なわとびチャレンジカード

年　組　番　名前

目標

☆マスにかかれた数の分とべたら色をぬろう！

級	認定条件	両足とび	両足とび（後ろ）	かた足とび	かた足とび（後ろ）	かけ足とび	あやとび	あやとび（後ろ）	交さとび	交さとび（後ろ）	二重とび	二重とび（後ろ）	はやぶさ	つばめ
10級	3つ以上	10	5	5	3	5	1		1					
9級	3つ以上	20	10	10	5	10	3	1	3	1	1			
8級	4つ以上	30	15	15	7	15	5	3	5	3	3			
7級	6つ以上	40	20	20	10	20	7	5	7	5	5	1	1	
6級	6つ以上	50	25	25	15	25	10	7	10	7	7	3	3	
5級	7つ以上	60	30	30	20	30	15	10	15	10	10	5	5	1
4級	7つ以上	70	35	35	25	35	20	15	20	15	15	7	7	3
3級	7つ以上	80	40	40	30	40	25	20	25	20	20	10	10	5
2級	7つ以上	90	45	45	35	45	30	25	30	25	25	15	15	7
1級	7つ以上	100	50	50	40	50	35	30	35	30	30	20	20	10
特級	すべて	100	50	50	40	50	35	30	35	30	30	20	20	10
自分の最高記録														

3分間チャレンジ																					
	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日
	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒	分	秒