

夢までの道のり	年	月	【自己評価】 A: 100%-75% B: 75%-50% C: 50%-25% D: 25%-0% 【チェック方法】 ○: 計画通り実行した △: 計画していたほどできなかった/やらなかった x: できなかった/やらなかった /: やる予定がなかった																											氏名:
今月の目標																												【今月の目標自己評価】		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火

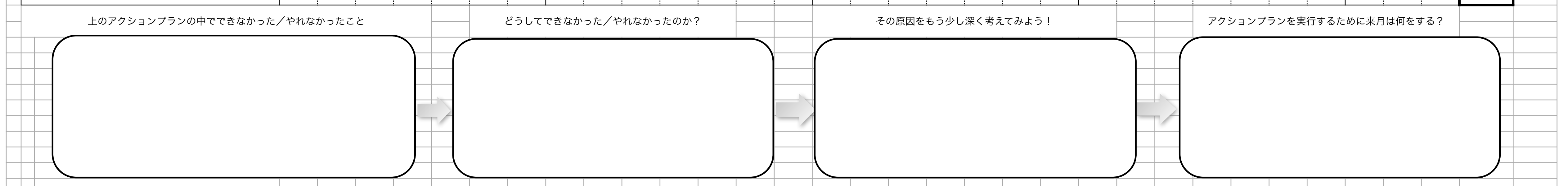
サッカーのスキル・テクニックに関するもの																															
1																															
2																															
3																															
4																															
5																															

メンタル（気持ち・心構え）に関するもの																															
1																															
2																															
3																															
4																															
5																															

コンディショニング（食事・睡眠）に関するもの																															
1																															
2																															
3																															
4																															
5																															

学校/その他に関するもの																															
1																															
2																															
3																															
4																															
5																															

自己評価(日付ごと)																												【AP自己評価】
------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------



【今月をふりかえって】			
本人のフィードバック	コーチから	保護者から	