

PRESTASJONSUTVIKLING - STARTKVELD

Team Statkraft Nordfjord 5.5.09

Tema for kvelden:

Innleiing:

- **Prosjekt –TOPP- idrettsutvikling, mål og forventingar, kort presentasjon**
- **Arbeidskrav i din idrett, presentasjon**

Prosess:

- **Status: Kvar står vi i prestasjonsgruppa i dag**
Kva fungerer bra og kva kan vi bli betre på
- **Behov og idear til utviklingstiltak**
- **Aktuelle fokusområde for gruppa/teamet**
- **Tiltak, mål og prioritering**
- **Utarbeide utviklingsplan for gruppa/teamet**

PRESTASJONSUTVIKLING

Forventningar, mål:

Prosjektet -TOPP- idrettsutvikling for ungdom 16-19:

- ❖ Styrke aktivitets-, kunnskaps- og kompetanse-utviklinga i idretten i Sogn og Fjordane gjennom lokal oppfølging.

Di prestasjonsgruppe og du som utøvar?

- ❖ Kva forventningar og mål har de til deltaking i prosjektet og utvikling?

PRESTASJONSUTVIKLING

Prosess som:

- ❖ **utvidar tankesettet**
- ❖ **utviklar kompetanse- og prestasjonsnivå**
- ❖ **legg grunnlag for:**
 - **styrking av prestasjonskulturen**
 - **resultatutvikling i prestasjonsgruppa og hjå den enkelte utøvar**

PRESTASJONSUTVIKLING - PRESTASJONSKULTUR

Korleis bygge prestasjonskultur ? (B. Stensbøl 2006)

- **Team må setjast saman av personar med eigenskaper og ferdigheiter som utfyller kvarandre**
- **Klart avgrensa ansvarsområde, saman med oppgåver og rollar som "står til" den enkelte sin kompetanse og eigenskapar**
- **Ein kvar som får personalansvar, er ansvarleg for å utvikle laget (gruppa/teamet) sitt**

Det inneberer:

- ✓ **Kartlegge den enkelte sine eigenskapar og ferdigheiter**
- ✓ **Få laget til å akseptere kvarandre slik den enkelte er**
- ✓ **Gjere laget bevisst på kvarandre sine eigenskapar/ ferdigheiter**
- ✓ **Utvikle evna i laget til å dyrke ulikheiter innerter**
- ✓ **(Om nødvendig) omorganisere laget så den enkelte får brukt sine eigenskapar til å utfylle og utvikle laget**

Prestasjonsorienterte leiarar

- **Har tydelige, målbare mål og ikkje redd for å kommunisere måla**
- **Set utøveren i sentrum**
- **Er planmessige, målretta og bevisste - held fokus på det som er nødvendig for å nå målet, ---- *og gjer det***
- **Er audmjuk, nysgjerrig og endringsviljug**
- **Følgjer tett opp og gir individuelle tilbake- meldingar**
- **Arbeider vidare med føresetnadene for å nå målet**

Prestasjonsorienterte leiingar

- Landslagstrener Marit Breivik fortel at det tok tid å utvikle verkeleg gode team-eigenskapar på håndballandslaget.
- Hopprenar Mika Kojonkoski seier at:
teamarbeid er ein føresetnad for å lukkast sjøl i ein individuell idrett som skihopp. - Vi reiser 200 dagar i året. Vi trenar og arbeider saman. Vi har fritida saman. Om ein skal prestere på eit høgt nivå, er det viktig at ein har balanse i tilværet, og det får ein i eit godt fungerande team. For å få den gode kjensla treng du hjelp av heile temaet; av trenaren, støtteapparatet og lagkameratane, fastslår Kojonkoski.

Utsegner om prestasjonskultur

- **I ein prestasjonskultur handler det om ein mental innstilling der dei involverte er opptekne av detaljar og har evne til å sjå desse inn i ein heilskap.**
(Boka "Prestasjonskultur og prestasjonsledelse" av Sigurd Vik)
- **Ole Einar Bjørndalen beskriv det på denne måten: – "Jeg vet nøyaktig hva jeg skal gjøre når jeg står opp om morgenen. Jeg vet at jeg må ha kvalitet på treningen for at det skal bli en god dag".**
- **Hans landslagstrenar gjennom mange år, Roger Grubben, er som Bjørndalen svært oppteken av plan og struktur. Grubben seier likevel: – "Det er ikke den store planen som er det viktigste. Det er om du gjør jobben godt nok hver eneste dag som er prestasjonsutvikling".**

GLEDE HELSE FELLESSKAP ÆRLEGHEIT
Idretten sine grunnverdier

I bygging av prestasjonskultur fokuserer vi på:

(Jan Erik Aalbu, Golfforbundet)

MENNESKE

RELASJONAR

PROSESSAR



**SOGN OG
FJORDANE
IDRETTSKRINS**


IDRETTSSENTERET


sparebanken
sogn og fjordane
- vår samarbeidspartner

Aktuelle utviklingsområde i gruppa, dømme:

- **Organisasjon:** informasjon, samarbeid, kultur, verdier,
- **Kompetanse:** utøvarsida; skiskytingsfagleg, idrettsfagleg generelt på t.d.: kosthald, restitusjon, trener- og leiarkompetanse

Ferdigheter utøvar:

- fysiske
- psykiske
- taktiske
- tekniske

- **Rammevilkår/ytre faktorar:** treningstilhøve, støtteapparat, klubbmiljø