

Självskattning – individuella utvecklingsområden

Underlaget är taget från boken Utveckla ledarskapet, SISU Idrottsböcker, 2016 och hör till kapitlet Obekväma ledare utvecklar idrotten.

Namn:

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Teknisk förmåga, till exempel:		
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Taktisk förmåga, till exempel:		
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Mental förmåga, till exempel:		
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Fysisk förmåga, till exempel:		
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Träning – inställning och kunskap, till exempel: 1. 2. 3. 4. 5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Match/tävling, till exempel: 1. 2. 3. 4. 5.		

	Var står jag som idrottare i dag?	Vad behöver jag utveckla under säsongen?
Dialog med coach/tränare, till exempel: 1. 2. 3. 4. 5.		