

開校85周年記念

縄跳びカード

3rd サード
ステージ



年 組	名前	日付	合格印
1 級	二重とび8回～はやぶさ8回～両足とび8回 ～方向転換～両足とび(後ろ)8回 ～二重とび(後ろ)8回 (連続で)	/	
2 級	側振前後交差とび (後ろ) 10回	/	
3 級	側振前後交差とび 10回	/	
4 級	両足とび8回～二重とび8回 ～はやぶさ8回～むささび8回 (連続で)	/	
5 級	かけ足二重とび (後ろ) 10回	/	
6 級	かけ足二重とび 10回	/	
7 級	返しとび (後ろ) (左で1回、右で1回) 10回	/	
8 級	回転とび (180度) 5回	/	
9 級	二重とび (後ろ) 10回	/	
10 級	速とび (後ろ) 10秒間に30回以上	/	
11 級	側振とび8回～かけ足とび8回 ～方向転換～両足とび(後ろ)8回 ～側振とび(後ろ)8回 (連続で)	/	
12 級	持久とび (1回旋1跳躍) 3分間	/	

サードステージの中であれば、どの級からでも受けられます