



名前

月



今月の目標

心の目標
荷物の整理、せいとん

技の目標
ゲーム中、2点取る！！

体の目標
好き嫌いなくご飯を食べよう



月の目標達成を週ごとに自分で管理して、自己管理能力を高めます。

先月のプレーをもとに、コーチが選手各自の心・技・体の目標設定をサポートします。

毎週の練習を振り返り記述を繰り返すことで、内省を促し練習の効果を高め考える力を育てます。

PUENTEの練習について				
今日のテスト	豆目の上にボールをのせる 5秒 5/10	豆目の上にボールをのせる 5秒 5/10	豆目の上にボールをのせる 5秒 5/10	豆目の上にボールをのせる 5秒 5/10
今日の練習内容	1対1からのシュート練習。 5/1	1対1からのコーンあて。 5/10	パスをだしたら、うごく 5/19	1対1+ゴールキーパーで2対2。 5/24
今日の良かったプレー・悪かったプレー	点をとった。 ゴールキーパーでもうまいがとれた。 5/1	左足で1点とれた。 ドリブルでいききました。 5/10	スルーパスをだせた。 シュートをしょうめんにけました。 5/19	ゴールキーパーのときにいいはんだんでとれた。 パスがよくてゴールにこられた。 5/24
コーチからのアドバイス	- ミニ練習 (パス、ドリブル、シュート) はとてもしかりでアタック中 中はとるといふ命から勝負していい!!!			

毎月のプレーを振り返ってコーチが丁寧にコメントします。メンタルとスキルの成長をしっかりと支援します。