

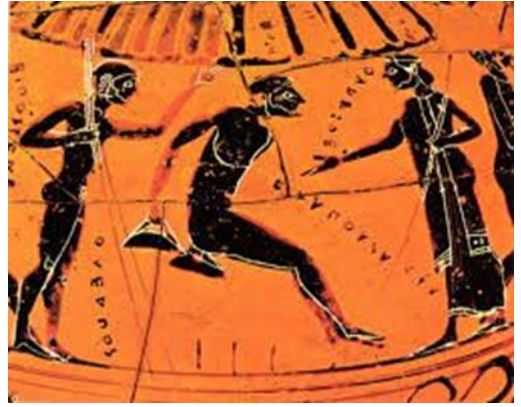
走り幅跳びのうんちく

走り幅跳びのはじまり

大昔の人の生活の中で、野や山をかけまわっていた時には、小川やみぞは、走ってとびこさなければなりません。走り幅跳びは、そんな中から生まれた種目です。走ってきて、いきよにおこうのほうへどれぐらいとんでいけるかには、昔から関心があったのでしょ。今から、2800年も前の古代オリンピアの競技の種目として、走り幅跳びはすでにとりいれられていました。

古代オリンピアの走り幅跳び

オリンピアでの祭典競技に、五種競技がありました。スタディオン走（短距離走）、走り幅跳び、円盤投げ、やり投げ、レスリングを行い、優勝者を決める競技で、中でも、走り幅跳びはとても人気のある種目でした。



このころ走り幅跳びは、今とはちがっていて、長さ12cm~25cm、重さ1kg~4.5kgの石や金属でできた「重り」をもって競技していました。古代ギリシャの遺跡から発掘された壺（つぼ）や絵皿には、跳躍選手の姿が描かれていて、「走り幅跳び」や「立ち幅跳び」が行われていたことがわかります。

重りを持って跳ぶ

このころの走り幅跳びは、学校の砂場で跳ぶのとは少しちがって、石や金属でできた「重り」（halteres）を持って、横ぶえのリズムに合わせて走って来て跳びました。この重りは、石にみぞをつけたり、まんなかをへこませたりして手でにぎりやすいようにしてありました。手にこうした重りをもっているので、とびあがるときに勢いがついて、よくとべましたし、地面に着くときには、うでを前の方に出して、後ろに倒れないようにしました。地面に着いた時、よろけたり、倒れたり、両方の足がそろっていなかったりしたら、記録を測ってもらえなかったそうです。



重りを持つ選手



遺跡から出てきた重り

このころの走り幅跳びは、今とちがって助走は速くなく、選手は重りを少しふって、はじめの数歩ははずむように助走します。そして、踏み切り板に近づくと、スピードを落として大またで2,3歩進み、重りを前後に強く振り、最後に重りをふり上げてふみ切ったようです。

重りを持った方が、あまり跳べないような気がするのですが、実は、跳びあがったとき、勢いがついて、こちらのほうがよくとべることがわかっています。以前の国際陸上連盟のルールに「跳躍に際しては、どのようなものも持って跳んではいけない」という一文があります。訓練することによって、「重り」を持った方が、良い記録が出るということで、これを禁止にしたようです。

競技の方法

今の「砂場」にあたる踏切の前の地面は、古代オリンピアの時代も、やわらかく掘り返されていて、着地をしたあとがわかるように水平にならされていました。そして、跳んだ距離は、「杖(つえ)」を使って測定されていました。選手それぞれの跳んだ結果は、「杭(くい)」によって目印にされたといわれています。前のページの写真の選手の足下の三本の「杭」は、この選手の前に跳んだ選手の着地点を示したものだと考えられています。

踏み切り板

今は、踏み切りの板をふんでとぶようにしていますが、踏み切り線から少しでも前にとびだして跳んだときには、記録は、はからないことにしています。線を踏みこえと跳ぶということは、がけや川の土手からむこう岸へとぶときに、足をふみはずしたという考えかたをするからです。

“鳥人”ビーモンをこえる

1968年、高地で行われたオリンピック「メキシコ大会」では、ビーモン選手がそれまでの記録を60cmほどを上回る8m90cmと言う記録を出しました。「高地で出せた記録なので今後絶対に破られないだろう」とぐらいの夢の大記録でした。ビーモンは「鳥人」とまで言われました。

ところが、1991年の東京世界陸上でアメリカのパウエル選手が8m95cmという記録を出したのです。これは教室の前から後ろまでの距離とほぼ同じです。「記録は破られるものだ」ということを知らされました。この記録が今の世界記録で、これ以降は、まだ新たな記録は生まれていません。



パウエル選手の跳躍