

なわとび大会競技規則

1. 競技内容

個人種目のうしろとび、2重とび、前とび（1年生のみ）。

予選は種目別に30秒間ずつ2回行い合計数を競う。決勝は種目別に1分間を1回のみ行い、合計数を競う。ひっかかることがあっても、時間内であれば何度でもやり直すことができる。

うしろとび	なわが前から頭上をとおり、両足の下をかかとからつま先にぬけて通過した回数を数える。
2重とび	なわの回転方向は、前後どちらでもよい。1度とび上がっている間に、なわが完全に2度足の下を通過したときのとびあがった回数を数える。
前とび (小学1年生のみ)	なわが背後から頭上をとおり、両足の下をつまさきからかかとからぬけて通過した回数を数える。

2. 競技順及び時間

小学1年生 <決勝> (5・6年生が計測をする) ※1年生は予選なし	うしろとび1回目	30秒	→	(休憩)
	うしろとび2回目	30秒	→	(休憩)
	まえとび1回目	30秒	→	(休憩)
	まえとび2回目	30秒	→	(休憩)
小学2・3・4年生<予選> (5・6年生が計測をする)	うしろとび1回目	30秒	→	(休憩)
	うしろとび2回目	30秒	→	(休憩)
	2重とび1回目	30秒	→	(休憩)
	2重とび2回目	30秒	→	(休憩)
小学5・6年生<予選> (2人1組で交互に競技・計測をする)	うしろとび1回目	30秒	→	(交代)
	うしろとび2回目	30秒	→	(交代)
	2重とび1回目	30秒	→	(交代)
	2重とび2回目	30秒	→	(交代)
小学2・3・4・5・6年生<決勝> (決勝進出をしていない5・6年生が計測をする)	うしろとび	1分間		
	2重とび	1分間		

3. 順位の決定及び表彰

小学2年生以上は予選記録で各種目上位5名が決勝に残る。決勝は、種目別に1分間を1回のみ行い、その回数の多い順に種目別、各学年上位3位までを表彰する。(同数の場合は、予選記録の回数が多い順に順位を決定する)

小学1年生は予選は行わず、種目別にその合計回数の多い順に上位3位までを表彰する。(同数の場合は1回目の回数が多い順に順位を決定する)