

FIȘA PENTRU EVALUAREA ANTRENORILOR

ANTRENOR	
DATA EVALUĂRII ȘI LOCUL	
EDUCATOR/ EVALUATOR	

Competențele de bază	Criterii	INC COMPETENT EXCELENT	Comentarii/ Acțiuni de rezolvat
A Planificarea	1. Identificarea obiectivelor personale anuale		
	2. Identificarea obiectivelor colective și de performanță anuale		
	3. Identificarea și organizarea echipamentului necesar desfășurării lecțiilor de antrenament		
	4. Adaptarea la vârsta și nivelul de experiență al jucătorilor.		
	5. Are un plan scris pentru fiecare lecție de antrenament în parte.		
	6. Are caietul antrenorului care să conțină planificarea antrenamentelor și comentariilor după antrenamente pentru minim 12 săptămâni		
	7. Alcătuieste antrenamente practice în funcție de planul de joc		
B Procesul de antrenament (Comunicarea și intercaționarea)	8. Câștigarea atenției jucătorilor înaintea de a da indicații		
	9. Comunicarea cu jucătorii astfel încât să fie văzut și auzit		
	10. Prezentarea lecției de antrenament		
	11. Asigurarea progresiei practice, ex. de la simplu la complex, etc.		
	12. Concluzionarea eficientă a lecției de antrenament		
	13. Maximizarea activităților jucătorilor și implicarea lor în practică.		
	14. Folosirea demonstrației care să ușureze învățarea		
	15. Observarea obiectivă a performanțelor jucătorilor		
	16. Analizarea performanțelor și adaptarea practică la capacitățile și experiența sportivilor		
	17. Acordă un răspuns pozitiv, atât pentru efort, cât și pentru performanță.		
	18. Întreabă jucătorii pentru a vedea dacă au înțeles sau au învățat cele predate.		
	19. Ascultă întrebările jucătorilor și le răspunde		
	20. Verifică lecția de antrenament împreună cu jucătorii sau cu ceilalți antrenori.		

Competențele de bază	Criterii	INC COMPETENT EXCELENT	Comentarii/ Acțiuni de rezolvat
C Cunoștințe despre rugby și deprinderi	21. Conducerea încălzirii după standardul minim.		
	22. Folosirea factorilor cheie pentru analiza performanțelor și dezvoltarea deprinderilor		
	23. Demonstrația sigură a elementelor tehnice individuale, ex. Controlul balonului, joc cu piciorul, alergarea, contactul, etc.		
	24. Demonstrația sigură a elementelor tehnice de compertiment și colective, ex. (grămada, marginea, lovitura de începere)		
	25. Demonstrația sigură a situațiilor de joc cu opoziție (în funcție de vârstă, experiență)		
	26. Conducerea antrenamentului după situații reale de joc		
	27. Demonstrarea unui echilibru între practicarea unui joc de atac și a unuia de apărare		
	28. Asigurarea revenirii după efort la sfârșitul antrenamentului (reducerea intensității, întinderi și hidratare)		
D Managementul riscului	29. Asigură o verificare a siguranței sportivilor, a echipamentului lor, etc.		
	30. Asigură o verificare a siguranței oferite de baza sportivă, vestiare, teren de joc, etc.		
	31. Cunoaște procedurile de siguranță din baza sportivă și știe cu cine să ia contact în caz de urgență.		
	32. Dezvoltă sau cunoaște un plan scris de urgență pentru accidentarea sau îmbolnăvirea jucătorilor.		
E Etica comportamentului	33. Asigură un standard înalt al comportamentului staffului.		
	34. Respectă Codul etic al antrenorilor.		
	35. Se asigură că jucătorii joacă în spiritual jocului de rugby.		
	36. Se conduce după un comportament adecvat pentru jucători și/sau celelalte persoane implicate		
G Auto evaluarea și planificarea acțiunilor	37. Caută și răspunde pozitiv tuturor problemelor apărute.		
	38. Pregătește o evaluarea a tuturor acțiunilor după antrenamente și competiți.		
	39. Auto evaluează cu corectitudine și precizie.		
	40. Alcătuieste un plan de acțiune pentru îmbunătățirea comportamentului staffului.		

Progresul după evaluare (completat de Evaluator/Educator)

Auto evaluarea antrenorului după evaluare

Statut	Bifat	Comentarii
Excelent – activează peste standardul de competențe.		
Competent – activează la standardul minim definit de criteriile de competență.		
Încă nu e competent – activează sub standardul minim. Evaluatorul va alcătui un plan de acțiuni pentru antrenor astfel încât acesta să poată fi re-evaluat.		

SEMĂNĂTURĂ EDUCATOR	SEMĂNĂTURĂ ANTRENOR	DATA