

# がんばりカード ver.2



名前

保護者からの  
応援メッセージ

※約束やごほうびは保護者と子どもで相談して保護者が記入

約束 ルール	例:1日で○が2個以上ついたら、ごほうび!		ごほうび(例)	お母さんの用事が終わったらトランプで10分遊ぶ
	例:1週間で○が10個以上になったら、ごほうび!			毎週日曜日は、ゲームの時間が30分増える
約束 ルール			ごほうび	

目標(がんばることを書きましょう!)		/	/	/	/	/	/	合計
		月	火	水	木	金	土	
例	学校から帰ったら、すぐに水筒と連絡帳をお母さんに出す	○	○	×	○	×	○	4
目標1								
目標2								
目標3								
	※1日の「○」の合計を書いてください⇒							