

サッカーにおけるドリブルの男女差と今後の女子サッカーの課題

The subject of the difference between men and women of a dribble, and future women's football in soccer

1K09B129

指導教員 主査 礒 繁雄 先生

谷本 晴奈

副査 石井 昌幸 先生

【目的】

サッカーの技術的要素には、シュート、パス、トラップ、ドリブル、ヘディングと呼ばれるボールコントロールがある。しかし、1人の選手がこれらのボールコントロールをしている時間は1試合の中で合計2分程度の報告があり、90分の試合時間では非常に少ないことがわかる(Hughes, 1996)。この少ない時間であるからこそ1つ1つのボールコントロールは非常に重要となる。1つのシュートミス、トラップミスが失点につながるため、ボールコントロール技術の正確さは勝敗を分ける重要な要素であることが考えられる。

これまでサッカーにおいてボールコントロールの正確性を見た研究は、リフティングやドリブルのスキルテストにおいて行われてきた(福井, 2012; 横井, 1960)。リフティングにおける研究では、男女の比較が行われており、女子サッカー選手は男子サッカー選手に比べ、姿勢制御機能、微調節能力に優れており、有意差が明らかにされている(福井, 2012)。しかし、ドリブルにおいては男女を比較した研究は行われていない。女子サッカー選手はボールタッチが柔らかく、足元の技術が高いとサッカー指導現場では多く言われてきた。しかしながら男子に比べ、走速度が劣る女子選手ではサッカー中のプレースピードが遅く感じられ、高いスピードを維持しながら正確にボールコントロールを行っているかどうかは明らかではない。そこで、本研究では走速度とドリブルスピードの違いを男女差の観点から検討し、ドリブル技術における男女差を明らかにすることを目的とする。

【方法】

関東大学サッカーリーグ1部に所属するスタメン選手14名、関東大学女子サッカーリーグ1部に所属するスタメン選手16名を対象とした。またポジション特性を見るためにディフェンダー(以下DF)、ミッドフィルダー(以下MF)、フォワード(以下FW)の各4~6名を対象とした。

測定項目は10×5シャトルラン(以下10×5)、ショートジグザグ走(以下Sジグ)、ロングジグザグ走(以下Lジグ)の3種類で、それぞれ走速度とドリブルスピードの違いを明らかにし、女子サッカー選手

を男子サッカー選手と比較した。

【結果】

・男女差

10×5では、女子のタイム差は男子に比べて少なく、男女の記録で有意差が認められた。このことは男女の技術において男女差、サッカー歴に関係だけでないことが明らかになった。

・男女を含めたポジション特性

ドリブルにおいてMFは他のポジションに比べて3種目ともタイム差がなく、MFとDF間でのSジグのドリブルにおいて有意差が認められた。

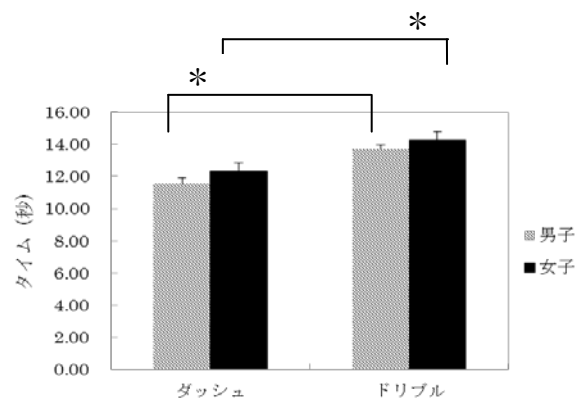
・ポジションにおける男女差

それぞれのポジションの男女差を比較すると有意差は認められなかったが、DFにおいて女子のタイム差がなく、男女で有意差が認められた。

【考察】

本研究によって、女子のドリブル技術は高く男女で有意差がみられ、特にDF間でみられた。女子サッカー選手の技術向上のためには走スピード(絶対値)を上げることが重要であることが推測できる。ドリブル技術を向上させるためには、専門的なトップスピードでの技術トレーニングとともにフィジカルトレーニングが重要であると考えられる。

今後女子サッカー選手の技術向上のために必要な要因を解明する研究を進め、年代の若い時期から継続して走速度向上、技術トレーニングをすることが女子サッカーの競技力向上につながると考える。



男女における10×5のダッシュとドリブルの関係

*: $p < 0.05$