



— Studiecirkelplanering 2011 —

	Material	Idrotts utv.	Fysiologisk utv.	Beteende	Lag organisation
H/D seniorer	Leda laget/temakvällar = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. Material = Ledare/tränare	Teknik Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål Ledarrollen	Skador Träningslära Träningsplanering Kost Alkohol/Tobak/Doping	Lag möten Mental träning Laganda Min roll Framgångsnycklar	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdering Utbildning Regler/Lagbygge Framgångsnycklar
P/F juniorer	Leda laget/temakvällar = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål Ledarrollen	Skador Träningslära Träningsplanering Kost Alkohol/Tobak/Doping	Lag möten Mental träning Laganda Min roll Framgångsnycklar	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdering Utbildning Regler/Lagbygge Framgångsnycklar
P/F 16	Leda laget = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål Ledarrollen	Skador/Rörlighet Styrka/Koordination Kondition Kost Alkohol/Tobak/Doping	Laganda Min roll Mål Förstärka starka sidor Ledstjärnor	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/Toppling Nerflytning
P/F 15	Jag en lagidrottare = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål Ledarrollen	Skador/Rörlighet Styrka/Koordination Kost Tobak Alkohol/Doping	Laganda Min roll Mål Förstärka starka sidor Ledstjärnor	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/toppling Uppflytning
P/F 14	Jag en lagidrottare = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Min förening Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål	Skador/Rörlighet Egen träning/koordinat Kost Tobak Alkohol/Doping	Hur är jag Ta ansvar Roller/Nomber Laganda/Kamratskap	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/Toppling Nerflytning
P/F 13	Kickoff = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Min förening Taktik/Spel förståelse Träningspasset Gemensamma mål	Skador/Rörlighet Koordination Kost Tobak Alkohol/Doping	Hur är jag Ta ansvar Roller/Nomber Laganda/Kamratskap	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/Toppling Uppflytning
P/F 12	Satsa Friskt = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Gemensamma mål	Rörlighet Koordination Kost Tobak Alkohol	Normer Laganda Kamratskap	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/Toppling Nerflytning
P/F 11	Starta vägen = Aktiva Samla lagledningen + steg utb. material = Ledare/tränare	Teknik Gemensamma mål	Rörlighet Koordination Kost	Normer Laganda Kamratskap	Planera/Mål/Ekonomi Utvärdera Utbildning Regler/Toppling Uppflytning