

# 最終振り返りシート

Q1 伸ばしたい力ごとの目の達成状況のうち、あてはまる記号を書きましょう。

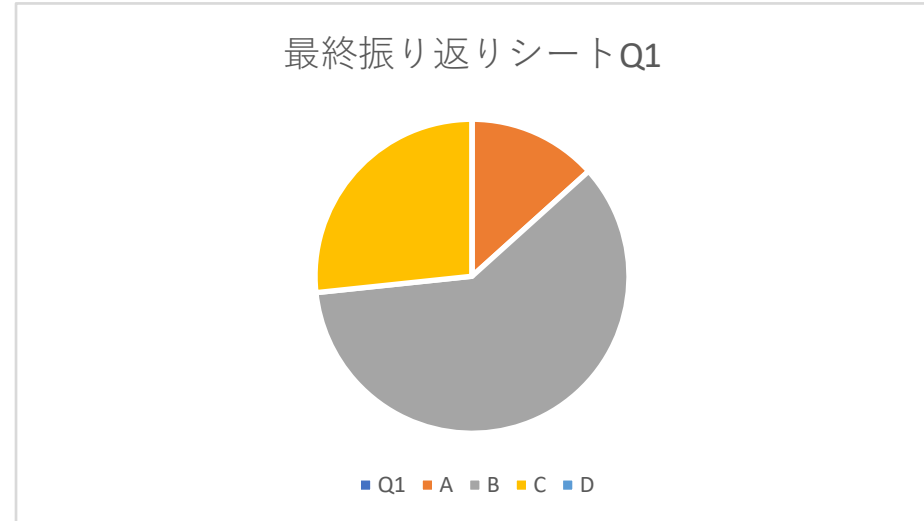
- A 目標を途中で上げて、それも達成することが出来た。
- B 最初に設定した目標を達成することが出来た。
- C 目標を途中で下げて、それを達成することが出来た。
- D 目標を達成することが出来なかった。

伸ばしたい力				
あてはまる数字				

Q2 伸ばしたい力ごとの記録の伸びについて、あてはまる記号を書きましょう。

- A 最初の記録よりも伸びた。
- B 最初の記録より伸びなかった。

伸ばしたい力				
あてはまる数字				



## 最終振り返りシート

Q3 プログラムを行った感想として一番近いところに○印をつけてください。

①目標を立ててチャレンジすることを楽しいと感じましたか？

感じた    どちらともいえない    感じなかった

②目標を持って頑張ることで自分の力を伸ばせると感じましたか？

した    どちらともいえない    しなかった

③目標達成に必要なことを自分で考えることでやる気が出ましたか？

出た    どちらともいえない    出なかった

④目標達成に必要なことを自分で考えることで上達しやすいと感じましたか？

感じた    どちらともいえない    感じなかった

⑤ひとつのことを粘り強く頑張れる自信が持てましたか？

持てた    どちらともいえない    持てなかった

⑥身体を動かすことを楽しいと感じましたか？

感じた    どちらともいえない    感じなかった

⑦見通しを持って日々の生活を過ごすことが出来ましたか？

出来た    どちらともいえない    出来なかった

⑧また何か目標を見つけて頑張りたいと思いますか？

思う    どちらともいえない    思わない

