

# けんてい なわとび検定 Dコース

ひづけ 日付	サイン	ねん 年	くみ 組	なまえ 名前	
/		16級	なわをむすぶ なわをほどく		
/		15級	りょうあし 両足とび	10回	(1回旋2跳躍)
/		14級	かけ足とび	10回	
/		13級	かた 片足とび	20回	(左右10回ずつ)
/		12級	ぜんごかいきゃく 前後開脚 (ゲーチョキ) とび	10回	(1対1で1回)
/		11級	さゆうかいきゃく 左右開脚 (ゲーパー) とび	10回	(1対1で1回)
/		10級	うし りょうあし 後ろ両足とび	10回	(1回旋1跳躍)
/		9級	あやとび	10回	(1対1で1回)
/		8級	後ろあやとび	10回	(1対1で1回)
/		7級	こうさ 交差とび	10回	
/		6級	後ろ交差とび	10回	
/		5級	両足とび8回～方向転換～後ろ両足とび8回 (連続で)		
/		4級	両足とび8回～あやとび8回～交差とび8回 (連続で)		
/		3級	じきゅう 持久とび	1分間	(1回旋1跳躍)
/		2級	はや 速とび	10秒間	で30回以上
/		1級	にじゅう 二重とび	1回	

 Dコースの中であれば、何級からでも受けられます。  
 サインは先生か、その級を合格した人にもらえます。