

2024년 춘계학술대회



한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기

2024. 04. 19(금) 14:00 - 18:00

경희대학교 국제캠퍼스 선승관

| 주최 / 주관 |



(사)한국여성체육학회

2024년 춘계학술대회

한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기

2024. 04. 19(금) 14:00 - 18:00

경희대학교 국제캠퍼스 선승관

| 주최 / 주관 |  (사)한국여성체육학회

일 정	발 표
	사회: 윤지인 교수(경희대학교)
개 회 식	14:00-14:20 개 회 사: 허현미 회장(한국여성체육학회) 환 영 사: 오경록 학장(경희대학교 체육대학) 축 사: 이기흥 회장(대한체육회) 축 사: 조현재 이사장(국민체육진흥공단)
기념 촬영	
기조강연	14:30-14:50 <기조강연> 한국여성체육학회의 정체성 찾기 허현미 교수(한국여성체육학회 회장)
토 론 (라운드 테이블)	14:50-17:00 <토론 1> WHO & WHY 우리(한국여성체육학회)는 누구이고, 왜 존재하는가? <토론 2> WHAT & HOW 우리(한국여성체육학회)는 무엇을 어떻게 해야 하는가? 모더레이터: 고은하(Deep Korea), 윤인애(단국대학교), 주종미(호서대학교), 황향희(강원대학교)
coffee break	
	좌장: 박채희 교수(한국체육대학교)
종합토론	17:10-17:40 <종합토론>
	사회: 정진욱 교수(동국대학교)
폐 회 식	17:40-18:00 우수 포스터 시상 폐 회

C o n t e n t s

기조강연

03 한국여성체육학회의 정체성 찾기

허현미 한국여성체육학회 회장

포스터발표

인문사회

20 SPLISS 모델 기반 한국 여성 장애인 엘리트 스포츠 성공 요인탐색

김예지, 김소연 이화여자대학교

21 시각장애인의 여가시간 신체활동(LTPA) 참여 의미에 대한 탐색적 연구

이창미, 김은서, 윤지인 경희대학교

22 여가활동유형, 여가만족도, 행복의 관계

주진영, 최인철 서울대학교

자연과학

23 오메가6/3 지방산 섭취 비율과 한국 중년여성들의 근력과의 연관성

이기혁, 최민경, 최홍준, 정진욱 동국대학교

24 8주간의 FMS기반 교정운동프로그램이 대학 구기종목 운동선수의 기능적 움직임에 미치는 영향

박노준, 이기혁, 정진욱 동국대학교

25 노인의 장기간 복합운동에 따른 심혈관 질환 발병 요소의 변화 예측

안나영 계명대학교

개회사

안녕하세요. 제30대 (사)한국여성체육학회 회장 허현미입니다.

새로운 시작을 축하하듯 만개한 봄꽃들이 우리를 미소짓게 합니다. 화사하고 따뜻한 봄날, 바쁘신 일정에도 불구하고 2024년 한국여성체육학회 춘계학술대회에 참석하여 자리를 빛내주신 모든 분들께 감사의 인사를 드립니다.



특히 오늘의 춘계학술대회가 성공적으로 개최될 수 있도록 많은 도움을 주신 경희대학교 체육대학 오경록 학장님과 대학 관계자 여러분께 감사의 말씀을 드립니다. 또한 축사를 해주신 대한체육회 이기흥 회장님과 국민체육진흥공단 조현재 이사장님께도 진심으로 감사드립니다.

올해는 우리 학회가 창립 70주년을 맞이하는 뜻깊은 해이기도 합니다. 이에 학회의 과거를 되돌아보고, 현재를 논의하며, 미래의 나아가야 할 방향을 모색하고자 오늘 개최되는 2024 춘계학술대회의 주제를 '한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기'로 정하였습니다.

이번 학술대회에서는 기조 강연을 통해 우리 학회의 정체성을 탐색하고, 우리 학회가 왜 존재해야 하는지, 그리고 앞으로 무엇을 어떻게 해야 하는지에 대해 참가자 간 심도있는 토론과 논의를 진행하여 보다 명확한 방향성을 확립하고자 합니다.

끝으로 본 학술대회를 위해 물심양면으로 도움을 주신 (주)어뉴엠 이정화대표님과 (주)아임슬리핑 임옥영대표님께 감사의 말씀을 전합니다. 오늘 함께하는 이 순간이 우리 학회의 학문적 성장과 발전을 위한 소중한 디딤돌이 되기를 기대하면서 따뜻한 계절에 건강과 행복이 항상 여러분과 함께 하시길 소망합니다. 감사합니다.

2024년 4월 19일

(사)한국여성체육학회 회장 허 현 미

환영사

존경하는 한국여성체육학회 회원 및 체육인 여러분!
안녕하십니까! 경희대학교 체육대학장 오경록입니다.

경희대학교는 1949년에 창립되어 올해로 75주년을 맞이하게 되었습니다.
이 특별한 해에 한국여성체육학회의 춘계세미나를 위해 경희대학교를
방문해 주신 여러분을 진심으로 환영합니다.

지난 3월 8일은 세계여성의 날 116주년으로 1908년 미국의 여성 노동자
들이 생존권과 참정권보장을 위해 쫓겨난 날을 기념하여 1975년 유엔이
국제기념일로 공식적으로 지정한 날입니다.



특히, 한국여성체육학회는 1954년 초대 회장인 김신실 회장님을 시작으로 30대 허현미 회장님까지
명맥을 이어 왔습니다. 그동안 대한민국 여성의 스포츠 참여와 학술적 발전을 이루어 내기 위해 처음
조직되었으며, 올해로 70주년을 맞이하였습니다. 이 자리를 빌어 그동안의 노고에 감사 말씀을 전합니다.

이번 춘계학술대회는 “한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기”라는 주제를 통해 차세대 여성 체육학자의
역량 강화와 학술적 교류의 시간이 되시길 바랍니다. 또한 이러한 학술적 소통의 결과는 대한민국 사회,
문화 정치, 외교 등 다양한 방면에 큰 영향을 준 것처럼, 현재 새로운 미래사회에 부응하는 학문적 사회적
분야에서 귀하게 쓰여지기를 기대합니다.

오늘의 발제자 여러분들께 체육계의 새로운 변화를 위한 값진 고견을 부탁드리며, 바쁜 시간에도 경희대학교를
방문해주신 교수님들을 비롯한 학자 여러분과 한국여성체육학회 회원을 비롯한 여러 관계자 분들께 다시한번
깊은 감사를 드립니다. 감사합니다.

오 경 록
경희대학교 체육대학장

축사

존경하는 여성체육학회 여러분, 대단히 반갑습니다.

2024년 한국여성체육학회 춘계학술대회 개최를 진심으로 축하드립니다. 바쁘신 와중에도 참석해 주신 체육 과정 여러분을 기쁜 마음으로 환영하며 오늘 행사 준비를 위해 물심양면으로 애써주신 한국여성체육학회 허현미 회장님과 관계자 여러분께도 감사의 인사를 드립니다.



이번 2024년 춘계학술대회는 한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기라는 주제 안에 학회가 나아가야 할 방향을 모색하는 자리입니다.

오늘 이 자리를 통해서 한국여성체육학회의 역할과 정체성을 잘 확인하고 대한민국 체육발전에 기여할 수 있는 방안들이 제시될 수 있도록 함께하신 분들의 많은 고견을 부탁드립니다.

여러분의 관심과 성원에 힘입어 대한민국 여성 체육이 더 큰 발전을 이룰 수 있을 것이라 확신합니다. 다시 한 번 오늘 행사에 참석해 주신 참가자 여러분께 감사의 인사를 드리며 여러분의 가정에 행복이 가득하시기를 기원합니다. 감사합니다.

이 기 흥
대한체육회장

축사

안녕하십니까? 서울올림픽기념국민체육진흥공단 이사장 조현재입니다.

2024년 한국여성체육학회 춘계학술대회 개최를 진심으로 축하드립니다. 아울러 이번 행사를 위해 노고를 아끼지 않으신 한국여성체육학회 허현미 회장님을 비롯한 관계자 여러분들 노고에 진심으로 감사의 말씀을 올립니다.

올해로 창립 70주년을 맞는 한국여성체육학회는 한국 여성들의 스포츠 참여를 유도하고 그들의 다양성을 인정한 프로그램으로 여성 체육학 발전에 큰 공헌을 해 왔습니다. 여성 스포츠의 위상과 영역이 커진 만큼 오늘 이 자리가 한국 여성체육의 더 나은 미래를 위한 한국여성체육학회의 사회적 역할을 모색하는 기회가 되길 바랍니다.



이제 여성의 스포츠참여 확대는 피할 수 없는 흐름이고, 대중적 인기에 따른 마케팅적 가치가 커지고 있다는 점도 긍정적 변화라 할 수 있습니다. 하지만 최근 엘리트 부분에서 신규 선수들의 유입이 줄어들고 선수층이 얇아진다는 이야기도 들려오고 있습니다. 여성 스포츠의 지속적인 발전을 위해서는 저변확대와 운동에 재능있는 선수들에게 많은 기회가 주어질 수 있도록 환경을 조성해 나가야 할 것입니다.

우리 공단은 여성스포츠활동, 여성스포츠리더 양성, 은퇴 여성선수 진로지원사업으로 여성스포츠 활성화와 은퇴 선수들의 인생 후반부 설계에 지속적인 지원을 해 오고 있습니다. 앞으로도 여성 스포츠인들이 더 행복하게 운동하며 꿈을 이뤄나갈 수 있도록 든든한 버팀목이 될 것임을 약속드립니다.

끝으로 한국 여성체육 발전에 많은 관심과 열정을 갖고 이번 학술대회에 참여해 주신 회원분들의 건강과 행복을 기원합니다. 그리고 우수 포스터 시상에서 수상의 영예를 안으신 분들께도 아낌없는 축하의 박수를 보냅니다. 감사합니다.

조 현재

서울올림픽기념국민체육진흥공단 이사장

2024년 춘계학술대회

기조강연

한국여성체육학회의 정체성 찾기

허현미 교수
한국여성체육학회 회장



한국여성체육학회
2024년도 춘계학술대회

한국여성체육학회의 정체성(Identity) 찾기

발표자: 허 현 미

Contents

I

한국여성체육학회 개요

II

한국체육학회와의 비교

III

국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

IV

한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

I. 한국여성체육학회 개요

설립일	1954년도 5월 6일
연회원수	320여명 (현재 기준, 누적 회원수: 3천여명)
연간예산	4천만원 (평균)
연간사업	<ul style="list-style-type: none"> - 학술대회 개최 (춘계/추계 등 3회) - 학술지 발간 (3월/6월/9월/12월, 4회) - 회의 개최 (이사회/부회장 및 상임이사회/정기총회 등) - 기타 행사 개최 (워크숍/여학생 꿈·끼 한마당/세계여성의 날 기념행사 등)

I. 한국여성체육학회 개요

역대 회장단



II. 한국체육학회와의 비교

한국체육학회 (1953년)		한국여성체육학회 (1954년)
한국체육사학회	한국무용학회	<input type="radio"/> 연구자가 여성인가? <input type="radio"/> 연구대상이 여성인가? <input type="radio"/> 연구분야가 여성인가?
한국체육철학회	한국운동생리학회	
한국스포츠사회학회	한국운동역학회	
한국스포츠심리학회	한국체육측정평가학회	
한국스포츠교육학회	한국특수체육학회	
한국스포츠산업경영학회	한국운동영양학회	
한국사회체육학회	한국발육발달학회	
한국여가레크리에이션학회	한국체육정책학회	

II. 한국체육학회와의 비교

구 분	한국체육학회	한국여성체육학회
영문명칭	KAHPERD Korean Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance	KAPESGW Korean Association of Physical Education and Sport for Girls and Women
목 적	국민들의 학술활동을 진작함으로써 체육학의 발전과 국민체육실천에 도움을 주고, 아울러 체육진흥과 민족문화 창달에 기여 (수입은 회원의 이익이 아닌 공익을 위하여 사용하고 사업의 직접 수혜자는 불특정 다수가 됨)	여성체육지도자 교육과 양성을 위한 다양한 연구와 현장에서 필요한 정보를 교환함으로써 한국 여성체육의 학문적 발전과 여성체육인의 지위 향상 및 저변확대

II. 한국체육학회와의 비교

구 분	한국체육학회	한국여성체육학회
연구 및 사업	<ol style="list-style-type: none"> 1. 체육에 관한 기초연구 및 응용연구 2. 체육에 관한 연구발표 및 강연회 개최 3. 국제체육 학술단체와의 학술교류 및 유대강화 4. 체육에 관한 정부, 유관기관 및 단체에 대한 자문, 건의, 협조 5. 정부 및 각종 유관단체에서 실시하는 체육에 관한 연구논문 수합 심사 6. 체육에 관한 도서관행 7. 체육시설 및 체육기구에 관한 심의, 공인 8. 회보 및 학술지 발행, 배포 9. 체육진흥에 관한 지원 및 건의 10. 기타 이 학회 목적달성에 필요한 사업 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 여성체육의 발전 및 활성화 2. 여성체육인 저변확대 3. 여성체육정책에 관한 정부 및 관련단체에 대한 건의 4. 여성체육 지도자 및 교사에 대한 재교육 5. 교내의 체육관련 단체와의 교류 및 협력 6. 현장 체육지도에 필요한 서적 및 자료의 발간 7. 여성체육인의 권익 및 지위향상 8. 기타 학회의 목적달성에 필요한 연구 및 사업

II. 한국체육학회와의 비교

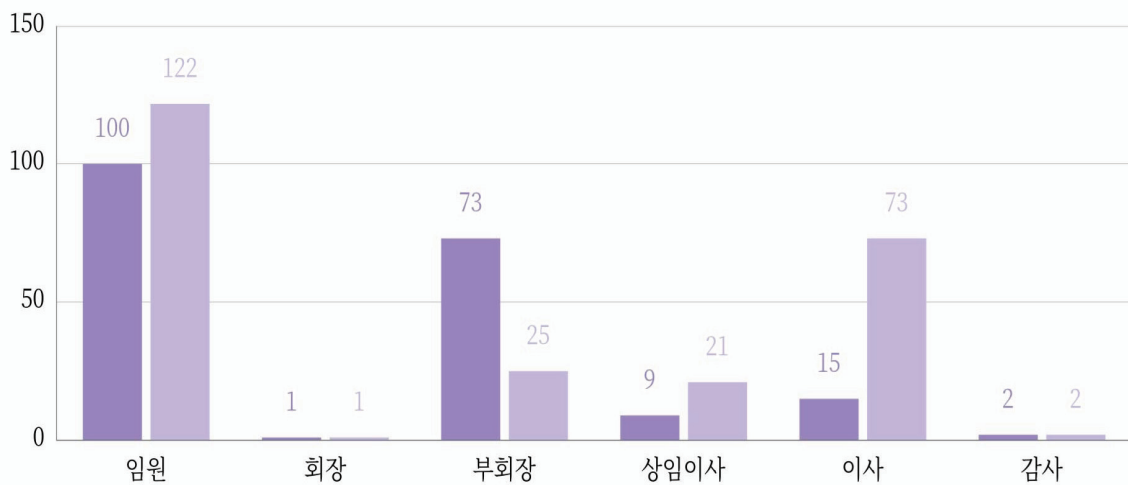
구 분	한국체육학회	한국여성체육학회
정 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 평생회원 - 대학에서 체육학 또는 그와 관련된 학문을 전공하고 학사 이상 학력을 가진자 - 이사회에서 동등한 자격을 가진 자라고 인정된 자 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학에서 체육 관련 학문을 전공하였거나 또는 체육에 관심이 있는 학사이상의 학력을 가진 자
준 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 대학에서 체육학 또는 그에 관련된 과정을 수학과 있는 자 - 이사회에서 동등한 자격을 가진 자라고 인정된 자 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학에서 체육 관련 학문을 전공하고 있는 재학생 또는 체육에 관심이 있는 자
평 생 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 3년 연속 정회원으로 등록된 자로 평생회비를 납입한 자 - 3년 연속 등록된 정회원이 아니어도 본 학회의 임원 및 분과위원회 위원이거나 대학의 전임교원 이상인 자 	<ul style="list-style-type: none"> - 정회원 중에서 소정의 평생회비를 납부한 자
기 관 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 학회의 목적에 관동하고 사업에 기여하는 학술 및 연구 단체 	<ul style="list-style-type: none"> - 학회의 목적과 취지에 찬성하는 학교, 도서관, 연구소 및 학술단체 등
명 예 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 체육학에 공적이 현저하거나 학회의 목적달성에 대한 공적이 있는 자 	<ul style="list-style-type: none"> - 학회의 발전에 공로가 지대한 자 또는 여성체육 분야에서 공헌이 현저한 자로서 이사회 승인을 받은 자
찬 조 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 학회에 지대한 찬조 및 기부행위를 한 개인 또는 단체 	-
특 별 회 원	<ul style="list-style-type: none"> - 학회의 목적에 관동하는 외국인 또는 외국의 단체로 이사회의 승인을 받은 개인이나 단체 	-

II. 한국체육학회와의 비교

구 분	한국체육학회	한국여성체육학회
임 원	- 정회원 중에서 선임 (현재 총 100인) - 임기 2년	- 정회원 중에서 선임 (현재 총 122인) - 임기 2년
회 장	- 명시되지 않음 (현재 1인) - 회장선출 규정에 따라 선출, 연임 불가 규정 - 회장 유고 시 수석부회장이 직무 대행	- 1인 - 회장선출 규정에 따라 선출, 연임에 대한 내용 없음 - 회장 결위 시 상임이사회에서 선출된 이사가 직무 대행
부 회 장	- 명시되지 않음 (현재 73명) - 수석부회장과 총괄부회장 등	- 약간명 (현재 25인) - 회장이 선임
상임이사	- 명시되지 않음 (현재 9인)	- 약간명 (현재 21인) - 회장이 선임
이 사	- 25인 (현재 15인) - 이사 선임에 관한 내용 없음	- 80인 내외 (현재 73인) - 상임이사회의 추천과 동의 후 회장이 선임
감 사	- 2인 - 총회에서 선출, 동시에 2명 교체 불가 규정	- 2인 - 총회에서 선출, 동시에 2명 교체 제한 없음

II. 한국체육학회와의 비교

■ 한국체육학회 ■ 한국여성체육학회



Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

01

2024년 3월 현재, 국내 여성관련 학회의 주요 현황을 조사하기 위해 한국연구재단의 전체 학술지 목록을 참고하였음.

02

이를 위해 한국연구재단의 전체 학술지 목록을 토대로 여성관련 학술지를 발간하는 학회 (10개) 및 연구소 (11개)는 총 21개로 확인됨.

03

참고로 기존의 조사 결과에 따라 확인된 10개의 여성관련 학회 이외에, 인터넷 검색을 통해 한국여성교양학회 (1989년 설립, 생활과학분야)와 한국여성수리과학회 (2005년 설립, 수학교육분야)가 존재한다는 정보를 확인 하였으나 이들 학회의 활동이 전무한 것으로 나타났기에 들을 조사 대상에서 제외하였음.

* 정렬기준: 등재구분(등재→등재후보→우수등재)→대분야(인문학→사회과학→자연과학→공학→의약학→농수해양학→예술체육학→복합학)→중분야→발행기관명→학술지명 순

Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회 (10개)

연 번	학술지 (대 분야)	학술지 (중 분야)	학술지명 (국문)	발행기관명	등재구분
1	인문학	역사학	여성과 역사	한국여성사학회	등재
2	인문학	철학	한국여성철학	한국여성철학회	등재
3	인문학	한국어와문학	한국고전여성문학연구	한국고전여성문학회	등재
4	인문학	한국어와문학	여성문학연구	한국여성문학학회	등재
5	사회과학	경제학	여성경제연구	한국여성경제학회	등재
6	사회과학	신문방송학	미디어, 젠더&문화	한국여성커뮤니이션학회	등재
7	사회과학	심리과학	한국심리학회지:여성	한국여성심리학회	등재후보
8	의약학	간호학	여성건강간호학회지	한국여성건강간호학회	등재후보
9	예술체육학	체육학	한국여성체육학회지	한국여성체육학회	등재
10	복합학	여성학	한국여성학	한국여성학회	우수등재

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 연구소 (11개)

연 번	학술지 (대분야)	학술지 (중분야)	학술지명 (국문)	발행기관명	등재구분
1	사회과학	사회과학일반	OMNES: The Journal of Multicultural Society	숙명여자대학교 아시아여성연구원	등재
2	사회과학	사회과학일반	다문화사회연구	숙명여자대학교 아시아여성연구원	등재
3	복합학	감성과학	Asian Women	숙명여자대학교 아시아여성연구원	등재
4	복합학	여성학	젠더와 문화	계명대학교 여성학연구소	등재
5	복합학	여성학	여성학연구	부산대학교 여성연구소	등재
6	복합학	여성학	아시아여성연구	숙명여자대학교 아시아여성연구원	등재
7	복합학	여성학	Asian Journal of Women's Studies	이화여자대학교 아시아여성학센터	등재
8	복합학	여성학	여성학논집	이화여자대학교 한국여성연구원	등재
9	복합학	여성학	페미니즘연구	한국여성연구소	등재
10	복합학	여성학	여성연구	한국여성정책연구원	등재
11	복합학	여성학	젠더와 사회	신라대학교 여성문제연구소	등재후보

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회 (10개)

연 번	학회명	연구분야	설립일	발행논문수 (건/년)	국내학술대회 개최(회/년)	국제학술대회 개최(회/년)	회원수 (명)	
1	한국여성체육학회 http://www.phywomen.or.kr	체육학	1954.05.06	32	3	0	322	7
2	한국여성학회 http://www.kaws.or.kr	여성학	1984.10.16	23	4	1	982	1
3	한국여성커뮤니케이션학회 http://www.womencom.or.kr	신문방송학	1993.04.03	18	2	1	248	9
4	한국여성건강간호학회 https://e-whn.org	여성건강간호	1994.12.14	35	2	1	424	5
5	한국여성심리학회 http://kswp.or.kr	복합학	1997.02.01	27	2	1	785	2
6	한국여성철학회 https://kafph.jams.or.kr	인문학	1997.04.19	11	2	1	139	10
7	한국여성경제학회 http://www.e-kwea.or.kr	경제학	1997.07.27	13	3	1	249	8
8	한국여성문학학회 https://femcrit1998.jams.or.kr	인문학	1998.12.05	28	2	1	550	3
9	한국고전여성문학학회 http://www.kcwoman.or.kr	인문학	2000.01.29	21	6	0	444	4
10	한국여성사학회 http://www.kawh.or.kr	여성사 (역사학)	2004.09.18	15	5	2	365	6

Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

01

임원 현황에 대한 최근 자료가 업데이트 되지 않은 경우, 최신 자료를 반영하였음.

02

회원의 종류 및 자격은 보편적으로 통용되는 정회원, 준회원, 특별회원, 평생회원 (영구회원), 명예회원 등 총 5가지로 분류하였으며, 학회별 회원으로 분류되지 않은 경우는 공란으로 표기 하였음.

03

각 학회의 회원 자격에 대한 규정을 확인한 결과, 여성관련 학회가 일반적으로 여성을 주요 대상으로 삼지만, 여성만이 가입할 수 있다는 제한을 두지 않는 것으로 확인하였음.
즉, 회원 자격에 여성과 남성의 구분을 두지 않음.
(내용 없음)

04

대부분 학회의 경우, 임원 현황에서 남성 임원의 활동이 확인되었으나 그 수는 상대적으로 매우 적은 것으로 나타났음. 정확한 수를 파악하기 위해서는 각 학회의 사무국으로 확인이 필요함.

Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회의 임원 현황 및 회원의 종류와 자격

연 번	학 회 명	임 원 현 황		회 원 현 황	
		인원수	남성 유무	회원 종류	회원 자격
1	한국여성체육학회	56명 (‘21~’22년)	확인 안 됨	정 회 원	대학에서 체육 관련 학문을 전공하였거나 또는 체육에 관심이 있는 학사 이상의 학력을 가진 자
				준 회 원	대학에서 체육 관련 학문을 전공하고 있는 재학생 또는 체육에 관심이 있는 자
				특별회원	-
				평생회원	정회원 중에서 소정의 평생회비를 납부한 자
				명예회원	학회의 발전에 공로가 지대한 자 또는 여성체육 분야에서 공헌이 현저한 자로서 이사회 승인을 받은 자
2	한국여성학회	14명 (‘23~’24년)	소수 있음	정 회 원	1)정규대학과 이에 준하는 교육/연구기관에서 여성학 및 인접분야의 강의혹은 연구에 종사 하는 사람. 2) 여성학 및 인접분야의 석사학위 이상을 취득한 사람.
				준 회 원	1) 여성학 또는 인접 학문의 대학원에서 석사학위 과정을 이수 중인 대학원 학생. 2) 학사학위이상 소지자로서 여성단체에 3년 이상 근무하고, 여성학에 지속적인 관심이 있는 사람
				특별회원	-
				평생회원	정회원 중 평생회원을 신청한 사람
				명예회원	-

Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회의 임원 현황 및 회원의 종류와 자격

연 번	학 회 명	임 원 현 황		회 원 현 황	
		인원수	남성 유무	회원 종류	회원 자격
3	한국여성커뮤니케이션학회	26명 (‘19~’22년)	다수 있음	정 회 원	제7조(정회원) 정회원은 다음 각항의 1에 해당하고 이사회의 승인을 얻은 사람으로 한다. ① 커뮤니케이션 관련 분야를 전공하는 박사과정 이상의 연구자 ② 석사학위 소지자로서 미디어 현장경력 5년 이상인 자 ③ 학사학위 소지자로서 미디어 현장경력 10년 이상인 자 ④ (예외규정) 정회원 자격에는 해당되지 않으나 커뮤니케이션 연구 및 언론문화 발달에 공로가 많은 사람중에서 이사 3명 이상의 추천을 받아 이사회에서 승인된자는 정회원으로 인정한다.
				준 회 원	준회원은 다음 각 항의 1에 해당하고 이사회의 승인을 얻은 사람으로 한다. ① 커뮤니케이션 학석사학위 취득 또는 그과정을 이수 중인 자 ② 미디어 현업, 여성단체, 관련 사회단체 재직자로 정회원 자격 ②항, ③항의 현장경력 연수에 미달하는 자
				특별회원	공로회원은 만 65세 이상의 학회의 정회원으로 학회의 발전에 기여한 공로가 있다고 판단 되는 회원으로서 이사회의 승인을 얻은 사람으로 한다
				평생회원	-
				명예회원	명예회원은 본 학회의 취지에 찬동하고 학회의 발전에 기여한 사람으로서 이사회가 추대한 사람으로 한다.
4	한국여성건강간호학회	14명 (‘20~’21년)	약 1명	정 회 원	한국간호과학회 정회원으로서 한국여성건강간호학회에 등록된 자
				준 회 원	-
				특별회원	한국간호과학회의 특별회원으로서 한국여성건강간호학회에 등록된 자
				평생회원	-
				명예회원	한국여성건강간호학회발전에 공헌이 있는 개인 혹은 기관으로서 실행이사회에서 추대된 자

Ⅲ. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회의 임원 현황 및 회원의 종류와 자격

연 번	학 회 명	임 원 현 황		회 원 현 황	
		인원수	남성 유무	회원 종류	회원 자격
5	한국여성심리학회	19명 (‘21~’22년)	소수 있음	정 회 원	대학원 박사과정 이상
				준 회 원	대학원 석사과정 이하
				특별회원	-
				평생회원	-
				명예회원	-
6	한국여성철학회	17명 (‘21~’23년)	1-2명 확인 됨	정 회 원	정회원 2인 이상의 추천을 받아 임회하여 1년 이상 활동한 자
				준 회 원	정회원 2인 이상의 추천을 받아 임회하여 활동한지 1년이 되지 않은 자
				특별회원	-
				평생회원	-
				명예회원	-
7	한국여성경제학회	32명 (‘23~’25년)	소수 있음	정 회 원	국내외의 대학원에서 경제학 또는 경제학과 관계가 깊은 학문 분야에서 석사학위 이상의 학위를 취득하고 강의 혹은 연구에 종사하시는 분
				준 회 원	국내외의 대학원에서 경제학 박사과정에 있거나, 대학에서 경제학을 전공하고 경제학 관련 분야에 종사하고 계시는 분
				특별회원	여성경제연구의 구두를 원하시는 기관 및 도서관 (기관회원)
				평생회원	한국여성경제학회의 목적에 찬동하며 발전에 기여하고자 하시는 분 (평생회원)
				명예회원	-

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국내 여성 관련 학회의 임원 현황 및 회원의 종류와 자격

연 번	학 회 명	임 원 현 황		회 원 현 황	
		인원수	남성 유무	회원 종류	회원 자격
8	한국여성문학학회	80명 (*19~*23년)	소수 있음	정 회 원	본 회의 취지에 찬동하는 자로서 소정의 회원가입서를 제출하여 이사회의 승인을 얻어야 한다.
				준 회 원	-
				특별회원	본 회의 취지에 찬동하여 활동에 협조하는 자로서 이사진 3인 이상의 추천을 받아 이사회의 승인을 얻어야 한다.
				평생회원	정회원으로서는 평생 학회의 일에 동참하려는 자로서 종신회비를 내고 이사회의 승인을 얻어야 한다.
				명예회원	-
9	한국고전여성문학학회	50명 (*24~*26년)	소수 있음	정 회 원	한국고전여성문학에 관심이있는 자로서 석사 학위 이상의 학위소지자
				준 회 원	-
				특별회원	회원 3인 이상의 추천과 이사회의 인준을 얻은 자
				평생회원	-
				명예회원	-
10	한국여성사학회	56명 (*21~*22년)	확인 안 됨	정 회 원	이사회의 승인을 얻은 사람으로서 (1) 여성사 및 인접분야의 석사학위 이상 취득자 (2) 학사학위이상 소지자로서 정규대학과 이에 준하는 교육, 연구기관에서 강의, 연구 종사자
				준 회 원	여성사 및 인접학문의 학생으로서 이사회의 승인을 얻은 사람으로 한다.
				특별회원	본 회의 사업에 찬조를 하고자 하는 사람 또는 단체로서 이사회에서 추대한다.
				평생회원	본 회의 정회원으로서는 본 회에서 정한 소정의 평생회비를 납부한 사람으로 한다.
				명예회원	본 회의 활동에 공로가 많은 인사 중에서 추천을 받아 이사회에서 추대한다.

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국외 여성 관련 학회의 임원과 회원의 자격

학 회 명	임 원 및 회 원 현 황	학 회 개 요
미국여성연구학회 (NWSA) National Women's Studies Association https://www.nwsa.org	- 회장, 이사 모두 여성 - 정회원 자격에 성(여성/남성)을 구분하는 내용 자체가 없음.	1977년 설립 ○ women's and gender studies와 feminist studies 관련 명칭으로도 알려진 여성학 분야의 학자와 활동가들로 구성된 단체 ○ 회원은 페미니스트 학자, 연구자, 활동가로 구성된 미국 최대 네트워크
아시아여성학회 (AAWS) Asian Association of Women's Studies https://www.aaws07.org	- 다만, feminist scholars (페미니스트 학자) 라는 용어는 있음	2007년 설립 ○ 회원은 기관회원과 개인회원으로 구분 ○ 개인회원은 정회원, 준회원, 명예회원으로 구분 : 페미니스트 학자, 연구자, 활동가 포함

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국외 여성 관련 학회의 임원과 회원의 자격

학 회 명	임원 및 회원 현황	학회 개요
국제여성체육학회 (IAPESGW) International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women https://iapesgw.com	- 회장, 이사 모두 여성 - 정회원 자격에 성(여성/남성)을 구분하는 내용 자체가 없음. - 임원 임기: 4년('21~'25) - 개인회원/학생회원/기관회원	1949년 설립
세계여성스포츠학회 (WSI) Women Sport International https://womensportinternational.org	- 회장, 이사 모두 여성 - 정회원 자격에 성(여성/남성)을 구분하는 내용 자체가 없음. - 정회원/학생회원/기관회원	1994년 설립
국제여성스포츠학회 (IWG) International Working Group on Women and Sport https://iwgwomenandsport.org	- 회장(2인), 이사 모두 여성 - 정회원 자격에 성(여성/남성)을 구분하는 내용 자체가 없음. - 임원 임기: 4년('22~'26)	1994년 설립

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국외 여성 체육 관련 학회의 임원과 회원의 자격: IAPESGW 회원 가입신청서 (예시)

MEMBERSHIP APPLICATION

First name/s (required)

Surname / Family name (required)

Gender pronouns (e.g. she/her, he/him/his, per/per, ...)

Academic (or other) titles

III. 국내외 여성 관련 학회의 임원 및 회원 현황

국외 여성 체육 관련 학회의 임원과 회원의 자격: IAPESGW 회원 가입신청서 (예시)

국 가	단 체 명	임원 및 회원 현황	단 체 개 요
미 국	Women's Sports Foundation https://www.womenssportsfoundation.org	- 회장, 이사 모두 여성 - 정회원 자격에 성(여성/남성)을 구분하는 내용 자체가 없음.	1974년 설립
캐 나 다	Canadian Women and Sport https://womenandsport.ca		1981년 설립
	BC Women & Sport(Sport BC) https://sportbc.com		1990년 설립
영 국	Women in Sport https://womeninsport.org	- 다만, feminist scholars (페미니스트 학자) 라는 용어는 있음	1984년 설립
	Scottish Women in Sport https://www.scottishwomeninsport.co.uk		확인 안 됨

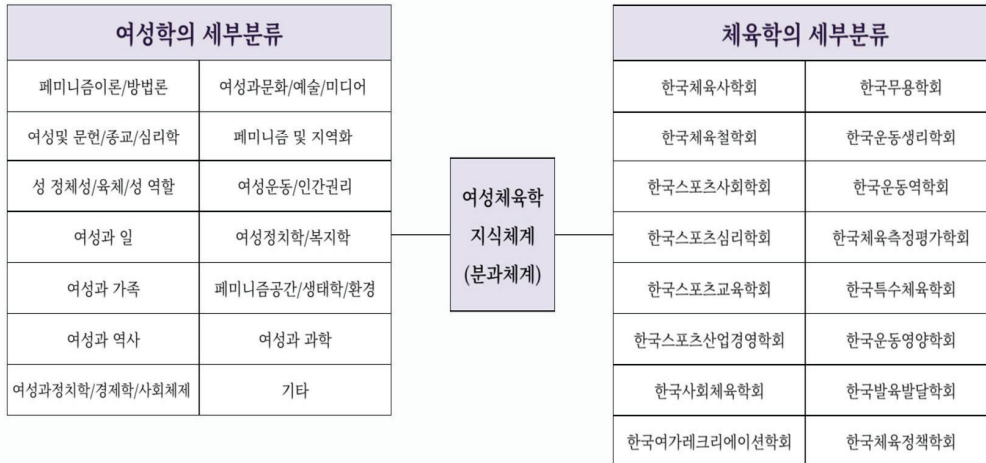
IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회의 정체성 혼돈

정 체 성	현 황 및 한 계 점
연구자가 여성인가?	<ul style="list-style-type: none"> - 연구자가 생물학적인 여성이어야 함을 전제 - 남성을 배제하고 여성체육인들이 함께 한다는 학문적 신념이 바탕 - 남성학자의 우월함을 여성 스스로 인정하는 결과를 초래함. - 여성체육학자 중에는 여성체육학에 관심을 없는 이도 있고, 반대로 남성 체육학자들 중에서 오히려 여성체육학자들보다 더 많은 관심을 갖기도 함.
연구대상이 여성인가?	<ul style="list-style-type: none"> - 연구자가 여성이어야 한다는 한계점을 극복하고자 남성체육학자를 포괄하는 의미 - 연구대상으로서의 여성이 생물학적 여성이어야 함을 전제 (생물학적 여성에 국한) - 여성체육학의 연구범위를 구속(제한) 할 가능성 존재 - 한국여성체육학회의 60주년 기념자료집에서 이전 28년 동안 한국여성체육학회지에 출판된 논문의 연구대상을 분석한 결과, 연구대상이 남성/여성인 경우(38.4%)가 여성인 경우(35.6%) 보다 높게 나타났고, 최근까지 유사한 경향이 지속되는 것으로 나타남.
연구분야가 여성인가?	<ul style="list-style-type: none"> - 연구자와 연구대상이 여성이어야 한다는 한계의 대안으로 연구분야가 여성에 대한 체육학임을 의미 - 여성만이 아닌 남성이 연구자 또는 연구대상이 되어도 여성체육학이 될 수 있다는 의미 즉, 성별에 관계없이 연구분야가 여성에 관한 것이라면 여성체육학이 된다는 의미

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

연구분야가 여성인 체육학(여성체육학)의 학문적 지식체계: 여성학 + 체육학



IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회지 핵심어 분석 (1987년 창간호~2015년, 28년 간의 1,033개 논문 분석)

순 위	1기 (1987~1999년)		2기 (2000~2015년)	
	핵심어	빈도(회)	핵심어	빈도(회)
1	무용	37	여성	221
2	여성	34	노인	54
3	학생	13	학생	45
4	스포츠	10	무용	44
5	역사	10	선수	28
6	프로그램	8	댄스스포츠	25
7	선수	5	비만	23
8	에어로빅	5	에어로빅	16
9	지도	5	체력	15
10	체력	5	신체조성	14
기 타	교사, 젠더, 페미니즘, 이태올로기		골밀도, 호르몬, 혈청, 낙상	
비 고	- 여성체육관련 논문 수: 104 (55%, 전체 189) - 추출된 키워드 수: 122 (42.5%, 전체 287)		- 여성체육관련 논문 수: 319 (37.7%, 전체 844) - 추출된 키워드 수: 343 (31.4%, 전체 108)	

[참고] 김지훈·원영신·김수현(2016). 체육관련 연구의 핵심어 연결망 분석: 한국여성체육학회를 대상으로. 한국여성체육학회지, 제30권 제2호, pp. 1-15.

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회지 핵심어 연결망 분석(1987년 창간호~2015년, 28년간 1,033개 논문 분석)

순 위	1기 (1987~1999년)			2기 (2000~2015년)		
	연결중심성	근접중심성	매개중심성	연결중심성	근접중심성	매개중심성
1	여성	여성	여성	여성	여성	여성
2	무용	무용	무용	노인	학생	무용
3	학생	스포츠	스포츠	학생	무용	댄스스포츠
4	스포츠	역사	역사	무용	노인	학생
5	역사	학생	프로그램	선수	신체조성	한국무용
6	프로그램	페미니즘	학생	비만	댄스스포츠	에어로빅
7	선수	신체구성	발레	댄스스포츠	골밀도	선수
8	체력	체력	주부	체력	선수	성별
9	지도	자아개념	심폐기능	신체조성	호르몬	비만
10	에어로빅	교사	체력	골밀도	체력	서비스품질

[참고] 김지훈·원영신·김수현(2016). 체육관련 연구의 핵심어 연결망 분석: 한국여성체육학회를 대상으로. 한국여성체육학회지, 제30권 제2호, pp. 1-15.

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회의 학술대회 주제 분석 (2014년~2023년, 지난 10년 분석)

연 도	춘 계 학 술 대 회	추 계 학 술 대 회
2014	창조경제 시대의 여성체육 리더십 역할	60 Years of Women's Physical Education in Korea, Growth and Future
2015	체육 양성평등법 제정 방안 (여학생 체육활성화를 위한 양성평등선포식)	생애주기별 Family Sport' 활성화 방안
2016	여학생 체육활동 활성화를 위한 양성평등법안의 제정 및 추진방향	혁신·융합시대의 여성스포츠의 역할과 발전과제
2017	제 4차 산업혁명시대 여성체육의 전망과 과제	대학에서의 여성체육인 지로지도 활성화 방안
2018	올림픽과 여성: 1988 서울에서 2018 평창까지, 그리고 미래	스포츠를 통한 여성행복 구현
2019	소수집단 여성들의 스포츠 참여 활성화 방안	2019 여성 스포츠 인권 포럼: 여성스포츠인을 위한 성폭력 예방 및 대책
2020	-	면역력 강화를 운동과 건강 100세
2021	AI와 스포츠환경의 변화와 대응과제	여성 장애인 스포츠 참여 기회 확대를 위한 제언
2022	여성스포츠 선수들의 경기력 향상을 위한 방안	양성평등 문화 확산 네트워크 종합포럼
2023	여성스포츠와 도핑	유스올림픽 가치와 여성 청소년 선수의 스포츠 참가

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회의 지식체계/분과체계 구성 제안 (IAPESGW, 2021)

19TH QUADRENNIAL IAPESGW WORLD CONGRESS 8th until 10th September, 2021 in Tianjin at Tianjin University of Sport, China	
Agenda	Promoting Leadership, Empowerment and Sustainability through Sport, Physical Education and Physical Activity
Topics	Traditional Sport, Culture and Dance in Education
	Sport Management
	Physical Education
	Exercise and Sport Training
	Social Science and Sport
	Health through Physical Activity, Physical Education, Sport and Dance

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회의 지식체계/분과체계 구성 제안 (IAPESGW, 2021)

Themes	Women and leadership in sports
	Innovative technologies and sports
	Improve and increase respect for ethics in sport and preserve the health of athletes
	Women and Olympism - Trajectories in Time and Space
	Physical activity/sport and health
	Sport management - status quo of the women in different countries
	Physical Education - the challenge of inclusion for all
	Exercise and Sport Training - gender differences?
	Traditional Sport, dance, leisure and Olympic sport? Socio-cultural perspectives
	Dance for all
	Sport and games: from the past to the future
	Programs to promote a more active life
	The Future of Health and Physical Activity: How to Create More Active Children?
	Psychology of sport
	Aging and Physical Activity

IV. 한국여성체육학회의 정체성: Why we exist?

한국여성체육학회의 지식체계/분과체계 구성 제안 (IWG, 2023)

Brighton Plus Helsinki Declaration - The Ten Principles

Principle 1:
Equity & Equality in Society and Sport

Principle 2:
Facilities

Principle 3:
School & Youth Sport

Principle 4:
Developing Participation

Principle 5:
High Performance Sport

Principle 6:
Leadership in Sport

Principle 7:
Education, Training & Development

Principle 8:
Sport, Information & Research

Principle 9:
Resources

Principle 10:
Domestic & Interstitial Cooperation

한국여성체육학회
2024년도 춘계학술대회

경청해 주셔서 감사합니다!

포스터발표

인문사회

- 01 SPLISS 모델 기반 한국 여성 장애인 엘리트 스포츠 성공 요인탐색**
김예지, 김소연 이화여자대학교
- 02 시각장애인의 여가시간 신체활동(LTPA) 참여 의미에 대한 탐색적 연구**
이창미, 김은서, 윤지인 경희대학교
- 03 여가활동유형, 여가만족도, 행복의 관계**
주진영, 최인철 서울대학교

자연과학

- 01 오메가6/3 지방산 섭취 비율과 한국 중년여성들의 근력과의 연관성**
이기혁, 최민경, 최홍준, 정진욱 동국대학교
- 02 8주간의 FMS기반 교정운동프로그램이 대학 구기종목 운동선수의기능적 움직임에 미치는 영향**
박노준, 이기혁, 정진욱 동국대학교
- 03 노인의 장기간 복합운동에 따른 심혈관 질환 발병 요소의 변화 예측**
안나영 계명대학교



SPLISS 모델 기반 한국 여성 장애인 엘리트 스포츠 성공 요인탐색

김예지, 김소연*(이화여자대학교)

한국은 아시아에서 동계와 하계 패럴림픽을 모두 개최한 두 번째 나라가 되었음에도 불구하고, 한국의 여성 장애인 선수들은 여전히 여성, 장애, 및 남성 중심적 스포츠 문화에서의 편견 등 삼중고에 노출되어 있어 ‘보이지 않는 장벽(invisible barrier)’에 직면하고 있다. 문화체육관광부는 2008년부터 장애인체육발전 중장기계획을 통해 장애인체육의 경기력 향상지원을 고도화하기 위해 노력하고 있지만, 여성 장애인 선수들은 제한된 시설 및 정보, 가사 및 육아부담, 남성위주 지도자 등의 요인으로 선수로서 삶을 시작하고 유지하기에 어려움이 있다고 보고 되고 있다(김효경, 2022; 송원형, 2021; 유선희, 2018; 이진희, 2019). 이에 국외의 경우와 같이, 장애인 엘리트선수 발전 및 성공을 위한 학문적 접근으로 엘리트스포츠에 관한 정책요소에 접근하는 연구(De Bosscher et al., 2006, 2008, 2009; Green & Oakley, 2001; Green & Houlihan, 2005; Houlihan & Green 2008)가 필요하다. 또한 장애인 스포츠에 특화된 통찰력을 도출하기 위해서는 유전 및 환경적 요인에서 정책적 요인까지 넓은 맥락에서 선수들의 목소리에 귀 기울일 필요가 있다(Smith & Bundon, 2018; Wareham, Burkett, Innes, & Lovell, 2018). 따라서 본 연구는 국가대표 여성 장애인 선수들의 엘리트 스포츠 경험을 탐색하여 정책요소의 틀로 분석함으로써, 실질적인 장애인 엘리트 스포츠 성공을 위한 발전 방향 및 정책적 시사점을 제시하는 것에 목적이 있다.

이를 위해 본 연구는 11명의 한국 여성 패럴림픽어를 대상(연령 $M = 46.6 \pm 9.01$)으로 반구조화 인터뷰를 실시하였다. 특수체육 전문가 2명이 반구조화 인터뷰 질문지를 개발하였으며, 개별면담을 통해 선수 경험의 다양한 측면을 탐구하기 위해 개방형 질문을 사용하였다. 각 인터뷰(90~180분)는 사전 동의하에 녹음하였으며, 연구자는 현장 일지를 작성함으로써, 연구참여자의 비언어적 표현 및 전반적 상황을 함께 관찰하여 기록하였다. 수집된 질적 자료는 엘리트 스포츠 정책요소 및 틀(framework)인 SPLISS(Sports Policy Factors Leading to International Sporting Success; 박재우, 한상호, 2011; De Bosscher et al., 2015)에 기반하여 주제적 분석법(Braun & Clarke, 2006)을 통해 분석하였다. 또한 본 연구에서는 삼각검증법(triangulation)과 동료검토(peer debriefing) 활용하여 질적 자료의 타당도 및 신뢰도를 확보하였다. 본 연구 결과에 따르면, 한국 여성 장애인 엘리트 선수의 성공을 위한 정책적 요인은 ‘스포츠 참여 및 저변’, ‘꿈나무 발굴 및 인재육성 개발 시스템’, ‘진로경력 개발 및 은퇴 후 지원’, ‘단계 훈련시설’, ‘코칭규정 및 코치개발’로 나타났다. 또한 ‘가족지원’ 및 ‘등급분류체계’가 한국 여성 장애인 선수들의 경험을 통해 새로운 정책적 요인으로써 도출되었다. 이러한 연구 결과에 따라, 본 연구가 제안한 한국 여성 장애인 엘리트 선수들의 성공을 위한 시사점은 다음과 같다. 첫째, 인기 및 비인기 종목에 따른 맞춤형 인적, 재정적 지원 전략을 모색해야 한다. 둘째, 장애 진단 시기에 따른 육성 시스템, 결혼 및 출산에 따른 재기 시스템을 갖출 필요가 있다. 셋째, 선수 멘탈 코칭, 은퇴 후 진로 지원, 여성 및 장애인 선수로서의 지도자 역량강화와 같은 다양한 교육 프로그램이 체계적이고 적극적으로 제공되어야 한다.

* sy.kim@ewha.ac.kr

시각장애인의 여가시간 신체활동(LTPA) 참여 의미에 대한 탐색적 연구

이창미, 김은서, 윤지인* 경희대학교

여가시간 신체활동(Leisure Time Physical Activity: LTPA) 참여는 삶의 질 향상과 신체적 건강 모두에 기여할 수 있다. 행정적, 국가적 차원에서도 시민들의 여가시간 신체활동 참여 증가는 사회 복지나 건강 관련 정책 결정에 중요한 요인이 되기 때문에 지속적인 관심과 연구가 필요한 시점이다. 지금까지 여가시간 신체활동에 대한 연구는 비장애인들을 대상으로 이루어진 경우가 대부분이었으며, 장애인들의 여가참여 또는 여가시간 신체활동에 대한 학문적 탐색은 매우 미비하다. 시각장애인들은 여가장소를 방문했을 때 시각정보에 의존할 수 없기 때문에, 청각이나 후각과 같은 다른 감각을 동원하여 그 장소를 인지하여야 한다는 특징이 있다. 또한, 실내 여가장소와 다르게 야외 여가활동 장소는 자연적 요소, 다른 여가 참여자들로부터 발생하는 사회적 요소, 그리고 날씨와 같은 상황적 요소들에 의해 다양한 영향을 받을 수 있다. 본 연구에서는 남산공원을 방문하여 걷기 활동에 참여하고 있는 시각장애인들의 여가시간 신체활동 참여에 대한 의미가 무엇인지 질적연구 방법을 이용하여 탐색해 보고자 한다.

연구목적 달성을 위하여 본 연구에서는 질적 연구방법론을 적용하여 남산공원에서 여가시간 중에 신체활동에 참여하고 있는 시각장애인들에게 심층면담을 실시하여 자료를 수집하였으며, 그들의 여가시간 신체활동 참여에 대한 의미를 분석하였다. 심층면담 수집을 위하여 반구조화된 질문지를 준비하였고, 면담은 2024년 1월부터 4월 사이에 진행하였다. 연구참여자는 최초에 남산공원에서 걷기 활동에 참여하고 있는 사람을 무작위로 선정한 후 눈덩이표집방법(snowball sampling)을 이용하여 남산공원에 여가시간 신체활동 참여를 위해 방문하는 시각장애인들을 소개받아 총 9명을 대상으로 심층면담을 실시하였다. 심층면담 자료는 주제분석(thematic analysis)을 이용하여 녹취된 텍스트와 현장노트를 반복적으로 읽으며 주제(themes)와 하위주제(subthemes)를 산출한 이후에 그 의미를 분석하는 과정을 거쳤으며, 동료검토와 삼각검증법으로 자료의 타당성과 신뢰성을 확보하였다. 본 연구에서 수집된 질적 연구자료를 분석한 결과, 시각장애인의 여가시간 신체활동 참여 의미는 '신체적 건강증진', '사회적 교류', '자유로움', 및 '정서적 몰입'으로 도출되었다. 즉, 여가시간에 남산공원에 방문하여 걷기와 같은 신체활동에 참여하고 있는 시각장애인들의 경우 비교적 안전하고 자유로운 환경에서 자신의 신체적 건강을 증진하고, 자신과 같은 상황에 놓인 다른 시각장애인들과 사회적 교류를 하는 한편, 걷기라는 활동에 심리적으로 몰입해가는 의미를 발견하고 있음을 알 수 있었다. 이처럼 야외 여가활동 장소를 방문하는 시각장애인들의 여가시간 신체활동의 의미가 무엇인지 탐색하는 학술적 시도는 시각장애인들의 여가장소를 더욱 발전시킬 수 있는 토대 연구가 될 수 있으며, 시각정보 이외에 다른 감각에 의존하여 여가환경을 인식해야 하는 시각장애인들의 신체활동 참여에 대한 이해를 위한 이론적 근거를 제공한다는 데에 본 연구의 의의가 있었다.

* jiyoon@khu.ac.kr

여가활동유형, 여가만족도, 행복의 관계

주진영*, 최인철(서울대학교)

본 발표는 여가 활동유형(신체형: physical vs. 좌식형: sedentary)과 주관적 행복 사이의 관계를 살펴보고자 한다. 우리는 좌식 여가활동에 대한 여가 만족도가 특히 여성노인 인구에서 주관적 행복을 증가시키는 데 도움이 될 수 있다는 것을 발견하였다. 이러한 발견은 좌식 여가활동(예: 시청 TV)이 신체 활동과 함께 여성노인의 성공적인 노화에 기여한다는 것을 시사한다.

여가활동과 관련한 상당한 연구를 살펴보면 여가 활동이 주관적 웰빙을 증가시킨다는 사실은 알려져 있다(Brajsa-Zganc et al., 2011; Kuykendall et al., 2015). 그러나 이전 연구는 주로 신체 활동의 영향을 조사하는 데 국한되어 있다(Brown & Frankel, 1993; Zhang & Chen, 2019). 우리의 여가 경험은 다양한 유형의 활동으로 구성되어 있기 때문에 이러한 관계를 좌식 여가활동으로 확장하여 살펴볼 필요성이 존재한다. 또한 나이와 성별은 여가 활동과 웰빙의 영향을 조절할 수 있는 요인 중 하나이지만, 이에 따른 여가 만족과 주관적 웰빙에 대한 여가 활동 유형의 다양한 측면을 조사한 연구는 부족한 실정이다.

우리의 연구 결과는 여가 활동과 주관적 행복의 긍정적인 영향을 문서화한 이전 연구와 일치했지만(Ryu & Hu, 2018; Zhang & Chen, 2019), 다른 관점으로 나이와 성별에 따른 여가 활동 유형과의 흥미로운 상호 작용도 확인하였다.

* newit03@naver.com

오메가6/3 지방산 섭취 비율과 한국 중년여성들의 근력과의 연관성

이기혁, 최민경, 최홍준, 정진욱*(동국대학교)

오메가-3 polyunsaturated fatty acid(PUFA)는 포유류에서 합성할 수 없는 필수 지방산으로, 음식 또는 식이 보충제를 통해 섭취해야 한다(Simopoulos, 1999). 선행 연구들은 오메가-3 PUFA가 골격근의 단백질 분해를 예방하는데 도움을 주는 것뿐만 아니라, 저항성 운동과 같은 단백질 섭취 증가 및 단백질 합성 유도에 대한 반응도 증가시킨다고 보고하고 있다(Gingras et al., 2007; Smith et al. 2011; Zhang et al., 2022). 한편, 오메가-6 PUFA도 필수 지방산이지만 오메가-3 PUFA와는 반대의 생리학적 역할을 하는 것으로 보고되고 있으며(Yao et al., 2012). 선행 연구들은 오메가-6 PUFA 섭취량이 심혈관 질환 및 비만의 위험 감소와 관련이 없었다고 보고하고 있다(Al-Khudairy et al., 2015; Chowdhury et al., 2014). 따라서 오메가-3 PUFA 섭취뿐만 아니라 오메가-6 PUFA의 섭취량 그리고 두 지방산 간의 적절한 비율 역시 근력감소 예방에 중요하지만 현재까지 사르코페니아 예방을 위한 오메가-3 PUFA와 오메가-6 PUFA의 최적 섭취 비율에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 본 연구의 목적은 근력감소가 예상되는 55세 이상 중년여성들을 대상으로 근력감소 예방을 위한 오메가-6 및 오메가-3 PUFA의 cut-off value(기준값)을 탐색하고, 이를 기준으로 오메가-6/3 PUFA 섭취 비율에 따른 근력감소 위험 가능성을 분석하는 것이었다. 이 연구를 위한 데이터는 2015-2016년 한국 국민건강영양조사 자료를 사용하였다. 총 15,530명의 데이터 중 55세에서 64세까지의 866명의 여성의 자료를 분석하였다. 오메가-6 및 오메가-3 PUFA 섭취량 및 영양소 관련 데이터는 식품 빈도 조사를 통해 얻었으며, 근력감소 그룹은 악력 18kg를 기준으로 설정하였다. 본 연구의 분석을 위해 카이제곱 분석, 독립 t-검정, ROC 커브 분석, 로지스틱 회귀 분석을 실시하였다. 중년 여성의 근력감소 예방을 위한 오메가-6/3 PUFA 섭취 비율 ROC 커브 분석 결과, 유의한 예측 능력이 나타났으며, AUC는 0.552($p < .001$), 기준값은 6.777이었다. 기준값을 기준으로 오메가6/3 섭취 비율을 나누어 분석한 결과, 적절한 오메가6/3 비율 그룹(PO6/3R)은 악력이 고 오메가6/3 비율 그룹(HO6/3R)보다 유의하게 높았다($p < 0.001$). 또한, 오메가-6/3 섭취 비율에 따른 근력감소 위험성을 분석한 결과, 다양한 요인을 조정해도 여성의 HO6/3R이 PO6/3R 보다 근력감소 위험성(odds ratio)이 2.708배 높았다($p < .05$). 결론적으로, 본 연구 결과는 55세 이상 64세 이하의 중년 여성의 오메가-6/3 PUFA 섭취 비율이 6.777 이상인 경우 근력 감소 위험성이 증가한다는 것을 시사하였다.

* cjw826@daum.net

8주간의 FMS기반 교정운동프로그램이 대학 구기종목 운동선수의 기능적 움직임에 미치는 영향

박노준, 이기혁, 정진욱*(동국대학교)

운동선수들은 근골격계의 부상 위험성을 안고 훈련과 시합에 임하고 있으며 운동선수에게 일어나는 근골격계의 비접촉 부상 중 약 20%의 부상은 경기 중에 발생하며 약 40% 부상은 훈련 도중에 발생하는 것으로 보고되고 있다(Hootman JM, 2007). 기능적 움직임 스크리닝(Functional Movement Screen: FMS)은 재활이나 기능적인 동작이 요구되는 운동 현장에서 많이 사용되고 있으며 부상을 예방하고 가동성과 안정성을 향상시키는데 도움을 주는 것으로 알려져 있으며 체간안정화운동 역시 성인들에게 동적 균형능력과 기능적 움직임을 향상시키는데 도움을 주는 것으로 보고 되고 있다 (Davidson, Madigan & Nussbaum, 2004). 그동안 단독의 FMS 교정운동 또는 체간안정화운동이 기능적 움직임에 미치는 영향을 분석한 연구들은 수행되어 왔지만 두 운동방법의 효과 등을 직접적으로 비교한 연구는 부족한 실정이다. 본 연구는 8주간의 기능적 움직임(Functional Movement Screen: FMS)기반 교정운동이 대학 구기종목 운동선수들의 기능적 움직임과 동적 균형성에 미치는 영향을 분석하였다. 대상자는 서울지역 대학의 현역 축구, 농구, 야구 선수 및 은퇴 선수 42명으로 기능적 움직임 운동군(FMS) 14명, 체간안정화군(CORE) 14명, 대조군(CON) 14명으로 나누어 8주간의 운동프로그램을 실시하였다. FMS군은 FMS교정운동 프로토콜을 사용하여 운동을 실시하였으며 CORE군은 체간안정화 운동프로그램을, 대조군은 어떠한 운동프로그램도 실시하지 않았다. 운동 프로그램의 효과를 검증하기 위해 프로그램 적용 전후 FMS test와 하지 동적균형능력을 측정하는 Y-balance Test를 실시하였다. 효과검증은 two-way repeated measures ANOVA를 실시하였다. 연구 결과 Y balance test의 왼쪽과 오른쪽 하지 모두 집단과 시기에서 유의한 차이가 나타났으나(왼쪽 집단 $P < 0.01$, 시기 $P < 0.001$, 오른쪽 집단 $P < 0.05$, 시기 $P < 0.001$) 집단×시기 간에는 유의한 차이가 나타나지 않았다. FMS test는 In-line lunge 테스트 결과에 있어 시기와 집단×시기에서 유의한 차이가 나타났고($P < 0.05$, $p < 0.05$), Rotary stability 테스트 결과에 있어서는 시기와 집단×시기에서 유의한 차이가 나타났다($P < 0.05$, $P < 0.001$). 또한 FMS test 종합점수 결과에서 집단×시기에서 유의한 차이가 나타났다($P < 0.05$, $P < 0.01$). 결론적으로 대학 구기종목 운동선수에게 있어 FMS기반 교정운동은 FMS test 평가점수를 향상시키고 나아가 선수들의 부상 예방에 도움을 줄 수 있을 것으로 기대된다.

* cjw826@daum.net

노인의 장기간 복합운동에 따른 심혈관 질환 발병 요소의 변화 예측

안나영*(계명대학교)

본 연구는 관상동맥 심장 질환(Coronary Heart Disease: CHD) 위험을 예측하기 위하여 Framingham Risk Score(FRS) 알고리즘을 이용하여 심혈관질환(Cardiovascular Disease: CVD)의 예방과 치료를 위해 노인 대상으로 운동 훈련에 따른 심혈관 질환 위험 요소의 변화를 분석하였다. 본 연구는 40명의 노인(남성: n=10, 여성: n=30)을 대상으로 복합 운동프로그램을 처치하였다. 복합운동프로그램은 탄성 밴드를 이용한 저항성 운동과 음악 댄스 프로그램총 6개월 동안 주3회 1일 운동시간 60분으로 구성되었다. 간 운동 탄성 밴드 치료와 음악 댄스 프로그램의 유산소 운동으로 구성되었다. Framingham Risk Score(FRS)는 10년 후 심혈관 질환(CVD) 발병을 예측하는 알고리즘으로 성별, 연령, 총 콜레스테롤 수준(TC), 고밀도 지단백질 콜레스테롤 수준(HDL-C), 저밀도 지단백질 콜레스테롤 수준(LDL-C), 수축기 혈압(SBP), 이완기 혈압(DBP), 당뇨병(DM) 및 흡연 여부를 검사하여 계산되었다. 자료처리는 SPSS 23.0 통계 프로그램을 사용하여 각 변인의 그룹간 시기간 변화를 분석하기 위하여 이원배치분산분석(Repeated 2-way ANOVA)을 적용하였다. 본 연구의 대상자의 평균 연령은 남성 75.45세, 여성은 70.56세이었다. 여성은 복합운동프로그램 수행 후 SBP가 유의하게($p<.05$) 감소하였다. 또한 HDL-C이 운동 전에 비해 운동 후 유의하게($p<.05$) 증가하였다. 6개월 동안의 복합운동프로그램 수행후 여성 노인의 10년후 심혈관질환발병률(FRS Your Heart-10 Risk(%))은 유의하게 ($p<.05$) 감소하였다. 그러나 남성은 복합 운동프로그램 수행 전·후 유의한 변화가 나타나지 않았다. 그러므로 본 연구에 적용된 복합 운동프로그램은 여성 노인에서 10년 후 심혈관 질환을 감소하는데 효과적이었다. 그러나 남성 노인의 심혈관 질환을 감소시키기 위해서는 성별을 고려하여 운동 유형 및 운동강도를 다르게 적용할 필요가 있을 것이다.

* nyahn13@kmu.ac.kr



경희대학교 체육대학 75주년을 축하드립니다.

-한국여성체육학회-

ABOUT A NEW M



A NEW M

A NEW(새로운) + Microbiome(미생물 생태계)의 합성어로
어뉴엠이 탄생되었습니다.

어뉴엠의 제품은 진짜 마이크로바이옴입니다.

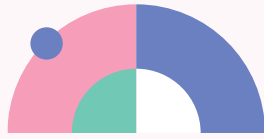
특허받은 정부출원국가균주를 사용하여 만든 제품으로

믿고! 먹고! 바를 수 있습니다.



I'M SLEEPING

TRAVEL 3 TYPE



한국여성체육학회의
정체성(Identity) 찾기

