

キーパーノート

成果: 何がどのようにできましたか? 次の目標は何ですか。
課題: 何がどのようにできなかったのですか? どうすればできるようになりますか。

氏名 _____

年月日 時間 場所		ウォーミングアップ	トレーニング	ゲームまたは自習
	成果			
	課題			
	成果			
	課題			
	成果			
	課題			
	成果			
	課題			