

A study on the history and popularization of the race walking

1K09B157-2 野田 泰代

指導教員 主査 吉永 武史先生 副査 深見 英一郎先生

【序章】

私は高校時代から陸上競技の「競歩」に取り組んできた。高校へ入学するまでは競歩という競技を知らなかったが、高校から大学4年まで7年間競技に取り組む中で、世間における競歩の認知度の低さを痛感した。近年、競歩の認知度は記録の向上に伴って少しずつ高まってきているものの、同じ陸上競技のマラソンや駅伝などと比べると、競歩の認知度はまだまだ低いと感じている。認知度が低いゆえに資金も不足しており、競歩の選手は練習場所やコーチの確保、遠征費の問題などに日々直面している。環境面や資金面が充実していなければ競技力を向上させることは厳しい。そこで、日本の競歩選手が充実した環境のもとで競技力を高め、国際大会で活躍できるようになるためには、上述した課題の解決策を考えたいと思ったことが研究の動機である。そのことが明らかになることで、競歩の認知度が高まり、多くの人々が生涯スポーツとして競歩を楽しむことができるようになると思う。

そこで本研究では、競歩の起源から日本における競歩の歴史について概観した上で、今後の日本の競歩選手の競技力が向上し、競歩の認知度が向上するための方策について検討することを目的とする。2009（平成21）年の内閣府による「体力・スポーツに関する世論調査」によれば、運動不足を感じる人々の割合は73.9%になっている。一方、過去一年間にウォーキングを行ったことのある人々の割合は42.8%を占め、1994（平成6）年以降、ウォーキングは過去一年間に行ったスポーツの第一位となっている。このことから、ウォーキングは多くの人々に親しまれていることが分かる。ウォーキングはジョギングに比べて脚にかかる負担が少なく、場所を問わずどこでも行うことができるため、生涯スポーツとしては最適であると考えられる。そこで、このウォーキングに競歩の動きを取り入れ、効率のよいウォーキングを一般の人々が実践できるようにするための方法についても検討していきたいと考える。

【第1章】

第1章では、競歩の起源とその歴史の変遷を概観し、加えて国際競技としての競歩の現状ならびに日本における競歩の課題について検討した。日本における競歩の最大の課題は認知度の低さである。国内での認知度は低いため、競技力、競技人口、指導者の育成などの面で課題があり、これらの課題を解決することが重要であることが示唆された。

【第2章】

第2章では、競歩の認知度向上のための方策として、競技力の向上、メディア戦略、競技人口の増加について検討した。日本選手の競技力が向上することでメディアに取り上げられる機会が増え、一般の人々に競歩を知ってもらえるきっかけとなる。競歩に関心を持つ人たちが増えることで「競歩をやってみよう」と思う人が増えることにつながり、結果的に競技人口の増加に結びつくと考えた。

【第3章】

第3章では、健康志向の高まりから多くの人々がウォーキングに親しんでいる現代において、幅広い世代に競歩に触れるきっかけを作るために、生涯スポーツとしてのウォーキングに競歩の要素を取り入れることを検討した。競歩式ウォーキングで歩き、効率の良い効果的な動きを目指すとともに、競歩式ウォーキングのイベントを開催することで、一般の人々の競歩に対する関心が高まり、競歩の認知度が向上することが推察された。また、若い世代の人々にも競歩に触れてもらうために、教科体育における競歩の教材化についても検討した。競歩の動作は走りの基礎となる動きであり、今後陸上競技の授業の中で競歩を扱う価値があることが明らかになった。

【結章】

結章では、第3章まで考察してきた点を総括した上で今後の課題について整理した。競歩式ウォーキングの具体的な内容と、教科体育における競歩の教材の有効性について検討していく必要があることを示した。