

# めざせ！なわとび名人！（3～4年）

年 組 ( )

めいじん 名人	100	100	33	33	24	9	5	70	70	24	24	9	5	5
1級	90	90	30	30	21	7	3	60	60	21	21	7	3	3
2級	80	80	27	27	18	5	1	50	50	18	18	5	1	1
3級	70	70	24	24	15	3		45	45	15	15	3		
4級	60	60	21	21	12	1		40	40	12	12	1		
5級	50	50	18	18	9			35	35	9	9			
6級	45	45	15	15	7			30	30	7	7			
7級	40	40	12	12	5			25	25	5	5			
8級	35	35	9	9	3			20	20	3	3			
9級	30	30	7	7	1			15	15	1	1			
10級	25	25	5	5				10	10					
11級	20	20	3	3				7	7					
12級	15	15	1	1				5	5					
13級	10	10						3	3					
14級	7	7						1	1					
15級	5	5												
16級	3	3												
17級	1	1												
	前 両足	前 かけ足	前 あや	前 交差	前 二重	前 二重あや	前 交差二重	後 ろ両足	後 ろかけ足	後 ろあや	後 ろ交差	後 ろ二重	後 ろ二重あや	後 ろ交差二重

17級がスタート！



どんどんチャレンジして、とべたら色をぬろう！！

体育読本を見て、跳び方を参考にしてみよう！

体育読本にのっていない場合は、先生や保護者の方に聞いてみよう！

きっと、教えてくれるよ！