리 한 후, 빈도분석, 교차분석을 실시하였다. 모든 통계의 유의 수준은 .05 수준으로 설정하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 청소년의 성별에 따른 체육활동 종목, 이용시설 및 참여정도의 차이

청소년의 성별에 따라 체육활동 종목, 이용시설, 참여정도의 차이가 있는지를 분석한 결과 <표 2>와 같다.

첫째, 성별에 따라 참여 운동종목에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=122.0$, $p=.000$). 구체적으로 살펴보면, 구기 및 라켓 스포츠에 참여하는 비율이 남자 청소년(69.9%)이 여자 청소년(32.3%)에 비해 높게 나타났다. 반면, 체력단련 및 생활운동은 여자 청소년(61.8%)이 남자 청소년(18.3%)에 비해 높게 나타났다.

표 2. 성별에 따른 체육활동 종목, 시설 및 참여 정도의 차이

	집단	성별		χ^2 (p)
		남	여	
운동 종목	구기 및 라켓	256(69.9%)	81(32.3%)	122*** (p=.000)
	무도, 레저 및 기타	43(11.7%)	15(6.0%)	
	체력단련 및 생활운동	67(18.3%)	155(61.8%)	
이용 시설	공공체육시설	67(18.3%)	55(21.9%)	33.1*** (p=.000)
	민간체육시설	55(15.0%)	40(15.9%)	
	자가 및 기타체육시설	15(4.1%)	41(16.3%)	
	학교체육시설	229(62.6%)	115(45.8%)	
참여 시간	1시간미만	125(34.2%)	83(33.1%)	4.44 (p=.108)
	1시간-1시간 30분미만	130(35.5%)	108(43.0%)	
	1시간 30분 이상	111(30.3%)	60(23.9%)	
참여 빈도	주1회	121(33.1%)	72(28.7%)	2.83 (p=.419)
	주2회	103(28.1%)	65(25.9%)	
	주3회	82(22.4%)	64(25.5%)	
	주4회 이상	60(16.4%)	50(19.9%)	
운동 강도	저강도	32(8.7%)	64(25.5%)	45.9*** (p=.000)
	중강도	154(42.1%)	119(47.4%)	
	고강도	180(49.2%)	68(27.1%)	

*** p < .001

둘째, 성별에 따라 이용하는 체육시설에 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=33.1, p=.000$). 구체적으로, 여자 청소년은 공공체육시설(21.9%), 자가 및 기타체육시설(16.3%)을 남자 청소년보다 높은 비율로 이용하는 것으로 나타났다. 반면 남자 청소년은 학교체육시설(62.6%)을 여자 청소년에 비해 높게 이용하는 것으로 나타났다.

반면, 성별에 따른 참여시간과 참여빈도는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

넷째, 성별에 따라 운동 강도에 통계적으로 유의한 차이가 있으며($\chi^2=45.9, p=.000$), 여자 청소년(25.5%)은 남자 청소년(8.7%)에 비해 저강도 체육활동에 참여 비율이 높게 나타났다. 반면 남자 청소년(49.2%)은 여자 청소년(27.1%)에 비해 고강도 체육활동에 참여하는 비율이 높게 나타났다.

2. 청소년의 성별에 따른 체육활동 영향 요인의 차이

청소년의 성별에 따른 체육활동 영향 요인(정보습득 경로, 사회화주관자, 참여 이유)에 차이가 있는지를 분석한 결과는 다음의 <표 3>과 같다.

첫째, 성별에 따라 체육활동의 정보습득 경로에는 통계적으로 차이가 없는 것으로 나타났으나, 남녀 청소년 모두 인터넷에서 체육활동에 관한 정보를 습득하는 비율이 가장 높게 나타났다.

둘째, 성별에 따라 체육활동에 영향을 주는 사회화주관자에는 통계적으로 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=43.3, p=.000$). 여자 청소년(25.5%)은 남자 청소년(10.4%)에 비해 가족 및 친지가 체육활동에 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한 여자 청소년(23.1%)은 남자 청소년(16.7%)에 비해 스스로의 결정에 의해 체육활동에 참여 비율이 높게 나타났다. 반면 남자 청소년(62.6%)은 여자 청소년(37.5%)에 비해 친구가 체육활동 참여에 영향을 주는 비율이 높게 나타났다.

셋째, 성별에 따른 체육활동 참여 이유는 통계적으로 차이가 있으며($\chi^2=24.8, p=.000$), 여자 청소년

표 3. 성별에 따른 체육활동 영향 요인의 차이

집단	성별		χ^2 (p)	
	남	여		
정보 습득 경로	대중매체	46(12.6%)	28(11.2%)	6.84 (p=.144)
	인터넷	125(34.2%)	108(43.0%)	
	체육시설	46(12.6%)	33(13.1%)	
	가족과 지인	54(14.8%)	35(13.9%)	
	학교	95(26.0%)	47(18.7%)	
사회 화주 관자	가족 및 친지	38(10.4%)	64(25.5%)	43.3*** (p=.000)
	친구	229(62.6%)	94(37.5%)	
	대중매체 및 지도자	38(10.4%)	35(13.9%)	
	스스로	61(16.7%)	58(23.1%)	
참여 이유	여가 및 스트레스 해소	82(22.4%)	39(15.5%)	24.8*** (p=.000)
	건강유지 및 체력증진	131(35.8%)	88(35.1%)	
	체중조절 및 체형관리	40(10.9%)	61(24.3%)	
	자아실현 및 즐거움	65(17.8%)	45(17.9%)	
	대인관계 및 기타	48(13.1%)	18(7.2%)	

*** $p < .001$.

(24.3%)은 남자 청소년(10.9%)에 비해 체중조절 및 체형관리를 위해 체육활동에 참여하는 비율이 높게 나타났다. 반면 남자 청소년(22.4%)은 여자 청소년(15.5%)에 비해 여가 및 스트레스 해소를 위해 체육활동에 참여하는 비율이 높게 나타났다. 또한 남자 청소년(13.1%)은 여자 청소년(7.2%)에 비해 대인관계 및 기타의 이유로 체육활동에 참여하는 비율이 높은 것으로 나타났다.

IV. 논 의

이 연구는 청소년의 성별에 따른 체육참여, 체육활동 참여 영향 요인에 어떠한 차이가 있는지를 검증하였다. 2023 국민생활체육조사에서 10대의 응답을 토대로 분석한 결과를 토대로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 청소년의 성별에 따라 체육참여는 차이가 있으며, 운동종목, 이용시설, 운동 강도에 차이가 있다. 즉 남자 청소년과 여자 청소년이 참여하는 운동종목의 차이는 젠더고정관념과 관련이 있다.

부모, 또래, 학교, 미디어 등은 남성과 여성에 대한 사고와 행동에 영향 미치며(Pfister & Hartmann, 2003), 젠더고정관념을 생산한다. 즉 사회화과정에서 여성이 스포츠에 관심 없거나 스포츠를 하지 않아야 한다고 학습하게 되면, 여자아이들은 스스로 스포츠로부터 멀어지게 된다(Lopiano, 2004). 스포츠는 남성에게 전통적인 성 역할의 정의에 부합하는 특성과 행동을 표현하는 수단이며(이혁기 외, 2024), 남성다움을 표현하는 장으로 사회화되어지면 여성은 스포츠를 참여하는데 있어 제약을 경험하게 된다.

특히, 특정 스포츠가 남성다움과 긴밀하게 연결되어 있다는 젠더고정관념은 여성의 다양한 스포츠 참여에 방해가 된다. 다수에 선행연구에서 남성에게 적합한 종목과 여성에게 적합한 종목(홍지은, 2018; Riemer & Visio, 2003; Plaza, et al., 2017)이 구분되어 지고 있음을 확인하였다. 이상의 연구에서 남성성에 적합한 종목으로 럭비, 레슬링, 미식축구, 야구, 축구, 농구 등의 구기 종목 및 격투기 종목이며,

여성성에 적합한 종목으로 요가, 필라테스, 에어로빅, 무용, 체조 등이다. 이처럼 스포츠의 젠더유형이 청소년기 체육활동 참여의 차이로 나타나고 있다. 스포츠의 젠더 유형은 사회적 인식에서 남성 중심 종목으로 간주되는 구기 및 라켓, 무도 등의 체육활동에 참여하고, 여자 청소년은 여성중심으로 간주되는 체육활동인 체력단련 및 생활운동에 참여하는 것이다.

또한 학교 운동장의 주인이 남자이며, 운동장에 어울리는 특성이 존재하고 있다(남상우, 2016)는 연구결과와 유사하게 학교체육시설을 남자 청소년의 더 많이 사용하고 있다. 반면 여자 청소년들은 자가 및 기타체육시설을 이용하는 비율이 높는데, 이는 운동 종목과의 연관성도 고려할 필요가 있다. 즉 여자 청소년들은 공공체육시설, 학교체육시설을 이용해야 가능한 종목인 축구, 농구 등의 단체종목 보다는 개인이 참여할 수 있는 종목에 치우치고 있다는 점이다. 이는 체육시설 이용에 있어서 공공 및 학교 체육시설에서 주변화되는 현상으로 나타날 수 있으며, 체력단련 및 생활운동을 위한 시설이 균형 있게 배치되어야 여자 청소년들의 스포츠 참여를 제고에 기여할 것이다.

운동 강도의 측면에서 살펴보면, Corder, et al(2009)의 연구와 유사하게 격렬한 신체활동에 남자 청소년이 많이 참여하였다. 특히 고강도의 운동에 남녀 청소년의 참여 비율의 차이가 있다. 이는 참여하는 운동종목, 이용시설 등과 운동 강도의 관련성을 고려하여 논의될 필요가 있다. 즉 여성에게 적합하다고 여겨지는 체육활동은 저강도, 중강도의 운동이며, 고강도의 운동은 남성에게 적합하다는 인식이 반영된 것으로 판단된다. 여자 청소년의 활발한 체육활동 참여를 위해 젠더 고정관념을 탈피하기 위한 노력

이 필요하다.

둘째, 청소년의 성별에 따라 체육활동에 영향을 주는 사회화주관자, 참여 이유에 차이가 있음을 알 수 있다. 남자 청소년의 경우 구기 및 라켓 종목에 참여율이 높기 때문에 친구와 함께 참여하는 비율이 높은 것으로 판단된다. 반면 여자 청소년은 가족 및 친지, 스스로의 결정에 의해 체육활동에 참여하고 있다. 이는 가족의 지원이 여자 청소년의 신체활동을 장려하는 영향력이 크다는 연구(Lin et al., 2023)와 유사하다. 즉 가족 구성원의 체육활동 권유가 여자 청소년에게 있어 중요한 요소임을 알 수 있다. 또한 어렸을 때 스포츠 참여는 스포츠 기술을 습득하는데 필수적인 요소로, 어려서 부터 스포츠 활동에 대한 가족의 지지는 여자 청소년 및 여성의 스포츠 참여 및 스포츠 기술 습득에 긍정적인 영향을 줄 것이다.

또한 참여 이유에도 여자 청소년은 건강 유지, 체중조절 등을 위해 참여하는 비율이 높으며, 여가선용, 스트레스 해소, 대인관계 등의 정신적, 심리적, 사회적 이유로 인한 참여 비율이 낮게 나타나고 있다. 여자 청소년 및 여성에게 체육활동은 체중 조절의 수단으로 인식된다는 점이다. 외모를 포괄한 ‘몸 관리’가 일상화된 시대에서 여성에게 있어 몸은 자기 관리이자, 여성다움에 지표로 여겨진다(한국여성정책연구원, 2020). 이러한 차원에서 여자 청소년에게 체육활동은 일종의 자기관리의 수단으로 인식되고, 체중조절을 위한 하나의 활동으로 여겨진다는 점이다. 이는 체육활동 참여의 긍정적인 측면을 한정적으로 인식하고, 경험하고 있음을 의미한다. 즉 다양한 종목의 참여를 통해 건강 및 체형관리의 수단적 도구로의 체육활동 참여를 극복할 필요가 있다. 여자

청소년들이 체육활동 자체의 즐거움을 경험하고, 청소년기에 경험하는 사회·심리·정서적 문제 해결에 도움이 되는 활동으로 확장이 필요하다. 이를 위해 청소년기 이전부터 체육활동에 적극적 참여와 긍정적 경험의 기회를 제공할 필요가 있다. 특히, 6-9세 아이들은 성별에 상관없이 스포츠에 관심이 있기 때문에(Lopiano, 2004), 성별과 무관하게 다양한 스포츠 활동에서 긍정적 경험이 이루어진다면, 참여종목, 이용 시설, 운동 강도 등에서 성별 차이를 줄이는데 기여할 것이다.

V. 결론 및 제언

이 연구는 청소년의 성별에 따른 체육참여 및 체육활동 참여 요인에 어떠한 차이가 있는지를 분석하였다. 이를 위해 2023 국민생활체육조사의 10대 청소년을 대상으로 한정하였으며, 연구목적에 부합하는 규칙적 체육활동 참여자 617명의 자료를 추출하여 분석하였다. 이를 통해 다음과 같이 결론 및 제언을 하고자 한다.

첫째, 청소년의 성별에 따라 체육활동에 운동시간, 운동 빈도에는 차이가 없으나, 참여종목, 이용 시설, 운동 강도에 차이가 있다. 남자 청소년은 공공체육시설 및 학교체육시설에서 구기 및 라켓 종목에 고강도로 참여하는 경향이 있으나, 여자 청소년은 자가 시설에서 체력단련 및 생활운동을 중심으로 저강도로 참여하였다. 즉 성별에 따라 청소년이 참여하는 운동 종목에 차이는 이용하는 시설과도 개연성이 있으며, 이는 운동 강도의 차이에도 영향을 준다. 여자

청소년을 위한 운동 프로그램은 학교 및 공공체육시설을 이용하며, 중강도 이상으로 운동 강도를 유지할 수 있는 방향으로 개발될 필요가 있다.

둘째, 청소년의 성별에 따라 체육활동 영향 요인에 차이가 있다. 체육활동 참여에 영향을 주는 사회화주관자, 참여 이유는 청소년의 성별에 따라 상이한 것을 확인하였다. 남자 청소년은 친구와 함께 주로 참여하였지만, 여자 청소년의 경우 가족 또는 자발적인 의사로 참여하게 된다. 또한 여자 청소년들은 체형조절 및 체형관리가 운동 참여의 중요한 이유로 나타났다. 즉 체육활동의 사회화주관자 및 참여 이유가 성별에 따라 달라진다는 점을 확인하였으며, 여자 청소년 스스로 체육활동에 대한 중요성 인식할 수 있는 교육 및 정보 제공과 함께 운동 자체에 대한 즐거움을 경험할 수 있도록 하는 체육활동 참여가 촉진될 필요가 있다.

이를 토대로 후속연구를 위한 제언을 하고자 한다. 첫째, 2023 국민생활체육조사를 활용한 이 연구가 확장되기 위해서 비규칙적인 체육활동 참여자에 대한 설문내용이 추가될 필요가 있다. 규칙적 체육활동 참여와 비규칙적 체육활동 참여자가 응답하는 설문 내용이 상이하야, 두 집단을 비교하는 연구에 한계가 있다. 특히 두 집단 간의 체육활동에 대한 인식차이를 분석할 수 있는 설문내용이 포함된다면, 보다 의미 있는 연구 자료로 활용될 수 있을 것이다.

둘째, 청소년의 체육활동 참여를 심층적으로 분석하기 위해, 사회문화적 요인을 고려한 연구가 필요하다. 즉 부모, 학교, 지역사회 등의 사회문화적 격차가 청소년기 체육활동 참여와 어떤 관계가 있는지 등으로 총체적으로 고려한 연구가 이루어질 필요가 있다.

참고문헌

- 강정현(2024.03.09.). "엄마, 난 오후반이래" 초등 입학생 100만명, 지금은 몇명? [그뎨 그랬지]. 중앙일보. <https://www.joongang.co.kr/article/25234008>
- 교육부(2024). 2024년 학교체육 활성화 기본계획. 세종: 교육부.
- 김세훈(2023, 12. 07.) 대한민국 청소년 신체활동 성적표. 경향신문. <https://www.khan.co.kr/article/202312072343015>
- 남상우(2016). 운동장에서의 젠더 중심화와 주변화: 중학생들의 체화된 젠더 질서 사고방식. **한국스포츠사회학회지**, 29(3), 133-151.
- 문화체육관광부(2023). 2023 국민생활체육조사. 세종: 문화체육관광부
- 박은경(2024. 01.24.). 매주 3개씩 학교 운동부가 사라진다... 학령인구 감소에 운동도 기피. 한국일보. <https://www.hankookilbo.com/News/Read/A2024012414440003830>
- 이혁기, 김준, 장승현, 전원재, 김한범, 윤정희(2024). **개념중심 스포츠사회학**. 서울: 레인보우북스.
- 질병관리청. (2021). **주간 건강 및 질병 보고서**. 충북: 질병관리청.
- 질병관리청. (2024). **주간 건강 및 질병 보고서**. 충북: 질병관리청.
- 한국여성정책연구원(2020). **한국사회의 젠더와 건강 불평등 연구 III: 외모강박과 미용성형을 중심으로**. 서울: 한국여성정책연구원.
- 홍지은(2018). **스포츠에 투영된 젠더 고정관념 : 포토보이스를 활용한 혼합연구**. 미간행 박사학위 논문, 고려대학교 대학원, 서울.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401.
- Bean, C. N., Harlow, M., & Forneris, T. (2017). Examining the importance of intentionally structuring the youth sport context to facilitate positive youth development. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(4), 410-425.
- Biddle, S. J. H., Mutrie, N., & Gorely, T. (2015). *Psychology of physical activity: Determinants, well-being, and interventions* (3rd ed.). Routledge.
- Corder, K., Van Sluijs, E. M., Wright, A., Whincup, P., Wareham, N. J., & Ekelund, U. (2009). Is it possible to assess free-living physical activity and energy expenditure in young people by self-report?. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89(3), 862-870.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A

- systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *10*, 1–21.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, *4*(1), 23–35.
- Lin, H., Chen, H., Liu, Q., Xu, J., & Li, S. (2023). A meta-analysis of the relationship between social support and physical activity in adolescents: The mediating role of self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1305425.
- Lopiano, D. (2004). Gender equity in sports. *The Diversity Factor*, *12*(1), 24–29.
- Pfister, G., & Hartmann-Tews, I. (2003). Women and sport in comparative and international perspective. *Sports and women: Social issues in international perspective*, 1–15.
- Plaza, M., Boiché, J., Brunel, L., & Ruchaud, F. (2017). Sport= male... But not all sports: Investigating the gender stereotypes of sport activities at the explicit and implicit levels. *Sex roles*, *76*, 202–217.
- Portela-Pino, I., López-Castedo, A., Martínez-Patiño, M. J., Valverde-Esteve, T., & Domínguez-Alonso, J. (2020). Gender differences in motivation and barriers for the practice of physical exercise in adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(1), 168.
- Riemer, B. A., & Visio, M. E. (2003). Gender typing of sports: An investigation of Metheny's classification. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *74*(2), 193–204.

An Analysis of Gender Differences in Adolescent Participation in Regular Sports Activities: Focusing on the 2023 National Sports Survey

Won-Mi Lee(Korea National Sport University, Associate Professor)

ABSTRACT

The purpose of this study is to analyze whether there are any differences in youth participation in sports and factors influencing participation in sports activities according to gender. To this end, the 2023 National Sports Survey was limited to teenagers and the responses of 617 participants in regular physical activity that met the purpose of the study were analyzed. First, there are differences in physical activity depending on the gender of adolescents. Sports types, facilities used, and intensity of exercise differ depending on the gender of the adolescent. Male adolescents participated in ball games and racket sports, and female adolescents participated in physical training and daily sports. In addition, school sports facilities were mainly used by male adolescents, private and other sports facilities were mainly used by female adolescents, and the participation rate of male adolescents in high-intensity exercise was high. Second, there are differences in factors affecting physical activity depending on the gender of youth. It was confirmed that the socialization agents and reasons for participation that influence participation in sports activities differ depending on the gender of the adolescent. In particular, female adolescents participated in physical activities for reasons such as health and weight management. This is a phenomenon that appears due to the entrenchment of gender patterns in sports, and there is a need to establish policy measures to reduce the gap between male and female adolescents' participation in physical activities.

Key words: 2023 National Sports Survey, Adolescents, Gender, Regular Physical Activity, Participation in Physical Activity

논문 접수일 : 2024. 11. 07

논문 승인일 : 2024. 12. 09

논문 게재일 : 2024. 12. 31