

柔道競技 資勢

勝敗比率 分析

仁荷大學校 人文科學研究所
論文集 第12輯 1986年 11月
Inha University R. I. H. S. 1986

柔道競技 姿勢에 따른 勝敗比率의 分析

-大學部 柔道大會를 中心으로-

秋 健 二

(師範大學 體育教育科)

An Analysis on the Win and Defeat Rate According to Postures of Judo Contest

- Focused on College's Judo Contest -

Choo, Gun Yi

(Department of Physical Education)

Abstract

This study was to find out an influence on Judo Contest by player's posture. The results of the 14th national College's Judo Contest in Spring, Han Lim Cup's Judo Contest for college's players and 1st College's Judo Contest for each division was analysed according to player's posture which was observed by this research worker. The subjects was 170 college's Judo players who participated in above Judo Contests.

The results and conclusions were as follows:

1. For while right natural posture was 1st place and left defensive posture was 2nd place in win's rate, right defensive posture was 1st place and main defensive posture was 2nd place in defeat's rate among all postures.
2. Natural posture was higher than that of defensive posture in win's rate with high significant difference ($P < 0.01$).
3. Left art in natural posture was some higher than that of defensive posture in win's rate

- with no significant difference.
4. Right art of natural posture was higher than that of defensive posture in win's rate with high significant difference ($P < 0.01$).
 5. Natural posture was higher than defensive posture in score's rate with high significant difference ($P < 0.01$).
 6. Natural posture was higher than that of defensive posture in score's rate with high significant difference ($P < 0.05$, $P < 0.01$) at 0-1 minutes and 1-2 minutes after beginning of game but there was not any significant difference at other times.
 7. Natural posture was higher than that of defensive posture in win's rate with high significant difference (all is $P < 0.05$) at 0-1 minutes, 3-4 minutes and 4-5 minutes after beginning of game but there was not any significant difference at other times.
 8. Left art of natural posture was higher than right art of defensive posture in win's rate with high significant difference ($P < 0.05$).
 9. Right art of natural posture was higher than left art of defensive posture in win's rate with high significant difference ($P < 0.05$).
 10. Hand art of defensive posture was higher than that of natural posture in win's rate with no significant difference.
 11. Waist art of natural posture was higher than that of defensive posture in win's rate with no significant difference.
 12. Leg art of natural posture was higher than that of defensive posture in win's rate with high significant difference ($P < 0.01$).
 13. Hand art of natural posture was higher than leg art of defensive posture in win's rate with no significant difference.
 14. Hand art of natural posture was higher than waist art of defensive posture in win's rate with no significant difference.
 15. Leg art of natural posture was higher than waist art of defensive posture in win's rate with no significant difference.

I. 緒論

1. 研究의 必要性

最近의 스포츠는 人間の 끊임 없는 競争本能과 스포츠 科學 및 機器의 發達로 因하여 昨今에 이

르러서는 競技의 記錄이나 技能이 想像하기 어려울 程度로 높은 境地에 이르고 있으며 現在에도 끊임없이 競技力 向上을 위한 精神力, 體力 및 技能의 向上에 對한 研究가 活發하게 研究되고 있는 中이다. 柔道競技도 지금부터 20余年 前만 하더라도 마치 日本과 우리 나라를 爲始한 東洋의 專有物과 같이 認定되었으나 1964年 東京 올림픽에서 正式 種目으로 採擇된 以後로는 世界各國에서 至대한 觀心과 熱意를 가지고 研究하고 競爭力을 向上시켜 最近에 이르러서는 아시아 諸國은 물론 유럽 北美 및 南美的 各國들도 日本 및 우리나라와 어깨를 나란히 겨룰 程度로 普及 發展되었다. 그러므로 우리 나라도 LA 올림픽 大會나 第14會 世界柔道選手權大會 등에서 거둔 成績에 滿足하거나 自滿하지 말고 더욱 더 競技力 向上 研究에 拍車를 加하여 앞으로 우리나라가 開催國인 88올림픽大會나 世界柔道選手權大會에서 加一層 분발하여 보다 많은 메달을 獲得할 수 있도록 매진하여야 될 줄 믿는다. 특히 柔道는 東洋人들이 좋은 戰績을 올릴 수 있는 體級別 競技이므로 더욱 研究하고 集中的으로 支援할 것이 要望되는 競技種目이다. 스포츠 種目中 柔道와 같이 相對的인 對人 競技에서는 體力, 精神力 및 技能과 같은 要因도 重要하지만 그 외에 相對的 弱點과 技術을 명확히 把握하는 것도 대단히 重要的 것이다. 다시 말하면, 競技上의 많은 試行錯誤 過程과 經驗을 토대로한 自己反省과 相對方의 試合姿勢에 대한 弱點과 強點 및 技術 등을 면밀히 觀察, 把握하고 分析하여 競技에 對備하는 것이 必勝을 爲한 하나의 方案이 될 수 있는 것이다. 그러므로 競技를 細密하게 觀察하고 其 結果를 分析·檢討하여 次後의 競技力 向上을 爲한 研究資料를 作成한다는 것은 柔道競技의 競技力 向上이나 發展을 위하여 意味 있는 일이 될 것이다.

2. 研究의 目的

柔道競技에서 훌륭한 選手가 되기 위해서는 競技姿勢, 技術, 體力, 競技運營 및 精神力 등에 관한 많은 研究가 必要하다. 특히 相對 選手와 맞잡고 메치고, 누르고, 조르고, 격한 등의 技術을 걸어서 得點하여 勝敗를 겨루게 되므로 競技時에 취하는 姿勢에 따라서 相對를 공격하고 방어하는 技術이 달라질 수 있으며 또한 攻擊과 守備에 對한 強點과 弱點이 있을 수 있는 것이다. 柔道競技時 개개의 모든 選手는 習慣的으로 또는 방어나 自己의 特技技術을 걸기 위하여 繼續的으로 또는 빈번하게 취하는 姿勢가 있다. 그러므로 競技時 主로 어떤 姿勢에서 어느 技術의 공격과 방어가 強하고 弱하며 어느 方向 쪽의 技術로써 得點을 많이 하고 勝敗를 가름하며 時間的으로 언제 得點을 主로 하게 되는가를 觀察, 分析 및 考察하여 論理를 세우므로써 앞으로 指導者나 選手가 競技에 對備한 指導에 參考하도록 한다는 것은 大端히 바람직하고 重要的 것이라고 思料된다. 그러나 不幸하게도 우리 나라에서는 아직 競技에 임한 姿勢와 技術과의 관계나 戰績 및 內容에 關한 研究 論文이 거의 全無한 形便이다. 이에 本 研究에서는 國內 柔道競技 中 여러 面에서 上級 水準이라고 할 수 있는 大學 選手들의 柔道競技를 直接 觀察, 調查하여 얻은 資料를 各 姿勢別로 勝敗 比率, 技術의 種類別間 勝敗 比率, 技術의 方向別間 勝敗 比率 등을 觀察, 分析 및 考察하

여 關聯된 여러 要因들을 究明함으로써 以後 많은 指導者와 選手들이 競技에 對備할 姿勢나 技術을 研究하기 위한 參考資料를 提示하고자 하는 데 그 目的을 두었다.

3. 研究의 制限點

本 研究은 다음과 같은 制限點을 갖는다.

- (1) 本 研究에 使用한 資料는 第14回 春季全國大學團體 柔道大會, 第8會 漢林盃爭奪 全國大學 男女個人 柔道選手權大會 및 第1回 全國大學生 新人 個人體級別 柔道大會의 競技內容만을 觀察하고 分析하였다.
- (2) 競技內容에 關한 資料를 오직 競技 姿勢와 結付시켜 分析, 研究하였다.
- (3) 競技 姿勢別 判定은 本 觀察者의 直接的인 目測으로 하였다.
- (4) 觀察 對象 競技와 人員數는 위에 言及한 大會의 85게임, 170名 만으로 하였다.

II. 理論的 背景

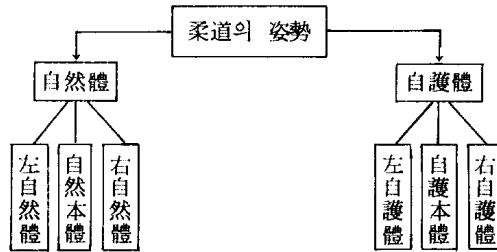
1. 柔道の 基本理論

(1) 柔道の 姿勢

金正幸¹⁾ 外 1人은 柔道の 가장 基本이 되는 姿勢에는 自然體와 自護體가 있다고 하였다. 自然體에는 自然本體, 右自然體, 左自然體가 있고, 自護體에는 自護本體, 右自護體, 左自護體가 있다. 自然本體라는 것은 어디에서 相對가 攻擊을 해 와도 즉시 그것에 對應할 수 있는 姿勢이며 다리의 幅은 어깨 넓이 程度의 間격을 가져야 하고, 몸의 重心은 두 다리에 均等하게 실리도록 하며 가슴을 펴고 自然스럽게 서서 눈은 한 點을 응시하지 말고 멀리 보도록 해야 한다. 이 姿勢에서 오른발을 한 발 내 디딘 姿勢를 右自然體라고 하며, 왼발을 한 발 내 디딘 姿勢를 左自然體라고 한다. 自護體는 주로 相對의 攻擊을 방어하기 위한 姿勢이지만 境遇에 따라 바뀌서 反擊으로 바꿀 수 있는 姿勢이다. 自護本體는 自然本體보다 두 발의 幅을 넓게 하고 두 무릎을 굽혀서 허리를 낮추어 重心을 낮게한 姿勢이다. 그 姿勢에서 오른발을 한 발 내디딘 姿勢가 右自護體이며, 왼발을 내디딘 姿勢를 左自護體라 한다.

1) 金正幸, 「柔道」, 서울: 東洋文化社(1983), pp.22 ~ 23.

(表 1) 柔道の 姿勢



(2) 得點의 種類

柔道 競技의 得點 및 判定에 關하여 李相燦²⁾은 다음과 같이 論하였다.

1) 效果

- ① 競技者가 걸은 技術의 彈力과 速度에 依하여 相對의 大腿部와 둔부가 자리에 닿도록 던질 境遇
- ② 競技者의 한 쪽이 相對를 10秒 以上 20秒 未滿까지 눌렀을 境遇나 競技者의 한 쪽이 「指導」의 罰則을 범했을 境遇.

2) 有效

- ① 競技者가 걸은 技術에 依하여 相對가 등을 대고 떨어져 졌으나 速度 및 彈力의 두 가지 要素 모두가 部分的으로 結여되고 있을 境遇
- ② 競技者의 한 쪽이 相對를 20秒 以上 25秒 未滿까지 누르거나 競技者의 한 쪽이 「注意」의 罰則을 범했을 境遇

3) 折半

- ① 競技者가 걸은 技術에 依하여 相對가 등을 대고 떨어져 졌으나 速度나 彈力中 어느 한 가지 要素가 結여되고 있을 境遇, 즉 한판에 약간 미치지 못하는 境遇
- ② 競技者의 한 쪽이 相對를 25秒 以上 30秒 未滿까지 누르거나 競技者의 한 쪽이 「警告」의 罰則을 범했을 境遇

4) 한 판

- ① 競技者의 한 쪽이 상당한 彈力과 速度로써 반듯하게 등을 자리에 닿도록 던졌을 境遇.
- ② 競技者의 한 쪽이 相對를 30秒間 눌렀을 境遇.
- ③ 競技者의 한 쪽이 相對의 누르기, 조르기, 꺾기의 技術 結果 「항복」의 表示를 했을 境遇.
- ④ 한 競技者가 繼續해서 2회의 「警告」 罰則을 범했을 境遇.
- ⑤ 한 競技者가 「折半」을 2回 得했을 境遇.

2) 李相燦, 「柔道」, 서울: 正民社(1985), pp.214 ~ 225.

6 秋 健 二

5) 綜合勝

- ① 競技者の 한 쪽이 「折半」을 得한 後 相對方이 禁止事項을 犯하여 「警告」를 받았을 境遇.
- ② 競技者の 한 쪽이 禁止 事項을 犯하고 「警告」를 받은 後 「折半」을 得했을 境遇.

6) 優勢勝

競技者가 뚜렷한 得點은 하지 못하였으나 相對보다 더 攻擊的이었거나 姿勢가 좋았을 境遇.

7) 判定敗

競技者가 相對에게 뚜렷한 得點은 빼앗기지 않았으나 相對보다 攻擊的이지 못했거나 態度 또는 姿勢가 좋지 못하였을 境遇.

(3) 競技 終了

- 1) 競技者の 한 쪽이 「한 판」이나 「折半」合해서 「한 판」을 얻었을 境遇.
- 2) 綜合勝의 境遇.
- 3) 不戰勝 또는 기권勝의 境遇
- 4) 反則敗의 境遇.
- 5) 競技者の 한 쪽이 負傷으로 因하여 競技 續行이 안 될 境遇.
- 6) 競技 時間이 모두 經過되었을 境遇.

(4) 競技 時間

世界選手權大會와 올림픽게임 時間은 國際 柔道聯盟 Sporting Code에 依해서 定해지고 그 外的 競技는 그 大會 規定에 依해서 決定되나 大概 3分에서 10分까지로 하는 境遇가 많다.

2. 先行研究

柔道競技에 對한 先行 研究로는 安永煥³⁾ 외 1人, 李學來⁴⁾ 외 4人, 林容圭⁵⁾ 외 1人의 研究 등이 있을 뿐 별로 많지 않은 實政이다. 本 研究에서 參考한 先行 研究들이 大部分 柔道選手 들의 體力이나 訓練過程에서 惹起되는 狀況에만 局限되어 있는 研究들로서 競技의 實際 場面과 關聯되는 論文이 大端히 稀少하므로 앞으로 柔道에 對한 競技力을 向上시키기 위해서는 競技 現場에서 나타나는 狀況과 事態의 結果를 면밀히 分析, 檢討하여 有事時에 對備하기 위한 資料를 얻는 것이 必要하다고 思料된다.

3) 安永煥, 柔道選手의 反應時間에 關한 研究, 韓國體育學會誌, 第9號(1974), p.33

4) 李學來, 柔道 主訓練을 통한 體力育成 方案의 實驗의 研究, 韓國 體育 學會誌, 第15號(1977), p.17.

5) 林容圭, 柔道 訓練이 體力變化에 미치는 影響, 韓國體育學會誌, 第18號(1979), p.179.

Ⅲ. 研究 方法

1. 研究 期間 및 對象

(1) 研究期間 : 1985年 11月 1日 ~ 1986年 6月 30日

(2) 研究對象

本 研究의 觀察, 調查 對象은 第14回 春季 全國大學 團體柔道大會, 第8回 漢林盃爭奪 全國大學 男女個人 柔道選手權大會 및 第1會 全國大學生 新人 個人體級別 柔道大會에 參加한 170名, 85試合을 對象으로 하였다.

2. 研究 節次

本 研究는 다음과 같은 觀察, 調查의 進行過程 및 日程에 依하여 이루어졌다.

內容	期間
(1) 研究 計劃	1985. 11. 1 ~ 1985. 12. 31
(2) 參考 文獻 研究	1986. 1. 1 ~ 1986. 3. 31
(3) 資料 蒐集	1986. 4. 1 ~ 1986. 4. 30
(4) 統計 處理	1986. 5. 1 ~ 1986. 5. 30
(5) 論文 作成	1986. 6. 1 ~ 1986. 6. 30

3. 研究方法

本 研究에서 究明하려고 하는 柔道競技에서 選手의 姿勢와 競技 結果와의 關係를 調查, 分析하기 위하여 干先 競技者의 競技 姿勢를 本 研究者가 면밀히 目測으로 觀察하여 判定한 後 姿勢別로 아래의 競技 結果와의 關係를 分析 後 比率檢證하였다.

- (1) 姿勢別 勝敗의 回數 및 百分率
- (2) 自然體와 自護體 間의 勝敗에 對한 比率
- (3) 自然體 왼쪽 技術과 自護體 왼쪽 技術間의 勝敗比率
- (4) 自然體 오른쪽 技術과 自護體 오른쪽 技術間의 勝敗比率
- (5) 自然體와 自護體間의 得失點 比率
- (6) 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率

- (7) 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗比率
- (8) 自然體 왼쪽技術과 自護體 오른쪽技術 間의 勝敗比率.
- (9) 自然體 오른쪽技術과 自護體 왼쪽技術 間의 勝敗比率.
- (10) 自然體 손技術과 自護體 손技術 間의 勝敗比率.
- (11) 自然體 허리技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗比率.
- (12) 自然體 발技術과 自護體 발技術 間의 勝敗比率.
- (13) 自然體 손技術과 自護體 발技術 間의 勝敗比率.
- (14) 自然體 손技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗比率.
- (15) 自然體 발技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗比率.

本 研究에서 競技者의 姿勢 判定은 「柔道」⁶⁾ 教本の 姿勢에 對한 定義에 依하여 區分하였다.

4. 資料 處理方法

- (1) 選手들의 競技 姿勢를 競技 現場에서 直接 目測으로 觀察 區分하여 姿勢別 勝敗의 結果를 回數와 百分率로 算出하였다.
- (2) 自然體와 自護體間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證을 하였다.
- (3) 自然體와 自護體間의 左, 右 技術에 對한 勝敗結果를 알아보기 爲하여 比率檢證을 하였다.
- (4) 自然體와 自護體間의 得點과 失點의 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證을 하였다.
- (5) 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 및 勝敗 結果를 알아보기 爲하여 得失點 및 勝敗의 比率檢證을 하였다.
- (6) 自然體와 自護體間의 左, 右 技術 種類에 따른 勝敗 結果를 알아보기 爲하여 勝敗의 比率檢證을 하였다.
- (7) 自然體와 自護體의 技術 種類別間 勝敗 結果를 알아보기 爲하여 勝敗의 比率檢證을 하였다.

IV. 研究結果 및 考察

1. 研究結果

柔道競技에 있어서 選手가 취한 姿勢에 따라 나타난 勝敗率, 競技 時間別로 나타난 勝敗率 및 左, 右 技術間의 勝敗率을 알아보기 爲하여 目測에 依한 觀察法에 依하여 資料를 蒐集하고 分析 및 考察한 結果는 다음과 같다.

6) 金正幸, 「柔道」, 서울: 東洋文化社(1983), pp.22~23.

(1) 姿勢別 勝敗의 回數 및 百分率

(表 2) 姿勢別 勝敗의 回數 및 百分率

회수 및 백분율	자세별 승/패	자연본체		좌자연체		우자연체		자호본체		좌자호체		우자호체		계	
		승	패	승	패	승	패	승	패	승	패	승	패	승	패
		N	6	2	17	9	23	14	10	18	21	12	8	30	85
%	7.06	2.35	20	10.59	27.06	16.47	11.76	21.18	24.71	14.12	9.41	35.29	100	100	

競技時 選手의 姿勢別에 依한 勝敗의 結果를 回數와 百分率로 알아본 結果 <表 2>와 같이 나타났으며 右 自然體와 左 自護體가 勝利한 퍼센테이지가 비교적 높았으며 反對로 右 自護體와 自護本體가 敗한 퍼센테이지가 비교적 높게 나타났다.

(2) 自然體와 自護體間의 勝敗에 대한 比率

(表 3) 自然體와 自護體間의 勝敗에 對한 比率

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	46	39	85
패	25	60	85
계	71	99	170

Z = 3.266**

** P < 0.01

競技時 自然體와 自護體間의 勝敗에 對한 結果의 差異를 알아보기 위하여 比率檢證한 結果 <表 3>과 같이 自然體가 自護體보다 勝率이 統計的으로 $\alpha = 0.01$ 의 有意한 水準에서 높은 것으로 나타났다.

(3) 自然體 왼쪽技術과 自護體 왼쪽技術間의 勝敗比率

(表 4) 自然體 왼쪽技術과 自護體 왼쪽技術間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	18	27	45
패	14	31	45
계	32	58	90

Z = 0.881

競技時 自然體 왼쪽技術과 自護體 왼쪽技術間의 勝敗에 對한 結果의 差異를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 4>와 같이 自然體 왼쪽技術이 自護體 왼쪽技術보다 勝率이 統計的으로 若干 더 높게 나타났으나 有意한 水準에서의 差異는 없었다.

(4) 自然體 오른쪽技術과 自護體 오른쪽技術間의 勝敗比率

(表 5) 自然體 오른쪽技術과 自護體 오른쪽技術間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	25	9	34
패	10	24	34
계	35	33	68
$Z = 3.640^{**}$			

** $P < 0.01$

競技時 自然體 오른쪽技術과 自護體 오른쪽技術間의 勝敗에 對한 結果의 差異를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 5>와 같이 自然體 오른쪽技術이 自護體 오른쪽技術보다 勝率이 統計的으로 $\alpha = 0.01$ 의 有意한 水準에서 더 높은 것으로 나타났다.

(5) 自然體와 自護體間의 得失點 比率

(表 6) 自然體와 自護體間의 得失點 比率

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	46	39	85
실	25	60	85
계	71	99	170
$Z = 3.266^{**}$			

** $P < 0.01$

競技時 自然體와 自護體間의 得失點 差異를 알아보기 爲하여 得失點에 對한 比率檢證을 한 結果 <表 6>과 같이 自然體가 自護體보다 得點率이 統計的으로 $\alpha = 0.01$ 의 有意한 水準에서 더 높은 것으로 나타났다.

(6) 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率

〈表 7〉 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率檢證 (0 분~1 분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	3	1	4
실	0	4	4
계	3	5	8

Z = 2.191*

* P < 0.05

〈表 8〉 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率檢證 (1 분~2 분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	8	2	10
실	2	8	10
계	10	10	20

Z = 2.683**

** P < 0.01

〈表 9〉 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率檢證 (2 분~3 분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	4	11	15
실	2	13	15
계	6	24	30

Z = 0.913

〈表 10〉 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率檢證 (3 분~4 분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	16	9	25
실	11	14	25
계	27	23	50

Z = 1.419

〈表 11〉 自然體와 自護體間의 時間別 得失點 比率檢證 (4 분~5 분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
득	15	16	31
실	10	21	31
계	25	37	62

Z = 1.294

競技始作後 어느 程度의 時間 經過 後 判定에 決定的인 影響을 미쳤던 得失點을 하였는가를 自然體와 自護體의 姿勢別로 알아보기 위하여 1分 間隔으로 나타난 得失點의 結果를 相互 比率 檢證한 結果 <表 7, 8, 9, 10, 11>과 같이 競技始作後 1分까지와 1分~2分 사이는 $\alpha = 0.05$ 의 有意한 水準에서 自然體가 自護體 보다 得點의 率이 더 높게 나타났으며 그 外의 時間 別로는 有意한 水準에서 姿勢別로 差異가 없는 것으로 나타났다.

(7) 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗比率

〈表 12〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(0分~1分間)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	3	0	3
패	0	3	3
계	3	3	6
$Z = 2.449^*$			

* $P < 0.05$

〈表 13〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(1分~2分間)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	5	1	6
패	2	4	6
계	7	5	12
$Z = 1.757$			

〈表 14〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(2分~3分間)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	1	4	5
패	1	4	5
계	2	8	10
$Z = 0.000$			

〈表 15〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(3分~4分間)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	7	1	8
패	3	5	8
계	10	6	16
$Z = 2.066^*$			

* $P < 0.05$

〈表 16〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(4분~5분간)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	5	2	7
패	1	6	7
계	6	8	14
Z = 2.160*			

* P < 0.05

〈表 17〉 自然體와 自護體間의 時間別 勝敗 比率檢證(5분)

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	25	31	56
패	28	28	56
계	53	59	112
Z = 0.256			

競技始作後 어느 程度의 時間 經過 後 勝敗의 完全한 判定이 났는가를 自然體와 自護體의 姿勢別로 알아보기 爲하여 1分 間隔으로 나타난 勝敗의 判定 結果를 相互 比率檢證한 結果〈表 12, 13, 14, 15, 16, 17〉과 같이 競技始作後 0분~1분 사이, 3분~4분 사이, 4분~5분 사이가 각각 $\alpha = 0.05$ 의 有意한 水準에서 自然體가 自護體보다 勝率이 더 높은 것으로 나타났다.

(8) 自然體 왼쪽技術과 自護體 오른쪽技術間의 勝敗比率

〈表 18〉 自然體 왼쪽技術과 自護體 오른쪽技術間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	18	9	27
패	14	24	38
계	32	33	65
Z = 2.370*			

* P < 0.05

競技時 自然體 왼쪽技術과 自護體 오른쪽技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果〈表 18〉과 같이 自護體 오른쪽技術 보다는 自然體 왼쪽技術의 勝率이 $\alpha = 0.05$ 의 有意한 水準에서 더 높게 나타났다.

(9) 自然體 오른쪽技術과 自護體 왼쪽技術間的 勝敗比率

(表 19) 自然體 오른쪽技術과 自護體 왼쪽技術間的 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	25	27	52
패	10	31	41
계	35	58	93
$Z = 2.341^*$			

* $P < 0.05$

競技時 自然體 오른쪽技術과 自護體 왼쪽技術間的 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 (表 19)와 같이 自護體 왼쪽技術보다는 自然體 오른쪽技術의 勝率이 $\alpha = 0.05$ 의 有意한 水準에서 더 높게 나타났다.

(10) 自然體 손技術과 自護體 손技術 間的 勝敗比率

(表 20) 自然體 손技術과 自護體 손技術 間的 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	7	16	23
패	9	14	23
계	16	30	46
$Z = -0.619$			

競技時 自然體 손技術과 自護體 손技術 間的 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 (表 20)과 같이 自護體 손技術이 自然體 손技術보다 勝率이 약간 더 높게 나타났으나 統計的으로 有意한 水準에서 差異가 없는 것으로 나타났다.

(11) 自然體 허리技術과 自護體 허리技術 間的 勝敗比率

(表 21) 自然體 허리技術과 自護體 허리技術 間的 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	6	1	7
패	5	2	7
계	11	3	14
$Z = 0.651$			

競技時 自然體 허리技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 21>과 같이 自然體 허리技術의 勝率이 自護體 허리技術의 勝率보다 더 높았으나 統計的으로 有意한 水準에서 差異가 없는 것으로 나타났다.

(12) 自然體 발技術과 自護體 발技術 間의 勝敗比率

(表 22) 自然體 발技術과 自護體 발技術 間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	26	13	39
패	7	32	39
계	33	45	78
Z = 4.354**			

** P < 0.01

競技時 自然體 발技術과 自護體 발技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 22>와 같이 自然體 발技術의 勝率이 自護體 발技術의 勝率보다 統計的으로 $\alpha = 0.01$ 의 有意한 水準에서 더 높은 것으로 나타났다.

(13) 自然體 손技術과 自護體 발技術 間의 勝敗比率

(表 23) 自然體 손技術과 自護體 발技術 間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	7	13	20
패	9	32	41
계	16	45	61
Z = 1.088			

競技時 自然體 손技術과 自護體 발技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 23>과 같이 自然體 손技術이 自護體 발技術보다 勝率이 若刊 더 높게 나타났으나 統計的으로 有意한 水準에서 差異가 없는 것으로 나타났다.

(14) 自然體 손技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗比率

競技時 自然體 손技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 24>와 같이 自然體 손技術이 自護體 허리技術 보다 勝率이 더 높게 나타났으나 統

計的으로 有意한 水準에서 差異가 없는 것으로 나타났다.

(表 24) 自然體 손技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	7	1	8
패	9	2	11
계	16	3	19
$Z = 0.335$			

(15) 自然體 발技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗比率

(表 25) 自然體 발技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗 比率檢證

	빈도		계
	자연체	자호체	
승	26	1	27
패	7	2	9
계	33	3	36
$Z = 1.741$			

競技時 自然體 발技術과 自護體 허리技術 間의 勝敗에 對한 結果를 알아보기 爲하여 比率檢證한 結果 <表 25>와 같이 自然體 발技術이 自護體 허리技術 보다 勝率이 더 높게 나타났으나 統計的으로 有意한 水準에서 差異가 없는 것으로 나타났다.

V. 結論 및 提言

1. 結論

男子 大學 柔道選手들의 柔道 競技時 姿勢가 勝敗에 어떤 影響을 미치는가를 알아보기 爲하여 第 14回 春季 全國大學團體 柔道大會, 第 8回 漢林盃爭奪 全國男女 個人 柔道選手權大會 및 第 1回 全國大學生 新人個人 體級別柔道大會에 參加한 大學 柔道選手 170名을 對象으로 하여 本論者가 競技 現場에서 直接 目測에 依한 觀察法으로 選手別 姿勢를 區分한 後 이들의 姿勢에 따라 일어난 여러 가지 結果, 即 姿勢別間의 勝敗率, 左右 技術間의 勝敗率, 得失點率, 時間別 得失點率 및 勝敗率, 左右 技術의 種類에 따른 勝敗率, 姿勢別 技術 種類間의 勝敗率을 알아보기 爲하여 姿勢別로 나타난 競技 結果를 分析하고 이를 考察하였다. 考察한 結果 다음과 같은 結論을 얻었다.

- (1) 姿勢中 右 自然體와 左 自護體의 勝率이 첫째와 두번째로 높았으며 反對로 右 自護體와 自護本體의 敗率이 첫째와 두번째로 높았다.
- (2) 自然體가 自護體보다 有意한 水準($P < 0.01$)으로 勝率이 더 높게 나타났다.
- (3) 自然體 왼쪽技術이 自護體 왼쪽技術보다 勝率이 若干 더 높게 나타났으나 有意한 差異를 보이지는 않았다.
- (4) 自然體 오른쪽技術이 自護體 오른쪽技術보다 有意한 水準($P < 0.01$)으로 勝率이 더 높게 나타났다.
- (5) 自然體가 自護體보다 有意한 水準($P < 0.01$)으로 得點率이 더 높게 나타났다.
- (6) 競技 始作 後 1分까지와 1分에서 2分 사이가 自護體보다 自然體의 得點率이 有意한 水準($P < 0.05$, $P < 0.01$)에서 더 높게 나타났으며 그 外의 時間別로는 若干의 差異는 있었으나 有意한 水準에서의 差異는 없었다.
- (7) 競技 始作 後 1分까지, 3分에서 4分 사이 및 4分에서 5分 사이가 自護體보다 自然體의 勝率이 有意한 水準(各各 $P < 0.05$)에서 더 높게 나타났으며 그 外의 時間別로는 若干의 差異는 있었으나 有意한 水準에서의 差異는 없었다.
- (8) 自然體 왼쪽技術이 自護體 오른쪽技術보다 有意한 水準($P < 0.05$)에서 勝率이 더 높게 나타났다.
- (9) 自然體 오른쪽技術이 自護體 왼쪽技術보다 有意한 水準($P < 0.05$)에서 勝率이 더 높게 나타났다.
- (10) 自護體 손技術이 自然體 손技術보다 勝率이 若干 더 높았으나 有意한 水準에서 差異를 보이지는 않았다.
- (11) 自然體 허리技術이 自護體 허리技術보다 勝率이 若干 더 높게 나타났으나 有意한 水準에서 差異를 보이지는 않았다.
- (12) 自然體 발技術이 自護體 발技術보다 有意한 水準($P < 0.01$)에서 勝率이 더 높게 나타났다.
- (13) 自然體 손技術이 自護體 발技術보다 勝率이 若干 더 높게 나타났으나 有意한 水準에서 差異를 보이지는 않았다.
- (14) 自然體 손技術이 自護體 허리技術보다 勝率이 若干 더 높게 나타났으나 有意한 水準에서 差異를 보이지는 않았다.
- (15) 自然體 발技術이 自護體 허리技術보다 勝率이 더 높게 나타났으나 有意한 水準에서 差異를 보이지는 않았다.

2. 提言

本 研究의 結果를 土臺로 提言하고자 하는 것은 거의 全般的인 技術에 있어서 自護體보다는 自然體가 勝率이 더 높게 나타났으므로 柔道 競技時에는 自護體보다는 自然體를 취하면서 攻擊과

防禦를 하는 것이 要求된다. 모든 競技에서도 攻擊이 最善의 防禦策이라고 하듯이 柔道競技에서도 防禦보다는 攻擊的인 姿勢가 勝率이 높음을 알 수 있다. 또한, 競技時 得點을 하고 勝利를 決定한 技術들은 時間的으로 競技 始作 後 2分 餘까지와 거의 끝날 즈음에 많이 나왔으므로 勝率을 높이기 爲해서는 競技初와 거의 끝날 무렵을 특히 操心하여 競技에 慎重을 기하여야 하겠다. 本 研究에서 對象으로 하였던 大會보다 더 큰 權威 있는 大會에서 研究 對象者를 좀더 많이 하여 觀察, 分析 및 考察한다면 더욱 信賴性이 높은 結果가 나올 것이며 이는 柔道の 競技力 向上에 많은 도움을 줄 수 있는 좋은 資料가 될 것이라고 思料된다.

參 考 文 獻

- 姜忠植 外 1人(1985), 柔道指導의 理論과 實際, 서울: 螢雪出版社.
- 金正幸 外 1人(1983), 柔道, 서울: 東洋文化社.
- 南貳鎭(1976), 圖解 柔道教室, 서울: 松園文化社.
- 體育叢書編集會(1982), 體育評價, 서울: 體育叢書刊行會.
- 李緝世 外 1人(1980), 體育學研究法, 서울: 同和文化社.
- 李相燦(1985), 柔道, 서울: 正民社.
- 李學來(1977), 柔道 主訓練을 통한 體力育成 方案의 實驗的 研究, 韓國體育學會誌, 第 15 號.
- 安永煥(1974), 柔道選手의 反應時間에 關한 研究, 韓國體育學會誌, 第 9 號.
- 林容圭(1979), 柔道 訓練이 體力變化에 미치는 影響, 韓國體育學會誌, 第 18 號.
- 崔鶴龍(1985), 最新柔道技法, 서울: 書林文化社.