

鹿島っ子なわとびカード No.

年 組 番 名前 ()

目標

① 時間とび 分 秒

② 種目とび(前・後 二重とび) 回

③ チャレンジ種目とび()とび 回

名人	800	800	400	300	200	50	30	500	500	300	200	100	30	20
1 級	400	400	200	150	100	25	15	250	250	150	100	50	15	10
2 級	350	350	170	120	80	20	10	210	210	120	80	40	10	7
3 級	300	300	140	100	60	15	7	180	180	100	60	30	7	4
4 級	250	250	120	80	40	10	4	150	150	80	40	20	4	2
5 級	200	200	100	60	30	7	2	120	120	60	30	10	2	1
6 級	150	150	80	40	20	4	1	100	100	40	20	5	1	★
7 級	100	100	60	20	10	2	★	80	80	20	10	2	★	★
8 級	70	70	40	15	5	1	★	60	60	15	5	1	★	★
9 級	50	50	30	10	2	★	★	40	40	10	2	★	★	★
10 級	40	40	20	7	1	★	★	30	30	7	1	★	★	★
11 級	30	30	15	5	★	★	★	20	20	5	★	★	★	★
12 級	20	20	10	2	★	★	★	15	15	2	★	★	★	★
13 級	15	15	5	1	★	★	★	10	10	1	★	★	★	★
14 級	10	10	2	★	★	★	★	5	5	★	★	★	★	★
15 級	5	5	1	★	★	★	★	1	1	★	★	★	★	★
	前両足とび	前かけあしとび	前あやとび	前交さとび	前二重とび	前あや二重とび	前交さ二重とび	後ろ両足とび	後ろかけあしとび	後ろあやとび	後ろ交さとび	後ろ二重とび	後ろあや二重とび	後ろ交さ二重とび

