

# 蹴球 Dribble, in step shoot과 Flexibility 間에 相關關係

任 尚 鎔

## On the Correlation between Soccer Dribbel, In Step Shoot and Fiexibility

*Sang-yeuong Im*

### Summary

The purpose of this study was to present elementary materials of soccer coaching in order to find out the correlation between Soccer Dribble, In Step Shoot, and Flexibility.

The study was carried out on 65 collegians majoring in physical education of Jeju National University from April to the end of December, 1980.

The results were as follows.

Correlations between Dribble and Flexibility were found significant ( $r=0.41$ ) in the flexibility of back and forth hip joint motion and ( $r=0.3$ ) in the flexibility of right and left hip joint motion.

No significant relationships were found between In Step Shoot and Flexibility.

### 序 論

蹴球競技는 서로 相對便과 공을 사이에 두고 攻撃과 守備의 狀態가 交替된다. (岡野:1973) 그러므로 각 Player는 ball control, body balance, fast brain을 兼備하여 恒常 自己로서 순간 순간 많은 責任을 完遂하는데 努力해야 하며 90분 동안 꾸준히 競技할 수 있는 強力한 体力이 要求된다. (李:1977) 競技의 內容은 鬭爭能力과 競技技術의 結果이며 그 成果는 勝利와 美이다.

競技의 目的인 勝利를 위해서는 어떻게 공을 支配할 것인가가 첫째 問題이며 거기에 技術이 要求된다. 技術을 發揮하는 動作을 하나 하나 모두가 身體의 各系統의 調和的인 作用의 協力에 依하여 이루어 진다. (蔡:1975)

本 研究에서는 蹴球의 技術 中에서 가장 많이 使用하는 kick(In step shoot)과 재빠르고 正確하게 달려가며 공을 다루는 狀況에 따라 絕對的으로 必用한 dribble(村岡:1969)이 柔軟生에 미치는 影響을 研究하여 蹴球指導에 있어 基礎資料를 提供하고자 한다.

### 調査對象 및 方法

#### 1. 對象 및 期間

調査對象은 濟州大學 體育教育學科 學生으로 1學年(19名) 2學年(16名) 3學年(13名) 4學年(17名)으로 全体 65名을 對象으로 삼았으며 1980年 5월부터 同年 12월까지 實施하였다.

#### 2. 研究內容 및 範圍

1) 蹴球 dribble과 柔軟性間의 相關關係

2 논문집

2) 蹴球 In step shoot과 柔軟性간의 相關關係

3. 調査方法

蹴球 dribble과 In step shoot, 柔軟性에 대한 平均 및 標準偏差를 算出하였고 測定項目간의 相關係數 算出에는 Pearson의 方程式(尹:1978)을 利用하였다.

4. 測定種目

- 1) 蹴球 dribble 檢査(李:1971, 尹:1975)
- 2) 蹴球 In step shoot 檢査(尹:1975)

3) 柔軟性 檢査(文教:1973)

- (1) 윗몸 젓히기 (2) 윗몸 앞으로 굽히기
- (3) 다리 전후로 벌리기 (4) 다리 좌우로 벌리기

結果 및 考察

1. 蹴球 dribble, In step shoot과 柔軟性과의 相關關係 및 測定結果

蹴球 dribble, In step shoot과 柔軟性과의 相關關係 및 測定結果는 表1과 같다.

Table 1. Correlations and results of Soccer Dribble, Instep shoot and Flexibility

Item	Dribble	Instep shoot	M,	S. D
Dribble			17.96 ±	0.726
Instep shoot			0.75 ±	0.10
Trunk extension	r = 0.01	r = 0.15	57.16 ±	5.97
Trunk flexion	r = -0.23	r = -0.16	19.44 ±	4.56
Flexibility of hip joint (back and forth)	r = 0.46	r = 0.12	175.41 ±	9.42
Flexibility of hip joint (right and left)	r = 0.30	r = 0.06	176.11 ±	8.14

測定結果에서 dribble과 柔軟性 間的 相關關係에 있어서는 윗몸 젓히기  $r=0.01$ 로써 相關이 없었으며 윗몸 앞으로 굽히기  $r=-0.23$ 으로 僅少한 逆相關과 다리 앞뒤로 벌리기  $r=0.41$ , 다리 좌우로 벌리기  $r=0.30$ 으로 意義있는 相關을 나타내고 있다. 이러한 結果 dribble에 있어 “體力的인 要素로는 footwork의 調整能力 敏捷性 瞬發力 柔軟性”(李:1979)이 必要하므로 재빠르고 正確하게 달려가며 공과 몸의 調和的인 作用의 協助에 依해 障礙物을 통과하여 하는 dribble의 記錄에는 윗몸 젓히기와 윗몸앞으로 굽히는 自体는 도움을 주지 못하며 直接 공과 접촉을 이루며 右左와 前後로 움직이는 動作의 使用과 고 있음으로 생각된다.

In step shoot과 柔軟性과의 相關關係는 윗몸 젓히기  $r=0.15$  다리 앞뒤로 벌리기  $r=0.12$ 의 僅少한 相關과 윗몸 앞으로 굽히기는  $r = -0.16$ 으로 僅少한 逆相關을 나타내고 있으며 다리 좌우로 벌리기에는  $r = 0.06$ 으로 相關이 없었다. shoot에도 “體力的인 要素인 다리의 筋力, 다리의 強力, 허리의 筋力, 발목의

作用, 다리의 瞬發力, 全身의 瞬發力”(李:1979)이 必要한 要素로서 柔軟性은 shoot에 直接的인 作用에 도움을 주지 못하고 있으므로 보아진다. 그리고 測定 結果 다리 앞뒤, 좌우로 벌리기에서 標準偏差가 9.42, 8.14인 것은 身長에 따라 記錄差가 많은 關係이다.

摘 要

蹴球 dribble, In step shoot과 flexibility와의 相關關係를 알아보므로써 蹴球指導에 있어 基礎資料를 提供하고자 濟州大學 體育教育科 學生 65名(1989年) (4월부터 1989年 12월까지)을 對象으로 研究한 結果 다음과 같이 要約된다.

1. Dribble과 Flexibility 間에는 다리 앞뒤로 벌리기  $r=0.41$ 과 다리 좌우로 벌리기  $r=0.30$ 으로 意義있는 相關이 있었다.

2. In step shoot과 Flexibility 間에는 意義있는 相關이 없었다.

引 用 文 獻

- 蔡鴻遠, 姜忠植, 李希相, 1975. 現代 Coaching論, 螢雪出版社, p. 111.
- 李丙緯, 1971. 体育測定, 春潮社, p. 114.
- 李進和, 蔡鴻遠, 1977. 球技運動指針, 螢雪出版社, p. 89.
- 李秀煥, 李範哲, 朴庄平, 金鍾勳, 1979. 蹴球의 技術指導, 螢雪出版社, p. 38.
- 文教部, 1973. 体育資料叢書10(體育評價), 文教部, pp. 234-235.
- 村岡博人, 1969. チャナデいの サッカー, (技術戰術編), バスボールマガジン社, p. 132.
- 岡野俊一郎, 1973. サッカー, 旺文社, p. 24.
- 尹南植, 1975. 體育評價(體育科學全書 6), 同和文化社, p. 161, p. 163.