馬術競技における技術向上のための研究
A study of improving the skill of equestrian event

1K06A115　　佐藤　泰
指導教員　主査　太田章先生　　副査　正木宏明先生

【諸言】

スポーツ乗馬はオリンピック競技としても最も歴史ある競技の一つであり、オリンピックでは動物を使用する唯一の種目であるとともに、選手の男女が区別されない唯一の競技でもある。

私が主に行っている「障害飛越競技」という種目は、設置された障害コースを規定時間内で走行し、タイムと減点方式で順位を競う。大きな障害を人馬一体となって飛越する様は思わず息を詰めて見入ってしまう迫力である。そして、馬が軽快に楽しそうに障害を飛越する様には、誰もが憧れる。

さらに、勝負をかける緊張感は、自分だけではなく、パートナーである馬がいるからこそ、人馬一体となる感覚やタイムをかける緊張感があり、それらが結果に結びつき、他にはないスポーツでの勝負の味わい方があり、魅力ともいえる。

一方で、実際に競技を目指して見ると馬のコンビが合わず、人馬共競技会を楽しめずにいる選手が多く、競技から遠のいてしまう方がいる。

この研究では、これまでの競技結果や日々の経験から考えられる勝因、敗因を探り、自分のトップパフォーマンス、フォームなどを他の選手と比べ、優れているポイントを見つける。そして、１位になるために、どのような走行をしたか明確にしたい。

この卒業論文を通して、自分の感覚を論理的に表現し、自分が教え伝えられる技術や戦術を伝え、競技に出て、良い成績を残したいと思う選手、これから私が教えていく選手達への手助けになれば幸いである。

【方法】

２００６年から２００９年の競技成績から分かる勝因・敗因を解析する。また、技術分析として、自分の飛越体勢と様々な選手の飛越体勢の写真で比較する。さらに、コース分析では、１位と２位のコース取りの違いを明確にする。

【結果・考察】

敗因・勝因からトレーニングが最も勝敗を左右する。

そして、戦術戦略がきちんとしているものでなければ、勝因や敗因も分からず、最も大切なトレーニングをどのようにすべきか見えてこない。さらに、選手やトレーナー、指導者の経験が必要である。

馬術の試合に関しては、自分の試合、成績を振り返ると、その時々の勝因、敗因というものが判明してくる。勝因、敗因を見返し、それを普段の練習や、後の試合で実践すると、馬術の技術向上にもつながる。今まで私が感じてきた勝因としては、騎手が自分の計算していた通りに試合で走行できたこと、馬の特性を障害のコースに合して走行できたこと等が挙げられる。敗因に関しては騎手の姿勢が安定していない、馬がいつも以上に興奮した状態で試合に臨んでしまうなどがある。

また、試合に勝つためには経路の分析といったものが必要不可欠である。経路といっても、コースデザイナーが時間をかけて作ったもので、

試合参加者の間での技術の差が見えるようにデザインされており、そのデザイナーの意図をくみ取って、それを自分の持ち合わせている技術と照らし合わせて、試合では自分の持つ技術が最大限に生かされるように準備する。

さらに、試合直前の調整も重要だが、試合の前の長期間の調整も同様に重要である。それは年単位の調整といっていい程に長いもので、１年後、２年後といった試合を目指しての調整の開始は馬術界では当然のことなのだ。

最後に、今まで学んできたことを忘れずに生かしていくとともに、今後も新たな発見を通して、馬術での技術向上を目指していきたい。技術というものは言葉では表せないものであるがゆえに、経験という言葉にはできないものが、やはり馬術では最も大事なものである。