

なわとび検定カード

年 組 名 前 _____

【技の説明】

- 左右開閉とび → パーグーとびのことです
- 前後開閉とび → チョキ・グーとびのことです
- あやサイクル → 前・前・前・クロスまたは、前・クロス・前・前
- 交差サイクル → 前・前・クロス・クロスまたは、クロス・クロス・前・前
- はやぶさ → 前・クロスで1回
- とんび → クロス・前で1回



8 <small>級</small>	7 <small>級</small>	6 <small>級</small>	5 <small>級</small>	4 <small>級</small>	3 <small>級</small>	2 <small>級</small>	1 <small>級</small>
<input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> 左右開閉 <small>さゆうかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> 前後開閉 <small>ぜんごかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> 左右開閉 <small>さゆうかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> あやとび <input type="checkbox"/> 前後開閉 <small>ぜんごかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> 左右開閉 <small>さゆうかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> かえしとび <input type="checkbox"/> 交差 <small>こうさ</small> サイクル <input type="checkbox"/> あやとび <input type="checkbox"/> 前後左右開閉 <small>ぜんごさゆうかいへい</small> とび <input type="checkbox"/> りょう足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> かえしとび <input type="checkbox"/> 側振 <small>そくしん</small> とび <input type="checkbox"/> 交差 <small>こうさ</small> サイクル <input type="checkbox"/> あやサイクル <input type="checkbox"/> 交互2拍子 <small>こうご びょうし</small> とび <input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> かえしかけ足 <small>あし</small> とび (アリーナ) <input type="checkbox"/> 側振 <small>そくしん</small> とび4回 <input type="checkbox"/> 二重跳 <small>にじゅうと</small> び8回 <input type="checkbox"/> 交差 <small>こうさ</small> サイクル <input type="checkbox"/> あやサイクル <input type="checkbox"/> 横振 <small>よこふ</small> りとび <input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> かえし横振 <small>よこふ</small> りとび <input type="checkbox"/> 左に1回転 <small>ひだり 1かいてん</small> 12回 <input type="checkbox"/> 3拍子 <small>びょうし</small> とび <input type="checkbox"/> はやぶさとび8回 <input type="checkbox"/> 二重 <small>にじゅう</small> とび8回 <input type="checkbox"/> 交差 <small>こうさ</small> サイクル <input type="checkbox"/> あやサイクル <input type="checkbox"/> 交互2拍子十字 <small>こうご びょうしじゅうし</small> とび <input type="checkbox"/> 前振 <small>まえふ</small> りとび <input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび	<input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび <input type="checkbox"/> リトルとび8回 (交差2重とび) <input type="checkbox"/> はやぶさとび、またはとんび8回 <input type="checkbox"/> 側振 <small>そくしん</small> とび同時 <small>どうじ</small> <input type="checkbox"/> ジャンプ8回 <input type="checkbox"/> かえし横振 <small>よこふ</small> りとび <input type="checkbox"/> 左に1回転 <small>ひだり 1かいてん</small> 12回 <input type="checkbox"/> 回旋直し <small>かいせんなお</small> <input type="checkbox"/> バックもちかえとび <input type="checkbox"/> バックあやサイクル <input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび4回 <input type="checkbox"/> 二重跳 <small>にじゅうと</small> び8回 <input type="checkbox"/> 交差 <small>こうさ</small> サイクル <input type="checkbox"/> あやとび <input type="checkbox"/> 横振 <small>よこふ</small> りとび <input type="checkbox"/> かけ足 <small>あし</small> とび



※周りに気をつけて運動しましょう。

※全部クリアしたら、合格印をもらいましょう。