한국무예학회 : 무예연구 2023, 제17권, 제4호(통권 - 제47호), 219 - 243
Korea Society for Martial Arts : Journal of Martial Arts
2023, Vol. 17. No. 4, 219 - 243
https://doi.org/10.51223/kosoma.2023.11.17.4.219-243

온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력에 미치는 영향*

강완진(경희대학교 석사) · 석류(경희대학교 겸임교수) · 임신자(경희대학교 교수)**

국문초록

본 연구는 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력의 영향 관계를 확인하여 앞으로 비대면 대회를 참가할 선수들과 지도자들에게 경기력 향상에 도움을 줄 수 있는 정보를 제공하는 것에 목적을 두고 수행되었다. 연구의 목적을 달성하기 위하여 2022년 대한태권도협회에 선수등록을 완료하고, 2023년까지 진행된 온라인태권도 품새대회에 참가한 경력이 있는 중·고·대학생 선수들을 대상으로 비확률표본추출법 중 편의표본추출법을 사용하여 총 349부의 자료를 최종분석에 사용하였다. 자료처리는 SPSS ver29.0 통계프로그램을 사용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관관계분석, 다중회귀분석을 실시하여 다음과 같은 결과를 도출하였다. 첫째, 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안에 통계적으로 영향이 있는 것으로 분석되었다. 둘째, 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 영향이 통계적으로 영향이 있는 것으로 분석되었다. 셋째, 경쟁상태 불안은 인지된 경기력에 통계적으로 영향이 있는 것으로 분석되었다. 이와 같은 결과로 살펴보아 비대면 대회를 참가하는 선수들의 경기력 향상을 위해 지도자들은 비대면 대회의 특징을 확실하게 인지하여 활발한 소통을 통해 선수들이 자신감을 높여 불안을 낮춰줌으로써 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 수 있도록 심리 훈련 및 지도 방법을 고안하여 지도해야 할 것으로 생각된다.

주제어 : 온라인태권도 품새대회, 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력

---

* 본 연구는 강완진의 석사학위논문을 수정·보완하여 재구성한 논문임

** imsj01@khu.ac.kr

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

2019년 신종코로나 바이러스(코로나19)의 장기화로 인해 다수의 태권도 품새 대회가 취소되거나 연기되며, 태권도 품새 선수와 지도자들은 목적을 잃고 방황하였으나, 세계태권도연맹(WT)는 영상촬영을 이용한 훈련 방식을 활용하여 2020년 하반기에 ‘온라인태권도 품새선수권대회’를 개최하였다(방인주, 안근아, 2021; 심대석, 2020.11.15.; 양택진, 2020.03.16.; 이승훈, 2021).

이러한 온라인 품새대회는 참가자의 품새 시연영상을 제한된 공간 없이 촬영하여 제출하거나 실시간으로 경기가 이루어지는 등 시합장 이동에 대한 부담감, 비용 절감 등의 다양한 이점(이정학, 김도엽, 최경환, 조혜정, 2021; onlinepoomsae, 2022.06.22.)이 주목받았으며, WT는 대회 참여를 독려하기 위해 상금과 국제대회 와일드카드 등의 다양한 부상(권영기, 2022.03.14.; 한혜진, 2022.11.11.)을 앞세워 지속적인 온라인 대회의 개최와 발전을 야기하였다.

이렇듯 정보・통신기술의 발전으로 인한 4차산업 시대에서 이를 활용한 새로운 경기방식인 온라인 태권도 대회는 언젠가는 받아들여야하고 발전시켜야하는 방식이라고 생각된다. 또한, 온라인 대회의 경기방식은 오프라인대회와 동일한 경쟁이라는 스포츠 성향을 가지고 있으며, 영상이라는 매개체를 통하여 경쟁한다는 특이점과 차이점을 갖고 있다. 이에 4차 산업혁명 시대를 살아가고 있는 현재, 온라인이라는 매체를 활용한 경쟁 방식의 대회를 준비할 필요성이 있을 것으로 생각된다.

특히, 오프라인과 온라인의 환경적 특성의 차이로 인해 선수들의 심리상태 또한 차이가 있을 것으로 판단되고, 온라인 대회의 최상수행을 위해서는 오프라인 대회와의 차이를 인지하고 이를 고려한 노력이 필요할 것으로 생각된다.

이러한 노력 중 심리적 준비에 대한 노력은 중요한 부분을 차지할 것으로 생각된다. 품새와 사격과 같은 폐쇄 종목은 개방 종복보다 심리상태에 영향을 많이 받기 때문으로(신정택, 육동원, 정재은, 2003), 특히 엘리트 선수들의 경우 체격과 기술보다는 심리적 요인이 승패를 결정하는 순간 중요한 요인이 될 수 있기에(이재은, 여윤기, 2016) 지금까지 다양한 연구들이 심리요인의 중요성을 강조해왔다.

그중 스포츠 수행 시 가장 많은 영향을 미치는 대표적인 요인은 Vealey(1986)가 정의한 스포츠 자신감(김호진, 2015)으로 스포츠상황에서 기술 수행의 성공이나 승리할 수 있다는 확신을 뜻한다. 훈련을 통해 얻은 지식이나 기술이 실전에서 발휘하기 위해서는 자신이 하고자 하는 목표와 이긴다는 확신이 필요하며(김병태, 김선웅, 2010), 자신감이 높은 사람일수록 실천 가능한 목표를 세워 그 목표를 달성하기 위해 노력하기에(김병준, 2021; 이재은, 여윤기, 2016; 조선령, 한상용, 2012), 스포츠 자신감은 훈련 및 실전에서의 중요한 요인으로 구분된다.

특히, 온라인 대회의 특성 중 지식이나, 기술을 습득했던 훈련장에서도 시합출전이 가능하기에 자신감을 얻을 수 있으나, 반대로 가장 많이 실수하는 장소로 인식할 수 있을 것으로 생각되는 등 다양한 요인에 의해 자신감이 변화할 수 있을 것으로 판단되어 온라인 대회에서의 스포츠 자신감을 확인할 필요가 있을것으로 생각된다.

이와 관련하여 스포츠 자신감에 관련되어 다양한 분야에서 연구 (김병태, 2011; 김아름, 2011; 김호진, 2014; 박평화, 2003; 한상용, 2011)가 진행되었으며, 주로 경쟁상태 불안과 같이 연구되었는데, 이에 주진만(2003)은 스포츠 자신감이 낮다면 불안을 느낄 가능성이 높으며, 반대로 스포츠 자신감이 높다면 불안을 낮춰주어 기술 성공력을 높여 좋은 결과까지 기대할 수 있다고 보고하여, 스포츠 자신감과 경쟁상태 불안은 밀접한 관계가 있음을 시사하였다. 특히, 스포츠 자신감과 경쟁상태 불안의 관계는 시합상황의 주요 영향력을 가지는 요인으로서 관심받아왔다(하제현, 김종수, 신영애, 2022; Landers, 1980).

이렇듯 스포츠상황에서 느끼는 모든 불안을 경쟁상태 불안이라고 하며(임신자,

정명규, 전민우, 2015; Spielberger, 1966), 근육이 경직되는 등의 신체 불안과 초조함 걱정 등을 느끼는 인지 불안으로 구분할 수 있다. 이는 승패가 결정되는 중요한 순간은 물론, 경기 전・중・후 다양한 요인에 의해 영향을 미치기에(조슬기, 신정택, 김정모, 황재욱, 2015) 불안을 조절하는 능력은 중요하다고 할 수 있다(최거창, 2012).

특히, 온라인 대회 특성상 일정 기간, 촬영 횟수와 관계없이 촬영하여 가장 좋은 영상을 업로드할 수 있다. 그러나 촬영 기한과 영상의 퀄리티 등 다양한 요인으로 인하여 선수들이 불안을 느끼거나 초조함을 느낄 수 있을 것이라 판단되어 온라인 대회에서의 경쟁상태 불안도 확인할 필요가 있을 것으로 생각된다.

이와 같은 경쟁상태 불안의 중요성에 힘입어 경쟁상태 불안과 관련된 선행연구들이 다양한 분야에서 진행되어(박규태, 강신범, 하해동, 이재형, 차화준, 2007; 박상우, 박규랑, 유성훈, 2022; 석류, 송남정, 2021; 조현철, 김종식, 2011; 홍길동, 이홍식, 2005) 경기력과 밀접한 관계가 있음을 시사하고 있다.

경기력은 선수가 경기장에서 발휘할 수 있는 종합적인 능력으로(방극천, 2013) 선수들의 체력과 기술뿐만이 아닌 심리적 요인과 밀접한 관계가 있어 신체적, 환경적 요인 등 다양한 요인에 영향을 받기에(고화섭, 2014; 김준현, 2014; 설수황, 여인성, 김범준, 2013) 경기력을 수치화하기엔 무리가 있어 학자들은 선수가 인지하는 경기력인 인지된 경기력을 고안하였다(서지예, 2022).

인지된 경기력은 자신의 수준을 인지하는 경기력이며, 이러한 경기력은 실제 경기의 경험을 통해 인식된 것이기 때문에 인지된 경기력은 실제 경기력과 밀접한 관련이 있다(김경엽, 박정호, 2016). 따라서 인지된 경기력 요인을 사용하여 연구를 시도한다면, 실제적인 경기력의 변화를 간접적으로 알 수 있다. 이에, 인지된 경기력에 영향을 미치는 주요한 요인인 스포츠 자신감과 경쟁상태 불안의 관계에 대한 연구는 활발히 이루어져 왔다.(김병태, 2011; 김아름, 2011; 김호진, 2014; 박규태, 강신범, 하해동, 이재형, 차화준, 2007; 박상우, 박규랑, 유성훈, 2022; 박평화, 2003; 석류, 송남정, 2021; 조현철, 김종식, 2011; 한상용, 2011; 홍길동,

이홍식, 2005).

그러나 대부분의 연구는 오프라인(대면)대회를 대상으로 진행한 연구이며, 다양한 온라인 비대면 형식의 경기가 진행되고 있는 지금 온라인대회에 참가하는 선수들의 심리적 특성과 경기력에 미치는 영향에 대한 연구가 필요할 것으로 생각된다. 이에 온라인 태권도 품새대회 참가자의 수포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력에 미치는 영향을 확인하여 4차 산업시대의 새로운 경기방식 준비를 위한 선수들의 심리적 전략을 구성하고 훈련하기 위한 연구의 기초적 자료와 정보를 제시하는데 그 필요성이 있으며 다음과 같은 연구 가설을 설정하였다.

연구가설 1. 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 2. 스포츠 자신감은 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 3. 경쟁상태 불안은 인지된 경기력에 영향을 미칠 것이다.

2. 연구모형

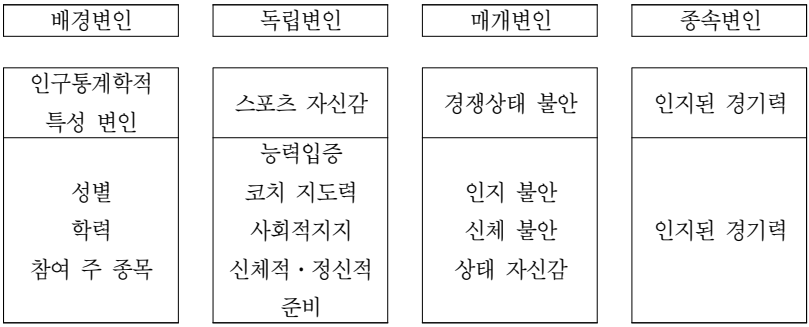

그림 1. 연구모형

본 연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 변수들간의 관계를 알아보기 위해 다음 <그림 1>과 같은 연구 모형을 설정하였다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력에 미치는 영향 관계를 확인하기 위해 현재 대한태권도협회에 선수등록을 완료하고 온라인 품새대회에 참가한 경력이 있는 중・고・대학생 선수들을 대상으로 설문을 진행하였다. 조사기간은 2023년 4월 15일부터 4월 30일까지 총 15일간 수집하였으며, 설문은 Google 설문지를 활용하였다. 총 397명이 응답하였으며, 이 중 불성실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 48부를 제외하고 349명의 자료를 최종분석에 사용하였다. 이에 따른 연구 참여자의 인구통계학적 특성은 다음 <표 1>과 같다.

표 1. 연구 참여자의 인구통계학적 특성

구분		인원(명)	퍼센트(%)
성별	남자	183	52.4
	여자	166	47.6
학력	중학생	85	24.4
	고등학생	134	38.4
	대학생	130	37.2
참여 주 종목	개인전	319	91.4
	단체전	30	8.6
전체		349	100

2. 조사 도구

본 연구에서 사용된 조사 도구는 선행연구들을 통해 타당도와 신뢰도가 검증된 설문지를 바탕으로 재구성하였으며, 인구통계학적 특성 3문항, 스포츠 자신감

15문항, 경쟁상태 불안 19문항, 인지된 경기력 8문항, 총 45문항으로 구성하였다. 설문지의 문항은 인구통계학적 특성 5문항을 제외한 나머지 문항을 5점 리커트척도(Likert scales)를 사용하였으며, 조사 도구의 구체적 내용은 다음 <표 2>와 같다.

스포츠 자신감은 Vealey(1986)가 개발한 SSCI(State Sport-Confidence Inventory)를 김병태(2011)가 연구에서 사용한 설문을 통해 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였으며, 경쟁상태 불안은 Martens, Vealey와 Burton(1990)에 의해 개발된 CSAI-2(Competitive Sport Anxiety Inventory-2)를 이강헌(1993)이 번안하여 연구에서 사용한 설문을 통해 수정 및 보완하여 사용하였다. 인지된 경기력은 김진표(2000)가 개발하고 조병섭(2003), 고화섭(2014), 최현동(2023)이 연구에서 사용한 설문지를 수정 및 보완하여 사용하였다.

표 2. 조사 도구의 구성내용

변수	구성내용	문항 수
인구통계학적 특성	성별 학력 참여 주 종목	3
스포츠 자신감	능력입증	4
	코치지도력	4
	사회적 지지	3
	신체적, 정신적 준비	4
경쟁상태 불안	인지불안	6
	신체불안	6
	상태자신감	7
인지된 경기력	인지된 경기력	8
총 문항		45

3. 설문지의 타당도와 신뢰도

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 조사 도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 주성분 분석방법(Principle Components Analysis)과 직각회전 방법 중 베리

맥스(Varimax)방식을 사용한 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였고, 이를 통해 구성타당도와 신뢰도(Cronbach's α)를 산출하였다. 그리고 요인을 추출하기 위하여 고유값(Eigenvalue)을 1.0 이상으로 설정하였고, 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력을 검증한 결과는 다음 <표 3>, <표 4>, <표 5>와 같다.

구체적으로 살펴보았을 때, 요인 적재량은 모두 .5 이상으로, 스포츠 자신감은 신체적·정신적 준비, 능력입증, 코치 지도력, 사회적 지지의 4개 요인이 추출되었으며, 설명력은 69.327%로 나타났고, 경쟁상태 불안은 상태 자신감, 신체 불안, 인지 불안으로 3개의 요인이 추출되었으며, 설명력은 58.521%로 추출되었다. 마지막으로 인지된 경기력은 단일요인으로써 한가지의 요인으로 추출되었으며 설명력은 51.927%로 나타났다.

설명력이 50%가 넘는다면 자료에 대한 대표성을 띈다고 볼 수 있기에 요인분석에서는 문제가 없을 것으로 생각된다(조은성, 2007).

또, Cronbach's α 계수를 이용하여 내적 일관성을 확인한 결과 스포츠 자신감 계수는 .827~.846로 나타났고, 경쟁상태 불안 계수는 .831~.883로 나타났다. 마지막으로 인지된 경기력 계수는 .866로 나타났다. 신뢰도의 일반적인 채택 기준인 .7이상(Nunnally & Bernstein, 1994)을 충족하고 있어 각 요인들은 내적 일관성을 지니고 있는 것으로 확인되었다.

표 3. 스포츠 자신감의 탐색적 요인분석

설문문항	성분			
	신체 정신 준비	능력 입증	코치 지도력	사회적 지지
운동 기술을 향상시켰을 때 자신감이 생긴다.	.770	.254	.226	.189
목표에 집중이 잘 될 때 자신감이 생긴다.	.769	.158	.303	.170
신체적, 정신적으로 잘 준비하였을 때 자신감이 생긴다.	.735	.207	.104	.222
운동하는 것에 집중이 잘 될 때 자신감이 생긴다.	.721	.206	.200	.217
다른 선수보다 운동을 잘 했을 때 자신감이 생긴다.	.176	.786	.244	.076
상대편보다 경기를 더 잘했을 때 자신감이 생긴다.	.213	.779	.200	.161
상대방보다 더 우수하다는 것을 보여 주었을 때 자신감이 생긴다.	.217	.712	.122	.256
사람들이 나를 보고 믿음직한 선수라고 말할 때 자신감이 생긴다.	.180	.707	.197	.203
지도자가 훌륭한 사람이라고 느껴질 때 자신감이 생긴다.	.195	.194	.797	.184
유능한 지도자 밑에서 운동할 때 자신감이 생긴다.	.095	.212	.762	.221
지도자의 예측이 믿을만할 때 자신감이 생긴다.	.319	.212	.702	.116
지도자의 결정에 믿음이 갈 때 자신감이 생긴다.	.362	.226	.602	.312
코치로부터 칭찬을 받았을 때 자신감이 생긴다.	.207	.251	.202	.821
코치와 가족이 격려해 줄 때 자신감이 생긴다.	.218	.152	.240	.780
팀 동료로부터 격려나 칭찬을 받을 때 자신감이 생긴다.	.277	.213	.198	.711
고유치	7.017	1.247	1.094	1.041
분산(%)	46.778	8.316	7.295	6.938
누적(%)	46.778	55.094	62.389	69.327
신뢰도(Cronbach's α)	.846	.831	.832	.827

KMO=.911, Bartlett χ^2 =2733.424, df=105, p=.000

표 4. 경쟁상태 불안의 탐색적 요인분석

설문문항	성분		
	상태 자신감	신체 불안	인지 불안
온라인 품새대회를 뛸 때 안심이 된다.	.774	-.097	-.144
온라인 품새대회를 뛸 때 정신적으로 여유가 느껴진다.	.763	-.266	-.040
온라인 품새대회를 뛸 때 마음이 편하다.	.720	-.369	-.178
온라인 품새대회를 뛸 때 마음이 가볍다.	.685	-.309	-.152
온라인 품새대회를 뛸 때 대처를 잘 할 자신이 있다.	.677	-.143	-.328
온라인 품새대회 시합을 잘 해낼 자신이 있다.	.639	-.076	-.421
온라인 품새대회를 뛸 때 자신이 있다.	.603	-.034	-.492
온라인 품새대회를 뛸 때 속이 철렁하다.	-.233	.752	.300
온라인 품새대회를 뛸 때 심장이 빨라진다.	-.273	.730	.078
온랑니 품새대회를 때 몸이 경직되어 있다.	-.166	.687	.364
온라인 품새대회를 뛸 때 속이 긴장된다.	-.333	.671	.124
온라인 품새대회를 뛸 때 손이 끈적거린다.	.031	.623	.217
온라인 품새대회를 뛸 때 몸이 과도하게 민감해진다.	-.178	.623	.292
온라인 품새대회 때 집중을 못할까봐 걱정이 된다.	.012	.292	.712
온라인 품새대회 때의 목표를 달성할 수 있을지 걱정이 된다.	-.212	.330	.675
온라인 품새대회에서 내 자신의 능력이 의심스럽다.	-.240	.246	.649
온라인 품새대회를 뛸 때 질까봐 걱정된다.	-.220	.346	.639
온랑니 품새대회를 뛸 때 기량을 잘 발휘할 수 있을지 걱정된다.	-.361	.250	.619
이번 온라인 대회가 걱정된다.	-.379	.054	.513
고유치	8.016	1.824	1.278
분산(%)	42.191	9.602	6.728
누적(%)	42.191	51.794	58.521
신뢰도(Cronbach's α)	.883	.846	.831

KMO=.926, Bartlett χ^2 =3319.022, df=171, p=.000

표 5. 인지된 경기력의 탐색적 요인분석

설문문항	성분
	인지된 경기력
시합 중(촬영 중) 자신감이 높다.	.769
대회 시합 전(촬영 전) 타이밍과 리듬은 좋다.	.748
온라인 품새대회 시(촬영 시)기술의 질이 좋다.	.746
대회 시 나의 정신적 태도와 사고는 좋다.	.735
대회 시합(촬영)전 신체적인 느낌은 좋다.	.730
대회 시 나의 노력의 양은 충분하다.	.695
대회 시 기대했던 경기력만큼 실제 경기력이 좋았다.	.676
대회 시합 전(촬영 전) 나의 집중력은 높다.	.659
고유치	4.154
분산(%)	51.927
누적(%)	51.927
신뢰도(Cronbach's α)	.866

KMO=.866, Bartlett χ^2 =1128.691, df=28 p=.001

4. 자료처리 방법

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 자료를 수집하고 신뢰성이 있다고 판단한 자료를 SPSS 28.0 통계 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다.

먼저, 연구대상의 인구통계학적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고, 조사도구의 타당도와 신뢰도를 분석하기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)과 신뢰도 분석(Cronbach's α)을 실시하였다. 이를 통해 추출된 변인 간 상관관계를 확인하기 위하여 상관관계분석(Correlation Analysis)을 실시하였다. 마지막으로 스포츠 자신감과 경쟁상태 불안이 인지된 경기력에 미치는 영향 관계를 확인하기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하여 결과를 도출하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 상관관계 분석

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력의 상관관계를 규명하기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 산출하였으며, 결과는 다음<표 6>과 같다.

<표 6>에서 확인된 바와 같이 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력의 하위요인 간의 상관계수는 유의수준 $p<.05$ 수준에서 검증되었으며, 각 요인 간 -.119~.631 수준에서 통계적 상관을 나타내었다. 각 하위요인 간의 상관관계가 유의하게 나타났으나 다중공선성(Multicollinearity)의 기준인 .8보다 작으므로 다중공선성에서 문제가 없을 것으로 생각된다.

표 6. 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 인지된 경기력의 상관관계 분석

	a	b	c	d	e	f	g	h
a	1							
b	.580**	1						
c	.608**	.580**	1					
d	.568**	.529**	.552**	1				
e	-.119*	-.064	-.200**	-.056	1			
f	-.038	-.133*	-.131*	-.004	.631**	1		
g	.223**	.185**	.251**	.147**	-.628**	-.556**	1	
h	.400**	.320**	.431**	.251**	-.380**	-.218**	.409**	1

a=코치 지도력, b=사회적 지지, c=신체적·정신적 준비, d=능력입증, e=인지 불안, f=신체 불안, g=상태 자신감 h=인지된 경기력

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

2. 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안에 미치는 영향

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시한 결과는

다음<표 7>과 같다.

다중회귀분석을 실시한 결과 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안의 하위요인 중 인지 불안(F=4.323, R^2 =.048, p<.001)과 신체 불안(F=3.306, R^2 =.037, p<.001) 그리고 상태 자신감(F=6.658, R^2 =.072, p<.001)에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

구체적으로 인지 불안에는 신체적·정신적 준비(t=-3.472, p<.001)가 통계적으로 영향을 미쳤으며, 음(-)의 부호를 나타냈다. 신체 불안에는 신체적·정신적 준비(β=-.156, t=-2.125, p<.034), 사회적 지지(β=-.150, t=-2.115, p<.035)의 순서로 신체 불안에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 두 요인 모두

표 7. 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안에 미치는 영향에 대한 다중회귀 분석

모형		B	SE	β	t	p
인지 불안	(상수)	3.522	.290		12.142**	.001
	코치 지도력	-.054	.081	-.050	-.673	.501
	사회적 지지	.081	.079	.072	1.025	.306
	신체정신 준비	-.279	-.080	-.253	-3.472**	.001
	능력입증	.085	.080	.074	1.068	.286
F=4.323**		R^2 =.048		Adjusted R^2 =.037		
모형		B	SE	β	t	p
신체 불안	(상수)	3.044	.287		10.594**	.001
	코치 지도력	.083	.080	.077	1.043	.298
	사회적 지지	-.166	.079	-.150	-2.115*	.035
	신체정신 준비	-.069	.080	-.156	-2.125*	.034
	능력입증	.135	.079	.118	1.701	.090
F=3.306*		R^2 =.037		Adjusted R^2 =.026		
모형		B	SE	β	t	p
상태 자신감	(상수)	1.936	.254		7.623**	.001
	코치 지도력	.110	.071	.114	1.563	.119
	사회적 지지	.033	.069	.033	.469	.639
	신체정신 준비	.178	.070	.183	2.539*	.012
	능력입증	-.037	.070	-.036	-.531	.595
F=6.658***		R^2 =.072		Adjusted R^2 =.061		

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

음(-)의 부호를 나타내었다. 마지막으로 상태 자신감에는 신체적·정신적 준비(t=2.539, p<.012)가 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

3. 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 인지된 경기력에 미치는 영향

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 다음<표 8>과 같다.

다중회귀분석을 실시한 결과 스포츠 자신감이 인지된경기력(F=6.658, R^2 =.220, p<.001)에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

구체적으로 신체적·정신적 준비(β=.304, t=4.613, p<.01), 코치 지도력(β=.228, t=3.426, p<.01)의 순으로 인지된 경기력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 8. 스포츠 자신감이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석

모형	B	SE	β	t	p
(상수)	1.466	.217		6.767**	.001
코치 지도력	.206	.060	.228	3.426**	.001
사회적 지지	.045	.059	.049	.768	.443
신체적·정신적 준비	.276	.060	.304	4.613**	.001
능력입증	-.070	.060	-.073	-1.164	.245
F=24.247***, R^2 =.220, Adjusted R^2 =.211					

**p<.01, ***p<.001

4. 온라인태권도 품새대회 참가자의 경쟁상태 불안이 인지된 경기력에 미치는 영향

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 온라인태권도 품새대회 참가자의 경쟁상태 불안이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시한 결과는

다음<표 9>와 같다.

다중회귀분석을 실시한 결과 경쟁상태 불안이 인지된 경기력(F=28.819, R^2 =.200, p<.001)에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로 상태 자신감(β =.313, t=4.875, p<.001), 인지 불안(β =-.259, t=-3.765, p<.001)의 순으로 인지된 경기력에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 인지 불안은 음(-)의 부호를 나타내었다.

표 96. 경쟁상태 불안이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석

모형	B	SE	β	t	p
(상수)	2.731	.315		8.680**	.001
인지 불안	-.214	.057	-.259	-3.765**	.001
신체 불안	.100	.054	.119	1.847	.066
상태 자신감	.291	.060	.313	4.875**	.001

F=28.819***, R^2 =.200, Adjusted R^2 =.193

**p<.01, ***p<.001

Ⅳ. 논 의

본 연구에서는 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력에 미치는 영향을 확인하여 자료를 제공함으로써 앞으로 비대면 대회에 참가하는 선수 및 지도자에게 경기력 향상에 도움을 줄 수 있는 정보를 제공하는 것에 목적이 있으며, 본 연구에서 도출된 결과를 바탕으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로 경쟁상태 불안의 하위요인 중 인지 불안에는 스포츠 자신감의 하위요인 중 신체적·정신적 준비가 부적(-) 영향을 신체 불안에는 신체적·정신적 준비와 사회적 지지가 부적(-)으로, 상태 자신감에는 신체적·정신적 준비가 정적(+) 영향을 미치는 것으로 분석되었다.

이와 관련하여 대학 태권도 선수를 대상으로 연구를 진행한 김호진(2014)은 스포츠자신감이 인지 불안, 신체 불안, 상태 자신감 모두 유의한 영향을 미쳤다고 보고하여 본연구의 결과와 일치하였으며, 태권도선수를 대상으로 연구를 진행한 김병태(2011)는 인지 불안과 상태 불안에 영향을 미쳤다고 보고하여 본 연구의 결과와 부분적으로 일치해 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 또한, 씨름선수 대상으로 연구를 진행한 한상용(2011)의 연구에서 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안을 감소시킨다고 하여 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안을 조절하는 것에 유의한 요인이라는 것을 시사하고 있다.

본 연구의 대상은 기존의 선행연구와 같은 대면대회의 참여자가 아닌 온라인이라는 특수한 비대면 형식의 대회에 참가한 선수를 대상으로 한 연구이나, 대면대회와 비슷한 결과로서 분석되었다. 이러한 결과는 비대면 온라인대회의 참여도 대면대회의 참여와 비슷한 심리상태를 갖는다는 것을 시사하며, 이는 온라인 대회도, 경쟁하는 환경의 변화는 있을지언정, 경쟁이라는 근본적인 속성의 변화는 없었기 때문인 것으로 판단된다. 따라서 온라인 대회를 이벤트성이 아닌 또 다른 정규시합으로서의 발전성을 갖고 있다고 생각된다.

둘째, 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 결과는 스포츠 자신감의 하위요인 중 코치 지도력과 신체적·정신적 준비가 인지된 경기력에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 관련하여 품새선수들을 대상으로 연구를 진행한 양대승, 강현우(2017)는 스포츠 자신감은 경기력에 긍정적으로 영향을 미친다고 보고하였으며, 무도 스포츠 전공 대학생을 대상으로 연구를 진행한 김주영, 강명구, 최봉준(2020)은 코치 지도력이 높으면 경기력이 향상된다고 보고하여, 본 연구의 결과와 부분적으로 일치해 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

온라인 대회는 대면 시합과 달리 타 팀과 같이 있지 않고, 같은 팀원끼리 있을 수 있는 독립된 공간에서 경기를 촬영 및 출전할 수 있는 특징을 갖고 있다. 그렇기에 지도자와 선수 간의 소통할 수 있는 시간과 공간이 충분할 것으로 예상되어

지도자의 영향력이 선수들에게 강하게 영향을 미칠 것으로 생각된다. 또한, 비실시간 영상제출 방식의 대회 같은 경우 기간 내에는 시간에 구애받지 않기 때문에 선수들도 충분한 준비를 하고 시합에 임할 수 있어 이와 같은 결과가 도출되었을 것으로 판단된다. 따라서 지도자는 선수에게 충분한 시간을 할애하여 영상을 촬영해야 하며, 팀 특성에 맞는 리더십을 발휘하여 선수들을 지도해야 할 것으로 판단된다.

이에 대학 운동선수를 대상으로 연구를 진행한 고화섭(2014)은 지도자들은 선수들의 장・단점을 파악하여 단점은 보완하고 장점은 극대화시켜 선수들의 심리적 자신감이 향상될 수 있도록 유도해야 한다고 하였으며, 양대승 강현우(2017)는 신체적・정신적으로 준비되어있는 상태에서 승리를 갈망할수록 경기력에 긍정적인 도움이 될 수 있다고 이야기하며 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 또한, 레슬링 선수들의 멘토링 경험을 바탕으로 연구를 진행한 이윤석(2021)은 멘토링 경험 중 상담 기능이 코치 지도력에 정적(+)영향을 미친다고 보고하였기에 정기적인 상담을 통해 선수들의 성향을 파악하여 자신감을 심어주거나 선수 개개인의 불안을 파악하여 심상 훈련 및 개개인별 단점 보완 집중훈련을 진행한다면 선수들의 스포츠 자신감이 상상하여 불안을 낮춰 좋은 결과를 기대할 수 있을 것이고, 지도자와의 신뢰에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것으로 생각된다.

셋째, 경쟁상태 불안이 인지된 경기력에 미치는 영향에 대한 결과는 경쟁상태 불안의 하위요인 중, 인지 불안이 부적(-)으로 상태 자신감이 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이와 관련하여 태권도의 경기종목별 선수들을 대상으로 연구를 진행한 이숙경, 반은아(2015)는 상태 자신감이 정적(+)으로 영향을 미쳤다고 보고하였고, 기계체조 선수들을 대상으로 연구를 진행한 김준(2017)은 인지 불안이 부적(-)으로 영향을 주었다고 보고하여 본연구의 결과를 지지해 주고 있다.

공인 품새는 본부에서 사전에 발표하거나 매 경기현장에서 심판에 의해 전자추첨하는 방식으로 품새를 추첨하기에(대한태권도협회, 2023) 시연하는 품새의

선택권이 없다는 특징이 있으며, 이는 온라인 대회에서도 마찬가지이다. 따라서 선수가 시합 당일 불안해하는 품새나 평소 자신이 없던 품새가 추첨 되었을 시 인지 불안이 높아져 경기력에도 영향을 미쳤을 것으로 생각된다. 반대로 자기가 자신 있는 품새가 추첨 되었을 경우 상태 자신감이 높아져 인지된 경기력에 정(+)적 영향이 있을 것으로 생각된다. 한편, 온라인대회의 가장 큰 특징은 심판이 선수 눈앞에 없고 평소 훈련하던 장소에서 경기 출전이 가능하다는 점이다. 이는 선수들에게 익숙한 환경을 제공하고, 눈앞에 심판이 아닌 코치와 동료들이 있는 부분이 선수들에게 심리적 안정감을 주어 인지 불안을 낮춰줄 수 있을 것으로 판단된다. 따라서 앞에 있는 코치나 동료들이 자신감이나 심리적 안정감을 줄 수 있다면 경기력을 높힐 수 있는 효과를 불러올 수 있을 것으로 기대되기에 지도자는 선수들 간의 팀워크를 신경 써야 하며, 심리적 안정감을 줄 수 있는 제안과 리더십을 발휘해야할 것으로 생각된다.

Ⅴ. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력에 미치는 영향 관계를 확인하여 앞으로 비대면 대회를 참가하는 선수와 지도자에게 경기력 향상에 도움을 줄 수 있는 정보를 제시하고자 한다.

이에, 본 연구의 결과를 종합해보면, 온라인태권도 품새대회 참가자의 스포츠 자신감은 경쟁상태 불안과 인지된 경기력에 영향을 미치며, 경쟁상태 불안도 인지된 경기력에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이를 근거로 스포츠 자신감이 높아진다면 경쟁상태 불안은 낮아지고 그로 인해 경기력에 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것으로 사료 되어 다음과 같은 시사점을 도출하였다.

첫째, 기존의 연구들은 대면대회를 대상으로 연구를 진행되어왔으나 본 연구는 온라인대회라는 특수성을 띄고 있다. 그렇지만 현재 대면대회의 선행연구들과 결과를 비교해본 결과 비슷한 결과들을 띄고 있어 선수들이 비대면 대회도 대면대회와 비슷한 심리상태를 갖고 있음을 알 수 있다.

둘째, 온라인대회는 기존 대면대회와 다르게 심판들을 직접 대면하는 것이 아닌 비대면으로 경기가 진행되고, 특히 시합장의 이동이 없이 평소 연습하던 공간에서 경기 출전이 가능하다는 가장 큰 장점과 특징을 갖고 있다. 그렇기에 지도자들과 선수들의 소통이 대면대회보다 훨씬 원활하게 이루어질 수 있을 것으로 생각되어 비실시간 영상제출 형식의 대회의 경우 기간 내에 촬영하여 영상을 제출하면 되기에 기간 내에 촬영이 무한하게 가능할 것으로 생각된다. 따라서 지도자의 영향력이 크게 미칠 것으로 생각돼 지도자는 평소에 선수들의 장단점을 파악하고 있어야 하며, 주기적인 상담을 하는 등의 방법을 통해 신뢰를 두텁게 쌓아 소통을 원활하게 진행하고, 시합 중에는 선수들에게 자신감이나 불안감을 완화시켜줄 수 있는 말이나 행동을 한다면, 선수들의 자신감을 높이고 불안을 낮춰주어 그로 인해 경기력까지 향상될 수 있을 것으로 생각된다.

셋째, 이러한 결과들이 지속 되면 선수들이 인지하는 경기력까지 높아져 추후 선수들 스스로 자신감 수준이 올라갈 수 있을 것으로 사료 된다. 이로 인하여 스포츠 자신감으로 불안을 스스로 조절할 수 있게 된다면, 좋은 결과를 불러올 수 있을 것으로 사료 되며, 이러한 경험이 지속 되면, 대면대회까지 불안조절 능력이 이어져 대면대회에서도 좋은 결과를 갖고 올 수 있을 것으로 사료 된다.

2. 제언

본 연구의 결과를 바탕으로 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 온라인태권도 품새대회 참가자들을 대상으로 진행되었으나, 이는 전체 선수로 확대해서 일반화하기에는 힘들다고 판단되며, 설문지를 통한 양적 연구로 결과가 도출되었기에 앞으로 심층 면담 및 인터뷰 등 보다 다양한

연구방법으로 연구가 진행된다면 지도자와 선수들에게 경기력을 위한 실효적인 연구내용이 도출될 수 있을 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구에서는 스포츠 자신감이 경쟁상태 불안 및 인지된 경기력의 영향관계에 관한 연구를 진행하였지만, 이외의 요인이 영향을 미칠 수 있는 가능성은 배제하였다. 또한, 앞으로 비대면 대회가 활성화될 것으로 예상되기에 본 연구에서 사용된 요인과 함께 경기력에 영향이 있을 수 있는 다른 요인들과 함께 연구를 진행한다면 앞으로 비대면 대회에 출전할 선수와 지도자에게 실효적인 연구내용이 도출될 것으로 기대된다.

참고문헌

고화섭(2014). **대학운동선수의 자기관리가 스포츠자신감 및 인지된경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.

권영기(2022.03.14.). **세계태권도 품새 오픈 챌린지 팡파르...62개국 참가!.** 무카스, URL:https://mookas.com/news/18315.

김경엽. 박정호(2016). 배드민턴 선수의 승부근성과 스포츠집중력 및 인지된 경기력. **코칭능력개발지, 18**(1), 67-78.

김병준(2021). **스포츠 심리학의 정석 개정판.** 서울: 레인보우북스.

김병태(2011). **태권도선수의 성취목표성향이 스포츠자신감 및 경쟁상태 불안에 미치는 영향.** 미간행 국내박사학위논문, 대구가톨릭대학교 대학원.

김병태, 김선응(2010). 태권도선수들의 성취목표성향과 스포츠자신감, 경쟁상태 불안의 관계. **대한무도학회지, 12**(3), 159-171.

김아름(2011). **사격선수들의 성취목표성향이 스포츠자신감과 경쟁상태불안에 미치는 영향.** 미간행 국내석사학위논문, 전남대학교 교육대학원.

김주영, 강명구, 최봉준(2020). 무도스포츠를 전공하는 대학선수들의 자기관리행

동이 자신감과 경기력에 미치는 영향, **한국스포츠학회지, 18**(3), 1039-1048.

김준(2017). **기계체조 선수의 경쟁상태 불안과 스트레스가 경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 한양대학교 교육대학원.

김준현(2014). **체육고등학교 선수들의 성취목표성향이 운동열정 및 인지된 경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 경희대학교 교육대학원.

김진표(2000). **코치의 변환적, 상통적 리더십이 지도효율성에 미치는 영향.** 미간행 박사학위논문, 한국체육대학교 대학원.

김호진(2014). **대학태권도 선수들의 스포츠자신감이 운동스트레스와 경쟁상태불안에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 경희대학교 체육대학원.

김호진(2015). 대학태권도 선수들의 스포츠자신감이 운동스트레스와 경쟁상태불안에 미치는 영향. **무예연구, 9**(1), 75-94.

대한태권도협회(2023). **2023 태권도 품새 경기규칙.** URL:https://www.koreataekwondo.co.kr/ebook/2023/p/index.html?reload=1675306869680#page=1

박규태, 강신범, 하해동, 이재형, 차화준(2007). 요트 선수의 경쟁상태불안이 경기력에 미치는 영향. **한국항해항만학회 학술대회논문집, 1**(춘계), 185-190.

박상우, 박규랑, 유성훈(2022). 대학 태권도 격파선수의 심판판정 인식이 경쟁상태불안과 인지된 경기력에 미치는 영향. **코칭능력개발지, 24**(5), 63-70.

박평화(2003). **태권도 선수의 경쟁상태불안이 경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 건국대학교 교육대학원.

방극천(2013). **프로골프 선수의 성취목표성향이 스포츠맨십 및 경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 목원대학교 산업정보언론대학원.

방인주, 안근아(2021). 온라인 태권도 품새 대회 인식 및 개선방안 탐색. **한국스포츠학회지, 19**(1), 727-735.

서지예(2022). **구조화된 글쓰기 처치가 엘리트 태권도 선수의 경쟁상태불안과 인지된 경기력에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 서울대학교 대학원.

석류, 송남정(2021). 다차원 불안이론에 따른 대학교 태권도 품새선수의 경쟁상태 불안과 인지된 경기력의 관계에서 긍정적 자화의 조절효과. **무예연구, 15**(2), 221-240.

설수황, 여인성, 김범준(2013). 중・고등부 태권도선수의 성취목표성향과 스포츠 자신감 및 인지된경기력의 관계. **한국체육교육학회지, 18**(3), 161-172.

신정택, 육동원, 정재은(2003). 이전수행과 스포츠자신감이 골프경기 수행에 미치는 효과. **한국스포츠심리학회, 14**(3), 29-41.

심대석(2020.11.15.). **WT, 사상 첫 온라인 세계품새선수권 막 올라.** 태권도신문, URL:http://www.tkdnews.com/news/articleView.html?idxno=53540.

양대승, 강현우(2017). 태권도 품새 선수의 스포츠자신감, 심판판정인식 및 경기력의 관계. **한국체육과학회지, 26**(6), 405-415.

양택진(2020.03.16.). **WT, 코로나19 사태로 헤르닝 세계품새선수권 취소.** 태권도신문, URL:http://www.tkdnews.com/news/articleView.html?idxno=53275.

이강헌(1993). 경쟁상태 불안검사(CSAI-2)의 활용. **스포츠과학 43**, 22-28.

이숙경, 반은아(2015). 태권도 경기종목에 따른 경쟁상태불안이 경기력에 미치는 영향. **한국여성체육학회지, 29**(4), 179-195.

이승훈(2021). 태권도 수련을 통한 군 유・무형 전투력 상승 방안 연구. **한국군사학논집, 77**(1), 343-365.

이윤석(2021). **레슬링 선수의 멘토링 경험이 성취목표지향성 및 스포츠자신감과 운동몰입에 미치는 영향.** 미간행 박사학위논문, 용인대학교 일반대학원.

이재은, 여윤기(2016). 대학 태권도 선수의 심리기술이 경쟁상태불안과 스포츠 자신감에 미치는 영향. **대한무도학회지, 18**(3), 29-41.

이정학, 김도엽, 최경환, 조혜정(2021). 온라인 태권도 품새대회 참여자의 참여동기가 스포츠 태도 및 운동지속의도에 미치는 영향. **한국체육과학회지, 30**(3), 541-52.

임신자, 정명규, 전민우(2015). 태권도 품새 선수의 운동스트레스가 경쟁 상태불안

과 경기력에 미치는 영향. **한국여성체육학회지, 29**(1), 45-58.

조병섭(2003). **골프지도자의 카리스마 리더십에 따른 리더 동일시 및 신뢰, 운동몰입이 지도효율성에 미치는 영향.** 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.

조선령, 한상용(2012). 씨름선수들의 스포츠자신감이 경쟁상태불안에 미치는 영향. **대한무도학회지, 14**(2), 111-124.

조슬기, 신정택, 김정모, 황재욱(2015). 태권도 품새 선수 경쟁상태불안 검사지 개발 및 타당화 연구. **체육과학연구, 26**(4), 702-722.

조현철, 김종식(2011). 대학 유도선수 성별과 운동 경력에 따른 경쟁상태 불안이 경기력과의 관계 분석. **대한무도학회지, 13**(3), 151-159.

주진만(2003). **심리기술훈련이 태권도 운동수행 능력에 미치는 영향.** 미간행 박사학위논문, 경희대학교 대학원.

최거창(2012). **기계체조선수의 경쟁상태불안이 스포츠자신감에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문, 전주대학교 교육대학원.

최현동(2023). **스포츠심리기술에 따른 대학 태권도시범 선수의 자기관리와 응집력 및 인지된경기력.** 미간행 박사학위논문, 영남대학교 대학원.

하제현, 김종수, 신영애(2022). 청소년 태권도 격파 선수의 자기관리가 경쟁상태 불안에 미치는 영향. **현대사회와 안전문화, 5**(1), 1-17.

한상용(2011). **씨름선수들의 스포츠자신감이 경쟁상태불안에 미치는 영향.** 미간행 석사학위논문. 경기대학교 교육대학원.

한혜진(2020.11.11.). **바빠진 품새 강자들! 사상 첫 온라인 세계품새선수권 열린다!.** 무카스, URL:https://mookas.com/news/17725.

허진영, 정승우(2006). 골프선수의 능력지각수준이 경쟁상태불안과 경기력에 미치는 영향. **한국체육과학회지, 15**(4), 227-238.

홍길동, 이홍식(2005). 양궁선수의 시합 전 경쟁 상태불안과 경기력과의 관계. **코칭능력개발지, 7**(4), 141-150.

Landers, D. M. (1980). The arousal-performance relationship revisited. *Research*

Quarterly for Exercise and Sport, 51. 77-90.

Martens, R, Vealey, R. S., & Burton, D.(1990). *Competitive anxiety in sport.* Champaign IL: Human Kinetics Pub.

onlinepoomsae(2023.04.20.). URL: https://www.onlinepoomsae.com/

Spielberger, C. D. (1966). Theory andresearch on anxiety. In C. D.Spielberger (Ed), Anxiety andbehavior. *NY: Academic.theory, 3,* 99-132.

Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology, 8,* 221-246.

ABSTRACT

Effect of Sports Confidence on Competitive State Anxiety and Perceived Athletic Performance in the Participants of Online Taekwondo Poomsae Competition

Kang, WanJin · Seok, Ryu · Lim, Shin-Ja(Kyunghee Univ)

This study identifies the relationship between sports confidence, competitive state anxiety, and perceived athletic performance in the participants of an online Taekwondo Poomsae competition. The goal is to provide athletes and coaches participating in future virtual competitions with information that will enhance athletic performance. Using a convenience sampling method, a total of 349 samples were collected from middle and high school and university athletes who are currently registered with the Korea Taekwondo Association and have experience participating in online Taekwondo Poomsae competitions. SPSS Statistics 29.0 was used for frequency. The following results were obtained. First, sports confidence affected competitive state anxiety. Second, sports confidence affected perceived athletic performance. Third, competitive state anxiety affected perceived athletic performance.

Key words: online Taekwondo Poomsae competition, sports cnfidence, competitive state anciety, perceived athletic performance

논문투고일 : 2023.09.30
심 사 일 : 2023.10.25
심사완료일 : 2023.11.06