

なわとびチャレンジカード（中学年）

年 組 名前 _____

今年のめあて

--

回し方・とび方		回 数										しんきろく 新記録
前	<small>りょうあし</small> 両足 とび	10	20	40	60	80	100	110	120	130	150	□
	グーパーとび	5		10		20		30		40		□
	グーチョコキとび	5		10		20		30		40		□
	かけ足とび	10		20		40		60		80		□
	けんけんとび	5		10		20		30		40		□
	前ふりとび	2		4		8		16		24		□
	横ふりとび	2		4		8		16		24		□
	あやとび	4		8		16		24		32		□
	こうさとび	2		4		8		16		24		□
	<small>にじゅう</small> 二重 とび	1		5		10		20		30		□
	はやぶさ	1		3		5		7		10		□
	リットル	1		3		5		7		10		□
後ろ	両足とび	5	10	15	20	25	30	40	50	60	70	□
	あやとび	3		5		7		10		20		□
	こうさとび	3		5		7		10		20		□
	<small>にじゅう</small> 二重 とび	1		2		3		4		5		□

レベル	15級					14級					13級								
クリアした数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
12級	11級					10級					9級								
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
8級				7級				6級				5級							
36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
4級				3級				2級				1級							
56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
特級				名人				仙人											
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90					

なわとび検定証 級

なわとび検定の結果、上記の級に
合格したことを証します。

令和8年 2月
さいたま市立七里小学校



うら面の数字もぬってみよう！

