

長中縄跳びカード

年 組 番氏名

目標： **レベル**

跳んだ最高連続回数の所まで、色を塗りましょう。

	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
前跳び	30回	40回	50回	60回	75回	90回	105回	120回	135回	150回
後跳び	20回	30回	40回	50回	60回	70回	80回	90回	100回	115回
駆け足跳び	10回	20回	30回	40回	50回	60回	70回	80回	90回	100回
あや跳び	2回	5回	10回	15回	20回	30回	45回	60回	75回	90回
後あや跳び	2回	4回	8回	12回	18回	25回	35回	45回	55回	70回
交差跳び	2回	4回	8回	14回	20回	26回	37回	50回	65回	75回
後交差跳び	2回	4回	8回	12回	16回	22回	30回	40回	50回	60回
二重跳び	3回	6回	10回	15回	25回	40回	60回	90回	120回	140回
後二重跳び	1回	2回	3回	6回	10回	15回	25回	40回	60回	70回
はやぶさ	3回	6回	10回	15回	25回	40回	60回	90回	120回	140回
交差二重跳び	1回	2回	3回	6回	10回	15回	25回	40回	60回	70回
三重跳び	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回

全ての点数を合計しよう！

	点
--	---

縄跳びレベル

--

縄跳びレベル表

110~120	達人	30~39	1級
100~109	名人	20~29	2級
90~99	縄跳びマスター	10~19	3級
70~89	ジャンプマン	0~9	4級
40~69	特級	合計得点	レベル