

## IBFF Flickor 01 SÄSONGEN 2013

### Personlig utveckling

#### Fotbollsspelare:

Självskattning/datum:	Uppföljning/datum:
Start/datum:	Tränare:

MÅL	VÄRDERING			PRIO
<b>Självbestämmande</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag vet att jag har ansvar för det jag gör och mitt sätt att vara i olika situationer.</li><li>Jag är villig att bidra till min egen utveckling.</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Självhjälpan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag tänker på vilka följder mina val och handlingar kan få.</li><li>Jag kan ta personligt ansvar för min egen fotbollsträning</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Ansvar</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag kan ta egna beslut (om jag vill eller inte vill).</li><li>Jag ansvarar för följderna av det jag säger och det jag gör.</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Trovärdighet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Det jag säger visar jag också i det jag gör.</li><li>Jag är trovärdig och pålitlig.</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Respekt</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag respekterar att andra tycker och tänker annorlunda än jag. exvis, domare, motståndare, medspelare.</li><li>Respekt är ömsesidigt, både något jag får och något jag ger.</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Samarbetsvilja</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag är en bra kompis både på planen och utanför.</li><li>Jag erbjuder min hjälp och kan be om hjälp när jag behöver</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	
<b>Mottaglighet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Jag kan ta kritik, fotbollsmässig och social, (positiv och negativ).</li><li>Jag kan lyssna på och respektera vad tränarna och mina kompisar säger.</li></ul>	Stämmer	Stämmer oftast	Stämmer ej	

Fyll i detta schema hemma tillsammans med en förälder. Sätt kryss under något av stämmer/stämmer oftast/stämmer ej, samt kryss i kolumnen PRIO för det du tycker är särskilt viktigt att utveckla. Ta med tillbaka till nästa träning/samling och lämna till ledarna. Uppföljning sker kontinuerligt samt i slutet av säsongen.

Med vänlig hälsning tränarna IBFF f-01