

# 生活をふり返り、よりよい生活のための 自分の目標を決めよう！

## 実践カード

年 組 号 名前

1. 自分の生活をふり返り、みんなで考えた解決方法を参考にして、自分の生活をよりよくするための【わたしの目標】を決めましょう。

【わたしの目標】



【わたしの目標】を実践するためにどのようなことが必要だと思いますか？  
具体的（いつ・どこで・何を・どのようにするのか）に書きましょう。

2. 自分が決めた目標をどのくらい達成できたか、下の【例】から選んで表情を書きましょう。

/ 日（ ）	日（ ）	日（ ）	日（ ）	日（ ）	日（ ）	日（ ）

【例】

よくできた



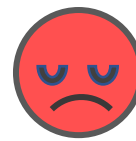
まあまあできた



もう少し  
できたらいいな



次こそ  
がんばる！



1 週間をふり返り、がんばったことや、これからも続けたいことなど感想を書きましょう。

.....

.....

.....

～お家の方から一言メッセージ～