



**Individuell kvalifikasjon brukt sammen for å nå felles mål
Team som metode for å skape resultat**



Marit Breivik,
Sommeridrettssjef Olympiatoppen
Landslagstrener Håndballjentene 1994 – 2009



NORGE



OLYMPIATOPPEN

Olympiatoppens verdier



SPORTSLIG

LANDSLAGET

SOSIALT

Overordnede sportslige mål:
"kjempe om medaljer i alle mesterskap"

RESULTATMÅL

OL
EM
VM

UTVIKLINGSMÅL/prestasjonsmål/kampmål:
Forsterke + Forbedre + Fornye
lagmessig - grupper - individuelt

FELLESSKAP

VERDIGRUNNLAG

- Hvordan vil vi ha det hos oss?
- Holdninger
- Normer
- Felles spilleregler
- Samarbeidsformer
- Team som metode
- Sosiale aktiviteter

Miljø/klima

LAGSKVALITETER

Norsk Håndballs erklærte verdier

**BEGEISTRING
INNSATSVILJE
RESPEKT
FAIR PLAY**

+

LAGÅND



Din
bedrift

FAGLIG

SOSIALT

Overordnede mål/visjon

FELLESSKAP

Resultatmål

VERDIGRUNNLAG

UTVIKLINGSMÅL/PRESTASJONSMÅL

Forsterke + Forbedre + Fornye

Avdeling/enhet – team i teamet - individuelt

- Hvordan vil vi ha det hos oss?
- Holdninger
- Felles spilleregler
- Normer
- Samarbeidsformer
- Team som metode
- Sosiale aktiviteter

Miljø/klima

TEAMKVALITETER

Lagmessige fokusområder Håndballjentene

Fokusområder:

- Helse
- Fase 8 – etablert forsvar
- Kontringspill
- Fase 4 – etablert angrep
- Returspill
- Fysiske ressurser
- Mental kapasitet
- Personlige egenskaper
- Sosial ressurs
- Annet

FORSTERKE
"GODMAPPA"

FORBEDRE

FORNYE

Hva – Hvordan - Når

Lagmessige fokusområder i din ditt team?

Fokusområder:

- Helse
- Fagkunnskap
-
-
-
-
-
-
- Sosiale ressurser
- Mental kapasitet

FORSTERKE
"GODMAPPA"

FORBEDRE

FORNYE

Hva – Hvordan - Når

Individuell KVALIFIKASJON

Hva er ditt oppdrag?
Hva gjør deg kvalifisert for oppdraget?

Kompetanse → Hva kan du?

Kvalitet → Hvor godt kan du det?

Kapasitet → Hvor mye orker du i øyeblikket og i øyeblikket over tid

Personlige fokusområder spiller

Fokusområder:

- Helse
- Fase 8 – etablert forsvar
- Kontringspill
- Fase 4 – etablert angrep
- Returspill
- Fysiske ressurser
- Personlige egenskaper
- Mental kapasitet
- Sosiale ressurs
- Annet

FORSTERKE
"GODMAPPE"

FORBEDRE FORNYE

Hva – Hvordan -Når

Personlige fokusområder som trener/leder

Fokusområder:

**Forsterke
"godmappa"**

Forbedre

Fornye

Hva – hvordan - Når

- Helse
- Fagkunnskap
- Veiledning/coaching
- Teamarbeid
- Planlegging/struktur
- Mental kapasitet
- Strategiutvikling
- Innovasjon
- Økonomistyring
- Lederskap
- Personlige egenskaper
- Annet

Dine personlige fokusområder som medarbeider/leder?

Fokusområder/oppgaver:

Forsterke
"GODMAPPA"

Forbedre

Fornye

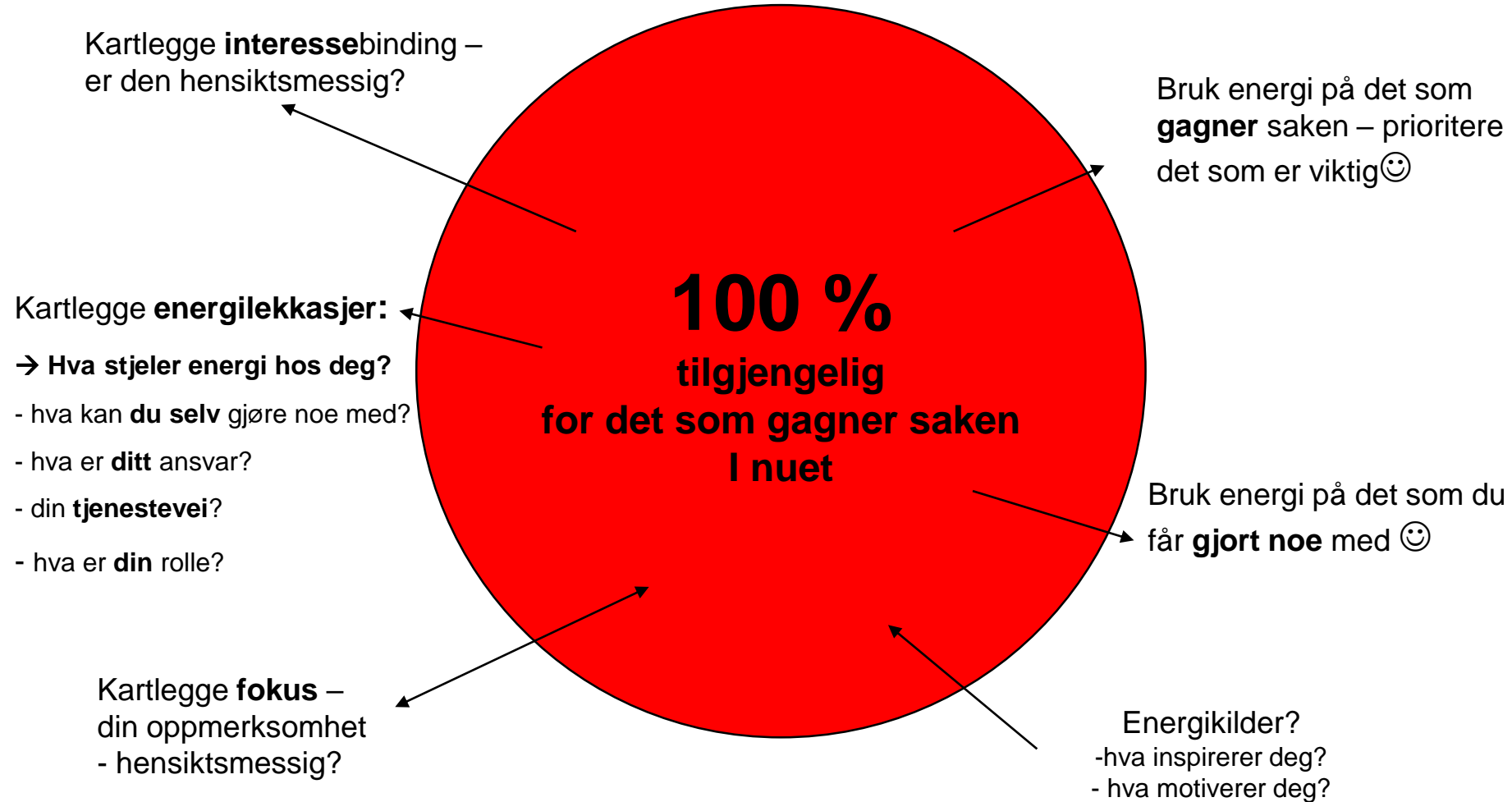
Hva –Hvordan - Når

- Helse
- Fagkunnskap
- Personlige egenskaper
-
-
-
-
-
-
-
-
- Mental kapasitet
- Sosial ressurs

ENERGISTYRING – hvordan kan du bli god til å styre din egen energi?

Fullt psykisk energilager = 100%

Modell - fritt utviklet etter den danske psykologen Jens Frimodt



Andres Kroese (professor i karkirurgi):
Oppmerksomhetstrening

«Pusteanker»:

- dra pusten godt
ned i magen
- pust rolig ut

Stikkord (indre samtale
under stress/forstyrrelser):

S topp

O bserver

A ksepter

L a gå



Together
Everyone
Achieves
More

Team som metode

- Bidra med det du kan **best** inn i teamet
- Lytte til, forstå og ha **tillit** de andre som gjør det samme
- **Sammen** finne fram til det som skal bli et grunnlag for å nå felles mål
- **Action** 😊

TEAM i teamet

Teamorganisering – hvem kan skape/utvikle hva sammen med hvem?

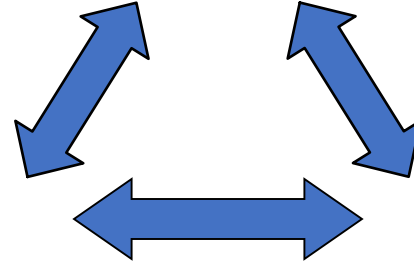
Mål for teamarbeidet!

- Spillerråd
- Kapteinsteam
- 7-m team
- Posisjonsteam
 - * Målvaktsteam
 - * Linjeteam
 - * Kantteam
 - * Bakspillerteam
- Humor-team
- Matchvinnerteam
- Flerposisjonsteam
- Overtallsteam
- Undertallsteam
- Flyverteam
- MC-team
- Familieteam



- Trenerteam
- Administrativt team
- Helseteam
- Analyse- og videoteam
- Humor- team
- Informasjonsteam
- Markedsteam
- Tverrfaglige team

LAGSKVALITETER



OPPGAVERELATERT

- ambisjoner - målsetting
- resultatorientering
- interesse for arbeidsoppgavene
- tro på suksess
- kreativitet
- kvalitet og disiplin
- forandringsvillighet qua planer
- evne til nytenkning
- forbedringsfokusering
- realistiske budsjetterammer

MENNESKERELATERT

- ☺ involvering og medansvar
- ☺ konkurranselyst
- ☺ lojalitet og respekt
- ☺ kommunikasjon og coaching
- ☺ konflikthåndtering
- ☺ energistyring - fokus
- ☺ god lagånd
- ☺ gjensidig tillit og åpenhet
- ☺ selvutvikling hos hver enkelt
- ☺ trivsel, humor og begeistring
- ☺ tilhørighet, toleranse, fair play

Lykke til mot nye mål!

