

考えるスキルブック セルフコーチング編

購入者特典

GTC法ワークシート

考えるフットボールの会

今日のGTC

月 日

Good (できたこと)

Task (課題)

Challenge (明日の目標)

今日の感想

今日のGTC（記入例WR）

月 日

Good（できたこと）

- ・声を出して練習ができた
- ・パスキャッチを一度も落とさなかった

Task（課題）

- ・練習終盤に集中力がなくなった
- ・コースミスがあった

Challenge（明日の目標）

- ・最後まで集中力を切らさない
- ・家にいる間にしっかりパスコースを覚える

今日の感想

- ・声を出して周りを盛り上げることができた。周りも楽しめると自分も楽しくなれる感覚が嬉しかった。このまま継続していく！
- ・コースミスはイージーミスなので絶対無くす！

週間GTC

月 日 ~ 月 日

日付	Good	Task	Challenge

今週の感想

月間GTC

月

週	Good	Task	Challenge

今月の感想