



健體領域

跳

繩

高

壬

月 日

家長簽章

小朋友，請你每週找出三天練習三十分鐘跳繩，並把跳了幾下寫

在左邊的表格裡。

週次	一	二	三	四	五	六	七	八
日期	7.01							
跳繩次數	一							
跳繩次數	二							
跳繩次數	三							