

幅とびチャレンジカード

班 番 名 前 _____

立ち幅とびの記ろく _____ cm _____ cm

走り幅跳びの目標 = 立ち幅跳び + 90 cm

ぼく・わたしの

走り幅とびの目ひょうは、

cm

とく点いちらん

記ろく表

日にち	記ろく	とく点	チームの合計
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点
/	cm	点	点

きより	とく点
280 cm ~	10点
270 cm ~ 279 cm	9点
260 cm ~ 269 cm	8点
250 cm ~ 259 cm	7点
240 cm ~ 249 cm	6点
230 cm ~ 239 cm	5点
220 cm ~ 229 cm	4点
210 cm ~ 219 cm	3点
200 cm ~ 209 cm	2点
190 cm ~	1点