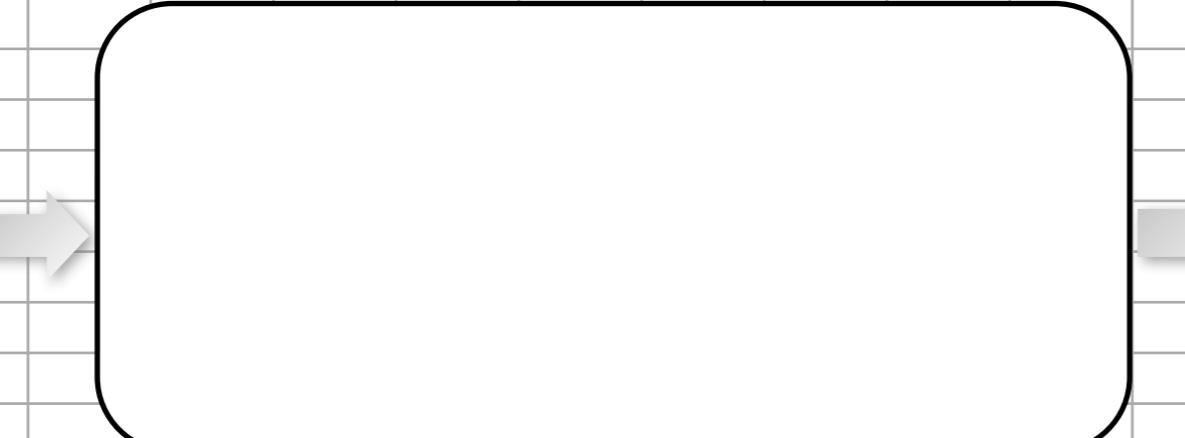
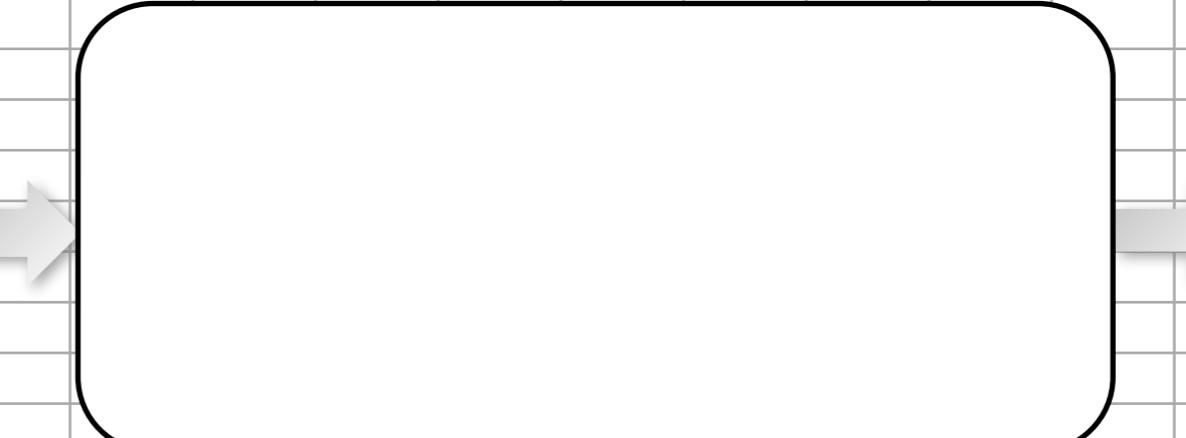
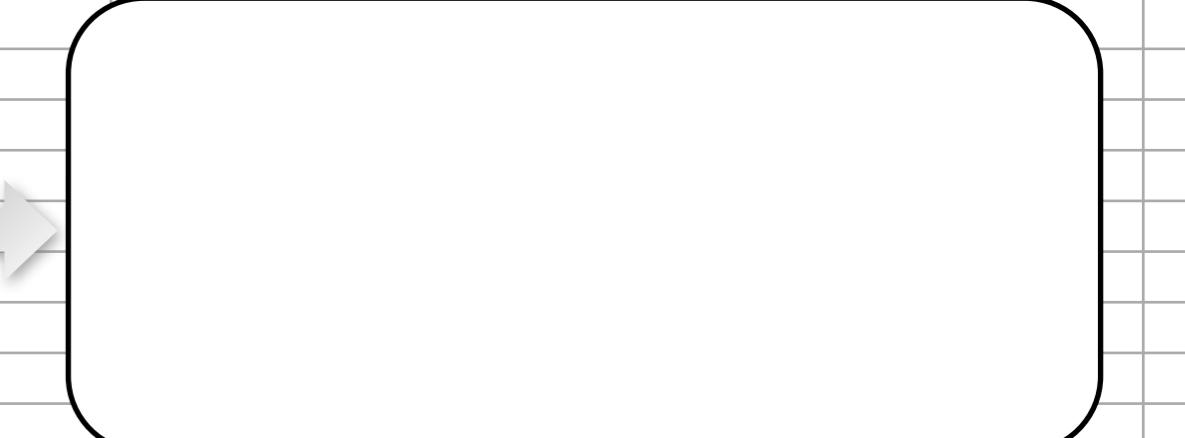


夢までの道のり 年 月	【自己評価】 A: 100%-75% B: 75%-50% C: 50%-25% D: 25%-0% 【チェック方法】 ○: 計画通り実行した △: 計画していたほどできなかった/やらなかった ×: できなかった/やれなかった /: やる予定がなかった																									氏名: _____					【今月の目標自己評価】			
今月の目標																																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	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】		
上のアクションプランの中でできなかった／やれなかったこと										どうしてできなかった／やれなかったのか？										その原因をもう少し深く考えてみよう！										アクションプランを実行するために来月は何をする？				
      																																		
【今月を振りかえって】																																		
本人のフィードバック										コーチから										保護者から														