

## Skjema for trenerveileder RIL fotball

<p><b>Planlegging</b></p> <p><b>Veilede på:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Har treneren en plan for økta?</li> <li>• Er økta lagt opp med progresjon og variasjon?</li> <li>• Er økta relevant for alder, nivå og tema?</li> </ul>	<p><b>Kommentar</b></p> <p>Pluss:</p>  <p>Forbedring:</p>
<p><b>Organisering</b></p> <p><b>Veilede på:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Starter økta presist og strukturert?</li> <li>• Har treneren kontroll på grupper og utstyr?</li> <li>• Tilpasses grupper etter nivå (individualisering og differensiering)?</li> <li>• Er det god flyt mellom øvelsene?</li> </ul>	<p><b>Kommentar</b></p> <p>Pluss:</p>  <p>Forbedring:</p>
<p><b>Gjennomføring</b></p> <p><b>Veilede på:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Er spillerne i aktivitet store deler av tida? (aktivisering)</li> <li>• Gir treneren korte og tydelige beskjeder?</li> <li>• Motiverer treneren spillerne og bruker positivt kroppsspråk?</li> <li>• Justerer treneren økta hvis det trengs (evaluering underveis)?</li> </ul>	<p><b>Kommentar</b></p> <p>Pluss:</p>  <p>Forbedring:</p>
<p><b>Tilbakemeldinger</b></p> <p><b>Veilede på:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser treneren alle og gir alle tilbakemeldinger?</li> <li>• Brukes konkrete tilbakemeldinger (ikke bare "bra")?</li> <li>• Skapes det et miljø hvor spillerne tør å prøve og feile?</li> <li>• Brukes feedback både underveis og etter økta?</li> </ul>	<p><b>Kommentar</b></p> <p>Pluss:</p>  <p>Forbedring:</p>
<p><b>Kjerneprinsipper i all veiledning:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Konkretisering:</b> Tydelige mål og oppgaver.</li> <li>• <b>Aktivisering:</b> Spillerne er i bevegelse, ikke i kø.</li> <li>• <b>Motivering:</b> Skape mestring og trivsel.</li> <li>• <b>Progresjon:</b> Økta bygger seg gradvis opp.</li> <li>• <b>Variasjon:</b> Ulike øvelser, spillformer, kontraster og ulike betingelser.</li> <li>• <b>Individualisering:</b> Tilpasning til nivå og forutsetninger.</li> <li>• <b>Spesifisitet:</b> Øvelser som ligner det vi gjør i kamp.</li> <li>• <b>Evaluering:</b> Vurder økta og utviklingen jevnlig.</li> </ul>	