

水泳のうんちく

日本泳法のカエル足ではなく、なぜバタ足なのか？

今回は、水泳でなぜバタ足をするのかということについてお話します。バタ足は、クロールの泳ぎの一部なのに、バタ足を基本としていること。日本には昔から日本泳法という泳ぎがあり、基本の泳ぎは、平泳ぎのカエル足。それなのに、どうしてバタ足をするのかというお話です。これには、クロールが日本に伝わってきたことにとっても関係しているのです。

(1)クロールの歴史

以前に、クロールのうんちくの所でお話したことです。そのおさらいです。

①クロールは元々平泳ぎから生まれました。

②平泳ぎでは、かいた腕をもどすときに水の抵抗を受けるので、体を横にして泳ぐ「横泳ぎ(サイドストローク)」が生まれました。足は、カエル足かはさみ足。

③さらに、水の抵抗を減らすために、かいた腕を空中でぬくようになった。「片抜き手(ドーバーアームサイドストローク)」

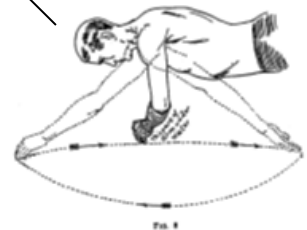
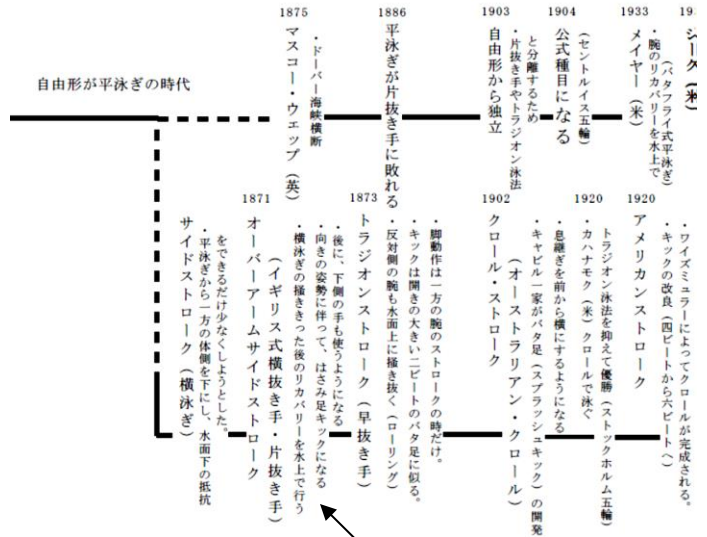
④片手だけではなく、両方の腕を空中でぬくようになった。「トラジオンストローク」

⑤「クロールの完成」(1902年)「クロールストローク」クロールとは、はうと言う意味。

⑥キャビル一家がバタ足を考える。キックが2ビートから4ビートへ(一かきの間に2回キックするのを2ビート、4回キックするのを4ビート)

⑦ワイズミュラー選手(米・後に俳優・ターザンとして有名)によってクロールが完成される。キックが6ビートへ。

歴史的には、初めからバタ足があったのではなくて、腕のかきを水中から空中で行うことによって、速く泳げるようになり、後でバタ足が加わったのです。クロールは、腕のかき→キックの順に完成されていったのです。



オーバーアームサイドストローク

(2) クロールが日本に伝わった大正時代

今年のNHKの大河ドラマは「いだてん」でした。明治時代から東京オリンピックまでの話をドラマ化したものでしたが、全然人気のなかった番組でした。

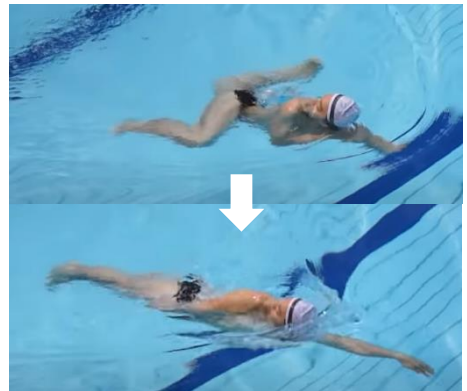
その中に、1920年(大正9年)アントワープオリンピックに日本選手が日本泳法で出場し、クロールにことごとく負けてしまう場面があります。日本泳法で泳いでいた所、その泳ぎを見た外国人選手に笑われバカにされます。負けた日本選手が、「日本も早急にクロールを習得しなければならない」とさげんていました。負けるのも当然、日本泳法は流れのある中で泳ぐための泳ぎであって、決して速さを競うための泳ぎではなかったのです。

その後も、日本人選手が国際大会などに出場するようになると、日本泳法が敗れるということが続き、外国で泳がれているクロールが一段と注目されるようになったのです。そして、短距離を速く泳ぐ泳ぎとしてクロールが泳がれるようになります。

ちょうど、そのころのクロールと言えば、クロール自体も4ビートから6ビートへ、キックの回数を増やして行く時期と重なり、速く泳ぐためにキックが重視されるようになります。その練習として、ビート板を持ってバタ足をするようになったのでした。



早抜き手(はやぬきて:手はクロールのようなかき、足はカエル足)



一重伸(ひとえのし:右手をかく。左手を伸ばす。足ははさみ足)キックを2回したら二重伸になる。右手をかいた後に、左手をかくと両手伸になる。

(3) 1964年東京オリンピックに向けてプールができる

日本の水泳は、海や川などで行われてきました。海や川の一角を囲ってそこに水泳場を造り、水泳の訓練(水練)が行われてきました。プールが急速に造られるのは、東京五輪(1964年)前の1950年ごろからで、全国にプールが造られるようになります。学校の沿革史をみると、ほとんどがこのころに造られています。

学校の学習指導要領においても変化が見られます。日本泳法的な内容(例えば、かつては指導要領に記載されていた「犬かき」や「横泳ぎ」)が消え、クロールや平泳ぎなど、近代泳法の習得を目的とする競泳に変わっていったのです。

ここまでをまとめると、大正時代の国際大会で日本泳法がクロールに敗れる→そこで見た外国のクロールを日本選手が練習するようになる→そのクロールはキックの回数を増やす時期のクロールだった→キックの重視→バタ足の練習、という流れがあり、今のような「バタ足」指導が学校でも行われるようになっていったと考えられるのです。