



대한민국 스포츠의 근본적 변화를
여러분과 함께 만들어가고 싶습니다.
체육시민연대와 함께 해주시겠습니까?

체육시민연대 뉴스레터

2023년도 제8호

입스(Yips), 스티브 블래스 증후군(Steve Blass Syndrome)

운동선수의 '입스', 불안감·주위 시선 등 심리적 요인이 주원인

나지운 전기신문기자

테니스부 코치 비위 문제·학생선수 피해 호소

안양 관내 중학교 테니스 코치 비위·학생만 피해

이석철, 이원근 경인일보기자

포항스틸러스 U15 포철중학교

“좋은 사람이 좋은 선수 된다” U15 프로 감독의 인성교육 비결

김희준 오마이뉴스기자

제104회 전국동계체육대회

대한체육회, 동계체전 종합시상식 개최·MVP 김민선

하성룡 SBS NEWS 기자

아동 청소년 성 보호에 관한 법률위반 혐의

체육 교사가 여중생 창고로 따로 불러내 성추행 '벌금형'

안준영 부산일보기자

기사 모아보기

주간 스포츠 소식



서울시 서초구 서초동 효령로 230. 승정빌딩 407.1 TEL 02-2279-8999

<https://www.sportscm.org/>

운동선수의 '입스' 불안감, 주위 시선 등 심리적 요인이 주원인

프로야구선수 심수창을 아시는가. 고등학생 시절부터 촉망받는 유망주였으며 대졸 출신임에도 무려 16년이나 프로 경력을 이어간 투수다. 그는 고교 시절 미국의 명문 구단 보스턴 레드삭스에서 입단 제의를 받았다. 계약금 80만달러라는 나쁘지 않은 조건이었다. 구단에서 입단 테스트를 진행했고, 1차 테스트, 2차 테스트에 이어 3차 테스트까지 통과했다. 다 온 것 같았다. 그러나 하필 그 시기에 입스(yips)가 오면서 공을 제대로 던지지 못하게 됐다. 결국 미국 진출은 불발됐다.

이후 심수창은 인터넷 방송에서 “대부분의 (프로야구)선수들이 한 번씩은 입스가 오는 것 같다”고 말한 적이 있다. 그렇다면 입스란 대체 무엇일까?

입스란 근육이 경직되거나 경련을 일으키고 땀이 나면서 평소에 익숙한 동작이 잘 안되는 현상이다.

심수창은 “닭발이 된다”고 표현했다. 손가락이 굳으면서 닭발처럼 된다는 이유에서였다. 손이 경직되니 제대로 공을 던질 수가 없게 된다.

입스는 야구 선수에게만 오는 건 아니다. 골프를 할 때도 입스가 올 수 있다. 샷 실패에 대한 불안감, 주위 시선, 이전에 경험했던 부상에 대한 공포심 등이 원인이다. 즉 심리적인 요인이 입스가 찾아오는 주요 원인으로 알려져 있다.

야구, 골프를 할 때뿐 아니라 미식축구, 농구 등의 스포츠 활동에서도 입스가 올 수 있다. 아무래도 일반인보다는 같은 동작을 반복하는 스포츠 선수들에게 더 많이 찾아온다. 선수뿐 아니라 타자를 반복해서 치는 타이피스트나, 피아니스트들도 입스가 온다고 한다. 즉 특정 근육을 반복해서 사용하는 사람들에게 주로 발생한다.

입스의 하위 개념으로 스티브 블래스 증후군(Steve Blass Syndrome)이 있다. 주로 야구 선수들이 겪는 증후군으로 이름에서 유추할 수 있듯, 스티브 블래스라는 선수의 증상이 유래다.

1942년생인 블래스는 1960년 18세의 나이로 미국 북동부의 팀 피츠버그 파이어리츠에 입단했다. 지금도 메이저리그에 남아있는 명문 구단이다. 이후 1군에 자리 잡은 그는 8년 뒤인 1968년 환상적인 시즌을 보낸다. 18승 6패, 평균자책점 2.12점을 기록한 것이다. 9이닝을 모두 무실점으로 막아내는 완봉승도 7번이나 받았다. 야구를 잘 모르시는 분은 이게 어떤 수준인지 잘 모르실 수 있으나 매우 우수한 성적이라고 할 수 있다. 내가 올해 투자한 주식 종목 중 상한가를 맞은 게 7개 있다고 비유하면 되려나.

이후 1972년에는 19승이나 올렸으며 평균자책점도 2.49로 우수했다. 류현진이 사이영상 2위를 기록했던 시즌 성적이 14승 5패, 평균자책점 2.32이었으니 상당히 좋은 성적이다. 실제로 블래스는 그해 사이영상 투표에서 류현진과 마찬가지로 2위를 기록했다. 괴물들이 즐비한 미국 투수 전체를 통틀어 그 해 TOP2를 기록한 셈이다.

영광의 시절은 그때 까지였다. 산이 높은 만큼 골이 깊었다. 이듬해인 1973년 갑자기 원인을 알 수 없는 제구력 난조에 빠졌다. 88.2이닝밖에 소화하지 못했으며, 평균자책점은 9.85로 도저히 1군급 선수라고는 보기 어려운 수준이었다. 실제로 그는 마이너리그로 내려갔다. 그리고 끝내 돌아오지 못했다. 스트라이크와 볼을 마음대로 던질 수 없게 된 그는 결국 이를 이겨내지 못하고 1975년 은퇴했다.

입스와 블래스 증후군 모두 의학적 원인이 아직 뚜렷하게 밝혀지지 않았다. 증후군(syndrome)으로 불리는 이유도 여기에 있다. 심리적 불안증세가 원인으로 예상되는 정도다. 뇌 속의 무의식과 의식을 각각 담당하는 편도와 해마의 균형이 깨져 편도가 과잉 활성화되고 해마가 억압되면 발생한다는 연구가 있다.

원인이 불분명해서인지 아직 뚜렷한 치료 방법이 없다. 그나마 주로 권장하는 방법은 정신적으로 다스리라는 정도다.

심수창은 고교 시절 입스를 극복하기 위해 하루에 다섯 시간씩, 1000개가 넘는 투구 연습을 했다는 말도 있다. 사실 이 정도면 혹사이지만 그만큼 절박했다고 볼 수도 있겠다.

부상은 모든 선수, 모든 유망주의 적이다. 입스, 블래스 증후군도 부상이라면 부상이다. 부디 잘 피해 나가길 바랄 뿐이다.

안양 관내 중학교 테니스 코치 비위... 학생만 피해

안양의 한 중학교 학교운동부(테니스)에서 갑작스럽게 코치 비위 문제가 불거지면서 선수들이 동계 훈련은 물론 대회에 참여하지 못하는 등의 피해가 발생했다며 학부모들이 반발하고 있다.

21일 안양시 A중학교 테니스부 학부모들과 안양과천교육지원청 등에 따르면 지난 1월께 이 학교 B 코치가 사직서를 제출했다. 학교 체육소위원회는 B 코치의 사직서를 받아들이면서 재계약을 하지 않겠다는 뜻을 전달했다.

B 코치는 2019년과 2021년 두 차례에 걸쳐 중학교 코치 신분으로 근무시간에 초등학생들을 강습한 사실이 뒤늦게 알려지면서 문제가 발생, 사직서를 제출한 것으로 알려졌다. 학교운동부 지도자(코치) 운영지침에는 근무시간 내 다른 학교 소속의 학생들을 지도할 수 없다고 돼 있기 때문이다.

이처럼 B 코치가 갑작스럽게 사직을 하는 바람에 테니스부 학생 선수 4명은 이번 겨울 제대로 된 동계 훈련을 하지 못했고 지난 16일부터 23일까지 열리는 '하나증권 2023년도 김천 춘계 전국주니어 테니스 대회'에도 불참했다. 또한 오는 3월4~8일 열리는 '2023년도 경기도 종별 테니스선수권 대회 겸 제52회 전국소년체전 2차 선발전'마저 참가가 불투명한 상태다.

A중학교가 신입 코치 채용 절차를 진행 중이지만 상급학교 진학을 위해 대회 성적이 꼭 필요한 학부모·학생 선수들에게는 이번 사태로 인한 아쉬움이 클 수밖에 없다.

더욱이 B 코치가 학교 측에 "학생들의 진학 문제가 걸려 있어 (상급학교 코치의) 지도 요청(강압)을 거절하지 못하고 초등생들을 지도하게 됐다"고 해명한 것으로 알려지면서 학부모들의 불만이 더욱 커지고 있다.

한 학부모는 "재계약이 불발되는 과정 속에서 학생·학부모들은 혼란스러울 수밖에 없었다"며 "안양지역 테니스계의 내부 문제로 발생한 피해가 고스란히 학생들에게 돌아가고 있다"고 토로했다.

“좋은 사람이 좋은 선수 된다” U15 프로 감독의 인성 교육 비결

전지훈련을 위해 경남 남해를 찾은 프로축구단이 일정을 쪼개 남해 해안환경 정화 활동을 펼치는 현장을 찾았다.

지난달 20일 서면 회룡농촌체험마을(중현앞새바람, 대표 이정만)에 머물던 프로축구단 선수들이 숙소에서 나와 하나둘 모이기 시작했다. 이들은 올해 창단 50주년을 맞는 포항스틸러스 U-15 프로축구단 소속 포항제철중학교 선수들이다.

3년째 전지훈련을 위해 남해를 찾고 있는 선수들은 지난해에도 군의 '유소년 축구 동계훈련 지원프로그램'을 통해 회룡농촌체험마을에 머무르는 동안 환경정화 활동을 펼친 적이 있어 익숙한 모습이었다. 김미정 체험마을 사무국장이 지구환경 관련 영상과 설명을 곁들이고 김동일 바다해설사가 활동구역을 나누며 도왔다.

생각지 못한 봉사의 힘

선수들을 올해도 회룡마을 해안가 일대 해안정화 봉사활동으로 이끈 것은 선수들의 지도자인 임경훈 감독이다. 임 감독은 2019년 포항제철중 감독으로 부임한 이후 선수들의 축구 지도 외에도 봉사활동 등을 통한 인성발달을 위해 노력해 왔고, 이런 공로로 올해 초에는 경상북도 운동부 지도자로서는 최초로 경북교육감 표창받기도 했다.

임 감독은 "선수라지만 선수 이전에 사춘기 학생들이라 보니 운동만 가르쳐서는 안되겠다고 생각해 봉사활동이나 체험활동을 시켰다. 처음엔 선수들도 그렇고, 주변에서도 왜 봉사활동을 시키느냐, 훈련시간을 할애할 만큼 중요한 일인가 하는 핀잔이 있었다. 하지만 코로나19로 인해 단체훈련도, 시합도 할 수 없어 불안정했던 학생들이 변하는 모습을 지켜보고는 많이 응원해 주신다"고 말했다.

"무엇보다 학생들의 마음가짐과 태도가 변했다"는 임 감독은 "선수의 길로 들어선 후 운동만 해와, 모가 나고 자기중심적인 친구도 있었으나 봉사와 체험을 통해 정서적으로 더 안정된 모습을 보였고 공동체 역량이 늘면서 팀의 사기도 기량도 높아졌다"고 설명했다. 봉사활동을 했더니 팀 기량이 늘었다는 것이다. "좋은 사람이 좋은 선수가 된다"는 말에 고개가 끄덕여졌다.



제104회 전국동계체육대회 종합시상식

일시: 2023. 2. 22.(수), 14:00 | 장소: 올림픽파크텔 4층 베를린홀 | 주최: 대한체육회 | 후원: 문화체육관광부 | 재정후원: 국민체육진흥공단

SBS NEWS
하성룡 기자
한겨레
한겨레

2023.02.22



대한체육회, 동계체전 종합시상식 개최... MVP 김민선

대한체육회가 서울 송파구 올림픽파크텔에서 전국동계체육대회 종합 시상식을 개최했습니다.

지난 20일 동계체전이 막을 내린 가운데 5개 시도에서 분산 개최되면서 별도의 폐회식은 열리지 않고 시상식이 마련됐습니다.

최우수선수상인 MVP는 스피드스케이팅의 간판 김민선에게 돌아갔습니다. 김민선은 여자 일반부 500m와 1,000m, 팀추월에서 금메달을 목에 걸었고 특히 500m와 1,000m에서는 대회 신기록도 작성했습니다.

김민선이 네덜란드에서 열리는 세계선수권대회 참가를 위해 현지에 머물면서 소속사 관계자가 대리 수상했습니다.

종합 순위에선 경기도가 1위에 올랐고, 서울이 2위, 강원도가 3위에 자리했습니다.

체육 교사가 여중생 창고로 불러내 성추행 '벌금형'

체육 수업 시간에 여학생을 따로 불러내 성희롱을 한 중학교 체육 교사가 벌금형을 선고받았다.

부산지법 형사6부(부장판사 김태업)는 26일 아동·청소년의 성 보호에 관한 법률위반(강제추행) 등 혐의로 기소된 A 씨에게 벌금 2000만 원을 선고했다. 40시간의 성폭력 치료 프로그램 이수도 명령했다.

재판 과정에서 드러난 범행 사실에 따르면 A 씨는 2021년 10월께 자신이 가르치던 여중생 B 양을 수업 시간에 따로 강당 내 체육 창고로 불러 어깨에 손을 올리고 귀를 만지는 등 추행을 한 혐의를 받는다.

A 씨는 피해 학생인 B 양과 간이식 접의 의자 하나에 엉덩이를 맞대고 앉아 신체 주요 부위에 손을 스치거나 손을 대고, '남자친구가 있냐'고 물어보기도 했다.

B양은 교사라는 권위 때문에 심한 저항을 하지 못했으나, 다른 학생들도 이 같은 피해를 볼 수 있고 A 씨가 더 심한 추행을 저지를 수도 있다는 생각에 학교 측에 피해 사실을 알리게 됐다.

A 씨는 추행의 고의가 없었고 공소사실도 특정되지 않았다고 주장했지만, 재판부는 이를 받아들이지 않았다.

재판부는 "피고인의 행동은 성적 학대 행위로 판단할 수 있고, 그런 행동에는 의도가 개입될 수밖에 없다"며 "보호 책임 의무가 있는 교사로서 저지른 범행으로, 자라나는 학생들에게 악영향을 미칠 것이다"고 밝혔다.

다만 "피해자와 합의했고, 피해자가 처벌을 원하지 않는다는 의사를 제시했다. 이전에 별다른 처벌 전력이 없다"며 양형 이유를 설명했다.

주간 스포츠 소식

사우디의 여자골프 도전 성공할 수 있을까?

<https://www.golfjournal.co.kr/news/articleView.html?idxno=4137>

한국여자야구연맹, 대한체육회 체육상 '스포츠가치' 부문 수상

<https://isplus.com/article/view/isp202302240050>

파리올림픽 '분열' 조짐...서방 34개국 "러시아 참가 안 돼"

https://www.hani.co.kr/arti/international/international_general/1080539.html

영암군 '반다비 체육센터' 설계공모 당선작 발표

https://newsis.com/view/?id=NISX20230227_0002207088&cID=10809&pID=10800

체육시설 통해 울릉독도 사랑...독도 AR클라이밍 개발·보급

<http://www.kbmaeil.com/news/articleView.html?idxno=951780>

양천구, 양천마라톤 대회 8년 만에 부활...생활체육 저변 확대

<http://www.m-i.kr/news/articleView.html?idxno=991146>

제주시 서부 국민체육센터 준공...3개월 간 시범 운영

<https://www.news1.kr/articles/4965437>

광주시 1천100여개 체육시설 종합관리 계획 수립

<https://www.yna.co.kr/view/AKR20230224148800054?input=1195m>

'평창→파리'배동현 선수단장 "장애인체육 일하면서 가장 행복한건 제자신" [진심인터뷰]

<https://sports.chosun.com/news/ntype.htm?id=202302270100196550025760&servicedate=20230227>

체육시민연대

온라인 정기 후원 안내

‘귀하를 체육시민연대 회원으로 모십니다’

체육시민연대는 우리사회 변화를 위해 실천합니다.

스포츠 인권과 평화, 공정하고 투명한 스포츠문화를 함께 만들어 갑니다.

***후원:국민은행 086601-04-095940, 체육시민연대**

체육시민연대는 기부금대상 비영리민간단체로

시민들의 후원에 의해 운영됩니다.

(연말 기부금영수증발급)

온라인 정기 후원은 아래 링크를 통해 홈페이지에서 할 수 있습니다.

많은 관심 부탁드립니다.