

あや跳び、交差跳び マスターカード

年 組 名前

カードの記号

○・・・1回旋順跳び1回

×・・・腕交差跳び1回

全11ステップ		できた日
1	○-○-○-× (前跳び3回してから腕交差跳び1回)	
2	○-○-○-×-○-○-○-×	
3	○-○-○-×-○-○-○-×-○-○-○-×	
4	○-○-×	
5	○-○-×-○-○-×	
6	○-○-×-○-○-×-○-○-×	
7	○-×	
8	○-×-○-×	
9	○-×-○-×-○-×-○-× (あや跳び3回完成)	
10	○-×-×	
11	○-×-×-× (交差跳び3回完成)	

ステップ11までですすんだら、かいすうをふやしていこう。