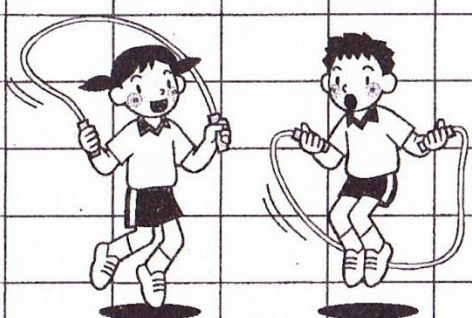


ひがしっこ * なわとびカード (ねん くみ)

○ とべた回数に色をぬります。たての色が全部ぬれたら、ごうかくです！ 一番下のごうかく日に日にちをかきましよう。

	10級	9級	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	特1級	特2級	なわとび チャンピオン	なわとび おいじん 名人	さいこう まろく 記録
両足とび	5	10	15	20	30	50	80	100	150	200					
かけ足とび	3	5	10	15	20	30	50	80	100	150	200				
あやとび		1	2	5	10	15	20	30	50	80	100				
かけ足あやとび			1	2	5	10	15	20	30	50	80	100	150	200	
交差とび				1	2	5	10	15	20	30	50				
かけ足交差とび					1	2	3	5	10	20	30	40	50	60	
後ろとび	1	3	5	10	15	20	30	50	80	100					
後ろあやとび					1	2	5	10	15	20	30	50	80	100	
後ろ交差とび						1	2	5	10	15	20	30	40	50	
まえふり					1	2	5	10	20	30	50	60			
二重とび						1	2	5	10	15	20	30	50	100	
2重あやとび									1	2	5	10	20	30	
交差2重とび										1	2	3	10	20	
3重とび													1	3	
合格日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/



◆たくさん運動して体力アップしよう！◆

1年生	8級に挑戦	3年生	6級に挑戦	5年生	3級に挑戦
2年生	7級に挑戦	4年生	5級に挑戦	6年生	1級に挑戦