

記入日： 年 月 日 ()

学校名：

部活動名：

____年 ____組

氏名：

部活動で、あなたが今いちばん頑張っていること（具体的な内容）

最近の目標

最近の成果

今年いちばん達成したい目標

アンケート結果のふりかえり *点数やグラフを参考に、自分の課題をみつけよう

1. よくてきていると思う項目の名前 () () ()

2. ◎をつけた質問の番号 () () () () ()

3. 課題があると思う項目の名前 ()

4. 特にながめたい質問内容はどれですか？ *△をつけた質問を中心に考えてみよう

質問番号 ()

→どんなことをしてがんばりたいですか？

質問番号 ()

→どんなことをしてがんばりたいですか？

質問番号 ()

→どんなことをしてがんばりたいですか？

顧問	保護者
印	印

●通信欄 ●



BUKATSU

● ● ● ● ● ● ● ●
あ な た の 活 動 記 録

学校名	大阪市立〇〇中学校
部活動名	陸上競技部
実施日	2015年 4月 1日
2年 A組 名前 部活 カツオ	

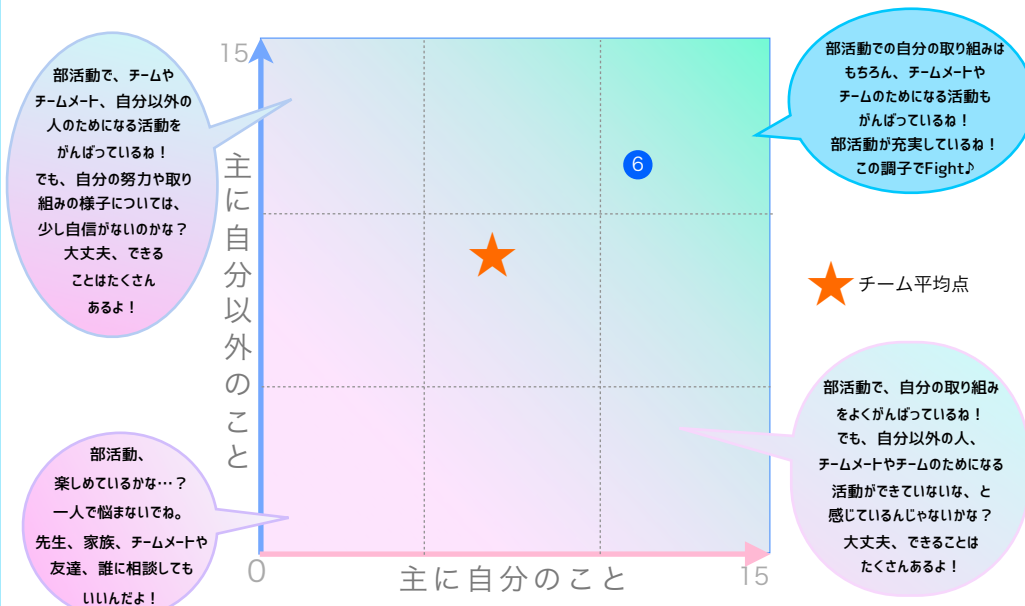
BUKATSU

あなたの結果

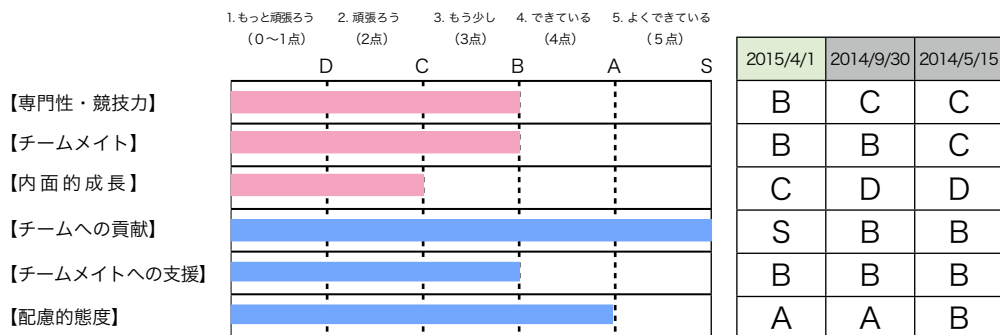
大阪市立〇〇中学校		陸上競技部
27名	実施日：2015年4月1日	男子
6	部活 カツオ	2年A組

あなたの達成状況

◎質問1~30の内容について、あなたの達成状況をプロット図で表しています。



◎質問1~30の内容は、以下の6項目に分類されています。ここでは、今回のあなたの項目別の回答状況を棒グラフで表しています。



チェックリスト

◎質問1~30及び31~40の内容について、あなたの回答状況を表しています。

★マークの入ったところが、あなたの回答です。

観点	項目	Q	質問内容	◎	○	△	得点	備考	
主に自分のこと	専門性・競技術力	1	大会で好成績、好結果を取めようと、自分から進んできつい練習を取り入れている。	★			1 /5点	自分 得点 5 / 15 点	
		4	自分の目標と毎日の練習内容がつながるように、練習計画を綿密に立てることができている。		★				
		7	上達するために、陰ながらの努力をしている。			★			
		10	専門的技術、体力、知識について、詳しくなることに興味があり、それについて自分から調べている。	★					
	13	成績や結果を出そうとする期日を、自分ではっきりさせている。			★				
	35	レギュラーになり目立つ活躍をして、注目されたり、表彰されたりするように、一人倍がんばっている。			★				
	2	チームメイトとの友情を深め、思い出をたくさん作っている。	★			2 /5点			
	5	励ましてくれたり、多くのことを学べる、頼りになるチームメイトがいる。		★					
	8	自分の悩みや困りごとを、気軽に相談できるチームメイトがいる。		★					
	11	チームメイトに会うのが楽しい。			★				
	14	チームメイトと付き合うことは、自分にとって大きなプラスになっている。			★				
	内面的成長	(昇・自己管理・ルール・マナー)	3	時、場、状況などに応じた、あいさつが身に付いている。					2 /5点
			6	他から見ても、マナー、礼儀が身に付いている。					
			9	誰かに言われなくても、きまり、約束、時間を守っている。					
12			計画的で規則正しい生活や行動ができ、健康管理や体調管理ができています。						
15			我慢やすべきことなど、自分の意思で自分をコントロールして、することができている。						
31			勉強と両立できている。						
32			自分の用具の手入れを怠らないでいる。						
33			面倒がらずに、記録や日誌などを丁寧に継続してつけている。						
34			誰も見ていない所でも、すべきことは黙々とすることができている。						
主に自分以外のこと			チームへの貢献	16	チームがピンチの時には、活躍が期待される方である。				
	19	応援や支援をしてくれている人を、喜ばせたいと感じることがある。				★			
	22	チームが専門的知識や根拠に関心を持って取り組もうとすることに、貢献していると感じることがある。				★			
	25	チームの好成績や好結果に貢献していると言われることがある。							
	28	他の学校のチームから、自分のチームがよい評価をされることに、自分が貢献していると感じることがある。				★			
	37	試合や日々の活動で、こころ、というときに、活躍が期待されることがある。							
	39	部の保護者や地域の方などから、チームがよい評価をされることに、自分が貢献していると言われることがある。							
	チームメイトへの支援	17	悩んだり、困ったりしているチームメイトに、進んで声をかけ、相談にのっている。				3 /5点		
		20	チームメイトの部活動以外のことについても、気づいたことはそれぞれに伝えている。			★			
		23	チームメイトのよいところに、すばやく気づいて、認めたり、ほめたりできている。						
26		チームメイトそれぞれの活躍を喜びあう雰囲気を高めるのに、貢献している。							
29		チームメイトに部活動以外の場面でも、進んで協力している			★				
配慮的態度		18	まじめに取り組んでいるチームメイトを、冷やかしたりバカにしたりにしていない。			★	2 /5点		
		21	どのチームメイトの話でも最後まで丁寧に聞いている。						
		24	言われて嫌そうなこと（配慮に欠けること、傷つくことなど）は、チームメイトに言っていない。			★			
		27	意見が対立しても、感情的な様子をみせたりしていない。						
		30	誰にでも分け隔てなく公平に接している。						
		36	チームメイトに、思いやりがある人だ、と受けとめられている。						
		38	チームの良き伝統を受け継いでいる、とみられることがある。						
		40	迷惑をかけた、自分勝手な行動をするチームメイトがいれば注意をしている。						