

# 跳び箱運動に対する意識に関する研究

— 教職志望学生を対象として —

## Study on the Attitudes toward Vaulting Box Exercises

-A survey of the Teacher Trainee Students-

胡 泰 志・古 谷 嘉一郎<sup>1</sup>

Yasushi EBISU and Kaichiro FURUTANI

キーワード：体育Ⅰ・Ⅱ，器械運動，跳び箱運動，教職志望学生，苦手意識

### I. 目的

器械運動は具体的な技の達成が明確であるため，技を達成した時の喜びが大きい反面，達成できない時の意欲の低下も大きい（松本，2010）。また，2008年及び2009年の学習指導要領の改訂により，小学校から高等学校までの間で取り入れられている器械運動でも教える内容の系統性や一貫性がより明確になった（文部科学省，2008a，2008b，2009）。これら指導要領の改訂を受け，器械運動が得意な児童生徒に対しては，能力に応じて実施する技を発展させることが可能になっただけでなく，苦手な児童生徒に対しては遡って学び直すことが容易になった。その一方で，器械運動は児童や生徒にも「できる・できない」が明確に分かる運動であるため，器械運動に対する苦手意識を持った場合，器械運動や体育の授業自体を忌避しやすい。そのため，技の達成が容易になるような場の設定を工夫することや，達成の容易な技から難しい技へと学習が進むような資料を準備しておくことが重要になる（松本，2010）。一方で，小学校教員は一人で全教科を受け持っている。そのため，運動や教材に対する知識及び運動技術の指導法に力量不足を感じている者が少なくないと推察されている（加登本他，2010）ことから，必ずしも全教員が体育に対して積極的であるとは言えないと考えられる。

近年，ICTを取り入れた授業が多く開発され，体育の授業においても画像や動画を用いて指導をすることが可能になった。しかし，短時間の体育の授業内で様々なレベルの児童生徒に対して効果的な指導を速やかに行うためには教師が模範となる手本を適切に示すことが必要である（花井・前野，2014）。そのため，小学校教員志望学生は体育に関する知識を理解させるのみならず，ある程度の実技能力を身につけさせておく必要がある。しかし，小学校教員志望学生は体育や器械運動以外にも在学中に学修すべき教科や内容が数多くあり，大学4年間の教育課程の中で体育に関する内容や実技能力を十分修得させることは容易ではない。その結果，体育や器械運動に関する実技能力を十分修得していないまま，或いは器械運動に対する苦手意識や忌避感情を持ったまま教員になってしまう可能性もある。

本研究では器械運動の中で跳び箱運動に着目した。胡・古谷（2016）は教職志望大学生1年生を対象としてマット運動や体育に関する認識を検討した結果，教職志望学生としての学修が初歩的な段階にあり，マット運動の理解が十分でなかったと報告している。跳び箱運動は技の演技に失敗した場合に跳び箱に衝突したり，跳び箱から落下する等，授業としての難易度はより高いものと考えられる。従って，跳び箱運動の授業ではより高度な知識と実技能力の修得が求められると考えら

<sup>1</sup> 北海道学園大学経営学部経営情報学科

れる。そこで本研究では教職課程学生を対象として、跳び箱運動の授業前後における意識調査を実施することにより、教員養成課程学生の体育や跳び箱運動に関する意識を明らかにし、教員志望学生への支援策のあり方について検討することを目的とする。

## II. 方法

### A. 調査対象者及び調査方法

調査対象者として、H大学教員養成課程所属の1年生83名を選出した。なお、H大学教員養成課程では小学校教諭一種免許、幼稚園教諭一種免許及び保育士資格が取得可能である。

平成28年6月から7月にかけて、体育の授業を利用して跳び箱運動を4回行った。本研究で行った跳び箱運動で実施した主な内容は、開脚前転、抱え込み跳び、台上前転、補助運動及びこれらの発展技であった。跳び箱授業開始前及び4回目の授業後に跳び箱運動に関する質問紙調査を実施した。調査に際しては、調査内容、目的、データの取り扱い及び、本調査が授業成績には全く影響しないことを十分説明した上で協力を依頼し、学生は自由意志に基づき無記名で調査に参加した。

### B. 質問紙の内容

#### 1. 教職に関する項目（3項目）

調査対象者の希望進路を尋ねた。また、回答した進路の志望の程度を「1：全くなりたくない」から「5：非常になりたい」の5件法で尋ねた。さらに、その進路に就く自信の程度について「1：全く自信がない」から「5：非常に自信がある」の5件法で尋ねた。

#### 2. 体育に関する意識項目（5項目）

体育の授業に対する苦手意識、体育の授業に対する愛好度、体育の授業を教える自信、体育の授業を実施する意欲、及び希望進路に就くための体育に関する努力の必要性について5件法で尋ねた（胡・古谷（2016））。

#### 3. 跳び箱運動に関する意識項目（5項目）

胡・古谷（2016）のマット運動に関する質問項目を参考に、跳び箱運動に対する苦手意識、跳び箱運動に対する愛好度、跳び箱運動を教える自信、跳び箱運動の授業を実施する意欲、及び希望進路に就くための跳び箱運動に関する努力の必要性について5件法で尋ねた。

#### 4. 跳び箱運動の技能に関する意識項目（3項目）

跳び箱運動の技のうち、授業内で多く実施した開脚跳び、抱え込み跳び、及び台上前転を選出し、それぞれの技について技能レベルを5件法で尋ねた。

#### 5. 跳び箱運動の技能に関する自由記述項目（1項目）

4回目の授業の終了後に、調査対象者の跳び箱運動の技能を現在より向上させるために、どのような努力が必要だと思うかについて、自由記述で尋ねた。

#### 6. 性別及び年齢

調査対象者の性別及び年齢を尋ねた。

### C. 自由記述データの整理手順

跳び箱運動の技能を向上させるために必要な事項に関する自由記述は、KJ法（川喜田，1967；川喜田，1970）を参考にして整理した。自由記述のカード化は胡・古谷（2016）の手順を参考に、各被検者の自由記述を意味のまとまり毎に分類し、1記述につき1枚ずつカード化した。自由記述の質問に対する回答として明らかに無関係な記述は不採用とした。カードに記載する文言はオリジ

ナルの自由記述内容に可能な限り忠実なものとした。得られたカードの枚数を自由記述数とした。大学体育担当教員（大学体育教員歴 19 年）が各カードの整理を担当した。整理作業は 1 週間後に再度同様の手順で実施した。

### Ⅲ. 結果

#### A. 分析対象者

調査対象者のうち、分析対象者は 81 名（男子 30 名，女子 51 名）で年齢は  $18.2 \pm 0.56$ （平均値  $\pm$  SD，以下同じ）歳であった。

#### B. 教職志望学生における進路，体育及び跳び箱運動に関する意識

授業前後における，教職志望学生の進路，体育及び跳び箱運動に関する認識結果を表 1 に示した。「体育が得意」については，授業後に有意に高値を示し ( $t(80) = 2.186, p < .05$ )，体育がより得意だと認識していた。「体育を教える自信」についても，授業後に有意に高値を示し ( $t(80) = 2.530, p < .05$ )，体育を教える自信をより深めていた。台上前転の技能についても，授業後に有意に高値を示し ( $t(80) = 6.086, p < .001$ )，本研究で実施した授業で技能が向上したと認識していた。一方で，抱え込み跳びの技能については授業後も低値のままであった。なお，進路志望の程度及び体育や跳び箱運動に対する努力の必要性については，授業前後とも比較的高い値を示していた。一方で，跳び箱運動を教える自信や抱え込み跳び技能については，授業前後とも比較的低い値を示していた。これらのことから，進路志望の程度や希望進路に就くために努力する必要性は授業を通して高く維持できていたようである。また，跳び箱の授業を受けることにより，体育に関する積極的な意識や体育を教える自信が身についたものの，跳び箱運動自体を教える自信は身につかなかったようである。

跳び箱運動の授業が教職志望学生の認識に及ぼす影響について検討するために，授業後における各質問項目の相関関係を検討した（以下，授業後調査結果）。「希望進路の志望程度」と「希望する進路に就職する自信」との間に比較的高い相関関係が認められた ( $r = .504, p < .01$ )。次に，体育に関する認識と跳び箱運動に関する認識との関係について検討した（表 2）。「体育が得意」及び「体育が好き」と「跳び箱運動が得意」及び「跳び箱運動が好き」との間に比較的高い相関関係が認められた ( $r = .450 \sim .634$ ，いずれも  $p < .01$ )。さらに，進路に関する認識と体育及び跳び箱運動に関する認識との関係について検討した（表 3）。「希望する進路に就職する自信」と教職に就くために「体育」及び「跳び箱運動」について努力する必要性との間に弱い相関関係が認められた ( $r = .231$  及び  $.236$ ，それぞれ  $p < .01$ )。

表 1. 授業前後における認識の比較

|       |                | 授業前                              | 授業後                              | t 検定     |                   |
|-------|----------------|----------------------------------|----------------------------------|----------|-------------------|
|       |                | (平均 $\pm$ SD)                    | (平均 $\pm$ SD)                    | df       | t 値               |
| 進路    | 志望程度           | 4.5 $\pm$ 0.69                   | 4.5 $\pm$ 0.67                   | 80       | .897              |
|       | 就職自信           | 3.3 $\pm$ 0.77                   | 3.4 $\pm$ 0.87                   | 80       | 1.467             |
| 体育    | 得意             | 3.0 $\pm$ 1.25                   | 3.1 $\pm$ 1.20                   | 80       | 2.186*            |
|       | 好き             | 3.7 $\pm$ 1.10                   | 3.9 $\pm$ 1.12                   | 80       | 1.886             |
|       | 教える自信          | 2.7 $\pm$ 1.12                   | 3.0 $\pm$ 1.10                   | 80       | 2.530*            |
|       | 教えたい           | 3.5 $\pm$ 1.11                   | 3.6 $\pm$ 1.15                   | 80       | .553              |
|       | 努力必要性          | 4.4 $\pm$ 0.73                   | 4.4 $\pm$ 0.70                   | 80       | .139              |
| 跳び箱運動 | 得意             | 3.0 $\pm$ 1.18                   | 3.1 $\pm$ 1.06                   | 80       | 1.033             |
|       | 好き             | 3.3 $\pm$ 1.21                   | 3.3 $\pm$ 1.13                   | 80       | .715              |
|       | 教える自信          | 2.7 $\pm$ 1.06                   | 2.8 $\pm$ 1.16                   | 80       | .560              |
|       | 教えたい           | 3.3 $\pm$ 1.04                   | 3.3 $\pm$ 1.07                   | 80       | .773              |
| 技能    | 努力必要性          | 4.0 $\pm$ 1.06                   | 3.9 $\pm$ 0.99                   | 80       | .469              |
|       | 開脚跳び           | 3.2 $\pm$ 0.69                   | 3.1 $\pm$ 0.86                   | 80       | 1.563             |
|       | 抱え込み跳び<br>台上前転 | 2.3 $\pm$ 0.89<br>2.7 $\pm$ 0.99 | 2.4 $\pm$ 0.97<br>3.2 $\pm$ 0.66 | 80<br>80 | 1.118<br>6.086*** |

\*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .001$

表 2. 体育及び跳び箱運動に関する項目の相関

|       | 体育得意   | 体育好き   |
|-------|--------|--------|
| 跳び箱得意 | .634** | .450** |
| 跳び箱好き | .509** | .536** |

\*\*  $p < .01$

表3. 進路に関する項目と体育及び跳び箱運動に関する項目との相関

|      | 体育   |      |       | 跳び箱  |      |       |
|------|------|------|-------|------|------|-------|
|      | 得意   | 好き   | 努力必要性 | 得意   | 好き   | 努力必要性 |
| 志望程度 | .186 | .166 | .114  | .138 | .059 | .088  |
| 就職自信 | .206 | .154 | .231* | .053 | .098 | .236* |

\*p < .05

教職志望学生の体育に関する認識について検討するために、各項目間の相関を表4-1に示した。「体育が得意」は、「体育が好き」及び「体育を教える自信」との間に強い相関関係が認められ ( $r = .741$  及び  $.770$ , それぞれ  $p < .01$ ), 「体育を教える自信」との間にも比較的強い相関関係 ( $r = .503$ ,  $p < .01$ ) が認められた。また、「体育が好き」は「体育を教える自信」及び「体育を教える自信」との間に比較的強い相関関係が認められた ( $r = .678$  及び  $.511$ , それぞれ  $p < .01$ )。「体育を教える自信」と「体育を教える自信」との間に比較的強い相関関係が認められた ( $r = .640$ ,  $p < .01$ )。一方、希望する進路に就くために体育について努力する必要性についてはいずれの項目とも有意な相関関係は認められなかった。

教職志望学生の跳び箱運動に関する認識について検討するために、各項目間の相関を表4-2に示した。「跳び箱運動が得意」は、「跳び箱運動が好き」及び「跳び箱運動を教える自信」との間に強い相関関係が認められ ( $r = .799$  及び  $.767$ , それぞれ  $p < .01$ ), 「跳び箱運動を教える自信」との間にも比較的強い相関関係 ( $r = .557$ ,  $p < .01$ ) が認められた。また、「跳び箱運動が好き」は「跳び箱運動を教える自信」及び「跳び箱運動を教える自信」との間に比較的強い相関関係が認められた ( $r = .694$  及び  $.560$ , それぞれ  $p < .01$ )。「跳び箱運動を教える自信」と「跳び箱運動を教える自信」との間に強い相関関係が認められた ( $r = .720$ ,  $p < .01$ )。「跳び箱運動を教える自信」と「跳び箱運動を教える自信」との間に弱い相関関係が認められた ( $r = .322$ ,  $p < .01$ )。

### C. 自由記述

跳び箱運動の技能を向上させるために必要な事項に関する自由記述を分類した。分類されたカードの枚数は223枚であった。分類したカテゴリーは表5に示した。カテゴリーは「感情・意気」,

表4-1. 体育に関する各項目間の相関

|         | 体育得意 | 体育好き   | 体育教える自信 | 体育教える自信 | 体育努力必要性 |
|---------|------|--------|---------|---------|---------|
| 体育得意    | 1    | .741** | .770**  | .503**  | -.059   |
| 体育好き    |      | 1      | .678**  | .511**  | -.082   |
| 体育教える自信 |      |        | 1       | .640**  | .116    |
| 体育教える自信 |      |        |         | 1       | .191    |
| 体育努力必要性 |      |        |         |         | 1       |

\*\*p<.01

表4-2. 跳び箱運動に関する各項目間の相関

|          | 跳び箱得意 | 跳び箱好き  | 跳び箱教える自信 | 跳び箱教える自信 | 跳び箱努力必要性 |
|----------|-------|--------|----------|----------|----------|
| 跳び箱得意    | 1     | .799** | .767**   | .557**   | -.051    |
| 跳び箱好き    |       | 1      | .694**   | .560**   | .059     |
| 跳び箱教える自信 |       |        | 1        | .720**   | .151     |
| 跳び箱教える自信 |       |        |          | 1        | .322**   |
| 跳び箱努力必要性 |       |        |          |          | 1        |

\*\*p<.01

「教示・観察」, 「練習」, 「技術」, 「体力」及び「その他」の5つの大項目に分けた後, さらに幾つかの小項目に分類した。なお, 分析対象者81名のうち1名が無回答であった。進路, 体育及び跳び箱運動に関する意識が自由記述数に及ぼす影響について検討するために, これらの相関関係を求めた。自由記述数と「跳び箱運動が好き」との間に弱い相関関係が認められ ( $r = -.225, p < .05$ ), 跳び箱運動に対する愛好度が高い学生ほど自由記述数が少ない傾向があった。さらに, これらの意識が跳び箱運動の技に対する学生の理解に及ぼす影響を検討するために, 各質問項目について上位群と下位群とに分け, それぞれの自由記述数を比較した(表6)。なお, 各質問項目において「5」または「4」と回答した群を上位群とし, 「3」から「1」と回答した群を下位群とした。その結果, 「跳び箱運動が好き」の項目において, 上位群(35名)と下位群(46名)の自由記述数の間に有意な差が認められ ( $t(79) = 2.494, p < .05$ ), 下位群の記述数は上位群より記述数が多かった。

次に「跳び箱運動が好き」上位群, 下位群ごとに自由記述を分類した。その結果, 分類されたカードの枚数は上位群では139枚, 下位群では90枚であった(資料1)。なお, 上位群及び下位群の記述カードには同一の表現があったため, 両群の合計枚数は調査対象者全員の自由記述から分類されたカードの枚数より少なくなっている。両群の記述カードから, 恐怖心, 勇気及び積極性に関する記述が多かった。また, 教示や観察に関する記述や練習に関する記述も多かった。技術的観点では踏み切り局面に関する記述が多かった。なお, 「跳び箱運動が好き」上位群では, 教員による教示やバランスに関する記述はなかった。

表6. 体育及び跳び箱運動に関する自由記述数の比較

|                       |       | 上位群 |          | 下位群 |          | t検定 |        |
|-----------------------|-------|-----|----------|-----|----------|-----|--------|
|                       |       | n   | 平均±SD    | n   | 平均±SD    | df  | t値     |
| 体<br>育                | 得意    | 35  | 3.0±1.32 | 46  | 2.9±1.48 | 79  | .296   |
|                       | 好き    | 50  | 3.0±1.45 | 31  | 3.0±1.35 | 79  | .038   |
|                       | 教える自信 | 29  | 3.0±1.38 | 52  | 2.9±1.43 | 79  | .281   |
|                       | 教えたい  | 40  | 3.0±1.28 | 41  | 3.0±1.53 | 79  | .159   |
| 跳<br>び<br>箱<br>運<br>動 | 得意    | 30  | 2.6±1.10 | 51  | 3.2±1.52 | 79  | 1.872  |
|                       | 好き    | 35  | 2.5±1.09 | 46  | 3.3±1.53 | 79  | 2.494* |
|                       | 教える自信 | 21  | 2.8±1.12 | 60  | 3.0±1.50 | 79  | .626   |
|                       | 教えたい  | 30  | 2.8±1.12 | 51  | 3.1±1.56 | 79  | .695   |

\*  $p < .05$

#### IV. 考察

本研究の結果, 進路に関する認識項目間の関係から, 教職を強く志望する学生ほど希望する進路に就職する自信がある傾向があった。また, 希望する進路に就職する自信がある学生ほど跳び箱運

表5. 自由記述のカテゴリー

| 項目    | カテゴリー |    |
|-------|-------|----|
| 感情・意気 | 恐怖心   | A1 |
|       | 勇気    | A2 |
|       | 積極性   | A3 |
| 教示・観察 | 教員教示  | B1 |
|       | 仲間教示  | B2 |
|       | 観察    | B3 |
| 練 習   | 練習回数  | C1 |
|       | 内容理解  | C2 |
|       | イメージ  | C3 |
|       | 基本動作  | C4 |
|       | 練習法   | C5 |
| 技 術   | 技術全般  | D1 |
|       | 助走    | D2 |
|       | 踏み切り  | D3 |
|       | 局面 着手 | D4 |
|       | 空中姿勢  | D5 |
|       | 着地    | D6 |
| 体 力   | 体力・筋力 | E1 |
|       | 柔軟性   | E2 |
|       | バランス  | E3 |
| その他   | その他   | F  |

動及び体育について努力する必要性を感じている傾向があった。これらのことから、本研究の調査対象者は跳び箱運動や体育の重要性はある程度は認識していたものと推察される。さらに、進路志望の程度や希望進路に就くために努力する必要性は高く保持されており、やる気を持って授業に参加していたものと考えられる。本研究の対象者は、跳び箱の授業を受けることにより体育に関する積極的な意識や体育を教える自信が身についたものの、跳び箱運動自体を教える自信にまでは繋がらなかった。また、跳び箱運動の授業後における、跳び箱運動及び体育に関する認識項目間の関係から、跳び箱運動が得意な学生ほど跳び箱運動が好きで跳び箱運動を教える自信があり、跳び箱運動を教える自信がある学生ほど跳び箱の指導を行いたいと認識する傾向があった。また、跳び箱運動について努力する必要性については、跳び箱運動を教えたい者ほど、努力の必要性を強く認識する傾向があった。体育についても同様の傾向があった。

跳び箱運動に対する愛好度が高い学生ほど自由記述数が少ない傾向が認められた。また、跳び箱運動に対する愛好度下位群の記述カード数は上位群より多かった。この原因として、愛好度下位群は自身の跳び箱運動における低い技能レベルを認識しており、跳び箱を跳べるようになるための課題をより強く認識していたことがあげられる。その課題の最も大きな点は恐怖心であり、そのため十分に練習に取り込めない、思い切って踏み切ることができないと認識していた。このことは、抱え込み跳び技能の対する認識が授業後で向上しなかったことにも通底していると考えられる。抱え込み跳びは閉脚のまま跳び越すため、跳び越す際に跳び箱に脚が引っかかったりするのではないかと、失敗した場合顔面から落下してしまうのではないかと等の恐怖心や不安感をより喚起しやすい。そのため、跳び箱運動の練習に関する自由記述や、教員による教示に関する自由記述が多く見られたものと考えられる。従って、教職志望学生、特に苦手意識を有している学生に対しては、恐怖心や不安感を感じることなく技能修得ができるよう、個別指導や複数の教員による指導等の手立てが必要であると言えよう。なお、跳び箱愛好度下位群のみにバランスに関する記述があった。本研究で対象とした授業では、開脚跳び、抱え込み跳び及び台上前転を主に実施した。台上前転では、台上での前転が不十分な場合、まっすぐ前転できない、回転が止まって台上横から落下する等の現象が多くみられる。これらのことから、跳び箱運動愛好度下位群におけるバランスに関する記述は台上前転を意識してなされたものと推察される。

一方で、跳び箱運動愛好度高位群は、本研究で実施した技については跳び越すこと自体はできていた。跳び箱運動は「跳べる・跳べない」によってより明確に自己評価できるため、跳び越すことだけが目標になりがちになることが指摘されている（小畑他，2013）。また、本研究では教員の教示に関する自由記述がみられなかった。これらのことから、本研究における跳び箱愛好度上位群は現時点での技能レベルに満足しているだけで、自身の技をレベルアップさせることには意識が向いていなかったものと考えられる。以上のことから、愛好度の高い群に対しては「より大きく跳ぶ」「より美しく跳ぶ」といった、自身の技の完成度をより高める、或いは発展技に挑戦させる等の課題を提示する必要があったと考えられる。

## V. 要約

本研究では教職志望大学生 81 名（男子 30 名，女子 51 名）を対象として、跳び箱運動や体育に関する認識を明らかにするとともに、教職志望学生への支援のあり方について検討した。その結果、跳び箱の授業を受けることにより体育に関する積極的な意識や体育を教える自信が身についたものの、跳び箱運動自体を教える自信にまでは繋がらなかった。また、跳び箱運動の技能を向上させるために必要な事項に関する自由記述から、特に跳び箱に対する苦手意識を持っている学生に対して、

跳び箱を跳ぶことに関する恐怖心を克服するためにより手厚い手当での必要性が伺われた。

#### 引用・参考文献

- 胡 泰志・古谷 嘉一郎（2016）マット運動に対する意識に関する研究－教職志望学生を対象として－ 比治山大学・比治山大学短期大学部教職課程研究, 2, 36-41.
- 花井裕梨・前野信久（2014）. 跳び箱運動の動作分析 健康医療科学研究, 4, 49-58.
- 加登本仁・松田泰定・木原成一郎・岩田昌太郎・徳永隆治・林 俊雄・村井 潤・嘉数健悟（2010）. 体育授業の悩み事に関する調査研究（その1）－教職経験に伴う悩み事の差異を中心として－ 学校教育実践研究, 16, 85-93.
- 川喜田二郎（1967）. 発想法 中央公論新社.
- 川喜田二郎（1970）. 続・発想法 中央公論社.
- 松本格之祐（2010）. 器械運動の教材づくり・授業づくり 高橋健夫・岡出美則・友添秀則・岩田 靖（編）新版体育科教育学入門 大修館書店 pp. 157-162.
- 文部科学省（2008a）. 中学校学習指導要領解説 保健体育編 東山書房.
- 文部科学省（2008b）. 小学校学習指導要領解説 体育編 東洋館出版社.
- 文部科学省（2009）. 高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編 東山書房.
- 小畑 治・岡澤祥訓・井上寛崇・石川元美（2013）. 運動有能感を高める跳び箱運動の授業づくり－子どもの主体的な学びの追求をもとに－ 教育実践開発研究センター研究紀要, 22, 315-320.

資料 1-1. 跳び箱愛好度上位群における自由記述カード

|    |  |
|----|--|
| A1 | 恐怖心をなくす<br>怖がらない<br>恐れない<br>恐れないこと<br>怖いと思わないこと<br>怖いという意識を持たない<br>怖いという恐怖心を無くすこと<br>恐怖を感じない<br>怖さを捨てる<br>跳ぶこわさを捨てる  |
| A2 | 勇気<br>勇気を出す<br>跳び箱を前にしての勇気がまずないとできない<br>一度できれば後もできると思うので跳び箱では勇気がある<br>思い切りする勇気<br>思い切りの良さ<br>思いきり<br>思い切りやる<br>勢いを計算に入れる   |
| A3 | 自信を持つこと<br>できると思ってやってみる<br>努力<br>挑戦すること<br>向上心をもつ  |
| B2 | 友だちのアドバイスをよく聞く<br>他の人からのアドバイスを真剣に聞く<br>できる人に聞く<br>手の付く場所、跳び方を教えてもらう。<br>仲間同士で教え合う<br>跳び方を伝え合うこと<br>皆でできてない点を言い合う<br>助言しあう  |
| B3 | 観察力<br>上手な人を観察する時間が必要<br>できる人の技をみる<br>できる人を見る<br>できる人をよく見て学ぶ<br>大切なポイントなどを意識して、できる友だちの跳んでいる姿勢などをよく見るようにする<br>上手な人の跳び方をまねる<br>皆のことをよく見てマネする<br>自分の跳び方を見て、直す所を見つける |
| C1 | 練習<br>練習すること<br>たくさん練習する<br>何度も練習する<br>何度も練習すること<br>とにかく練習する<br>もっと、多く練習時間をつくる<br>跳べるまで練習すること<br>積極的に練習をする   |

|    |  |
|----|--|
| C2 | 跳び方をしっかり理解する<br>コツを覚える<br>体で覚える  |
| C3 | 姿勢を意識しながら跳ぶことが必要<br>跳ぶときの姿勢や手の付き方など、細かいところに注意と意識をして取り組む  |
| C4 | 基本的なことを学んでおくこと<br>マットで、まずはうさぎ跳びなどして練習する<br>マット運動のうさぎ跳び<br>マットでうさぎ跳びなどたくさんする  |
| C5 | 低い段から挑戦する<br>手の置く位置や頭を置く位置などを1回1回跳んだ後に振り返ることが大切<br>なぜできなかったのか、次はどうすればできるようになるか、振り返りと改善策を考える                                  |
| D1 | 姿勢<br>体を十分に使う<br>台上前転は勢い必要   |
| D2 | タイミングよく助走する  |
| D3 | しっかり踏み込む<br>踏切を強く踏む<br>高く跳ぶことを意識する<br>跳ぶときにしっかりジャンプする<br>跳ぶタイミングを理解すること<br>ジャンプ台を有効的に使う<br>ちゃんと飛び板を使って跳ぶ                     |
| D4 | 手の付く位置を気を付ける<br>手の付く位置に気を付ける<br>手の付くところ<br>跳ぶときに手の位置を調節する<br>手をつく位置をそれぞれの跳び方に合わせる<br>手の付く位置を一つ一つの跳び方で理解しておくこと<br>手の付き方に気を付ける |
| D5 | 開脚は切り返しが大事<br>抱えこみはちゃんと手で押す  |
| D6 | 着地<br>着地がまだできないので、着地をきれいにする必要がある   |
| E1 | 自分の体を自由自在に扱えるような体力をつける<br>脚力<br>体幹を鍛える   |
| E2 | 柔軟性を高める<br>開脚のためストレッチする  |
| F  | 跳び箱と飛び板はくっつけたらだめだと思ふ   |

資料 1-2. 跳び箱愛好度低位群における自由記述カード

|    |  |    |   |
|----|--|----|---|
| A1 | 恐怖心を無くすこと<br>恐怖心を無くす<br>恐怖心をなくす<br>抱えこみ跳びをする際に恐怖心を無くす<br>跳び箱に対する恐怖心をどうにかする<br>恐怖心を忘れて跳ぶ<br>“跳び箱から落ちたら…”などを考えて生まれる恐怖心を無くすよう練習すること<br>低い高さから徐々に高くして恐怖心を無くすこと<br>怖がらないこと<br>こわがらない<br>跳び箱に対して怖がらないこと<br>怖がらずに落ち着いて跳ぶこと<br>怖がらずに勢いよく跳ぶ<br>跳ぶことを怖がらない<br>怖さを無くす<br>怖さを無くすこと<br>跳ぶ瞬間に怖気づかないこと、躊躇しないこと。 | C2 | 理解すること<br>基本を理解すること<br>フォームを理解すること<br>コツをつかむ<br>コツをつかむこと<br>コツを知ること<br>ポイントを押さえること<br>正しい跳び方のポイントを意識する<br>きれいなフォームで跳ぶ<br>まずは、自分がちゃんとできること   |
| A2 | 勇気<br>勇気をだす<br>勇気を出して勢いでとぶ<br>思い切り<br>思いっきりやってみる（アドバイス通りに、おおげさに）<br>勢い<br>勢いをもってやること   | C3 | シミュレーションをすること<br>イメージトレーニングをする<br>きちんとしたフォームを意識しながら跳ぶ<br>きれいな形を意識する   |
| A3 | 自信を持つ<br>できるようになりたいと思うこと<br>気持ち<br>やろうとする気持ち<br>跳ぶぞという気持ち<br>できないことに挑戦する<br>始めからあきらめないこと   | C4 | 基本的な動きを身につけること<br>基本からすること<br>マット運動ができること<br>基礎を固める（台上前転だったら、前転をマスターするなど）<br>マット運動がまだできていないので、マットが上手にできるように練習する   |
| B1 | 先生の説明をよく聞く<br>先生のアドバイスを聞いて努力する<br>先生が言われたことを意識する<br>先生やできる人にポイントを聞く  | C5 | まずは少ない段から始めること<br>小さい段から練習していく<br>注意することを1つずつでいいから直していく<br>何が悪いのかを考えて、毎回何かを変えてその種目に臨む<br>反省して次に活かす<br>素直にアドバイスを聞き入れようとする  |
| B2 | 友だちにアドバイスを求める<br>友だちに見てもらおう<br>できる友だちに教えてもらおう<br>友人に見てもらって、改善するべきことを聞く<br>自己判断ではなく周りに見てもらおうこと<br>できていない所を人に聞く<br>上手な人に教えてもらおうこと<br>他人に頼ること<br>友だちと教え合う<br>教え合うこと<br>どのように跳んでいるか伝えあう。   | D1 | 技術<br>姿勢<br>重心<br>目線<br>目線をあげる  |
| B3 | 上手な人を見て技や工夫を盗む<br>上手にできている人の技を見て、自分には何が足りないのか考える<br>できる人の姿をみて、参考にする<br>手本となる人を見つける<br>上手な人の跳び方をよく見る<br>人からのアドバイスや人の跳び方を見ておくこと<br>人の動きをまねでできること   | D2 | 助走<br>助走の勢い   |
| C1 | 練習<br>何度も練習すること<br>何度も練習する<br>何回も練習する<br>繰り返し練習すること<br>練習を重ねる<br>もっと練習する<br>回数を重ねて練習する<br>できない種目を何度も練習する<br>たくさん跳ぶこと<br>何回も繰り返し行う<br>何度も挑戦すること<br>できるまで挑戦<br>とにかくチャレンジしてみる   | D3 | 踏切<br>踏切をしっかりする<br>踏切をしっかりすること<br>踏み込み<br>思いっきり踏み込むこと<br>ロイター版を強く踏む<br>しっかり跳ぶ<br>踏切台をしっかり跳ぶこと<br>上に跳ぶのではなく、前に跳ぶ<br>回るときはスピード出す（そのためにジャンプ）<br>踏切に気を付けて回ること<br>踏み込むタイミング<br>踏切のタイミングを見つれること<br>跳ぶタイミングをつかむ<br>ロイター版をうまく使うこと |
|    |  | D4 | 着手<br>手の付く位置<br>手の付く場所<br>手の位置<br>手の位置に気を付けて回ること<br>台につく位置を遠くにする<br>手を遠くにつく（開脚跳び）<br>手をしっかり付けること<br>手をつくタイミングをつかむ   |
|    |  | D5 | 手でしっかり跳び箱を押すこと<br>まっすぐまわること。<br>まわるときは頭のとっぺんではなく首の後ろがつくようにする  |
|    |  | D6 | 着地のやり方  |
|    |  | E1 | 体力<br>両脚で跳ぶ力<br>足の力<br>跳ぶ力<br>ジャンプ力<br>両腕で支える力  |
|    |  | E2 | 柔軟性<br>柔軟にする  |
|    |  | E3 | バランス<br>バランス力   |
|    |  | F  | 安全に配慮すること<br>やせる  |