

”Möta alla med ett leende”

Norrahammar 2016-06-01

## Individuellt spelarutvecklingssamtal

Huvudsyftet med spelarutvecklingssamtalet är att stärka spelaren och att ge spelaren underlag för var dennes styrkor och svagheter finns. Samtalet handlar om att blicka framåt och att få sätta upp konkreta och tydliga mål för träningen.

### Tips!

- Planera för att genomföra två samtal per spelare och säsong.
- Lägg upp ett tidsschema för dig och dina spelarutvecklingssamtal. Planera inte in för många träffar per kväll så det blir tidspress och lägg samtalen i samband med er träning.
- Kopiera, dela ut underlaget före utvecklingssamtalet till dina spelare. Detta så att de kan förbereda sig och skapa ett bättre samtal.
- Hitta en lugn och ostörd miljö där spelaren känner trygghet. Yngre spelare kan tillåtas ta med förälder om så önskas.
- Börja med att gå igenom spelarens anteckningar, sedan blickar ni framåt.
- Notera stolpar från samtalet. Detta för att komma ihåg vad ni pratat om samt inför nästa samtal.
- Din viktigaste uppgift är att spelaren känner sig stärkt av samtalet. Det kan vara en framtida världsspelare du pratar med eller för all del en hockeysupporter. Behandla alla lika!
- Avsluta samtalet med att komma överens om målen, eventuellt kan ni skriva ned målen och kopiera två exempel så ni får varsitt exemplar.
- Nästa samtal bygger på det första samtalet. Ta fram anteckningarna från första samtalet och se vad som uppnåtts.



# TRÄNAR AKADEMIN

”Möta alla med ett leende”

## Utvecklingssamtal – Spelare

Namn: \_\_\_\_\_

Lag: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Nu är det dags för utvecklingssamtal. Samtalet som vi skall ha går ut på att se nuläget i din hockeyutveckling, men framförallt ska vi blicka framåt och sätta några tydliga mål för ditt hockeyspelande. Samtalstiden och plats ser du på schemat!

### *Vi vill att du förbereder dig lite innan samtalet – fundera på följande:*

- Hur har säsongen varit så här långt för mig?
- Vad är jag bäst på?
- Vad är jag mindre bra på?
- Vad är jag nöjd med när det gäller hockeyspelandet?
- Hur är stämningen i vårt lag?

*Mina mål med träningen:* (Hur mycket skall jag träna, egen träning etc.)

\_\_\_\_\_

*Mina teknikmål:* (Skridskoåkningen, passning/mottagning, puckbehandling/finter, skott, närkampsspel)

\_\_\_\_\_

*Mina taktikmål:* (Offensivt, defensivt, med puck, utan puck, rita/visa)

\_\_\_\_\_

*Mina mål utanför isen med laget/lagkompisar:*

\_\_\_\_\_

*Övrigt:*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Spelaren

\_\_\_\_\_  
Tränaren