**Förberedelse match/träning***Vad har jag för mål inför match/träning?*

**Prestationsmål** (tex våga utmana, rörelse utan boll):

**Attityd/Känsla** (höja min lägsta nivå, acceptera och släppa ett ”misstag”, peppa mina kompisar):

**Utvärdering efter match/träning:**

Hur väl uppfyllde jag mina mål?

Vad gick bra?

Vad vill jag utveckla vidare?

Vad kan jag ta med mig till nästa match/träning?