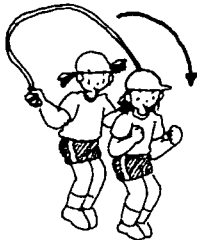


チャレンジなわとびの進め方

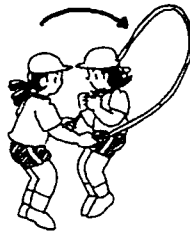
短なわとび

ひとり ★一人でするとび方は、友だちに見もらい印をもらおう。

ふたり ちょうせん ★二人とびなどにも挑戦してみよう。



回す人の前で

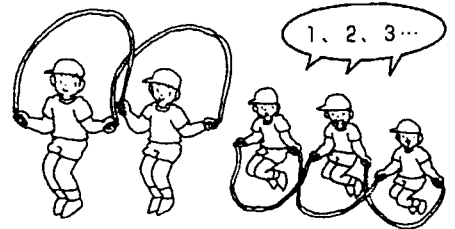


回す人と向かい合って



回す人の後ろで

(人数、なわを増やして)
2人とび・3人とび



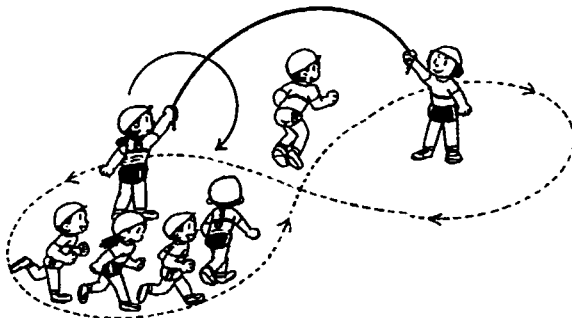
長なわとび

なんにん ★何人かでグループを作り、なわを回す人をこうたいしながらすすめよう。

★8の字とび、じゃんけんとびなど、くふうして楽しもう。

8の字とび

ダブルダッチ



←なわの動き …人の動き



なわとびの木

●できたら すきな
いろをぬりましょう。

なまえ

2じゆうとび(3かい)

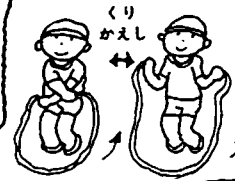


こうさとび



(10かい)

あやとび(10かい)



くりかえし

2じゆうとび(1かい)

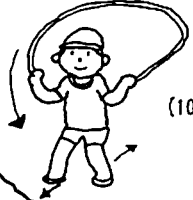


かけあしとび



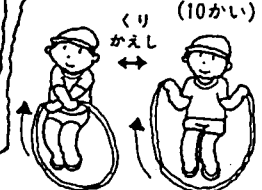
(10かい)

ぜんご
かいへいとび



(10かい)

うしろあやとび



(10かい)
くりかえし

うしろとび



(10かい)

まえまわし
りょうあしとび



(20かい)

けんけんとび



(10かい)

まえまわし
りょうあしとび



(10かい)

かいへいとび



(10かい)

うしろとび



(5かい)