

陸上競技／短距離走・リレー (事後／思・判・表)

【自己評価】

- ①自分自身の能力の状況を把握できた。[A ・ B ・ C]
- ②自分の能力に応じた課題を設定することができた。[A ・ B ・ C]
- ③その課題に応じた練習方法をくふうすることができた。[A ・ B ・ C]
- ④記録や学習の成果をもとに次の段階への課題をもてた。[A ・ B ・ C]
-

- ①学習前の能力と、学習後の能力で違いがありますか。

- ②能力が向上するために設定したあなたの課題はどのような内容ですか。

- ③課題の解決のために、練習方法などどのような学習のくふうをしましたか。

- ④これから次のステップで短距離走・リレーの能力を高めるための課題は何でしょう。

年 月 日

年 組 番 なまえ