



級 項目	5級	4級	3級	2級	1級	認定級 年度末	目標級 年度始		
	なわとび (短なわ)	前回し両足跳びが、30回以上できる。	後ろ回し両足跳びが、30回以上できる。	前回しあや跳びが、20回以上できる。 (前・交差の1セットで1回と数える)	前回し交差跳びが、30回以上できる。	前回し二重跳びが、20回以上できる。	級	級	
日付・印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印				
なわとび (長なわ)	学級のみinnで(3名以上)「波」にした長縄を10回以上とべる。	学級のみinnで、一人ずつの連続とびが、3分で60回以上できる。	学級のみinnで、一人ずつの連続とびが、3分で80回以上できる。	学級のみinnで、一人ずつの連続とびが、3分で100回以上できる。	学級のみinnで、一人ずつの連続とびが、3分で120回以上できる。				
日付・印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	級			級
フラフープ	こしでフラフープを20回以上、連続で回すことができる。	こしでフラフープを50回以上、連続ですることができる。	こしでフラフープを1分間以上、連続で回すことができる。	こしでフラフープを3分間以上、連続で回すことができる。	こしでフラフープを5分間以上、連続で回すことができる。				
日付・印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	級			級
一りん車	棒や友だちのかたなどにつかまりながら、5秒以上静止することができる。	棒や友だちのかたなどにつかまりながら、5m以上進むことができる。	一輪車に乗って、10m以上進むことができる。	一輪車に乗ってジグザクに走行することができる。 (ジグザグ5回以上)	8の字まわりが、3回以上できる。				
日付・印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	級	級		
竹馬	竹馬に5秒間以上乗ってられる。 (バランスをとるため自由に動いてよい。)	竹馬で10m以上進むことができる。	竹馬で30m以上進むことができる。	竹馬で50m以上進むことができる。	竹馬で、30mを40秒以内で歩くことができる。				
日付・印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	/ 印	級	級		

せんメートル そう 1,000m走のタイムを記録しましょう

1回目(1学期)	( / )	分 秒	ことし 今年の ベストタイムは  分 秒
2回目(2学期)	( / )	分 秒	
3回目(持久走記録会)	( / )	分 秒	

学期	保護者印
1学期	
2学期	