

なわとび運動における「交互回し連鎖跳び」の発展形態と技術要素

上原三十三¹⁾ 佐伯聡史²⁾

1) 愛知教育大学保健体育講座 2) 富山大学人間発達科学部

Technical Elements of “Chinese Wheels with Transfer” in Rope Skipping

Satomi UEHARAU¹⁾ Satoshi SAEKI²⁾

1) Aichi University of Education 2) Toyama University Faculty of Human Development

キーワード：なわとび運動，交互回し連鎖跳び，運動要素

Key words : Rope Skipping, Chinese wheels, Technical Element of Movement

はじめに

学校体育において、なわとび運動における「交互回し連鎖跳び」は、一般にあまり取り上げられていない教材である。しかし、一部の研究グループのなかでは、「交互回し連鎖跳び」には短なわとび運動や長なわとび運動のとび方にはない独特な跳躍形式と発展形態の多様性、そして共同して達成することの妙味から、体育的意義も見だし、体育授業でも少しずつ取り上げられるようになってきている^(注1)。

「交互回し連鎖跳び」の発展形態は、連結する人数を増やすという“多連結の発展方向性”とポジションを入れ替えるとび方の“移動入替の発展方向性”に大別されよう。しかし、これらの発展形態を行うのに必要な技術的な運動要素については分析して示されていない(上原 2005)。

そこで本稿では、「交互回し連鎖跳び」の基本形態から発展形態へ導くための技術的な運動要素を分析し、指導の系統性の観点から整理することを目的とした。

1. 「交互回し連鎖跳び」の動作の表記^(注2)

(1) 右と左および運動方向

すべての動作における右と左、運動の方向は、運動者の身体を基準(金子1964,pp.128)にして、区別整理する。したがって、運動者が正面を向いている運動図においては、図中の左側は、図の読

み手からみれば「左」ではあるが、運動者の身体感覚からすれば右側になるので、本研究の分析においては「右」と認識してそのように記述する。なお、体勢とは相手との立ち位置の関係を指し、姿勢とは手や腰の保持位置などを指すものとして区別する。

(2) 「連鎖跳び」

「連鎖跳び」とは、二人ないし多人数が組になって行う跳び方であるのだが、1本のなわ両端を一人が左右の手でそれぞれ持つのではなく、自分の片側のなわの端と一緒に跳ぶ者が持つ別のなわの端と交換して握ることになる。このため、人がなわによって鎖状に繋がった様子になるので「連鎖跳び」とも呼ばれている(佐藤 1982,p.125)。

一般に知られている「連鎖跳び」は、複数本のなわが重なるように同時に回す跳び方である。この一般的な「連鎖跳び」の跳躍形式は、短なわとび運動における「順とび」をはじめとした各種の跳び方と同様に、“跳び上がる時に両手を振り下げる動作によってなわを足の下に通す”のである(太田1997,pp.144)。

一方、このような短なわとび運動の跳躍形式を枠組みにして行う「連鎖跳び」とは異なって、「交互回し動作」で行う「連鎖跳び」もある。これを“チャイニーズホイール(Chinese Wheels)”(M.Riez 1992, pp28)や“ビーズロープとび”と呼ばれることもあるが、ここでは、運動経過を表さない比喩語となることを避けて「交互回し」と

いう語を「連鎖跳び」の前に付して、「交互回し連鎖跳び」と呼ぶことにする。

「交互回し」が付されていない「連鎖跳び」は、短なわとび運動にみられる一般的な跳躍形式で行う「連鎖跳び」を指すことにする。そして、これに連鎖跳びを構成する人数を付して、例えば三人で行う場合には「三人・連鎖跳び」や「三人・交互回し連鎖跳び」と表すことにする。

(3) 「交互回し連鎖跳び」における「交互回し動作」と「同時回し動作」

「交互回し連鎖跳び」における「交互回し動作」とは、右手と左手に持つなわのそれぞれを1回転ごとに交互に回すのではなく、2本のなわが半周ずらされた関係に保って回旋させる循環性の運動形式を意味する。この「交互回し動作」において左右の手は、常に回旋動作を連続させることになるが、右側のなわを跳ぶ場合と左側のなわを跳ぶ場合が出てくるので、これらを区別するためにそれぞれを「右手跳ぶ・左手手」や「左手跳ぶ・右手手」と表す。

二人で行う「交互回し連鎖跳び」、すなわち「二人・交互回し連鎖跳び」では、二人ともが「交互回し動作」を行うことになる(図1)。ところが、この跳び方を三人以上で行う場合には、並びの両端の者は「交互回し動作」であるが、中間ポジションの者は両手を同時に振り上げ・下げする「同時回し動作」となる(図2)(図3)。この「同時回し動作」は、短なわとび運動における基本跳躍形式とは異なって、跳躍の上昇時に両手を振り上げて、下降時ないし着地時に両手を振り下げる動作形式となる。

(4) 「跳ぶ」と「跳ばす」

「交互回し連鎖跳び」においては、跳ぶ者の足の下を切るなわの一方は、自分自身が回すなわではなくて、両側の者が回すなわとなる。このような関係によって、行う者の動感(金子2005,pp.304)のなかにも「自分が「跳ぶ」と「相手」を「跳ばす」という志向体験の区別が生じる。

(5) なわの回旋方向

なわの回旋方向は、周知の語法と同様に、身体の正面を頭から足の下の方へ回転するのを「前方」、その逆回転を「後方」とし、表記について



図1 なわの回旋動作(二人・交互回し連鎖跳び)



図2 なわの回旋動作(三人・交互回し連鎖跳び)

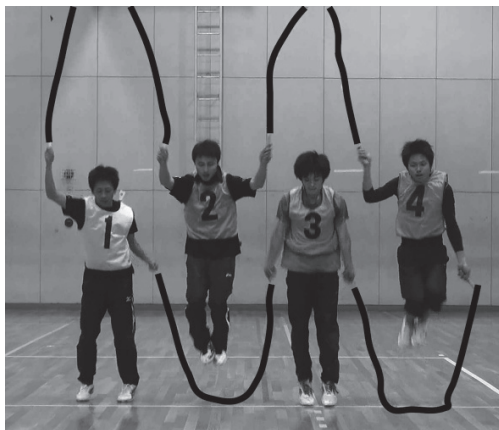


図3 なわの回旋動作(四人・交互回し連鎖跳び)

は前方回旋の場合には省略し、後方回旋の場合にのみ括弧書きで「後回し」と表すことにした。この理由は、表記が長くなり煩雑なることを避けたかったからである。

(6) 「移動」

「連鎖跳び」において、並びを移動して立ち位置を入れ替えることを「移動」と呼ぶ。移動という表現では、例えば走って移動しながらとぶことと区別がつかないことも考えられるが、それは“かけ足とび”という愛称もあるので、それとはある程度区別できると考え、ここでは並びのポジションの移動入替から「入替」を省略して「移動」とする。これに左右の運動方向を付して「左移動」、「右移動」と表す。

(7) 「転向」

体の向きを前後入れ替えることを「転向」と呼ぶことにする。左方向へ回転する（ひねる）場合には「左転向」とし、右方向へは「右転向」と表す。

2. 研究方法

(1) 分析対象

先行研究において、「二人・交互回し連鎖跳び」と「四人・交互回し連鎖跳び」の「移動」の手順は示されている。しかし、「三人・交互回し連鎖跳び」の「移動」の報告はない。また、「四人・交互回し連鎖跳び」の「移動」の先行研究においても、左側二人と右側二人の間での「移動」を繰り返す跳び方が記されているだけであり、それは右端から左端までのポジションをすべて入れ替える「移動」は報告されていない（上原 2005）。

本研究で取り上げた「三人・交互回し連鎖跳び」と「四人・交互回し連鎖跳び」の「移動」は、モデルとなる映像資料のないところから新たに開発した跳び方である。この開発にあたっては、本研究グループの佐伯が先行して実験試行し成功させた^(注3)。この報告をもとにして上原が追試した結果が以下の考察資料となった。

(2) 演技者および練習期間

演技協力者は愛知教育大学大学院の体育専攻学生。演技者は、「交互回し連鎖跳び」の基本形態である「二人・交互回し連鎖跳び」の練習から始

め、本研究の資料に示した発展形態の学習まで行った。練習期間は、週に1回の活動で、1回の活動時間は約90分で、合計5回実施した。一部の者の活動回数は都合4回であった。

(3) 資料作成法

考察資料となった連続写真は、第5回目の活動時に撮影したVTRから映像加工して作成された。連続写真の横には、各コマに対応させて、すぐ右横に模式図のコマを並べた。

模式図の楕円は人である。この楕円に体の向きが分かるように突起を付けた。突起の付してある側が体の正面であり、突起のない側が背を表している。楕円内の数字は写真の演技者が着ているビブスの番号と一致させてある。番号1のビブスを着用している者を演技者1番とし、以下、ビブスの番号に対応して演技者2番、演技者3番、演技者4番として説明する。

模式図の各コマに記載された動作に関する記述は、運動観察の分析結果であり、先述した表記法にしたがって記載されている。

3. 移動の運動経過と動作形式

「三人・交互回し連鎖とび」の移動入替は、一つのポジション（並び位置）から別のポジションへと移るまでの局面を1つの「移動」の単位とすると、3回の移動で左右のポジションがすっかり入れ替わる。「四人・交互回し連鎖とび」の「移動」では4回の「移動」によって、左右のポジションが入れ替わる。以下、移動単位に分けて動作形式を示す。

(1) 「三人・交互回し連鎖とび」

移動単位の第1番目の運動経過は図4に示した。それぞれの演技者の行った各種の動作形式は、図4のなかの模式図に書き込んである。移動単位の第2番目の運動経過は図5に、第3番目の移動の運動経過は図6に示した。これら3つの移動における動作形式を演技者毎に運動展開順に整理して、表1にまとめた。

演技者1番の行った動作形式は、「左交互回し・前回し」、「左交互回し・後回し」、「右交互回し・前回し」、「同時回し・前回し」、右移動および左転向であった。演技者2番の行った動作形式は、

「左交互回し・前回し」, 「右交互回し・後回し」, 「同時回し・前回し」, 「同時回し・後回し」, 左移動および左転向であった。演技者3番の行った動作形式は, 「左交互回し・後回し」, 「右交互回し・前回し」, 「右交互回し・後回し」, 「同時回し・後回し」右移動および左転向であった。

これらの動作形式をみると, 出現した動作形式を3人の演技者がすべてを行うわけではないようである。すべての演技者が共通して行われなかった動作形式は「右転向」である。しかし, 「三人・交互回し連鎖とび」の移動入替における転向を右転向によって行うことは可能であろう。したがって, 「三人・交互回し連鎖とび」の移動入替を行う上で各演技者には, 左右両側の交互回し動作について前回しと後回し, および同時回し動作については前回しと後回しが必要技能となろう。

(2) 「四人・交互回し連鎖とび」

移動単位の第1番目の運動経過は図7に示した。それぞれの演技者の行った各種の動作形式は, 図7のなかの模式図に書き込んである。移動単位の第2番目の運動経過は図8に, 第3番目の移動の運動経過は図9に, 第4番目の移動の運動経過は図10に示した。これら4つの移動における動作形式を演技者毎に運動展開順に整理して, 表2にまとめた。

演技者1番の行った動作形式は, 「左交互回し・前回し」, 「左交互回し・後回し」, 「右交互回し・前回し」, 「同時回し・前回し」, 右移動および左転向であった。演技者2番の行った動作形式は, 「左交互回し・前回し」, 「右交互回し・後回し」, 「同時回し・前回し」, 「同時回し・後回し」, 左移動および左転向であった。演技者3番の行った動作形式は, 「左交互回し・後回し」, 「右交互回し・前回し」, 「同時回し・前回し」, 「同時回し・後回し」右移動および左転向であった。演技者4番の行った動作形式は, 「左交互回し・前回し」, 「右交互回し・前回し」, 「右交互回し・後回し」, 「同時回し・前回し」, 「同時回し・後回し」左移動および右転向であった。

これらの動作形式は, 上述の「三人・交互回し連鎖とび」と出現回数は異なるものの, 同じ動作形式である。したがって, 両者の跳び方の運動要

素は基本的には同様であろう。

4. 動作形式の移行形態

動作を連続させたり, 別な形式の動作と滑らかに組み合わせられるようにするには, 前の動作と次の動作をつなぎ合わせる中間局面に動作融合を図る必要があるので, 動作と動作の移行部分の種類をみてみよう。

「移動」および「転向」の前後の動作形式だけを取り出してみると, 「三人・交互回し連鎖とび」は表3に, 「四人・交互回し連鎖とび」は表4のように整理された。

「移動」を挟む移動入替においては, 「交互回し動作」から「同時回し動作」へ移行する場合と「同時回し動作」から「交互回し動作」へ移行する場合とがある。

「転向」を介して行われる移動入替の場合には, 「交互回し動作」において「前回し」から「後回し」, あるいは「後回し」から「前回し」のいずれかのパターンしかない。しかし, 右転向するか左転向するかにより, 「跳ぶ-跳ばず-跳ぶ-跳ばず…」の交替パターンのなかに, 「跳ぶ-跳ぶ」という連続跳びが行われる場合と, 「跳ばず-跳ばず」ないし「跳ばず-側回旋(空回し)」という連続して跳ばず局面が行われる場合が生じる。このことについて, 運動経過図を参照しながら説明する。

連続跳びの交替リズムが行われるのは, 横並びの左端のポジションにおいて, 左転向する場合である。図5の演技者2番と図8の演技者2番の両者は, 共に左端のポジションであり, 図5の演技者2番は三人並びの, 図8の演技者2番は四人並びの左端となっている。図5の演技者2番は, 転向において, 図5の8コマから9コマの局面で「跳ぶ-跳ぶ」の連続跳びを行っている。これと同様に, 図8の演技者2番も, 図8の8コマから10コマの局面では「跳ぶ-跳ぶ」の連続跳びを行っている。

次に, 同様の左端ポジションにおいて転向を反対方向にした場合のことを説明する。

図5の演技者2番のポジションは, 三人並びの左端である。図10の演技者4番は, 四人並びの左端である。両者とも, 左端ポジションにおいて前

方回旋の交互回し動作から転向を行っているのだが、図5の演技者2番は左転向であり、図10の演技者4番は右転向である。図5の演技者2番は、20コマの局面で跳んだ後、21コマから23コマの局面にかけて「跳ばす-跳ばす」の連続跳ばしを行っている。これに対して、図5の演技者2番は、図5の8コマから9コマの局面では「跳ぶ-跳ぶ」の連続跳びを行っている。このことは、転向方向によって「跳ばす-跳ばす」と「跳ぶ-跳ぶ」の2種類の交替パターンが生じることを意味している。なお、図5は3人並びであり、図10は4人並びであって両者の連結人数は異なるが、このことに跳躍交替パターンは影響されない。

以上に示した転向方向の形式を別な視点で捉えようと、横並びの端で交互回し動作を行う演技者は、内側隣りの演技者に“背を向ける方向に転向する”関係になる場合と、“体正面を向ける方向に転向する”関係になる場合との二つに整理し直すことができる。そして前者においては「跳ぶ-跳ぶ」の交替パターンになり、後者においては「跳ばす(ないし側回旋)-跳ばす(ないし側回旋)」となる。

転向を介しての「跳ぶ-跳ぶ」の交替パターンにおいては、転向による方向感覚の変化が起こる中で、なわの回旋方向を前方回旋から後方回旋へ移行させなければならないので、その練習過程においては運動方向感覚に戸惑い、一時混乱することもある。

まとめ

本研究では、「三人・交互回し連鎖跳び」と「四人・交互回し連鎖跳び」を構成する動作形式とその組合せの要素を示した。これらの跳び方を構成する動作形式の種類は多くないので、達成においては動作形式の組合せをうまく移行させられるかということと、演技者間で動作をうまく同調させることが課題となるのであろう。

なお、移動入替の仕方は、ここで報告した以外にも考えられる。それらの考察とさらに新たな跳び方の開発については今後の研究課題である。

注

注1)「交互回し連鎖跳び」を教材にした授業実

践は、福井大学教育地域科学部附属中学校において2008年度の第43回教育研究集会と2009年度の第44回教育研究集会において石田益之氏によって発表・報告されている。また、愛知県内小学校の数校においても授業実践が行われている(岩崎 2009)。

- 注2) 本研究の「連鎖跳び」に関する表記法の考え方と語法は、体操競技における技の表記法(金子 1973)と太田昌秀氏のなわとび運動の跳び方の表記法(太田 1992,pp.30-35)を参考にしている。
- 注3) 「交互回し連鎖跳び」の移動入替の新しい形態については2010年9月に開催された第6回動きの研究會において佐伯聡史が成功事例のVTRを発表報告している。

参考・引用文献

- 1) 岩崎孝(2009): なわとび運動における「交互回しとび」の学習方法に関する実証的研究, 愛知教育大学修士論文.
- 2) 金子明友(1964): 体操述語における運動方向に関する研究, 東京教育大学体育学部紀要, 4:127-136.
- 3) 金子明友(1973): 競技体操における技の表記, 東京教育大学体育学部紀要, 12:53-69, 1973.
- 4) 金子明友: 身体知の形成(上), 明和出版, 2005.
- 8) M.Riez-Hernelius(1992): Rope Skipping Einzel-Doppelseil-Langseil Zweier-Kette-Tricks-u.a., Rep&Lek.
- 5) 太田昌秀(1992): 楽しいなわとび運動, ベースボールマガジン社.
- 6) 太田昌秀(1997): 幼児のなわとびの形態発生とその伝承方法論, スポーツモルフォロジー研究, 3:144-156, 日本スポーツモルフォロジー学会.
- 7) 佐藤良金(1982): なわとび教室(再版), 大修館書店.
- 8) 上原三十三(2005): なわとびの新しい教材, 愛知教育大学保健体育講座紀要, 29:23-29.

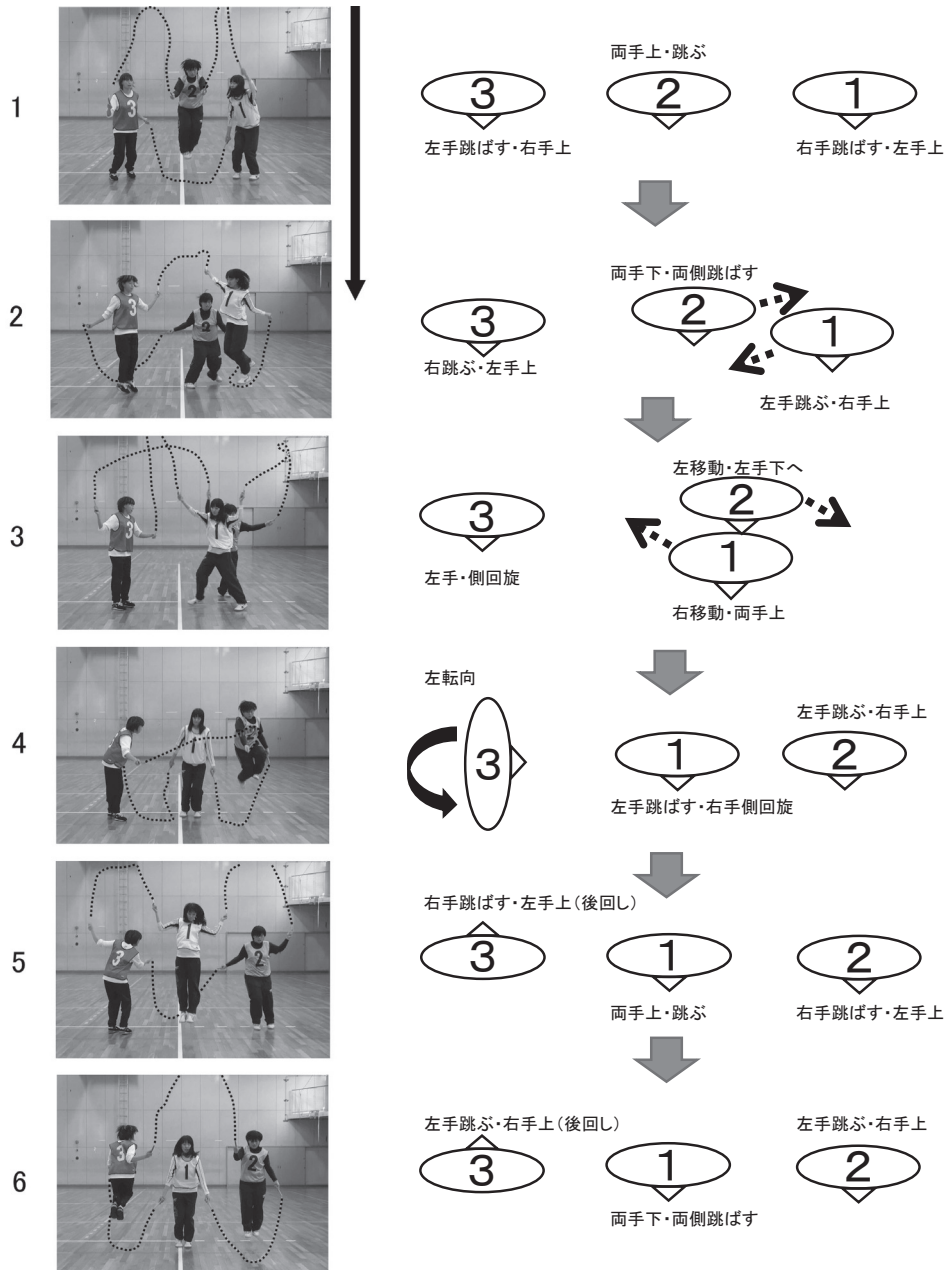
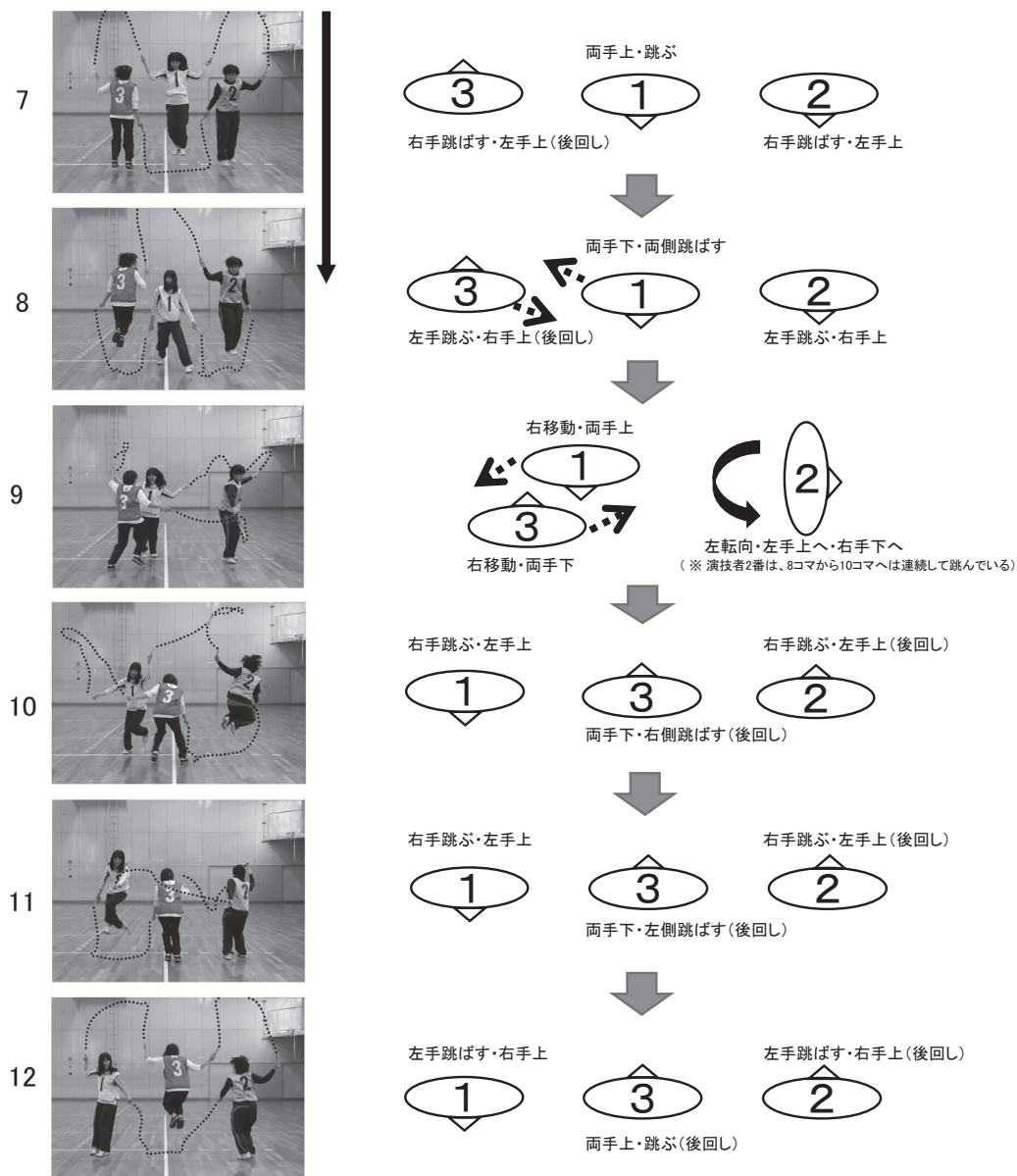


図4 三人移動 (1)



※ 10～11コマの局面で、演技者2番が跳ぶのに続いて演技者1番が跳んでいるのは、未熟によるタイミングの遅れであり、この二人は同時に跳ぶのが望ましい。

図5 三人移動 (2)

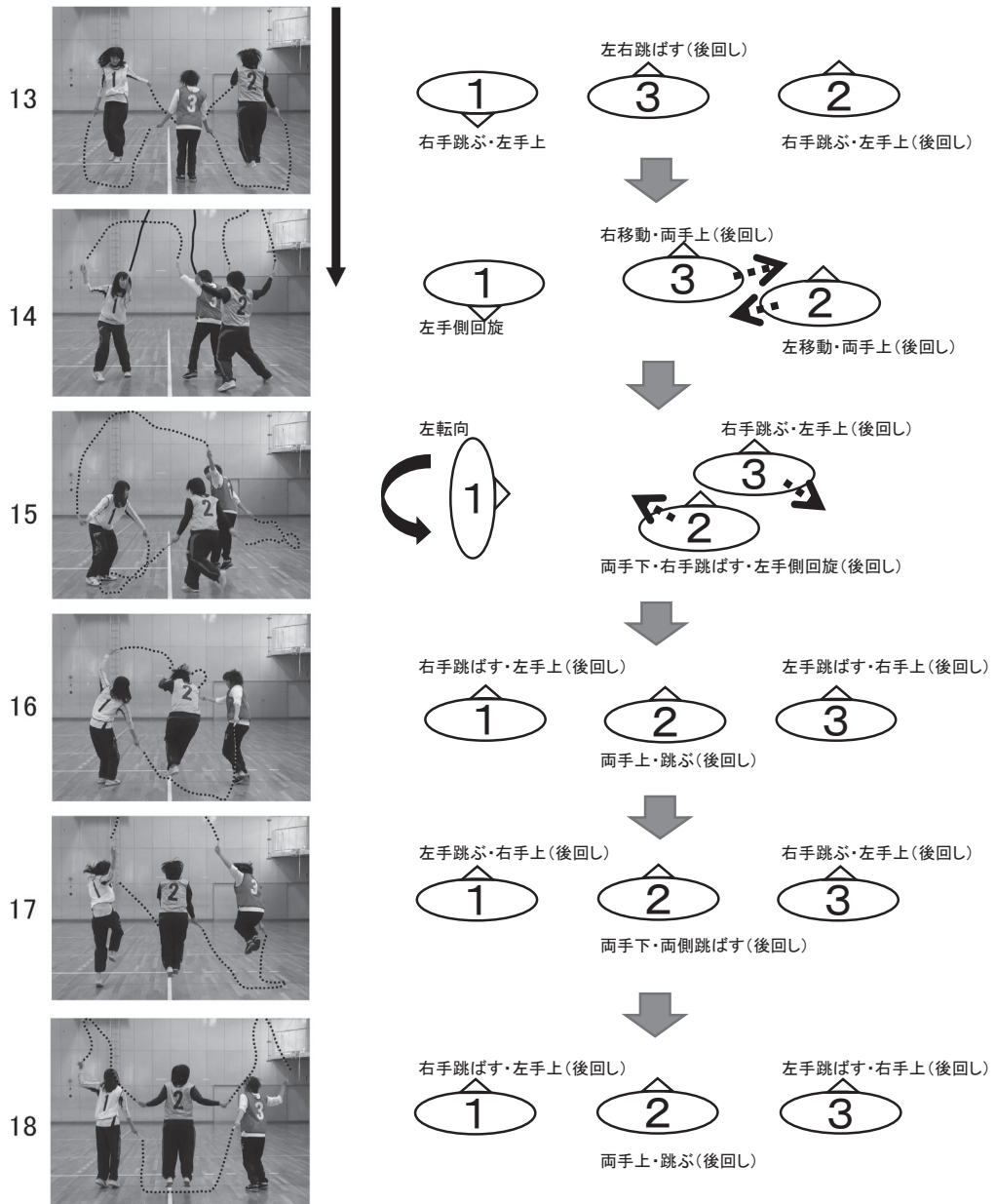


図6 三人移動 (3)

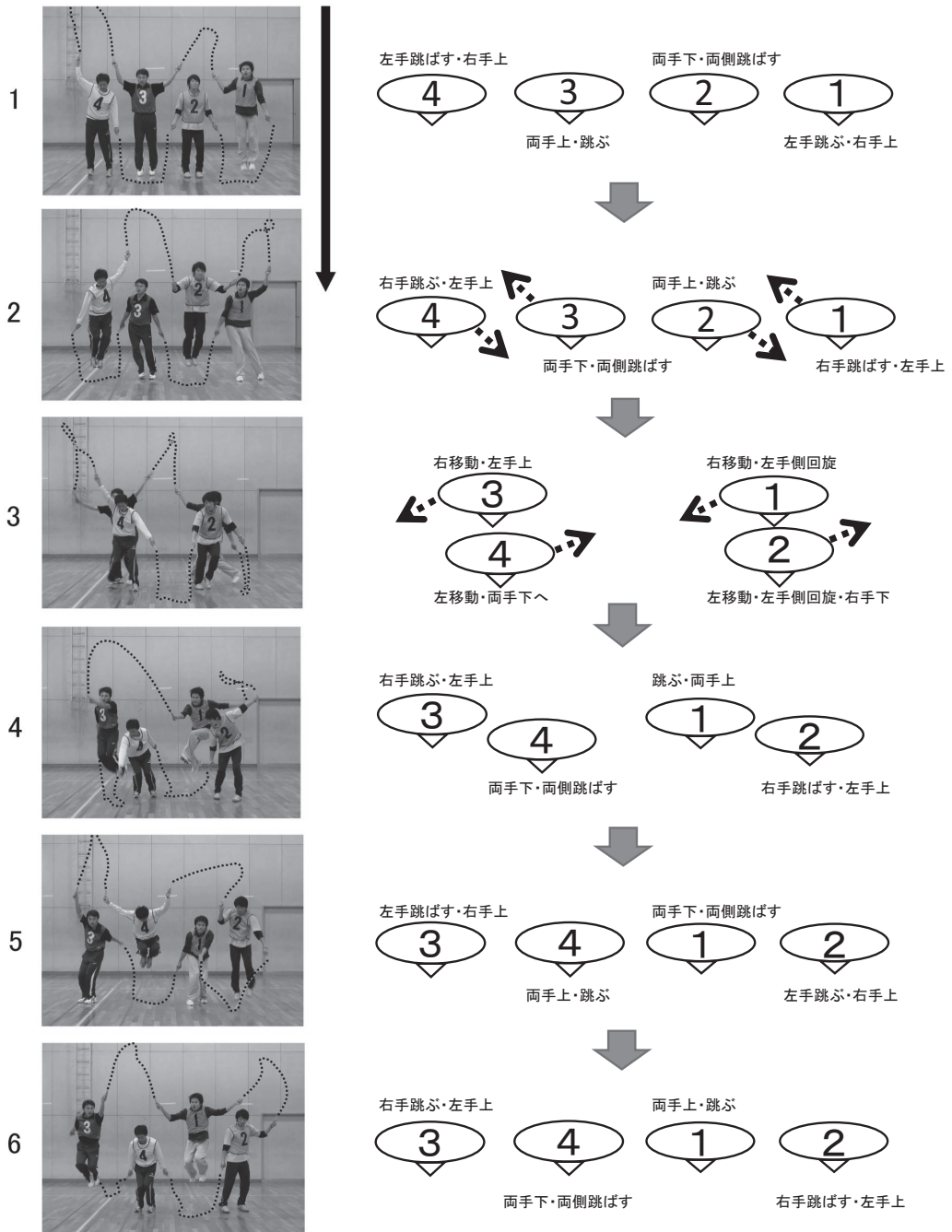


図7 四人移動 (1)

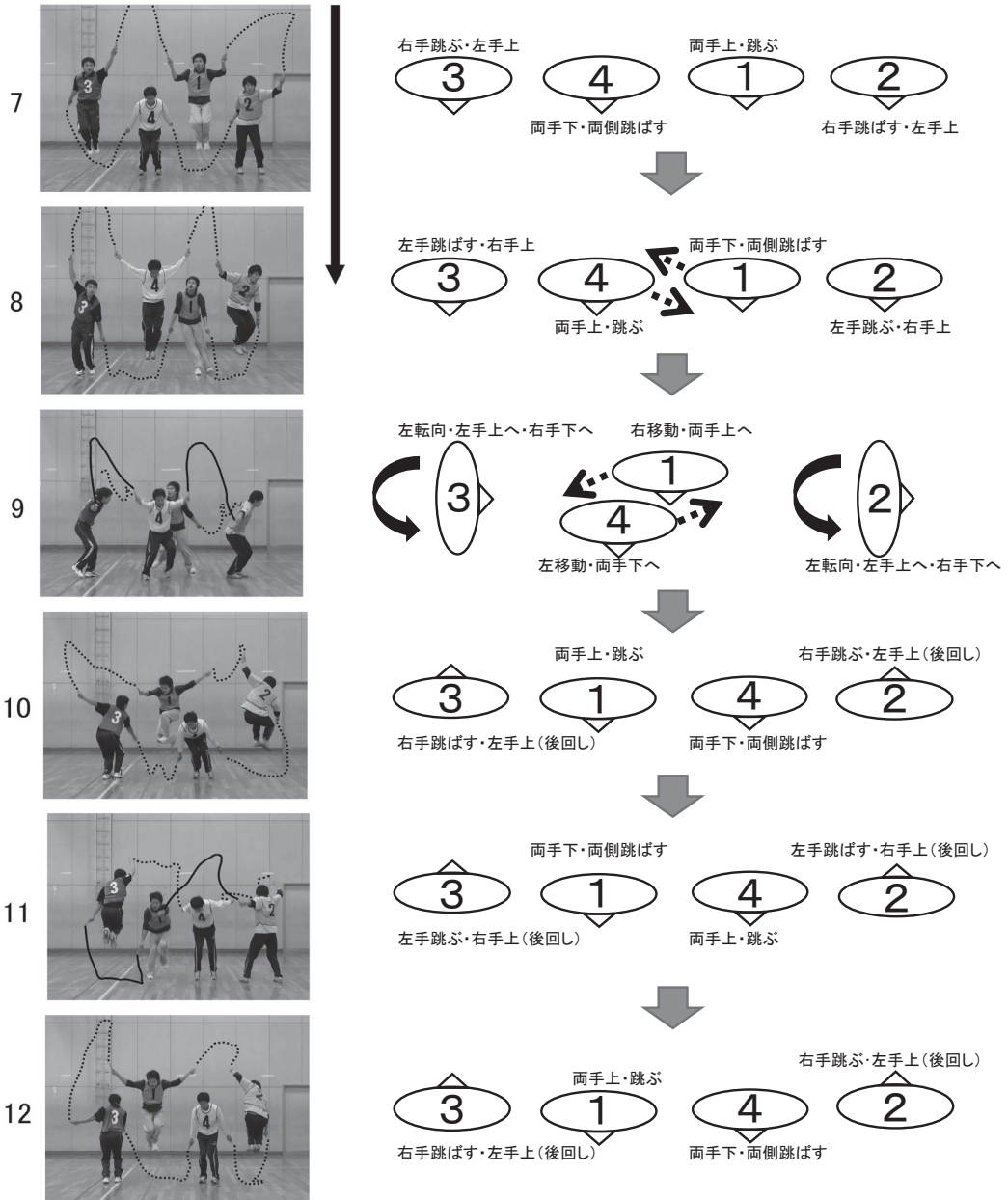


図8 四人移動 (2)

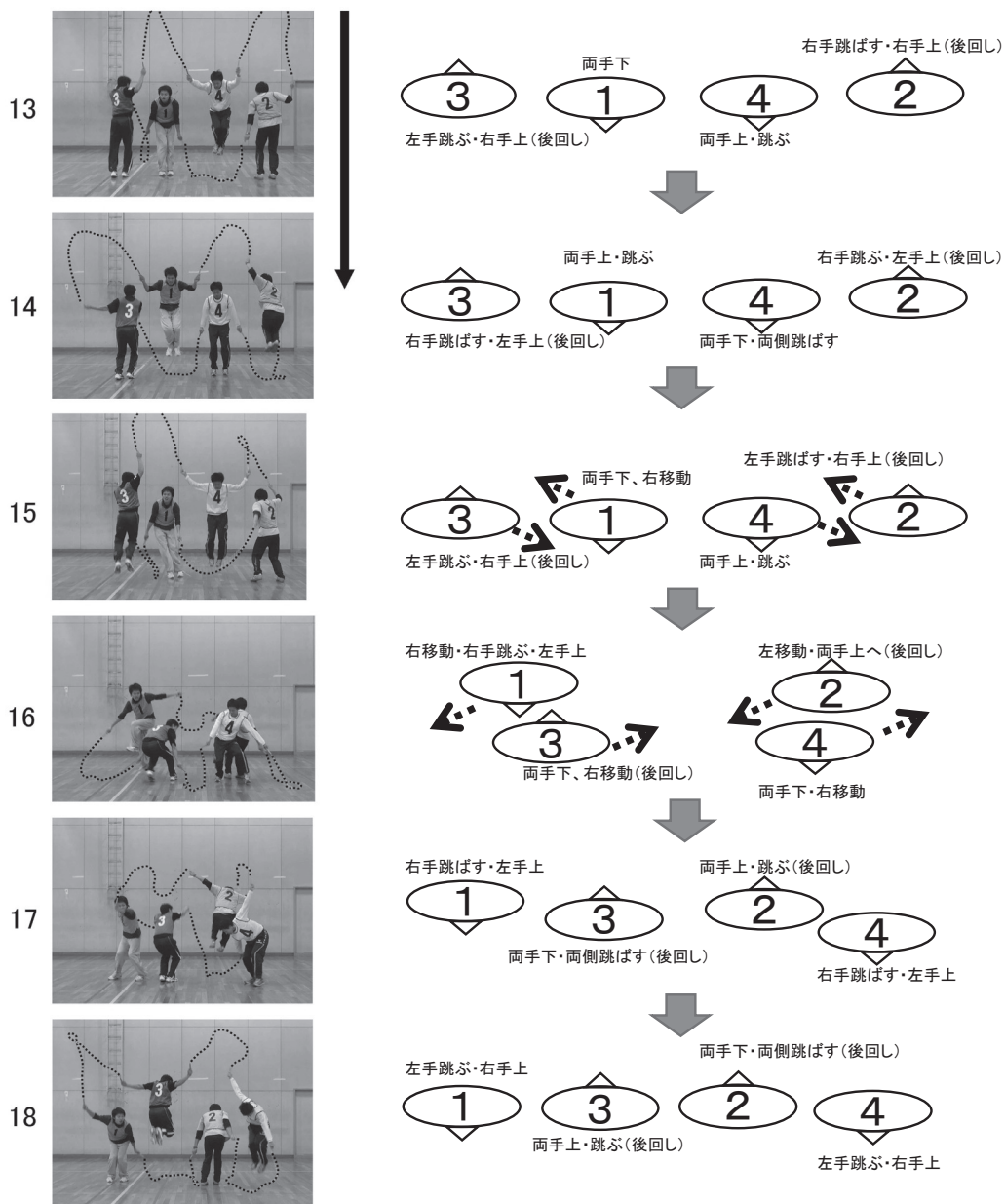


図9 四人移動 (3)

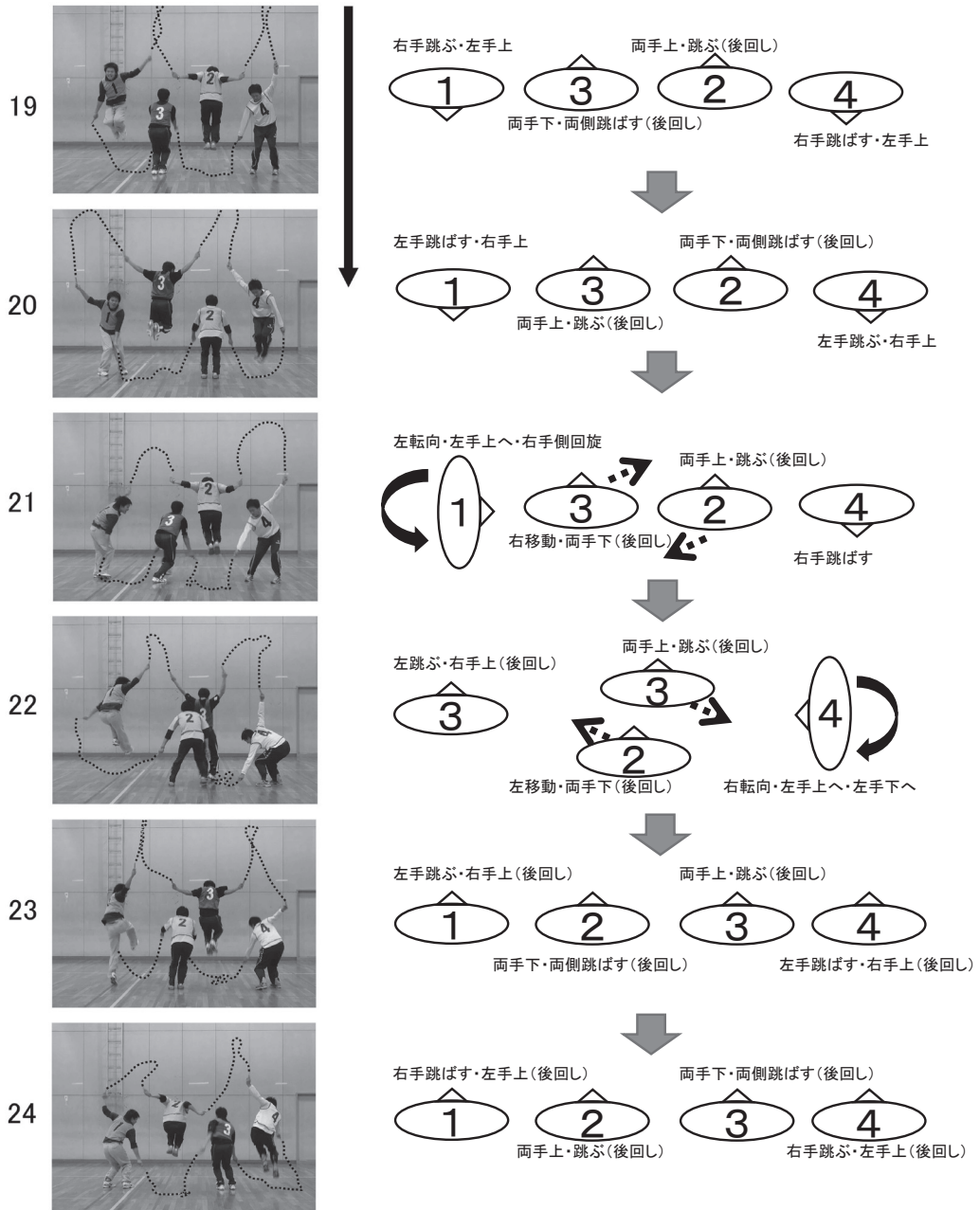


図10 四人移動 (4)

表1 移動における動作形式（三人・交互回し連鎖跳び）

三人移動(1)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3
1	左交互・前回し(右跳ばす)	同時・前回し(跳ぶ)	右交互・前回し(跳ばす)
2	左交互・前回し(右跳ぶ)	同時・前回し(両側跳ばす)	右交互・前回し(跳ぶ)
3	右移動	左移動	左片側回旋・前回し
4	同時・前回し(左跳ばす)右片側回旋	左交互・前回し(跳ぶ)	左転向
5	同時・前回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ばす)	左交互・後回し(跳ばす)
6	同時・前回し(両側跳ばす)	左交互・前回し(跳ぶ)	左交互・後回し(跳ぶ)

三人移動(2)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3
7	同時・前回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ばす)	左交互・後回し(跳ばす)
8	同時・前回し(跳ばす)	左交互・前回し(跳ぶ)	左交互・後回し(跳ぶ)
9	右移動	—	右移動
10	—	左転向+右交互・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)
11	右交互・前回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ぶ)	—
12	右交互・前回し(跳ばす)	右交互・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)

三人移動(3)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3
13	右交互・前回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)
14	左片側回旋・前回し	左移動	右移動
15	左転向	同時・後回し(右跳ばす)左側回旋	右交互・後回し(跳ぶ)
16	左交互・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ばす)
17	左交互・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)	右交互・後回し(跳ぶ)
18	左交互・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ばす)

(凡例)

- : 一つの動作形式の経過中を表す
 左交互: 左側で行う交互回しとび動作
 右交互: 右側で行う交互回し跳び動作
 同時: 同時回し跳び動作

表2 移動における動作形式（四人・交互回し連鎖跳び）

四人移動(1)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3	演技者4
1	左交互・前回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ぶ)	右交互・前回し(跳ぶ)
2	左交互・前回し(跳ばす)	同時・前回し(両側跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)	右交互・前回し(跳ばす)
3	右移動	左移動	右移動	左移動
4	同時・前回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ばす)	右交互・前回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)
5	同時・前回し(跳ばす)	左交互・前回し(跳ぶ)	右交互・前回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ぶ)
6	同時・前回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ばす)	右交互・前回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)

四人移動(2)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3	演技者4
7	同時・前回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ばす)	右交互・前回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)
8	同時・前回し(跳ばす)	左交互・前回し(跳ぶ)	右交互・前回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ぶ)
9	右移動	左転向	左移動	左移動
10	同時・前回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ぶ)	左交互・後回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ばす)
11	同時・前回し(跳ばす)	右交互・後回し(跳ばす)	左交互・後回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ぶ)
12	同時・前回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ぶ)	左交互・後回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ばす)

四人移動(3)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3	演技者4
13	同時・前回し(跳ばす)	右交互・後回し(跳ばす)	左交互・後回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ぶ)
14	同時・前回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ぶ)	左交互・後回し(跳ばす)	同時・前回し(跳ばす)
15	右移動	左交互・後回し(跳ばす)	左交互・後回し(跳ぶ)	同時・前回し(跳ばす)
16	右交互・(跳ぶ)	左移動	右移動	左移動
17	右交互・(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)	左交互・前回し(跳ばす)
18	右交互・(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ぶ)

四人移動(4)

写真番号	演技者1	演技者2	演技者3	演技者4
19	右交互・前回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)	左交互・前回し(跳ばす)
20	右交互・前回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	左交互・前回し(跳ぶ)
21	左転向、右側回旋	同時・後回し(跳ぶ)	右移動	左交互・前回し(跳ばす)
22	左交互・後回し(跳ぶ)	左移動	—	右転向
23	—	同時・後回し(跳ばす)	同時・後回し(跳ぶ)	右交互・後回し(跳ばす)
24	左交互・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ぶ)	同時・後回し(跳ばす)	右交互・後回し(跳ぶ)

(凡例)

- : 一つの動作形式の経過中を表す
 左交互: 左側で行う交互回しとび動作
 右交互: 右側で行う交互回し跳び動作
 同時: 同時回し跳び動作

表3 移動における動作形式の組合せ (三人・交互回し連鎖跳び)

手順	演技者1	演技者2	演技者3
1	左交互・前回し	同時・前回し	右交互・前回し
2	右移動	左移動	左転向
3	同時・前回し	左交互・前回し	左交互・後ろ回し
4	右移動	左転向	右移動
5	右交互・前回し	右交互・後ろ回し	同時・後ろ回し
6	左転向	左移動	右移動
7	左交互・後ろ回し	同時・後ろ回し	右交互・後ろ回し

(凡例)

交互: 交互回し跳び動作

同時: 同時回し跳び動作

表4 移動における動作形式の組合せ (四人・交互回し連鎖跳び)

手順	演技者1	演技者2	演技者3	演技者4
1	左交互・前回し	同時・前回し	同時・前回し	右交互・前回し
2	右移動	左移動	右移動	左移動
3	同時・前回し	左交互・前回し	右交互・前回し	同時・前回し
4	右移動	左転向	左転向	左移動
5	同時・前回し	右交互・後ろ回し	左交互・後ろ回し	同時・前回し
6	右移動	左移動	右移動	左移動
7	右交互・前回し	同時・後ろ回し	同時・後ろ回し	左交互・前回し
8	左転向	左移動	右移動	右転向
9	左交互・後ろ回し	同時・後ろ回し	同時・後ろ回し	右交互・後ろ回し

(凡例)

交互: 交互回し跳び動作

同時: 同時回し跳び動作