

自分で選んだ技を極めよう ～技のエキスパートになろう～

ハンドブック作成に向けて取り組む技は・・・

--

ここに技のイラストを貼る

○自分の課題を確認しよう（動画を観て、自分の技の課題点を挙げてみましょう）

--

○グループで技を見せ合い、この時間で解決に取り組む課題を決めよう

	1	2
課題		
選んだ理由		

○どんな練習が効果的だろうか？

練習内容

○中間評価

自分が選んだ練習 をしてみて感じた ことや気付いたこ とは何ですか？	
この後に取り組む 練習は？	

（ ）組 （ ）番 名前（ ）