

10 træner tips

Spillersamtaler

Hav spillersamtaler og lav en individuel plan for alle. - *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Fejl rummer også læring

Tal med spillerne om dialektiske sammenhænge. Dialektik handler forsimplet om, at der er flere sider af samme sag. En fejl betyder et tabt point, men fejlen har også læring i sig, og det afgørende er, hvordan spilleren reagerer på fejlen. - *Svend Aage Sørensen, forsker og cheftræner*

Forventningsafstem

Forventningsafstem med forældrene på baggrund af spillerens plan.

- *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Vis at fejl er ok

Lav fejl med vilje - det viser, at fejl er okay. - *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Guided discovery

Skab læringsrum i træningen, hvor spillerne selv finder løsninger i spillet, og hvor øvelserne ikke er dikteret til mindste detalje. Lad spillerne eksperimentere. Så bliver de bedre til at træne og 'læse' spillet. - *Carsten Olsen, træner i Lyngby-Gladsaxe Volley*

Ret aldrig

Ret aldrig på spillerne i kampe - de ved godt selv, når de har begået en fejl.

- *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Sæt ikke begrænsninger

Forklar øvelserne, men sæt ikke begrænsninger. Det tilskynder spillerne til at tage chancer.

- *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Romantiser ikke fejl

Det nytter ikke noget kun at redigere fejl til sejr, for så bliver det for hult. Mere romantisk er det heller ikke at fejle. Der er grænser for, hvor mange nederlag vi mennesker kan holde til.

- *Svend Aage Sørensen, forsker og cheftræner*

Spil sammen alle mand

Lad alle spille sammen uanset baggrund og niveau. - *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*

Jubl eller opmuntr

Jubl, når der scores, og opmuntr, når der ikke gør.

- *Mikael Jakobsen, håndboldtræner*