

蹴球 Dribble과 體力要因에 관한 研究

任 尚 鎔

A study on Soccer Dribble and the Elements of Physical Fitness

Im, Sang Young

Summary

The purpose of this study was to investigate the correlation between soccer Dribble and the elements of Physical fitness. No Significant correlations were found among soccer dribble, power and agility in the 50m run ($r=-0.075, t=4.81, p<.001$) and in the 100m run ($r=-0.198, t=1.69, p>.05$). Correlations between soccer dribble and agility were found significant in the jump step test ($r=0.316, t=2.67, p<.01$), negative correlations in zigzag run ($r=-0.301, t=-2.01, p<.05$), low correlation in the zigzag run criss cross test ($r=0.27, t=5.12, p<.001$), and no significant correlation in other tests. The Soccer team gained good records in dribble, jump step test, zigzag run and criss cross test. While the purposive sampling team gained good records in power, side step test and shuttle run, the other group gained lower records in all tests

I. 序 論

蹴球大事典(1973)에 의하면 D.Cramer氏는 蹴球技術의 3가지 要素 中 가장 重要한 것은 正確性, 第2의 要素로는 speed, 第3의 要素를 強度라 指摘하고 있다. 正確性은 運動의 空間的으로 그리고 時間的으로 適合한 運動의 筋力, 調整의 正確性(朴:1978)을 말하고 있으며 speed는 試合 中에 重要한 것으로 무엇을 보거나 듣는 瞬間에 그것에 對應하는 動作을 하는것(長池:1975)으로 反應의 速度를 包含한 敏捷性和 一定한 거리의 速度를 말하고 있다. 強度는 play에 強度를 附與하는 筋力과 timing의 두가지 이다. (蹴球:1973)

本 研究에서는 蹴球 技術 中 재빠르고 正確하게 달려가며 ball을 다루는 狀況에 따라 絶對的으로 必要한 것(村岡:1969)인 dribble과 體力要素 中에서 腳發力(power), 敏捷性(agility)과의 相關關係를 알아보고 測定種目에 대해 分析 比較 함으로써 指導에 도움이 되도록 實施하였다.

II. 調査對象 및 方法

1. 調査對象 및 期間

調査對象은 濟州大學 體育科 生으로 1學年(17名) 2學年(17名) 3學年(23名) 4學年(16名)으로 全體(73名)을 對象者로 삼았으며 1978年 4월부터 12월까지 研究를 實施하였다.

2. 研究內容 및 範圍

- 1) 蹴球 dribble과 power, agility間的 相關關係.
- 2) 蹴球部 學生, 有意抽出 學生(蹴球部 學生을 除外한 100m 달리기에서 1~18位까지 學生), 其他 學生(蹴球部 有意抽出 學生 除外)間的 測定種目 比較 分析.

3. 研究調査 種目 및 方法

1) 資料處理

蹴球 dribble, power, agility에 대한 平均 및 標準偏差를 算出 하였고 測定種目間에 相關圖表에 依한 相關關係 算出法(Clarke:1970)에 依하여 相關係數를

求하였고 相關係數의 意義度를 t檢證(尹:1978)에 依해 檢證하였다.

2) 測定種目

- (1). 蹴球 dribble 檢査(李:1971, 尹:1975)測定 方法에 依함. 測定方法 引用文獻 參考)
- (2). 脚發力(power)
 - ①. 100m run(文教部:1973)
 - ②. 50m run(文教部:1973) (測定方法 引用文 獻參考)
- (3). 敏捷性(agility)
 - ①. shuttle run(文教部:1973)
 - ②. side step test(松田:1972)

- ③. zigzag run(A型)(尹:1972)
- ④. criss cross test(李:1971)
- ⑤. Jump step test(文教部:1973) (測定方法 引用文獻參考)

II. 結果 및 考察

調査對象者 들에 대한 dribble, power, agility의 相關關係 및 測定結果 分析은 다음과 같다.

1. 蹴球部 集團, 有意抽出 集團, other集團 間의 比較.

蹴球部 集團, 有意抽出 集團, other 集團 間에 dribble, power, agility 比較分析 結果는 表1과 같다.

Table 1. Comparison between Soccer team group, purposive sampling group and, other group.

Item		S.	T.	G.	P.	S.	G.	Other.	G.	
		M		S.D	M.	S.D	M.	S.D		
Dribble	(sec)	16.44	±	1.27	18.08	±	1.83	18.28	±	1.48
50m run	(秒)	6.97	±	0.29	6.74	±	0.15	7.12	±	0.32
100m run	(秒)	13.17	±	0.55	12.82	±	0.25	13.75	±	0.40
Side step test	(times)	41.33	±	3.01	41.72	±	2.37	41.22	±	3.05
Jump step test	(秒)	29.72	±	2.78	27.94	±	3.39	27.76	±	2.45
Shuttle run	(sec)	9.96	±	0.27	9.92	±	0.27	10.25	±	0.31
Zigzag run	(秒)	25.01	±	0.71	25.26	±	0.82	25.13	±	0.77
Crss cross test	(times)	51.78	±	4.76	48.72	±	4.08	49.97	±	3.85

- ☆ S. T. G=soccer team group
- ☆ P. S. G=purposive sampling group
- ☆ O. G=other group

(1). dribble. 蹴球部 集團의 平均은 16.44로서 有意抽出 集團보다 1.64秒, other 集團보다 1.84秒 빠름을 보여주었다.

(2). Power: 50m 달리기에 있어서는 有意抽出 集團 平均은 6.74로서 蹴球部 集團보다 0.23秒, other 集團보다 0.38秒 빠름을 보였고 100m 달리기에 있어서는 有意抽出 集團 平均은 12.82로서 蹴球部 集團보다 0.35秒, other 集團보다 0.93秒 빠름을 보여주었다.

(3). agility: side step test에 있어 有意抽出 集團 平均은 41.72로서 蹴球部 集團보다 0.39回 other 集團보다 0.5회가 많음을 보여주었고 Jump step test인 경우 蹴球部 集團 平均은 29.72로서 有意抽出 集團보다 1.78回, other 集團보다 1.96회가 많음을 보여주고 있다. Shuttle run에 있어서는 有意抽出 集團 平均은 9.92로서 蹴球部 集團보다 0.04秒, other 集團보다

0.15秒 빠름을 보여주고 있다. Zigzag run인 경우는 蹴球部 集團 平均 25.01로서 other 集團보다 0.12秒 有意抽出 集團보다 0.25秒 빠름을 보여주고 있으며 criss cross test인 경우도 蹴球部 集團 平均 51.78로서 other 集團보다 1.81回 有意抽出 集團보다 3.06회 많음을 보여주고 있다.

이러한 結果에서 蹴球部 集團이 다른 集團보다 dribble에서 좋은 記錄을 나타내고 있는 것은 蹴球選手로서 必要한 專門體力 中 power, agility가 包含되지만 dribble은 하나의 技術로서 練習에 依하여 向上을 가져온 때문이라 思慮된다.

2. dribble, power, agility 測定結果 및 相關關係

dribble, power, agility 測定結果 및 相關關係는 表 2와 같다.

Table 2. Correlations between the dribble power and agility.

Item	M	S.D	r	t	p
Dribble (sec)	17.78 ± 1.69				
50m run (秒)	6.99 ± 0.32		-0.075	4.81	p<.001
100m run (秒)	13.37 ± 0.58		-0.198	1.69	p>.05
side step test (times)	41.37 ± 2.86		0.146	4.46	p<.001
Jump step test (秒)	28.29 ± 2.87		0.316	2.67	p<.01
shuttle run (sec)	9.99 ± 0.29		0.05	3.24	p<.001
Zigzag run (秒)	25.13 ± 0.76		-0.301	2.01	p<.05
Criss Cross test (times)	50.11 ± 4.23		0.27	5.12	p<.001

1). dribble과 power

dribble과 50m run의 相關關係는 $r = -0.075$ $t = 4.81$ 로 $p < .001$ 水準에서 意義있는 相關이 없음을 보여 주었고, 100m run 역시 $r = -0.198$ $t = 1.69$ $p > .05$ 水準에서 意義있는 相關이 없음을 보여주었다.

2). dribble과 agility

side step test의 相關關係는 $r = 0.146$ $t = 4.46$ $p < .001$ 水準에서 意義있는 相關이 없었고, Jump step test 에서는 $r = 0.316$ $t = 2.67$ $p < .01$ 水準에서 意義있는 相關이 있음을 나타내 주고있다. shuttle run에 있어서는 $r = 0.05$ $t = 3.24$ $p < .001$ 水準에서 意義있는 相關이 없었으며 Zigzag run은 $r = -0.301$ $t = 2.01$ $p < .05$ 水準에서 意義있는 逆相關이 있었고, criss cross test에 있어서는 $r = 0.27$ $t = 5.12$ $p < .001$ 水準에서 意義있는 낮은 相關이 있었다.

이러한 結果는 dribble은 蹴球 技術의 一部로서 技術은 練習에 依하여 向上되는 것으로 平常時 꾸준하게 各種目에 練習한 때문으로 보아지며 技術을 發揮하는 動作은 하나하나 모두가 身體의 各系統의 調和的인 作用의 協助에 依하여 이루어지는 것(蔡:1975)이고 ball 이라고 하는 物體를 다루는데는 覆合的인 要素가

包含되어 있는 때문으로 思慮된다.

IV. 摘 要

蹴球 dribble과 power, agility間的 相關關係와 各集團間的 測定種目 比較 分析結果 다음과 같이 要約 된다.

1. 蹴球 dribble과 power, agility間에 相關關係는 50m run $r = -0.075$ $t = 4.81$ $p < .001$ 水準에서 100m run $r = -0.198$ $t = 1.69$ $p < .05$ 水準에서 各各 意義있는 相關이 없었다.

2. 蹴球 dribble과 agility間에 相關關係는 Jump step test $r = 0.316$ $t = 2.67$ $p < .01$ 水準에서 意義있는 相關과 Zigzag run $r = -0.301$ $t = 2.01$ $p < .05$ 水準에서 意義있는 逆相關이 있었고 criss cross test $r = 0.27$ $t = 5.12$ $p < .001$ 水準에서 낮은 相關을 보였 은론 그의 種目에서는 意義있는 相關이 없었다.

3. 蹴球部 集團은 dribble과 Jump step test, Zigzag run, criss cross test에서 有意抽出 集團은 power와 side step test, Shuttle run 에서 記錄이 좋은 反面 other集團은 모든 種目에서 低調함을 나타내고 있다.

引 用 文 獻

蹴球大事典編纂室, 1973, 蹴球大事典, 藝文館p.c8,
蔡鴻遠, 姜忠植, 李希相, 1975, 現代 Coaching
論, 雲雪出版社, p.111.
Clarke. D. H. 1970. Peseaach drocess in phys
ical edncation, recreation, and health,
Prenetice-hall. INC. englwood Cliffs,
NewJersey, pp.224~228.
李丙錫, 1971, 體育測定, 春潮社. p.114. p.84.
村岡博人, 1869, チャナデイの サツカ(技術戰術編)
ベースボールー マガジン社發行 p.132.
文教部, 1973. 體育資料叢書, 10(體育評價)文教部
pp.189~193.

松田岩男, 1972. 스포츠科學講座 9, (스포츠
멘의 體力測定). 大修館書店 pp.224~245
長池實, 1975. サツカー教室. 大修館書店p.48.
朴結斌, 申吉洙, 1978. 體力育成的 科學的 基礎,
雲雪出版社 p.214.
尹南植, 金種勳, 玄友永. 1978. 最新體育學 研究
法, 雲雪出版社 pp.196~197.
尹南植, 1975. 體育評價(體育科學全書.6) 同和文
化社p.125.
尹南植, 1972. 體育測定檢査의 實際, 大光印刷社
p.40