

☆入遠野小学校なわとびカード☆

名前()

| | 名人コース | まえりょう足 | まえかけ足 | まえりょう足あや | まえかけ足あや | まえりょう足こうき | まえかけ足こうき | うしろりょう足 | うしろかけ足 | うしろりょう足あや | うしろかけ足あや | うしろりょう足こうき | うしろかけ足こうき | 二重とび |
|-----|-------|--------|-------|----------|---------|-----------|----------|---------|--------|-----------|----------|------------|-----------|------|
| 白 | 20級 | 10 | 10 | | | | | 2 | 2 | | | | | |
| | 19級 | 20 | 20 | 1 | | | | 5 | 5 | 1 | | | | |
| | 18級 | 30 | 30 | 2 | 1 | | | 10 | 10 | 2 | 1 | | | |
| | 17級 | 40 | 40 | 5 | 2 | | | 20 | 20 | 5 | 2 | | | |
| | 16級 | 50 | 50 | 10 | 5 | 1 | | 30 | 30 | 10 | 5 | | | |
| きいろ | 15級 | 60 | 60 | 20 | 10 | 2 | 1 | 40 | 40 | 20 | 10 | | | |
| | 14級 | 70 | 70 | 30 | 20 | 3 | 2 | 50 | 50 | 30 | 20 | 1 | | |
| | 13級 | 80 | 80 | 40 | 30 | 4 | 3 | 60 | 60 | 40 | 30 | 2 | 1 | |
| | 12級 | 90 | 90 | 50 | 40 | 6 | 4 | 70 | 70 | 50 | 40 | 3 | 2 | |
| | 11級 | 100 | 100 | 60 | 50 | 8 | 6 | 80 | 80 | 60 | 50 | 5 | 3 | |
| みどり | 10級 | 110 | 110 | 70 | 60 | 10 | 8 | 90 | 90 | 70 | 60 | 10 | 5 | 1 |
| | 9級 | 120 | 120 | 80 | 70 | 15 | 10 | 100 | 100 | 80 | 70 | 15 | 10 | 2 |
| | 8級 | 130 | 130 | 90 | 80 | 20 | 15 | 110 | 110 | 90 | 80 | 20 | 15 | 3 |
| | 7級 | 140 | 140 | 100 | 90 | 25 | 20 | 120 | 120 | 100 | 90 | 25 | 20 | 4 |
| | 6級 | 150 | 150 | 110 | 100 | 30 | 25 | 130 | 130 | 110 | 100 | 30 | 25 | 5 |
| 青 | 5級 | 160 | 160 | 120 | 110 | 35 | 30 | 140 | 140 | 120 | 110 | 35 | 30 | 6 |
| | 4級 | 170 | 170 | 130 | 120 | 40 | 35 | 150 | 150 | 130 | 120 | 40 | 35 | 8 |
| | 3級 | 180 | 180 | 140 | 130 | 45 | 40 | 160 | 160 | 140 | 130 | 45 | 40 | 10 |
| | 2級 | 190 | 190 | 150 | 140 | 50 | 45 | 170 | 170 | 150 | 140 | 50 | 45 | 12 |
| | 1級 | 200 | 200 | | 150 | | 50 | 180 | 180 | | 150 | | 50 | 15 |



☆できたらマスに色をぬりましょう☆ 横が全部クリアできたら〇級です☆

☆入遠野小学校なわとびカード☆

名前()

| | 達人 コース | 前まわし | | | | 後まわし | | | | 前 | 後 |
|------|-----------|------|------|-------|-------|------|------|-------|-------|--|------|
| | | 二重とび | 二重あや | かけ足二重 | こうさ二重 | 二重とび | 二重あや | かけ足二重 | こうさ二重 | 三重とび | 三重とび |
| 赤 | 特1級 | 20 | 1 | | | 1 | | | | | |
| | 特2級 | 25 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | | |  | |
| | 特3級 | 30 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | | | |
| | 特4級 | 35 | 6 | 4 | 4 | 5 | 3 | 2 | 1 | | |
| | 特5級 | 40 | 8 | 6 | 6 | 10 | 5 | 4 | 2 | | |
| むらぬき | 特6級 | 45 | 10 | 8 | 8 | 15 | 10 | 6 | 3 | | 1 |
| | 特7級 | 50 | 15 | 10 | 10 | 20 | 15 | 8 | 4 | 2 | |
| | 特8級 | 55 | 20 | 15 | 15 | 25 | 20 | 10 | 5 | 3 | 1 |
| | 特9級 | 60 | 25 | 20 | 20 | 30 | 25 | 15 | 6 | 4 | 2 |
| | 特10級 | 65 | 30 | 25 | 25 | 40 | 30 | 20 | 8 | 6 | 3 |
| 黒 | 初 段 | 70 | 35 | 30 | 30 | 50 | 35 | 25 | 10 | 8 | 4 |
| | 二 段 | 75 | 40 | 35 | 35 | 60 | 40 | 30 | 15 | 10 | 6 |
| | 三 段 | 80 | 45 | 40 | 40 | 70 | 45 | 35 | 20 | 15 | 8 |
| | 四 段 | 90 | 50 | 45 | 45 | 80 | 50 | 40 | 25 | 20 | 10 |
| | 五 段 | 100 | 60 | 50 | 50 | | | 50 | 30 | 30 | 15 |

できたならマスに色をぬりましょう☆ 横が全部クリアできたら特〇級・〇段です