

けんこうチャレンジシート



「がんばればできそう」なものにしよう★

年 組 名前

ぼく・わたしががんばりたいこと

- ・毎日、ラジオ体操をする。
- ・毎日、なわとびをする。
- ・毎日、体重を測る。

おうちの人をサポート

- ・子どもと一緒に体を動かす。
- ・回数を数える。
- ・声かけをする。

児童のがんばりたいことに関する具体的なサポートを記入する。

頑張りたいことにあわせた項目にする。

できた：◎ だいたいできた：○ できなかった：△

	例 7/5 (月)	7/5 (月)	7/6 (火)	7/7 (水)	7/8 (木)	7/9 (金)	7/10 (土)	7/11 (日)
体 重 (k g)	50.9		51.4	51.0	50.9	50.0	50.0	50.0
チェック	◎	△	◎	◎	◎	◎	◎	◎
おうちの人から								

ふりかえりをしよう！

保護者からサインをもらう欄

★くふうしたこと・がんばったこと（自分で書こう）
朝起きた後、すぐに体重をはかるよう紙にかいてかべにはった。

★これからくふうすること・がんばりたいこと（自分で書こう）
体重が増えたときには、運動する時間をいつもより5分増やしたい。

★おうちの人より（サポートの様子とお子さんのがんばりをご記入ください）
「体重を測る」と紙に書き部屋に貼って、体重測定を忘れないように自分なりに工夫をしていました。前向きに取り組んでいたもので、少しずつ変化が現れるよう期待しています。本人が忘れそうなときには、声かけのサポートをしました。

けんこうチャレンジシート

「がんばればできそう」
なものにしよう★

年 組 なまえ
名前

ぼく・わたしががんばりたいこと	おうちの人をサポート
-----------------	------------



できた：◎ だいたいできた：○ できなかった：△

	(/)	(/)	(/)	(/)	(/)	(/)	(/)
チェック							
おうちの人から							

ふりかえりをしよう！

★くふうしたこと・がんばったこと（自分で書こう）

★これからくふうすること・がんばりたいこと（自分で書こう）

★おうちの人より（サポートの様子とお子さんのがんばりをご記入ください）

1月9日（火）に、学校へ提出しよう★

ていしゅつ

