

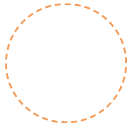
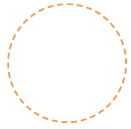
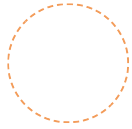
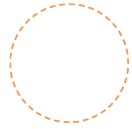
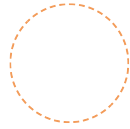
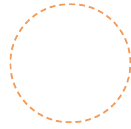
1にち 10ぷん だけ！ おわった ひは、○に シールを はろう（はなまるを かいても OK）。

この なつに がんばる こと： _____

1しゅうめ

もどる

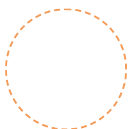
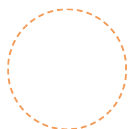
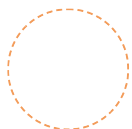
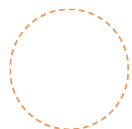
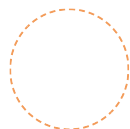
「これは よゆう！」な ところから スタート。かんたんな もんだいで、「できた！」の きもちを とりもどそう。

						
____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____

2しゅうめ

かためる

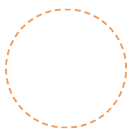
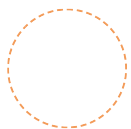
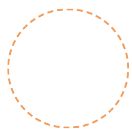
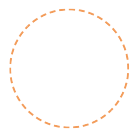
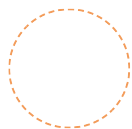
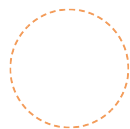
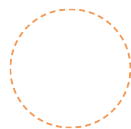
にがてだった たんげんを、まいにち 10ぷんずつ くりかえて、じぶんの ものに しょう。

						
____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____

3しゅうめ

じしんを つける

すこし すすんだ もんだいに チャレンジ。「2がっき、いけそう！」の きもちが できたら だいせいこう。

						
____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____	____/____

おうちのかたへ：3週間・週5日でできれば十分です。空いた日は罪悪感なく休ませて、また再開すればOK。いきなり苦手な単元から始めず、1週目はわざと「余裕で解ける」ところから。「できた！」の感覚が戻ってから山に向かうほうが、結果的に近道になることが多いです。シールがまばらでも、夏の終わりに「続けられたね」と言ってあげてください。