

# ★なわとび チャレンジカード★ (まえまわし)

年 組 名前 ( )

りょう足とび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	全クリア
かけ足とび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
かた足とび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
かいへいとび (左右)	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
かいへいとび (ぜんご)	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
よこふりとび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
まえふりとび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
あやとび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
こうさとび	35	40	45	50	55	60	70	80	90	100	
二じゅうとび	12	14	16	18	20	25	30	35	40	50	
はやぶさ (あや二じゅう)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
こうさ二じゅうとび	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
じきゅうとび	2ぶん	2ぶん 20びょう	2ぶん 40びょう	3ぶん	3ぶん 20びょう	3ぶん 40びょう	4ぶん	4ぶん 20びょう	4ぶん 40びょう	5ぶん	

# ★なわとび チャレンジカード★ (うしろまわし)

年 組 名前 ( )

りょう足とび	15	20	30	40	50	全クリア
かけ足とび	15	20	30	40	50	
かた足とび	15	20	30	40	50	
かいへいとび (左右)	15	20	30	40	50	
かいへいとび (ぜんご)	15	20	30	40	50	
よこふりとび	15	20	30	40	50	
まえふりとび	15	20	30	40	50	
あやとび	15	20	30	40	50	
こうさとび	15	20	30	40	50	
二じゅうとび	6	7	8	9	10	
はやぶさ (あや二じゅう)	6	7	8	9	10	
こうさ二じゅうとび	6	7	8	9	10	
じきゅうとび	1ぶん	1ぶん20びょう	1ぶん40びょう	2ぶん	3ぶん	