

なわとびチャレンジカード

令和2年度 3・4年生用

()年()組 ()番 名前()

とべたら回数を○でかこみ、その下に数えてもらった人のサインをもらおう。

種目 / 級	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	9級	10級
①前とび サイン	8分	5分	4分	3分	2分	1分	100	80	40	10
②後ろとび サイン	180	150	120	100	80	50	30	20	10	5
③片足とび サイン	80	70	60	50	40	30	20	15	10	5
④かけ足とび サイン	150	120	100	80	60	40	30	20	10	5
⑤こうさとび サイン	80	50	40	30	20	15	10	5	3	1
⑥あやとび(前) サイン	60	40	30	20	15	10	5	3	1	
⑦あやとび(後) サイン	50	30	25	20	10	5	3	1		
⑧二重とび(前) サイン	40	30	25	20	10	5	1			
⑨二重とび(後) サイン	10	7	5	3	1					
⑩はやぶさ サイン	5	3	1							

たての列がすべてそろうようにがんばろう。



あなたの級は()級です。

できたら数えた人に○でかこんでもらう。
たての列に全部○がついたところが自分の級になります。
上の級めざしてチャレンジしよう！