

FINTER Evalueringscenter MAX

50 evalueringsskemaer til kamp, træning, spillere, hold, trænere og klub

Brug skemaerne enkeltvis eller som en løkke: KAMP → ANALYSE → UDVIKLINGSPUNKT → TRÆNING → NY KAMP → EVALUERING.

Område	Antal
Kamp	17
Træning	15
Spiller	8
Hold	3
Træner	3
Klub	4

Tip: Vælg få fokuspunkter. Evaluering skal føre til handling - ikke bare flere noter.

1. 2-minutters kampevaluering

Kategori: Kamp

- Hvad fungerede bedst?

- Hvad var kampens største udfordring?

- Hvilket fokus tager vi med til næste træning?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

2. Fuld kampevaluering

Kategori: Kamp

- Nåede vi kampens mål?

- Hvad lykkedes i possession?

- Hvad lykkedes uden bold?

- Hvordan var omstillingerne?

- Tre vigtigste læringspunkter?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

3. Kampplan vs. faktisk kamp

Kategori: Kamp

- Hvad var kampplanen?

- Hvad skete reelt?

- Hvorfor opstod forskellen?

- Hvad justerer vi næste gang?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

4. Før-kamp evaluering

Kategori: Kamp

- Er kampens mål tydeligt?

- Er roller og aftaler tydelige?

- Hvilke 1-3 fokuspunkter måler vi på?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

5. Pause-evaluering

Kategori: Kamp

- Hvad virker?

- Hvad skal justeres nu?

- Hvilket enkelt budskab er vigtigst?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

6. Efter-kamp spillerevaluering

Kategori: Kamp

- Hvad lykkedes for holdet?

- Hvad lærte vi?

- Hvad vil spillerne arbejde videre med?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

7. Modstanderanalyse

Kategori: Kamp

- Hvordan bygger modstanderen op?

- Hvor kan de presses?

- Hvor er deres største trussel?

- Hvilke rum kan vi udnytte?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

8. Videoanalyse

Kategori: Kamp

- Hvilke mønstre gentager sig?

- Hvilke klip viser styrker?

- Hvilke klip viser udviklingsbehov?

- Hvilken træning følger op?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

9. Dødbolde

Kategori: Kamp

- Hvordan fungerede offensive dødbolde?

- Hvordan fungerede defensive dødbolde?

- Hvilke aftaler skal ændres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

10. Pres og genpres

Kategori: Kamp

- Hvornår lykkedes presset?

- Var afstandene passende?

- Hvordan reagerede vi efter boldtab?

- Hvad træner vi?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

11. Opbygningsspil

Kategori: Kamp

- Kunne vi spille gennem første pres?

- Var støttevinklerne gode?

- Hvordan var scanning og førsteberøring?

- Hvad træner vi?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

12. Afslutninger og chancekvalitet

Kategori: Kamp

- Hvordan skabte vi chancer?

- Kom vi til afslutning fra gode områder?

- Hvilke valg skal forbedres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

13. Omstillinger

Kategori: Kamp

- Hvordan reagerede vi ved bolderobring?

- Hvordan reagerede vi ved boldtab?

- Var første aktion tydelig?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

14. Positionsspecifik målmand

Kategori: Kamp

- Igangsætning?

- Placering?

- Kommunikation?

- Indgreb?

- Næste fokus?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

15. Positionsspecifik forsvar

Kategori: Kamp

- Positionering?

- Duelspil?

- Opbakning?

- Spil fremad?

- Næste fokus?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

16. Positionsspecifik midtbane

Kategori: Kamp

- Scanning?

- Spilbarhed?

- Tempo i bolden?

- Defensiv balance?

- Næste fokus?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

17. Positionsspecifik angreb

Kategori: Kamp

• Bevægelse?

• Timing?

• Afslutninger?

• Første pres?

• Næste fokus?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

18. 2-minutters træningsevaluering

Kategori: Træning

- Nåede vi dagens mål?

- Hvad virkede bedst?

- Hvad ændrer jeg næste gang?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

19. Fuld træningsevaluering

Kategori: Træning

- Var læringsmålet tydeligt?

- Var intensiteten passende?

- Var alle aktive?

- Var progressionen passende?

- Hvad tager vi videre?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

20. Planlagt vs. faktisk træning

Kategori: Træning

- Hvad var planlagt?

- Hvad blev ændret?

- Hvorfor?

- Hvad lærer vi af ændringen?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

21. Opvarmning

Kategori: Træning

- Var spillerne hurtigt aktive?

- Var opvarmningen relevant for temaet?

- Var der glæde og intensitet?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

22. Stations-træning

Kategori: Træning

- Var stationerne tydelige?

- Var skiftene effektive?

- Var belastningen passende?

- Hvilken station virkede bedst?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

23. Småspil

Kategori: Træning

- Skabte reglerne den ønskede adfærd?

- Var banen passende?

- Var der nok involvering?

- Hvad justeres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

24. Teknisk træning

Kategori: Træning

- Var der mange relevante gentagelser?

- Var kvalitet vigtigere end tempo?

- Blev teknikken overført til spil?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

25. Taktisk træning

Kategori: Træning

- Forstod spillerne princippet?

- Kunne de genkende situationen i spil?

- Var coaching kort og præcis?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

26. 1v1 og dueller

Kategori: Træning

- Var der nok dueller?

- Arbejdede vi både offensivt og defensivt?

- Var sværhedsgraden passende?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

27. Pasninger og førsteberøring

Kategori: Træning

- Var scanning med?

- Var kropsstilling relevant?

- Var førsteberøringen funktionel?

- Kom det ind i spil?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

28. Afslutningstræning

Kategori: Træning

- Var afslutningerne kampnære?

- Var der variation?

- Var der pres/tid?

- Hvad skal ændres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

29. Fysisk belastning og intensitet

Kategori: Træning

- Var belastningen passende for alder og uge?

- Var pauserne passende?

- Hvordan så energien ud til sidst?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

30. Aktivitetstid og køtid

Kategori: Træning

- Hvor meget tid var spillerne aktive?

- Hvor opstod kø?

- Hvordan kan organiseringen forbedres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

31. Differentiering

Kategori: Træning

- Blev alle udfordret?

- Hvem havde brug for mere støtte?

- Hvem havde brug for større udfordring?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

32. Skal øvelsen bruges igen?

Kategori: Træning

- Skabte øvelsen ønsket adfærd?

- Var den let at forklare?

- Var den sjov og lærerig?

- Behold, juster eller drop?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

33. Spillerens selvevaluering

Kategori: Spiller

- Hvad lykkedes for mig?

- Hvad var svært?

- Hvad vil jeg øve?

- Hvordan kan træneren hjælpe?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

34. Individuel udviklingssamtale

Kategori: Spiller

- Hvad er spillerens styrker?

- Hvad er næste udviklingsmål?

- Hvilke handlinger aftaler vi?

- Hvornår følger vi op?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

35. IDP-status

Kategori: Spiller

- Hvilket mål arbejder spilleren med?

- Hvilke tegn på udvikling ser vi?

- Skal målet fortsætte eller ændres?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

36. Trivsel og glæde

Kategori: Spiller

- Glæder spilleren sig til fodbold?

- Føler spilleren sig som en del af holdet?

- Er der noget, der fylder?

- Hvad kan vi gøre?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

37. Motivation og selvtillid

Kategori: Spiller

- Hvornår føler spilleren sig mest motiveret?

- Hvornår falder modet?

- Hvilken feedback hjælper?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

38. Spilletid og rolle

Kategori: Spiller

- Forstår spilleren sin rolle?

- Opleves mulighederne som meningsfulde?

- Er der behov for dialog?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

39. Fremmøde og engagement

Kategori: Spiller

- Hvordan er fremmødet?

- Hvordan er engagementet?

- Er der mønstre, vi skal være nysgerrige på?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

40. 4-8 ugers udviklingsmål

Kategori: Spiller

- Hvad er ét konkret mål?

- Hvordan trænes det?

- Hvordan måler vi fremskridt?

- Dato for opfølgning?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

41. Holdets trivsel og fællesskab

Kategori: Hold

- Føler alle sig inkluderet?

- Hvordan er tonen?

- Er der grupperinger eller konflikter?

- Hvad styrker fællesskabet?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

42. Kommunikation og samarbejde

Kategori: Hold

- Kommunikerer spillerne konstruktivt?

- Hjælper de hinanden?

- Hvad skal trænes socialt/taktisk?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

43. Stævne- og turneringsevaluering

Kategori: Hold

- Hvad fungerede sportsligt?

- Hvad fungerede praktisk?

- Hvordan var trivsel og pauser?

- Hvad ændres næste gang?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

44. Trænerens selvevaluering

Kategori: Træner

- Var mine budskaber tydelige?

- Coachede jeg for meget eller for lidt?

- Hvem fik min opmærksomhed?

- Hvad vil jeg ændre?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

45. Coaching under kamp

Kategori: Træner

- Var coaching relevant?

- Gav jeg spillerne plads til egne beslutninger?

- Hvordan reagerede jeg på fejl?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

46. Trænerteam-evaluering

Kategori: Træner

- Var rollerne tydelige?

- Kommunikerede vi godt?

- Var vi enige om fokus?

- Hvad aftaler vi næste gang?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

47. Forældremøde-evaluering

Kategori: Klub

- Var formålet tydeligt?

- Blev forventninger afstemt?

- Hvilke spørgsmål står åbne?

- Hvad følger vi op på?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

48. Halvsæson-evaluering

Kategori: Klub

- Hvad har udviklet sig?

- Hvilke mål er nået?

- Hvad prioriteres i næste periode?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

49. Sæsonevaluering

Kategori: Klub

- Hvad lykkedes sportsligt?

- Hvad lykkedes socialt?

- Hvad lærte trænerteamet?

- Hvad skal ændres næste sæson?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.

50. Årgangs- og miljøevaluering

Kategori: Klub

- Er træningsmiljøet udviklende?

- Er niveauinddeling/differentiering hensigtsmæssig?

- Er overgange mellem hold gode?

- Hvad skal klubben justere?

Næste handling / opfølgning:

FINTER - evaluér kort, vælg 1-3 udviklingspunkter, og omsæt dem til næste træning.