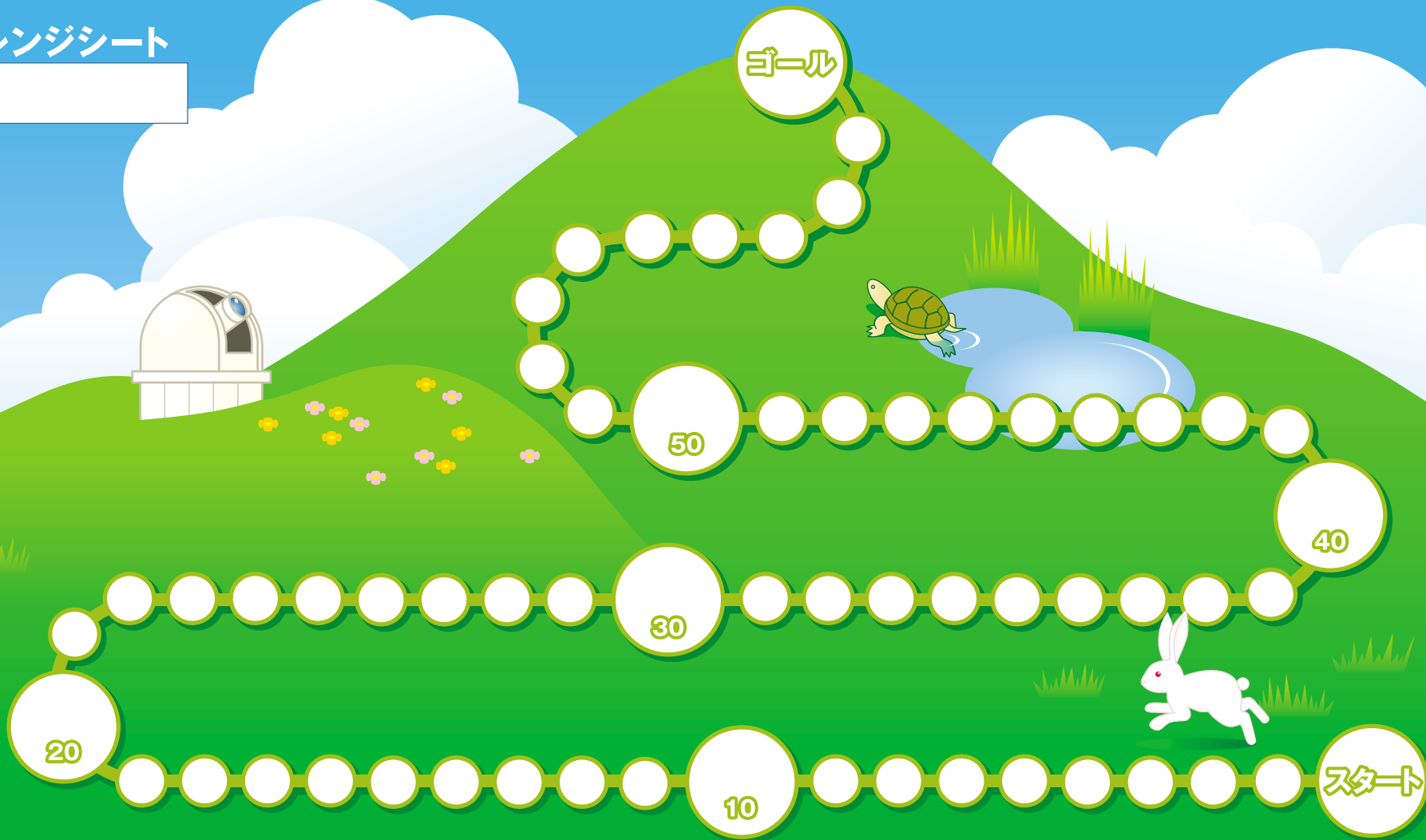


# チャレンジシート



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。