

第II部

走り高跳びの応用

応用編のはじめに

近年、日本も世界も高跳びの技術レベルは格段に進歩してきている。世界ではバーシム選手（243）、ボンダレンコ選手（242）、ウコフ選手（241）が世界記録に迫り、現役選手の5名が240を超える記録を出している。著者である私が活躍した2000年代前半では考えられなかったような記録水準で跳ぶ選手が増えてきた。

一方、日本では衛藤選手（228）、戸邊選手（231）が日本記録233に迫っている。日本で2020年東京オリンピック開催が決まったこともあり、ユース、ジュニアの若手選手も奮起している。まさに日本の高跳び界も黄金期を迎えようとしているといえるだろう。

しかし、足下の現場に目を向けてみると現状はまだまだ厳しい。陸上部に入部にして走り高跳びを始めたとしても、走り高跳び専門の指導者に指導してもらえる確率は低く、その素質を最大限引き出せていない選手も多く見られる。世の中では高跳び選手の数に対して、指導者の数が圧倒的に不足している厳しい状況が続いている。

本書はこうした状況を改善するため「高跳びの先生がいない学校の生徒が、本人のやる気さえあれば一流の体育大学で学べるものと同等の知識をいつでも手に入れることができる。」そうした世界を実現することを目指して編集したものである。

多くの選手に等しく記録向上のチャンスが与えられ、高跳びの技術の裾野が広がることで、陸上高跳び界の底上げに繋がると著者は確信している。

第II部は大きく「男性選手の跳躍分析」「女性選手の跳躍分析」「日本人選手の跳躍分析」「著者の跳躍分析」の四部構成になっている。また、これまでの教書で紹介してきた基礎的な内容とは異なり、世界や日本のトップ選手の跳躍を紹介したやや応用的な内容となっている。

本書がやる気と情熱を持った選手と指導者に読まれ、ひいては日本の高跳び界のレベルの底上げに繋がると強く期待する。

