



なわとびチャレンジカード

ねん くみ なまえ ()

とびかた \ きゅう	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	めいじん
まえとび	5	10	15	20	25	30	35	40	50	60	70
まえかけあしとび		5	10	15	20	25	30	35	40	50	60
まえグーパーとび			5	10	15	20	25	30	35	40	50
うしろとび				5	10	15	20	25	30	40	50
うしろグーパーとび				5	10	15	20	25	30	35	40
まえかたあしとび						5	10	15	20	30	40
まえあやとび							5	10	15	20	25
まえこうさとび							2	5	8	10	15
うしろあやとび								5	10	15	20
うしろこうさとび								2	5	8	10
まえ二じゅうとび									1	2	5
日にち	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
ごうかくいん											

★できたかいうののところまで よこにすべて きれいにいろを ぬりましょう。

★たてにすべてぬれたら そのきゅうが ごうかくです。日にちを かいて おうちのひとに サインを もらいましょう。

