

水泳指導教本からみる平泳ぎの泳法の変遷

1800815H 峯浦 楽

1. 序論

競泳の泳法の中で、平泳ぎは、日本のお家芸と呼ばれている。戦前には、日本競泳界初のオリンピック金メダリストである鶴田義行や前畑秀子らが著しい活躍を見せた。戦後では、田口信教や岩崎恭子、北島康介ら合計 8 人が、オリンピックにおいて金メダルを獲得し、世界記録の更新も見られた。日本人によるオリンピックの競泳・平泳ぎにおける金メダル獲得数は、自由形の 2 倍である。このことから、自由形では、外国人選手との体格差が大きなハンデとなっているが、平泳ぎには、その差を埋める、日本に特有な技術が継承され、高い競技力が維持されてきたのではないかと考えた。そこで、本研究では、戦後日本の平泳ぎの泳法の変遷について検討することを目的とした。

先行研究を検討した結果、戦後日本のある時期の平泳ぎの泳法の指導方法に関する研究や、日本における競泳の歴史を概観した論考はみられたものの、戦後日本における平泳ぎの泳法の変遷についての歴史像を示した研究は行われていなかった。よって本研究では、日本における水泳の全国的統括組織である、日本水泳連盟が複数のタイトルで継続出版していた、下記の『教本』（1948 年版から 2019 年版まで計 12 冊、編者はすべて日本水泳連盟）を史料とし、その各版の平泳ぎの泳法に関する記述内容を、模索期（1947 年から 1975 年）と確立期（1982 年から 2019 年）に区分して考察することを課題とした。

- ・図解水泳読本（1948 年）
- ・水泳指導教本（1966 年）
- ・水泳指導教本（1975 年）
- ・水泳コーチ教本（1982 年）

- ・水泳指導教本（1983 年）
- ・水泳指導教本（1991 年）
- ・水泳指導教本（1994 年）
- ・水泳コーチ教本（1998 年）
- ・水泳コーチ教本（2005 年）
- ・水泳教師教本（2006 年）
- ・水泳指導教本（2009 年）
- ・水泳指導教本（2011 年）
- ・水泳コーチ教本（2014 年）
- ・水泳指導教本（2019 年）

これらの『教本』を主要史料としたのは、日本水泳連盟が、各時期において採用、普及すべきであると考えていた平泳ぎの泳法を認識することができる代表的な史料であるためである。

また、模索期、確立期という時期区分は、平泳ぎの泳法に大きな変化が見られた時期から、それ以降の泳法論の深まりが見られた時期への変化という通史認識に基づき採用されている。

2. 本論

第 1 章 模索期の『教本』における平泳ぎの泳法 1948 年－1975 年

1948 年から 1975 年までの『教本』にみる平泳ぎの泳法の記述内容の変化は、ルールの変更によりもたらされるものと、技術の進化によるものの 2 つの系譜があった。

終戦から 3 年後の、1948 年版に見られた競技性の薄い平泳ぎの解説から、1975 年版に見られた、抵抗を減らし、速く泳ぐための細かい動作をどのように行うべきかについての詳細な説明まで、泳法の記述は変化していた。1948 年版では抽象的な指導が多かったが、1975 年版では、細かく肘の角度まで指

定するほど分かりやすくなった。それに伴い、腕の動作、脚の動作に関する記述も大きく変化した。

1940年代では、潜水泳法という手段がルール上可能であり、水の中に潜り、水をかくほうが有利であった。しかし、潜水泳法は1956年に禁止され、スタートとターン後以外の潜水は認められなくなった。それ以外の時には、頭の一部が常に水面上に出ていないといけなくなった。このことは、1946年版以降の指導法に大きく影響を与えていると考えられる。

また、『教本』には技術論が1966年版から追加され、その内容も毎回更新されており、科学的な進歩が反映されていた。その成果は泳法の記述にも影響していた。科学的な根拠から腕の角度や、脚の角度などの細かいことが導き出された。

第2章 確立期の『教本』における平泳ぎの泳法 1982年—2019年

第2章では、1982年版から2019年版までの『教本』の平泳ぎの泳法の記述を、版ごとに検討し、その変化の意味について考察した。結果、腕の動作も、脚の動作も、腕の角度などの細かい変更になっており、現代に近づけば近づくほど大きな変化はなくなっていった。この時期の『教本』における平泳ぎの泳法の記述は、模索期ほどの大きな変化はみられなかった。その背景として、以下の3点を挙げる事ができる。1) 泳法に大きな影響を及ぼすような大幅なルール変更が行われなかったこと。2) 泳法がある程度確定し、人それぞれにあった泳ぎが求められるようになったこと。3) 泳法の改善のほかにも、トレーニング方法から身体作りまで様々な方法で速くなることが出来るということが明らかになったこと。

新しい泳法は、急に生まれるわけではなく、上に挙げたような科学の進歩から生まれた原

則・原理を活かして、具体化するのには泳者やコーチの役割である。最新の泳法を『教本』で提示し、それを実践するのも泳者、コーチである。そのために、一番良い泳ぎを提示したところで、原則や原理に則らない泳法を工夫して記録を伸ばすような選手もいるわけであり、科学がその後付けをすることも少なくない。このことを踏まえ、『教本』に記述された平泳ぎの泳法は、基本のみを忠実に提示して、泳法に付随する最新の知識を、それぞれの解釈で活かすように出来ていた。1980年代から泳法の基本は確立されているために、『教本』の平泳ぎの泳法は、1982年版から2019年版まで、大きな変化がなかったと考えられる。

3. 結論

模索期における『教本』の平泳ぎの泳法の記述内容は、ルールの変更に影響を受け、変化したところが大きかった。そこから、腕の細かい角度の変更や、細かな変化がみられるようになり、基本的な泳法に大きな変化がみられなかった。しかし、その泳法に関する記述は、より詳細に、科学的に説明されるようになっていく。世界各国と泳ぎに関する情報を容易に交換出来るようになり、水中カメラの進化により泳法分析が進み、そして2014年版に見られたように、ストローク分析から平泳ぎの泳法が解説されるようになった。

本研究で検討した、1948年から2019年までの『教本』の平泳ぎの泳法の記述の変化は、日本水泳連盟が模索した理想の泳法の、探求の軌跡であったと言える。模索期から確立期を経て、『教本』の記述に反映された平泳ぎの泳法に関する認識の深まりは、『教本』を経由して、競技者に、指導者に、そして愛好者に共有されたと考えられる。日本のお家芸を支えた知の基盤の一端は、『教本』に確かに示されていた。

(指導教員： 秋元 忍)