

PRIPRAVA TRENINGA

Osnovni podatki

Datum: _____

Ekipa: _____

Starostna kategorija: _____

Trener: _____

Trajanje treninga: _____

Število igralcev: _____

Učni cilj treninga

Kaj želim, da se igralci danes naučijo oziroma bolje razumejo?

Trenerski cilj

Na kaj bom danes kot trener posebej pozoren?

Razvojni poudarki treninga

Danes želim posebej razvijati:

- ☐ odločanje
- ☐ komunikacijo
- ☐ sodelovanje
- ☐ samostojnost
- ☐ pogum
- ☐ odgovornost
- ☐ ustvarjalnost
- ☐ spoštovanje
- ☐ samozavest
- ☐ vztrajnost
- ☐ drugo:

Organizacija treninga

Uvodni del

Trajanje: _____

Vsebina: _____

Cilj:

Glavni del

Trajanje:

Vsebina:

Cilj:

Igralna oblika

Trajanje:

Vsebina:

Cilj:

Zaključni del

Trajanje:

Vsebina:

Cilj:

Trenerska vprašanja

Katera vprašanja bom danes postavljaj igralcem?

Pohvale

Kaj želim danes posebej pohvaliti?

☐ trud

- ☐ odločanje
 - ☐ sodelovanje
 - ☐ pogum
 - ☐ napredek
 - ☐ komunikacijo
 - ☐ odgovornost
 - ☐ drugo:
-
-

Posebna pozornost

Na katere igralce bom danes posebej pozoren?

Evalvacija po treningu

Ali smo dosegli učni cilj?

- ☐ Da
 - ☐ Delno
 - ☐ Ne
-

Kaj je bilo najbolj uspešno?

Kaj bom na naslednjem treningu izboljšal?

Kontrolni seznam razvojnega trenerja

Pred začetkom treninga preverim:

- ☐ Ali natančno vem, kaj želim, da se igralci danes naučijo?
- ☐ Ali bodo igralci danes veliko sprejemali odločitve?
- ☐ Ali bom igralcem postavljaj vprašanja in ne le podajal navodil?
- ☐ Ali bom pohvalil trud, napredek in pogum?
- ☐ Ali bodo vsi igralci aktivno vključeni?
- ☐ Ali bom napake uporabil kot priložnost za učenje?