

すること  
課題

(1) はじめの<sup>ようす</sup>状態 — 以前は<sup>まえ</sup>どうだった？ 年 月 日

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

(2) はじめから今までにしたこと — 課題のために何をした？

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

(3) <sup>ようす</sup>今の状態 — おわりにはどうなった？ 年 月 日

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

(4) <sup>か</sup>変わりよう — (1)と(3)で自分は<sup>か</sup>どう変わっている？

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

(5) <sup>すること</sup>次の課題 — 次は何に<sup>ちょうせん</sup>挑戦する？

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----