



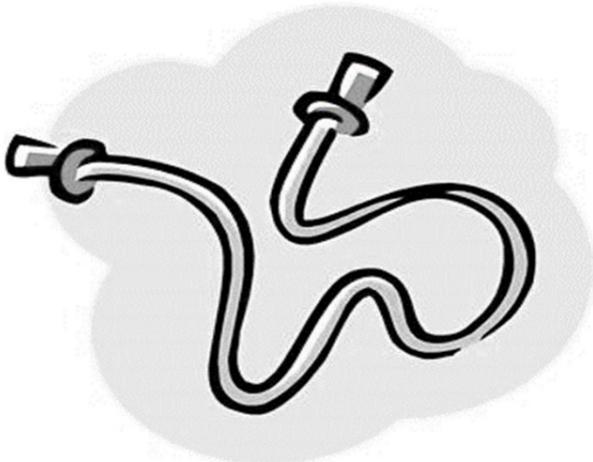
年 組 名前

なわとび がんばりカード (5・6年生)



横浜市立釜利谷東小学校

級	20級	19級	18級	17級	16級	15級	14級	13級	12級	11級	10級	9級	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	初段	二段	三段	四段	五段	名人
種目/合格チェック																										
1 まえまわ 前回しとび	1回	2回	3回	4回	5回	10回	20回	30回	50回	75回	100回	150回	200回	300回												
2 うしろまわ 後ろ回しとび		1回	2回	3回	4回	5回	10回	20回	30回	50回	75回	100回	150回	200回												
3 さゆうかいはい 左右開閉とび (グーパーとび)			1回	2回	3回	4回	5回	10回	20回	30回	50回	75回	100回	150回											200回	
4 ぜんごかいはい 前後開閉とび (グーチョキとび)				1回	2回	3回	4回	5回	10回	20回	30回	50回	75回	100回											150回	200回
5 ぜんごさゆうかいはい 前後左右開閉とび (グーパーグーチョキとび)								1回	3回	5回	10回	15回	20回	30回											40回	50回
6 うしろまわ ぜんごかいはい 後ろ回し前後開閉とび (後ろグーパーとび)								1回	3回	5回	10回	15回	20回	30回											40回	50回
7 あし 足たたきとび									1回	3回	5回	10回	15回	20回	30回	40回	50回									
8 しゃがみとび										1回	3回	5回	10回	15回	20回	30回	40回	50回								
9 振り足とび											1回	3回	5回	10回	15回	20回	30回	40回	50回	75回	100回	150回	200回			
10 か 駆け足とび												1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回	40回			
11 まえまわ 前回しとび (1分間)															1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回	40回
12 あやとび															1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回	40回
13 うしろ 後ろあやとび															1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回	40回
14 こさ 交さとび																1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回
15 うしろこさ 後ろ交さとび																1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回	30回	35回
16 前回し→グーパー→ 前回し→グーチョキとび (連続わざ)																	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回
17 返しとび																		1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回
18 サイドクロス																		1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回	20回	25回
19 三重とび																				1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回
20 はやぶさ																				1回	2回	3回	4回	5回	10回	15回
21 年 組 名前																					1回	2回	3回	4回	5回	
22																					1回	2回	3回	4回	5回	



今年の目標	級
今年の記録	級