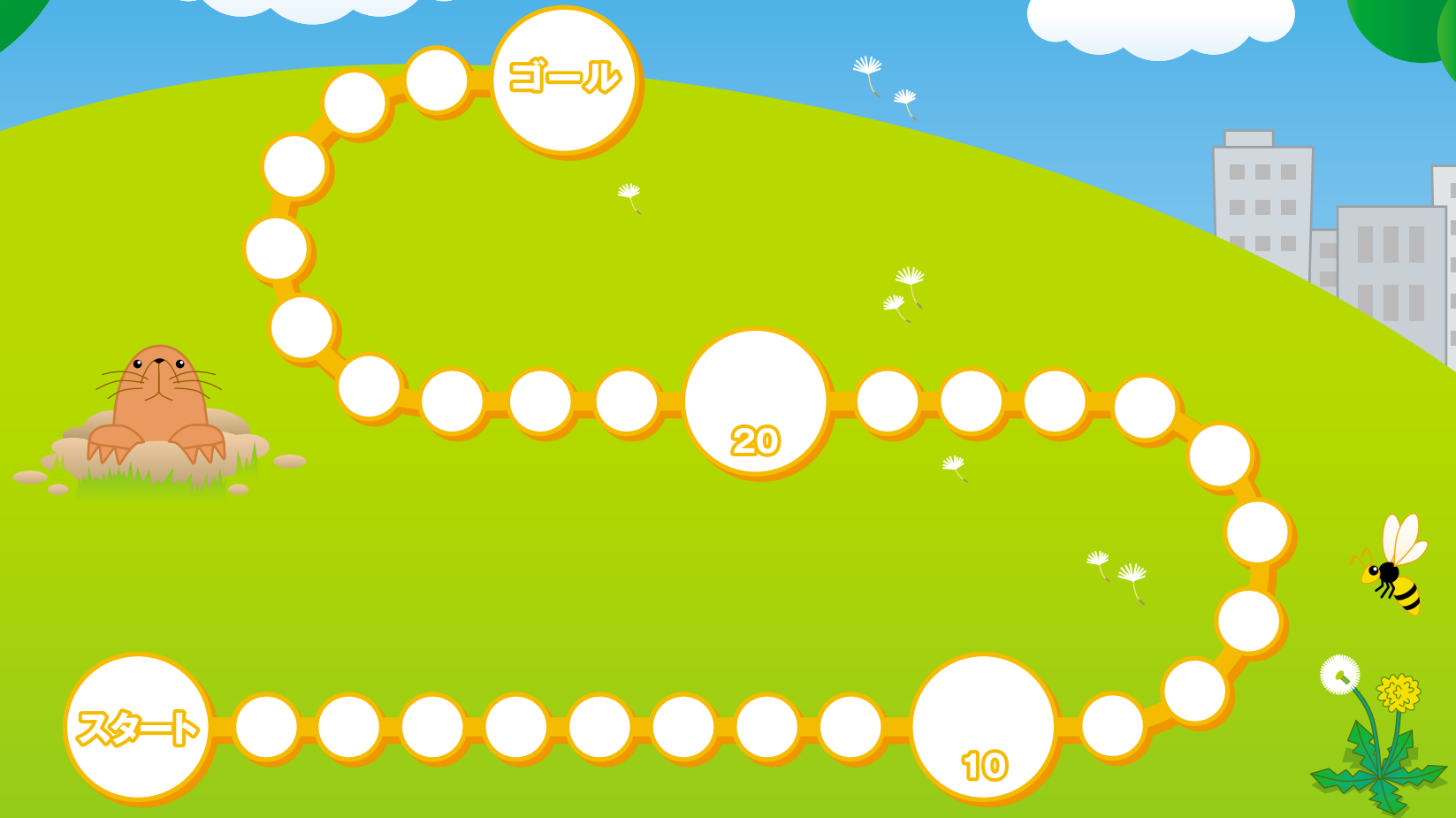


チャレンジシート うら山



目標ごとに色を決めてぬっていきましょう。

| 目標 | 目標 | 目標 | 目標 | 目標 |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| | | | | |
| ○ 色 | ○ 色 | ○ 色 | ○ 色 | ○ 色 |

なまえ

保護者名

使い方
 ・自分で立てたチャレンジ(目標)ができたら、山のぼりスタートから、順々に色をぬっていきましょう。
 ・自分で立てた目標がむずかかったら、かんたんな目標に変えてみましょう。
 ・週に何度目標にチャレンジするかを決めて、自分のペースでのぼっていきましょう。