
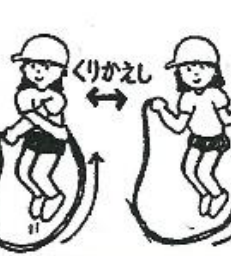




なわとびがんばりカード

年 ぐみ ()

<p>① まえとび 5かい</p> 	<p>② まえとび 10かい</p> 	<p>③ まえとび 20かい (1かいせん1ちょうやく)</p>  <p>1かいまわして 1かいとぶ。 (2かいとびはX)</p>	<p>④ うしろとび 5かい</p>  <p>⑤ うしろとび 10かい</p>	<p>⑥ まえかけ足とび 5かい</p>  <p>⑦ まえかけ足とび 10かい</p> <p>そのばで かけ足。 「右」 右、左、右、左。</p>
<p>⑧ こうご2びょうしとび まえ 6かい (右足1.2で1かい)</p>  <p>① 右足1.2. (2回とぶ) ② 左足1.2. (2回とぶ)</p>	<p>⑨ まえグーパーとび 6かい (グーパーとんで1かい)</p>  <p>① とびて とぶ (グー) ② ひらいて とぶ (パー)</p>	<p>⑩ うしろグーパーとび 5かい</p>  <p>① とびて とぶ (グー) ② ひらいて とぶ (パー)</p>	<p>⑪ まえグーチョキとび 6かい (グーチョキとんで1かい)</p>  <p>① とびてとぶ (グー) ② とびてとぶ (グー) ③ 右足まえ (チョキ) ④ 左足まえ (チョキ)</p>	<p>⑫ まえあやとび 1かい</p>  <p>まえまわし1かい ばってんとび1かい</p>
<p>⑬ まえあやとび 5かい</p>  <p>くりかえし</p>	<p>⑭ まえこうさとび 5かい</p> 	<p>⑮ うしろあやとび 5かい</p>  <p>ばってんとび1かい うしろまわし1かい くりかえし</p>	<p>⑯ まえくしあやとび 4かい</p>  <p>よこから、手とこうさ → ばってんとび みぎ、ひだり とくりかえし</p>	<p>⑰ まえ2じょうとび 3かい</p> 

1つのしゅもくがとべたら、
○の
ばしょをぬれます。
ぜんぶぬれるように、
がんばろう!