**Samtale-ark, elitesportselev- portefølje**

**Navn:** **Klasse**

**Sportsgren**:

**Klub:**

**Kontaktinfo sport (vigtige trænere, holdledere etc.)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Navn | Stilling | Tlf. | Mail |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Samtaler kan også strukturers kort ud fra dette skema:**

Beskriv dine planer og det, du forventer vil ske på de nævnte områder, samt de udfordringer, der kan komme. Hvordan kan du løse de potentielle udfordringer?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Hvor er du nu?  Hvordan går det her? | Hvad forventer du i store træk, der sker næste år? | Hvad vil det kræve af dig? | Hvad vil du aktuelt gøre? Og hvad skal du blive bedre til? |
| Sport |  |  |  |  |
| Uddannelse - fagligt |  |  |  |  |
| Uddannelse – klasse og venner |  |  |  |  |
| Socialt og familieliv |  |  |  |  |

**Ugeskema Navn og klasse:**

Husk alt skal med: Søvn, skole, lektier, transport, spise, træning/idræt, bad, venner/familie. Farvelæg evt. træning i 1 farve, skole anden, søvn 3.. osv.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Klokken | mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
| 6.00-7.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.00-8.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.00-9.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9.00-10.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10.00-11.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 11.00-12.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 12.00-13.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 13.00-14.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 14.00-15.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 15.00-16.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16.00-17.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17.00-18.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 18.00-19.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 19.00-20.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 20.00-21.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 21.00-22.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 22.00-23.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 23.00-24.00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 24.00-6.00 |  |  |  |  |  |  |  |

**Dato, Navn, disciplin, klub og klasse:**

**Træner mail og mobil:**

**1.g - opstartssamtale**

|  |  |
| --- | --- |
| Familie og bopæl |  |
| Hvordan er du kommet i gang i klassen? |  |
| Hvordan er du kommet i gang fagligt? Gode/dårlige fag |  |
| Sportslige oplysninger: Hvor træner du og hvor meget |  |
| Hvad er dit sportslige niveau? |  |
| Hvor meget TD-fravær har du og har du styr på TD-ekstratimer? |  |
| Transporttid. Hvor meget? Bruger du den til noget?  Hjem - træning - skole |  |
| Har du generelt en god hverdag synes du? |  |
| Hvordan går det med at planlægge og prioritere din tid? |  |
| Hvordan går det med at få lavet lektier (skelne imellem læselektier og afleveringer)? |  |
| Er der nogle forhold som skolen skal være opmærksomme på, som evt. vil kunne påvirke din uddannelse? |  |
| Målsætninger med uddannelse og idræt? |  |

**1.g / 1.hf Målsætninger**

**Skriv**

|  |  |
| --- | --- |
| *Sportsligt* | *Fagligt* |
| Mål indenfor 6 mdr.:  Mål indenfor 12 mdr.: | Mål indenfor 6 mdr.:  Mål indenfor 12 mdr.: |

**Målsætninger uddannelse og sport**

Når du skriver dine målsætninger, er det vigtigt at de er

Procesmål

Præstationsmål

Resultatmål

**Skriv 3 overordnede målsætninger ned for både uddannelse og sport**

**Samtale 2.g**

**Navn, disciplin, klub og klasse:**

**Træner mail og mobil:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hvordan går det? Hvordan har du det?**  Udfordringer i hverdagen/ hvordan går det med TD-fleksibilitet? |  |
| Hvordan går det i idrætten lige nu? |  |
| Evaluering af 1. år -  Hvilke erfaringer kan tages med til dette skoleår? |  |
| Dit faglige niveau generelt set i forhold til dine målsætninger? |  |
| Områder/fag med specielle problemer -> handlingsplan |  |
| Målsætninger for eksamen/årskarakterer. Vælg de fag ud du synes. |  |
| Hvilke kompetencer vil du gerne udvikle mere i faget/fagene og hvilke kompetencer kan du bruge fra idræt? |  |
| Ekstra TD-fokus (ekstra timer - TD fravær) - brug for noget nu/senere? |  |
| Fokusområder: Er der nogle specielle udfordringer i fag, privat, sporten -> handlingsplan |  |
| Andet du gerne vil tale om. |  |

**3.g**

**Navn, disciplin, klub og klasse:**

**Træner mail og mobil:**

|  |  |
| --- | --- |
| Hvordan går det? Hvordan har du det?  Udfordringer i hverdagen/ hvordan går det med TD-fleksibilitet? |  |
| Evaluering af 2. år generelt samt evaluering af eksamen/årsprøver - hvad kan gøres bedre/anderledes?  Hvilke erfaringer kan tages med til det sidste år. |  |
| Overblik over året der kommer mht. Træning, konkurrencer og sportsligt fravær – hvordan planlægge og sørger du for at du er med fagligt? Brug for study buddy, ekstra timer osv? |  |
| Faglige målsætninger for 3. år, nye fag - eventuelle svage/stærke sider.  Husk både målsætninger om karakterer og kompetencer |  |
| Målsætninger i din sport i det kommende år – vil det påvirke skole/hverdag? Hvad skal du gøre for at nå de mål? |  |
| Fokusområder: Er der nogle specielle udfordringer i fag, privat, sporten -> handlingsplan |  |
| Andet du gerne vil tale om. |  |

**4.g. samtale**

**Navn, disciplin, klub og klasse:**

**Træner mail og mobil:**

|  |  |
| --- | --- |
| Hvordan går det? Hvordan har du det?  Hvordan synes du din hverdag går ift. Ønsker og behov (med skole, sport, socialt?) |  |
| Evaluering af sidste år – hvad vil du tage med i år |  |
| Faglige målsætninger for 4. år, nye fag/nye hold - eventuelle svage/stærke sider.  Husk både målsætninger om karakterer og kompetencer |  |
| Målsætninger i din sport i det kommende år – vil det påvirke skole/hverdag? Hvad skal du gøre for at nå de mål? |  |
| Planlægning – konkret vedr. Sportsligt fravær, faglig støtte fra skolen, anden planlægning for at nå dine mål? |  |
| Målsætninger for alle fag |  |
| Motivation - hvordan er den? |  |
| Fokusområder: Er der nogle specielle udfordringer i fag, privat, sporten -> handlingsplan |  |
| Kort snak om tiden efter du er blevet student |  |
| Andet du gerne vil tale om? |  |