



なわとび検定表

■とべたところのマスを赤できれいにぬろう！

年 組 ()

なわの 回し方	とび方	10級	9級	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	名人
前回し とび 	両足とび	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	200
	その場かけ足とび	5	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
	あやとび	5	10	15	20	30	40	50	60	70	80	100
	交差とび	5	10	15	20	30	40	50	60	70	80	100
	返しとび			5	10	15	20	25	30	40	50	100
	そくしんとび				5	10	15	20	30	40	50	100
	二重とび			1	2	5	10	20	30	40	50	100
	あや二重とび					1	2	5	10	20	30	50
	交差二重とび					1	2	5	10	20	30	50
後ろ回しと び 	後ろ両足とび	5	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
	後ろその場かけ足		5	10	15	20	25	30	40	50	60	80
	後ろあやとび			5	10	15	20	30	40	50	60	80
	後ろ交差とび			5	10	15	20	30	40	50	60	80
	後ろ二重とび						1	2	5	10	20	50
	後ろあや二重とび							1	2	5	10	20
	後ろ交差二重とび							1	2	5	10	20
	三重とび									1	2	10