Matchanalys

# Tillsammans med

**

***Lag vi möter:*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* ***Datum:*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Resultat:*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Hall:*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Banprofil:*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Laguppställning:***

Namn Hö/Vä

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Efter avslutad match bör ni göra en egen analys av matchen. Försök att besvara frågorna så allsidigt som möjligt, för att ni ska få en objektiv bild av er själva. Huvudfrågan är; Hur ska vi utveckla oss för att bli bättre?

För att kunna utvecklas måste man känna sig själv och målmedvetet söka sina starka och svaga sidor.

## Hur var upplägget före match?

Resa, mat, samling, peptalk, känslan

## Hur var motståndet ”på pappret”?

Bättre, sämre eller lika bra som vi?

Hur förhåller vi oss till det?

## Vad blev resultatet?

Finns några specifika orsaker till att resultatet blev som det blev?

I vilka situationer handlade vi rätt?

Vad var det som gjorde att vi hade respektive situation under kontroll?

Vad fungerade mindre bra?

## Hur upplevdes banorna?

Lätta, svåra, roliga, utmanande

Vilken banprofil användes?

Vilket material fungerade?

Vilken linje var bäst att spela?

Vad kan vi påverka?

## Hur upplevdes lagkänslan?

Är det några (2-manna) som presterar ovanligt bra tillsammans?

… plockat många poäng?

… trivs tillsammans?

… har bra stöttning av varandra?

## Sammanfattning:

Vad kan vi ta med oss som var bra?

Något vi kan träna på eller förbättra?

I så fall, hur?



Glöm inte att redovisa varje sammankomst i ert lärgrupps­arbete. Det gör ni på särskild redovisningsblankett (eller via Utbildningsmodulen i IdrottOnline) och skickar in till SISU vid juluppehåll och efter avslutad säsong.