



ランニング文化発展のために

成瀬 徹

ランニングブームである。「ブームを超えてライフスタイルになった」という人もいる。その判断はさておき、近年の「ブーム」はかつてのそれに比べて明らかに大きな質的变化を伴っている。

第一は、そのモチベーションが「健康」だけに留まっていないことだ。ランニングを始めるきっかけが「健康志向」ではあっても、多くの愛好者が目指すものはレースであり、「何かのために走る」（例えばダイエットとか…）というより、走ることそのものを楽しもうというのだ。全国各地で行われているマラソン大会はエントリーの数が多く、今や抽選による参加が当たり前となっている。

第二は、ランニングを始めるにあたって、練習メニューの作成やトレーニング方法、また食生活などの体調管理、レースへの参加方法やレース展開などランナー自身の学びに支えられ、主体的に行われていることだ。最近ランニングを始めた女性と話をしていて、彼女の口から「ビルドアップ」とか、「デットポイント」とか「イーブンペース」などの専門用語がポンポン飛び出してくるのを聞いて驚いたことがある。学生時代はスポーツという世界には縁もゆかりもない女性であった。

第三は、ランニングファッションを楽しんだり、ランニングコースそのものを楽しんだり、ストップウォッチなどのランニンググッズを楽しんだり、ランニングを通じて出会う仲間との交流を楽しんだり、単に「走る」ということだけではなく、ランニング・ライフを楽しもうとしていることである。

こうした状況をひとこと言えば、「多くの国民がランニング文化と親しく付き合い始めた」と言ってもいいだろう。

翻って、学校体育を見てみよう。「走る」ということが、どう教えられているのだろうか。「遅刻した罰でグラウンド一周ランニング！」とか「試合に負けたから走って帰れ」などという光景はもう過去の遺物なのだろうか。

ランニングに関しては「学校」と「学校外」のギャップがますます大きなものになっている。「多くの国民がランニング文化と親しく付き合い始めた」今、学校体育におけるランニング指導をどう考えていけばいいのか、さらに、ランニング文化を一層発展させていくために学校体育では…。今号ではその課題に迫ってみたい。

(なるせ とおる／愛知支部)