

なわとびカード【中級】

年 組	
-----	--

No.	とびかた	回 数	とべた印	おうちの 人	自己ベスト
1	りょうあし 両足とび 1びょうし	2 0			
2	うし 後ろ両足とび 1びょうし	2 0			
3	まえ 前ふりとび (石けりとび)	2 0			
4	あやとび (ひら く・バツ)	2 0			
5	こうさ 交差とび (バツとび)	2 0			
6	かけ足とび 1びょうし	2 0			
7	後ろかけ足とび 1びょうし	2 0			
8	ぜんご 前後かいきやくとび (グーチヨキとび)	2 0			
9	ぜんご 後ろ前後かいきやくとび (後ろグーチヨキとび)	2 0			



* 「記録」に挑戦したら、新記録が出るたびに、「自己ベスト」の回数を、書きかえましょう。

* すべて「合格」した人は、次のカードに進みましょう！