

なわとびカード(高学年用)

年 組

短なわ	2回	5回	10回	20回
二重とび(前)				
二重とび(後)				
はやぶさ(前)				
はやぶさ(後)				
交さ二重(前)				
交さ二重(後)				
かけ足二重(前)				
かけ足二重(後)				
三重とび(前)				
三重とび(後)				
八の字とび(前)				
八の字とび(後)				
八の字二重とび(前)				
八の字二重とび(後)				
背面あやとび(前)				
背面あやとび(後)				
背面交さとび(前)				
背面交さとび(後)				

集団なわとび

	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15
	5		5
	10		10
	15		15

※空いているところには、自分たちで技を考えて書きましょう。