|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **問題、面對的情況** | **我的感受** | **這樣子正向思考** |
| 體能訓練加重 |  |  |
| 動腦思考作業較多 |  |  |
| 自行規劃校外教學 |  |  |
| 拿到籃球賽冠軍 |  |  |
| 學會一道餐點 |  |  |
| 作業訂正 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |