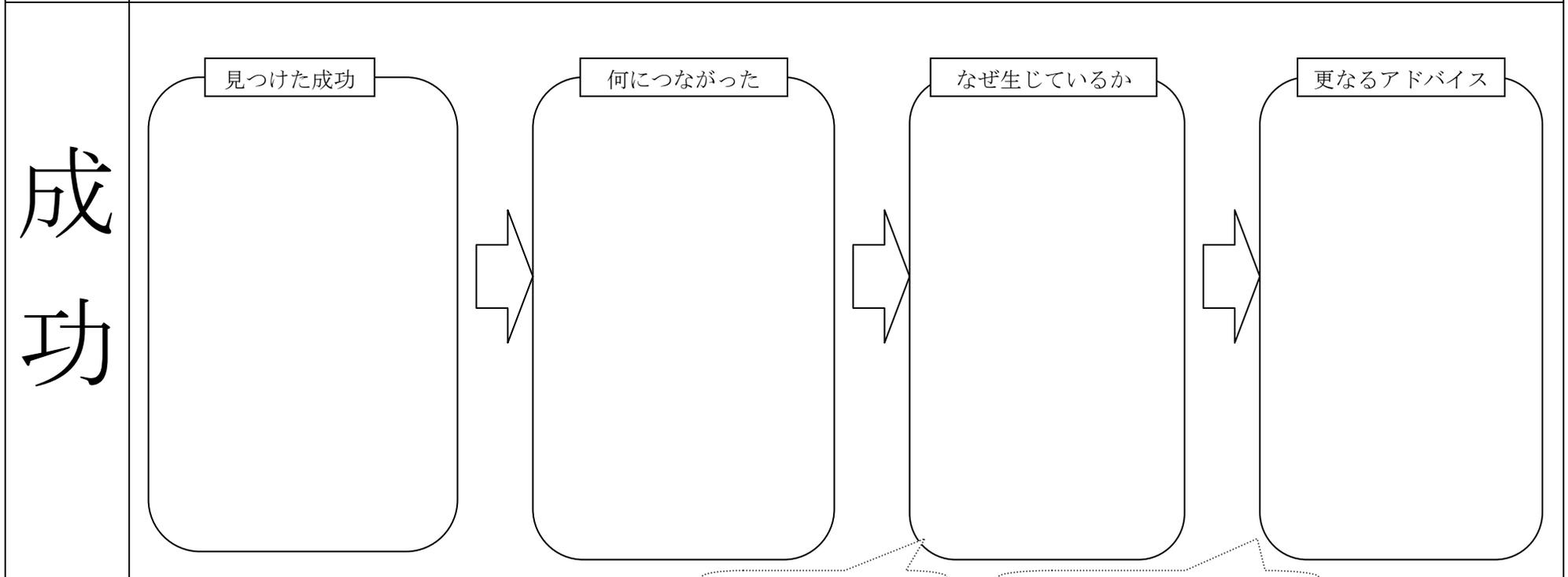
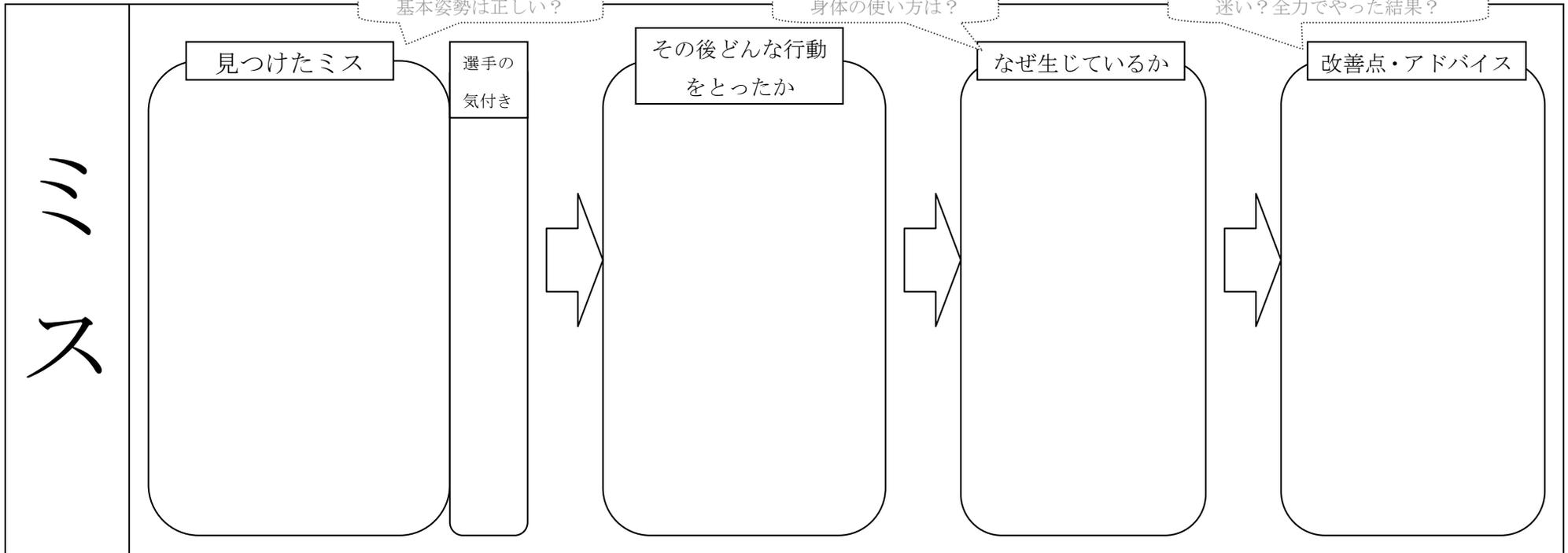


# コーチングシート

名前 ( )

心・技術・体力に注目！

短所	見つけた短所	選手の 気づき	傾向分析	選手の強み・ 武器になるところ
	見つけた長所			



ミス	<p>見つけたミス</p>	<p>選手の 気づき</p>	<p>その後どんな行動 をとったか</p>	<p>なぜ生じているか</p>	<p>改善点・アドバイス</p>
	<p>表情に注目！</p>		<p>体力？</p>		

成功	<p>見つけた成功</p>	<p>何につながった</p>	<p>なぜ生じているか</p>	<p>更なるアドバイス</p>
	<p>周りの声は？</p>		<p>以前やっていたスポーツとの関連は？</p>	



# コーチングシート記入方法

シートの目的： 選手一人ひとりの性格や特徴を見抜き、知ることで、その選手への指導方法を導く手助けになること。

記入の流れ：

- ① 2. 3枚目の「ミス・成功」を発見するページを、何回かの練習で埋めていく。
- ② 2. 3枚目のページを書き込みながら、1枚目の「短所・長所・傾向分析」のページを徐々に埋めていく。
- ③ 「ミス・成功」のシートを参考にして、「短所・長所・傾向分析」のシートを完成させることにより、  
**最終的に、プレイヤーの特性が1枚にまとめられていく。**

※4枚目の白紙のシートは、メモ代わりとしてご利用ください。

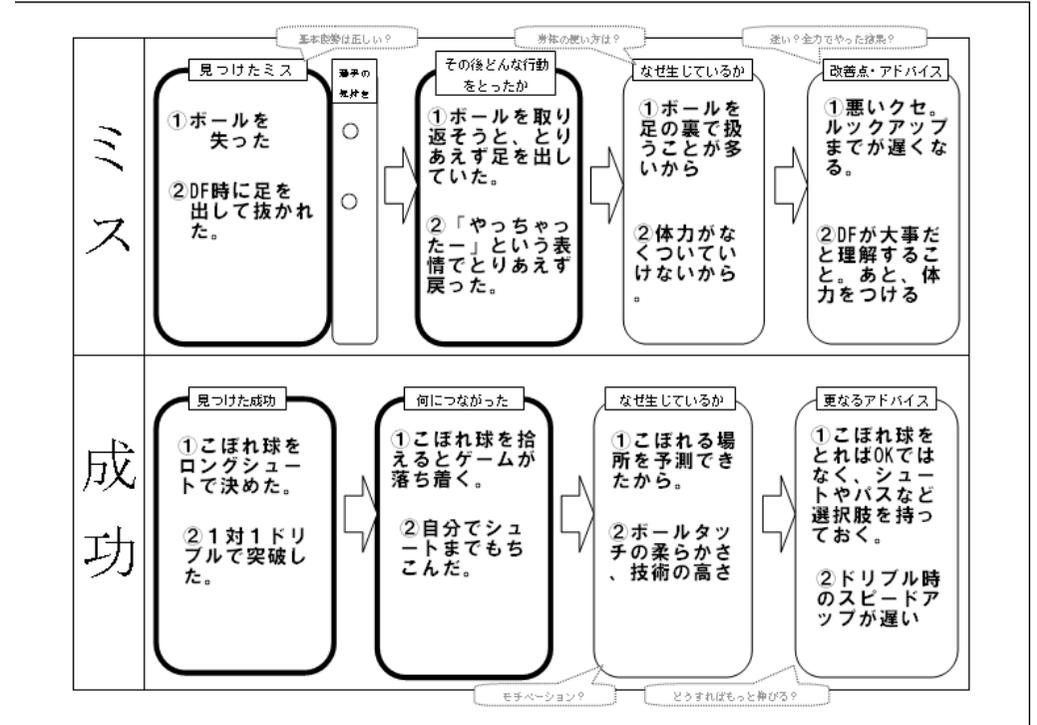
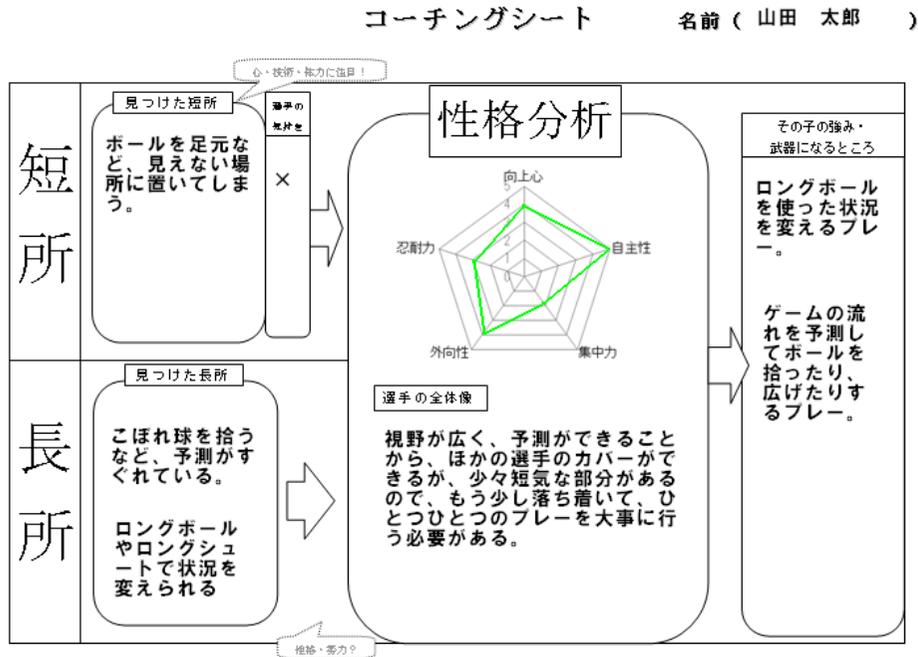
記入の際のポイント：

- ・練習中に全てを埋める必要はありません。最低限、見本の太枠を練習中に埋めて、後から、残りの項目を記入していただいても良いです。
- ・名前を書く欄には、注目したプレイヤーの名前を記入してください。
- ・各項目のいくつかには、ふきだしの中にその項目を書く際にヒントとなる言葉が書かれているので、考える際の参考にしてください。
- ・「ミス」「短所」を発見項目の隣に、「選手の気付き」という項目がありますが、そこには、そのミスや短所に選手自身が気付いているかいないかを、○×などの記号を使って、埋めてください。書き方は、自由です。
- ・見つけたミスや成功が複数あると思いますが、番号付けをしながら、それに対応させて、次の項目に書き込んでください。(見本参照)
- ・レーダーチャートは、主観的な判断で、その時点での評価を5段階で記入してください。

効果的な利用方法：

- ・1回の練習で、注目する選手を2、3人にしぼり、シートを記入していく。
- ・一人につき、2、3回の練習で注目した上で、1枚目のシートを完成させる。
- ・1、2ヶ月後に、再び、シートを記入し、時期による選手の変化をみる。

シートの記入例：(サッカーにおけるコーチング)



最後に：

疑問・質問等があれば、以下のメールアドレスに連絡ください。

竹本淳子 t06552jt@sfc.keio.ac.jp

[シート作成者]

慶應義塾大学 東海林研究会所属

竹本淳子・安枝理佐