

陸上競技におけるハードル走の発展に向けた提案
—競技発展史および技術発展史の視点から—
Recommendations toward development of hurdling in Track and Field
—The history of development regarding games and technique—

1K09B144

指導教員 主査 友添秀則 先生

中嶋 一成

副査 礒 繁雄 先生

【本研究の背景と目的】

ハードル種目が誕生してから現在までの間には、障害物としてのハードルの発展や技術・戦術の進歩に伴い、ハードル走の記録は向上してきた。しかし、最近の世界のトップレベルのハードル走には、世界記録が出ていないことや、あるいは世界記録がしばしば更新されてはいても、その記録の向上は、ごく小刻みなものにとどまっているなどの行き詰まりも認められる。中には、ハードル走特有の技術を有さなくても、その種目のレースで優位に立ててしまう選手が出現する種目さえあり、このままではハードル種目としての独自性が失われてしまうことも危惧される。そこで本研究では、このハードル走の硬直した現状を改善するために、ハードル走の種目としての特性や歴史的背景からこの行き詰まりの原因を探り、今後のハードル走のさらなる発展に向けた提言を行うことを目的とする。

【研究の手順】

本研究は、関連文献の講読による文献研究によって行う。具体的には、第1章でハードル走の歴史的な観点から、現在のハードル走の誕生や、それぞれの種目の成立までの過程を明らかにしていく。続いて第2章では、世界記録の変遷やハードル走の技術および戦術の発展に考察を加えることによって、それぞれのハードル種目が抱える問題点について明らかにする。最後に第3章では、以上の内容を踏まえて、今後のハードル走の発展に向けた提案を行う。

【第1章】

本章では、ハードル走の歴史的な観点から、現在のハードル走の誕生や、それぞれの種目が成り立つまでの過程を明らかにしていった。はじめにハードル走がどのように誕生し、発展していったのかを、ハードル走の語源と起源、そして、障害物としてのハードルの変遷を見ていった。次後にそれぞれ、110mH、100mH、男子400mH、女子400mHの成立過程を調べた。

【第2章】

本章では、現在のハードル走が抱える問題点を明らかにした。110mHでは、国際陸連が設立され記録の公認が行われるようになった1908年には、既に基本的な技術の枠組みが確立されており、その後の記録の向上の背景には障害物

としてのハードルの発展やグリッパ動作の開発といった要因が影響していることが明らかにされた。100mHに関しても、競技成立の直後には技術的な完成を迎えており、その後は大幅な記録の向上は望めない状況にあった。男子400mHには、大きな技術発展とそれに伴う世界記録の更新はなされていないが、インターバルの疾走における戦略性に今後の課題が認められ、その発展に伴う記録の向上が見込めることが明らかにされた。女子400mHは、100mH同様、競技成立の直後には技術的な完成を迎えており、その後は大幅な記録の向上は望めない状況にあったことが明らかになった。

【第3章】

本章では、陸上競技におけるハードル走の発展に向けた提言を行った。成立過程、技術・戦術の発展と現状について調べたところ、110mHではインターバルの規格が記録の停滞に大きく影響していることが明らかとなった。また、女子種目においては平均身長に対するハードル高の低さが技術的な要請を著しく下げており、そのことが種目の閉塞感につながっていることが明らかになった。男子400mHに関しては、インターバルにおける技術・戦術の改善による記録の向上の余地があると考えられた。これに対して100mH、女子400mHの歴史的な記録の向上にはその種目の成立背景に起因していて、技術的な要素の占める割合が小さく、ハードル種目としての独自性が損なわれていることが明らかになった。以上から、ハードル走のさらなる発展のために、本研究では以下のことが提言された。すなわち、110mHにおいては、インターバルを広くすること、100mH、女子400mHにおいてはハードルの高さを高くすることである。男子400mHに関しては、戦術の幅を広げることが更なる発展へとつながることが期待される。

【結章】

110mH、100mH、そして女子400mHには種目としての行き詰まりが見られた。この行き詰まりは本研究で行われた提案によって改善される可能性がある。今後は実際にこの提案をもとにした競技会を実施してみる必要がある。