



Övning 10-12 år

Gemensam matchanalys

www.barnensidrott.nu



Åldersanpassad övning som ger barn och unga möjlighet att träna på att ta mer ansvar och öka sitt inflytande på träningen. Anpassa övningen efter gruppens förutsättningar och vana av att vara delaktiga.

Efter match/tävling analyserar gruppen tillsammans vad som funkade bra och ni ska jobba vidare med samt vad som kan förbättras. Samtalen bygger taktisk förståelse men också att de får träna på att själv känna efter vad som utspelade sig och vad de själva kan ta med mig. Det är ok att ha olika upplevelser av samma match/tävling.

Hur det går till:

- Direkt efter match/tävling eller vid nästa träning: *"Vad gjorde vi bra i matchen/tävlingen?"*
- Låt de aktiva svara, utan att ni som ledare bekräftar att ni håller med eller inte. *"Vad var det fungerade bra? Hur kan vi tänka kring det som var mindre lyckosamt?"*
- Diskutera tillsammans utan att hänga ut vissa individer eller yttre faktorer, till exempel väder, domare eller material.
- Ledaren kompletterar med sina observationer

Summera vad som sagts muntligt för gruppen och följ gärna upp vid nästa tränings/tävlingstillfälle så att barnen märker att deras tankar tas på allvar.



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN