

10+10+10+10=38? (男子 400mリレー決勝)

校長 近藤 幸栄

暑かった夏も終わり、残暑厳しかった9月もはや下旬となり、朝夕はめっきり涼しくなってきました。季節の移り変わりの早さに驚いています。また、先日1日順延となった26日に新発田・聖籠親善陸上大会がグリーンスタジアムしばたで行われ、二葉小学校の6年生も参加してきました。

今年の9月13日から21日にかけて、東京で、2025世界陸上が開催されました。

男子100mや男子棒高跳びでは、人間のもつ可能性の大きさを感じました。また、どの競技・種目をとってもまさに超人的な記録で驚くばかりです。努力だけではそうならないのかもしれませんが、人間は鍛えればかなりの走力・跳躍力を身に付けることができるということでしょうか？

数学的には、 $10+10+10+10=40$ です。これは、男子400mリレーの話。日本男子は、今回のリレーの決勝でも走った、桐生祥秀選手や小池祐貴選手は、自己ベストとして9秒98のタイムをもっているようですが、おおよそ、100mを10秒程度で走ります。

そうすると、日本選手の4人の100mの持ちタイムの合計は40秒となるかと思います。

しかし、今回も日本チームは、400m (4×100m) リレーの決勝の舞台に残り、4人の合計タイムが、38秒35で、見事6位入賞を果たしました。

40秒でなく、38秒台を出せるのは、テークオーバーゾーンを活用して助走を付け、トップスピードに近い状態でバトンの受け渡しができていることが大きいですが、100mの種目で、決勝はもとより準決勝にすら一人も進めなかった日本が400mリレーの舞台で決勝に進めるのは、卓越したバトンパスの技術があるからだと言われています。走力をバトンパスの技術で補っているからこそ、リレー決勝の舞台に進み、メダルも狙える6位に入賞することができているのです。

そのバトンパスは、私たちが小学校でよく習ったオーバーハンドパスではなく、アンダーハンドパス。アンダーハンドパスは次走者が腕を下方向に出し、前走者は下からすくい上げるようにバトンを渡します。アンダーハンドパスでは、フォームを崩すことなく受け手（次走者）が加速できるメリットがあるのだそうです。日本は、このバトンパスの技術に磨きをかけることによって、オリンピックや世界陸上では決勝レースまで進む強豪国となったようです。

走力とは別な視点で鍛え上げ、世界のトップに迫る素晴らしい発想と工夫。そして、それを可能にする努力・鍛錬。本当に素晴らしい工夫と努力が詰まった男子400mリレーに感動と元気をもらいました。学校でもただ一つの方法だけでなく、様々なアプローチで一人一人が輝ける2学期にしていきたいと思います。

