

SONODA AO経験値入試 スポーツキャリアプランシート

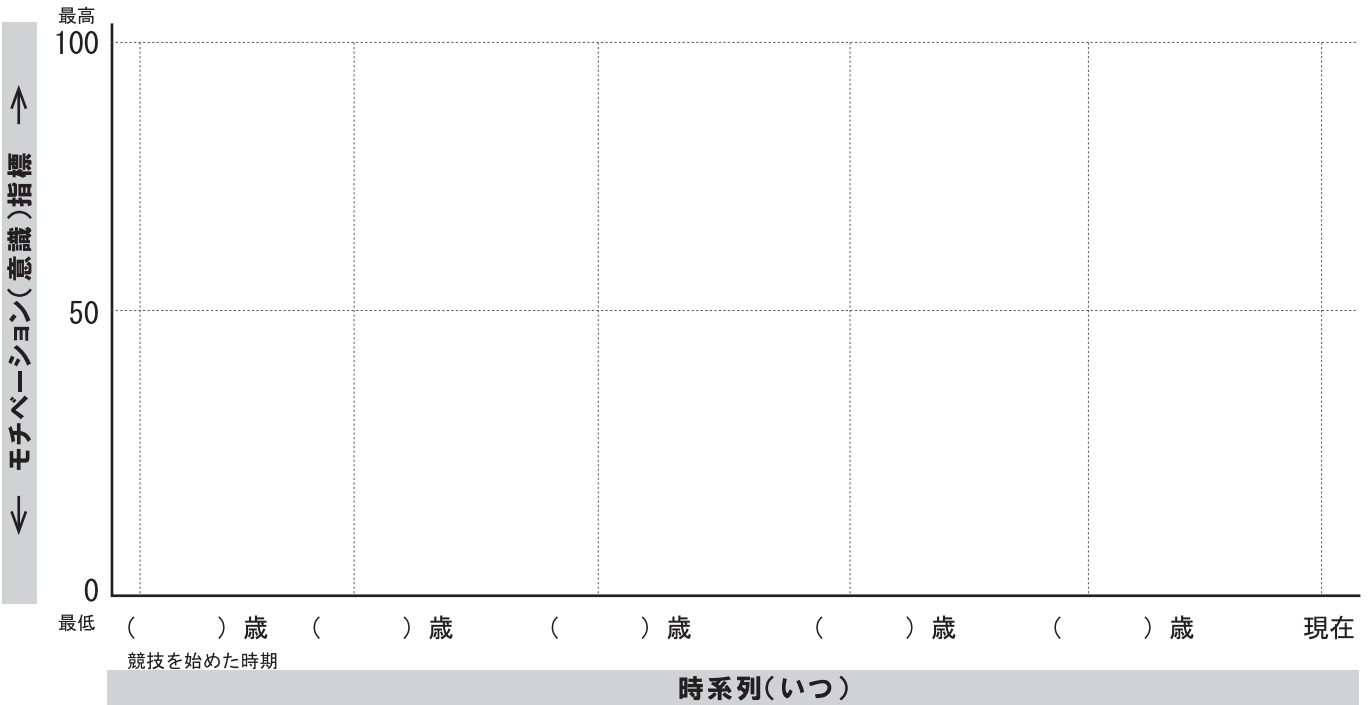
1枚目

フリガナ			
氏名	(年 月 日生まれ)	在籍高校	高等学校 そのほか
志望学科	学科	コース	シート提出日 20 年 月 日

1 あなたのスポーツにおけるキャリアを教えてください

競技名		競技種別	団体競技 ・ 個人競技
最高成績	成績	活動期間	歳から 歳まで 現在
	時期 高1 ・ 高2 ・ 高3 ・ ()	活動場所	高校内(部活) ・ 高校外

2 あなたの競技歴におけるモチベーション曲線を記入してください

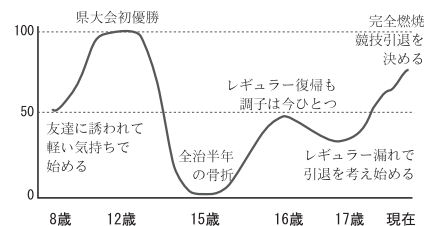


■モチベーショングラフの作成にあたって

- ・このグラフは、あなたの競技生活における気持ちの変化をグラフで表すものです。
- ・縦軸が意識のアップダウン、横軸はその時期の目盛りとなっています。
- ・気持ちに変化が起こった時期とその理由について、記入してください。
(理由についてはできるだけ具体的なコメントを記入することが望ましい)
- ・以下①～④の4つの時期を含む6つの時期の意識の上下をグラフに記入してください。

①競技を開始した時期 ②最高潮だった時期 ③意識が最低だった時期 ④現在

■記入例 補足コメントはできるだけ具体的に望ましい



※必ず、黒インクまたは黒ボールペンを使用してください。消えるペンは不可です。

3 あなたにとってそのスポーツの魅力と活動から得られたものを教えてください

2枚目

4 競技歴の中でもっとも輝いたと思える経験談を教えてください（いつ、どのような）

5 競技歴の中でもっとも辛い思いや挫折の経験談を教えてください（いつ、どのような）

6 競技を引退する理由と、競技経験を大学でどう活かしていきたいかを教えてください

氏 名