**Kompetencekort**

Du kan vælge at arbejde med de kompetencer, synes du, er vigtige for at kunne lykkedes som atlet i din sportsgren på højt nationalt plan? Det kan være præstationsorienteret kompetencer, eller Life Skills kompetencer som at planlægge, sove/restitution med mere. Eller du kan vælge at arbejde med kompetencer eller færdigheder generelt som studerende/elev, eller udvælge kompetencer, der vil udvikle dig i et enkelt fag.

Navn:

Periode:

Blå farve: Niveau i dag

Grøn farve: Udviklingsmål

Rød farve: Fremgang siden sidst

10

9

8

7

6

5

4

3

2