



## UTVÄRDERING SAMT TANKAR OM FRAMTIDEN!

(Enkät för **Jäbo F10**. Tanken är att vi ska kunna utvärdera året, kolla motivation/underlag för nästa säsong samt förbättra oss som individer/lag/tränare under nästa år.)

Namn: .....

### Allmänna frågor

(Markera med en ring kring lämpligt alternativ)

1. Hur trivs du i laget?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

2. Hur fungerar kommunikationen med tränarna?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Kommunikationen med de andra tjejerna i laget?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Finns det något som ska förbättras?.....  
.....

3. Hur fungerar skola med innebandyn?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

---

### Träningar

4. Vad tycker du om nivån på träningarna?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

5. Hur ser du på sommarträning?

Bra			Dåligt	
1	2	3	4	

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....



**6. Har du någon annan tidskrävande aktivitet?**

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**7. Hur ofta ska vi ha träning?**

Innebandyträning	1ggr/v	2ggr/v	3ggr/v	4ggr/v	5ggr/v
Sommarträning	1ggr/v	2ggr/v	3ggr/v	4ggr/v	5ggr/v

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**8. Tränar du i någon annan idrott på sommaren?**

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**9. Vad är bra respektive vad som borde förbättras på träningarna?**

Bra:.....  
.....

Förbättras:.....  
.....

---

## Matcher

**10. Vad tycker du om matchningen?**

Bra		Dåligt	
1	2	3	4

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**11. Hur ser du på din egen matchtid?**

Bra		Dåligt	
1	2	3	4

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**12. Hur ser du på din position som du fått?**

Bra		Dåligt	
1	2	3	4

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....



# Spelar analys

## 13. Ge dig själv ett betyg som du anser passa dig?

(Med spelförståelse menas förmågan att förstå taktik, spelupplägg, rörelsemönster mm.

Med koordination/rörelse menas förmågan att kunna vända snabbt, sidoförflyttningar, springa bakåt osv)

### Spelare

Nulägesbedömning?				
	Bra		Dåligt	
Spelförståelse	1	2	3	4
Skott	1	2	3	4
Bollteknik	1	2	3	4
Passningsspel	1	2	3	4
Försvårsspel	1	2	3	4
Anfallsspel	1	2	3	4
Snacka/dirigera spelet	1	2	3	4
Snabbhet	1	2	3	4
Koordination/rörelse	1	2	3	4
Styrka (tackla, fysisk)	1	2	3	4
Position: Anfall	1	2	3	4
Position: Försvar	1	2	3	4

Viktigast att förbättra?				
	Mycket viktigt		Minst viktigt	
Spelförståelse	1	2	3	4
Skott	1	2	3	4
Bollteknik	1	2	3	4
Passningsspel	1	2	3	4
Försvårsspel	1	2	3	4
Anfallsspel	1	2	3	4
Snacka/dirigera spelet	1	2	3	4
Snabbhet	1	2	3	4
Koordination/rörelse	1	2	3	4
Styrka (tackla, fysisk)	1	2	3	4
Position: Anfall	1	2	3	4
Position: Försvar	1	2	3	4

### Målvakt

Nulägesbedömning?				
	Bra		Dåligt	
Spelförståelse	1	2	3	4
Koordination/rörelse	1	2	3	4
Snabbhet	1	2	3	4
Utkast	1	2	3	4
Snacka/dirigera spelet	1	2	3	4
Grepptechnik	1	2	3	4
Fallteknik	1	2	3	4
Positionsspel	1	2	3	4
Fasta situationer/straff	1	2	3	4
Styrka/kondition	1	2	3	4

Viktigast att förbättra?				
	Mycket viktigt		Minst viktigt	
Spelförståelse	1	2	3	4
Koordination/rörelse	1	2	3	4
Snabbhet	1	2	3	4
Utkast	1	2	3	4
Snacka/dirigera spelet	1	2	3	4
Grepptechnik	1	2	3	4
Fallteknik	1	2	3	4
Positionsspel	1	2	3	4
Fasta situationer/straff	1	2	3	4
Styrka/kondition	1	2	3	4

## 14. Vilka är dina starka och svaga sidor som spelare?

.....

.....

.....



---

## Övrigt

**15. Hur är stämningen i laget?**

Bra		Dåligt	
1	2	3	4

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**16. Ange något som laget/tränarna ska förbättra inför nästa säsong?**

.....  
.....  
.....

**17. Är kraven från tränare för hårda eller är vi för slappa mot er?**

.....  
.....  
.....

**18. Hur motiverad är du för spel inför kommande säsong?**

Mycket			Lite
1	2	3	4

Synpunkter/kommentarer:.....  
.....

**19. Kommer du fortsätta spela innebandy med oss nästa säsong?**

(Om inte – tala gärna om varför.)

.....  
.....  
.....

**20. Övrigt**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....