なわとび1・2年生カード

ねん くみ なまえ (

きゅう	とびかた	かいすう	サイン	かいすう	サイン
10	まえとび	5 🗓		100	
9	まえとび	15 回		20 回	
8	かけあしとび	5回		10 回	
7	うしろとび	5回		10 回	
6	まえあやとび	5回		10 回	
5	まえこうさとび	5回		10 回	
4	うしろあやとび	5回		10 回	
3	うしろこうさとび	5回		10 回	
2	にじゅうとび			1回	
1	にじゅうとび			2回	
スペシャル	にじゅうとび			3回	
マスター	にじゅうとび			5回	

ふたりで	おやことび (まわしてあげて)	10回	

なわとびカード (中高学年)

				_
_	⊘ □	名前(,
皿	金口	24日11(,
	WIII	, nun (,

できたところに色をぬろう。

きゅうわざ	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	ウルトラ A	ウルトラ B	ウルトラ C
前回しとび	5	10	20	40	80	100	120	140	160				
かけ足とび			10	15	20	25	30	60	80				
後ろ回しとび			5	10	15	20	40	60	80				
前ふりとび			5	10	15	20	40						
あやとび				5	10	15	20	30	40				
交差とび					5	10	15	20	30	40	50		
側振とび(サイドクロス)					5	10	15	20	30	40	50		
うしろあやとび						5	10	20	30	40	50		
うしろ交差とび						5	10	15	20	30	40		
返しとび						5	10	15	20	25			
二重とび						5	10	20	30	40	50		
はやぶさ							3	5	8	10	15	20	30
後ろ二重								3	5	10	15	20	30
二重交差とび									3	5	10	15	20
三重とび											1	3	5
側振はやぶさ												3	5

* はやぶさ・二重交差とびは前・後ろ どちらかができれば合格。

10 9 8 7 6 5 4 3 2	1	2	ウルトラ A	ウルトラ B	ウルトラ