



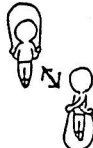








「なわとび」がんばりカード

年 組 名 前

級	両足とび まえ	両足とび うしろ	かけ足とび まえ	かた足とび まえ左右	あやとび まえ	こうさとび まえ	あやとび うしろ	こうさとび うしろ	二重とび まえ	二重とび うしろ	はやぶさ まえ
											
1	200	180	160	35	80	50	20	15	20	10	5 回
2	180	160	140	30	60	40	15	10	10	5 回	
3	160	140	120	25	50	30	10	5 回	5 回		
4	140	120	100	20	20	15	5 回				
5	120	100	80	15	15	10 回					
6	100	80	60	10	10 回						
7	80	60	40	5 回							
8	60	40	20 回								
9	40	20 回									
10	20 回										



- 数字は、つづけたできた回数です。
- せいこうしたら、色をぬりましょう。
- 横一列がぜんぶできたら合格です。