

Performance Profiling – Arbeitsblatt 1
--

Butler, R.J. & Hardy, L. (1992) The Performance Profile: Theory and Application. *The Sport Psychologist*, 6, 253-264.

Erstelle eine Liste mit den Qualitäten, von denen du denkst, dass sie am meisten Einfluss auf die Leistungserbringung in deiner Sportart haben.

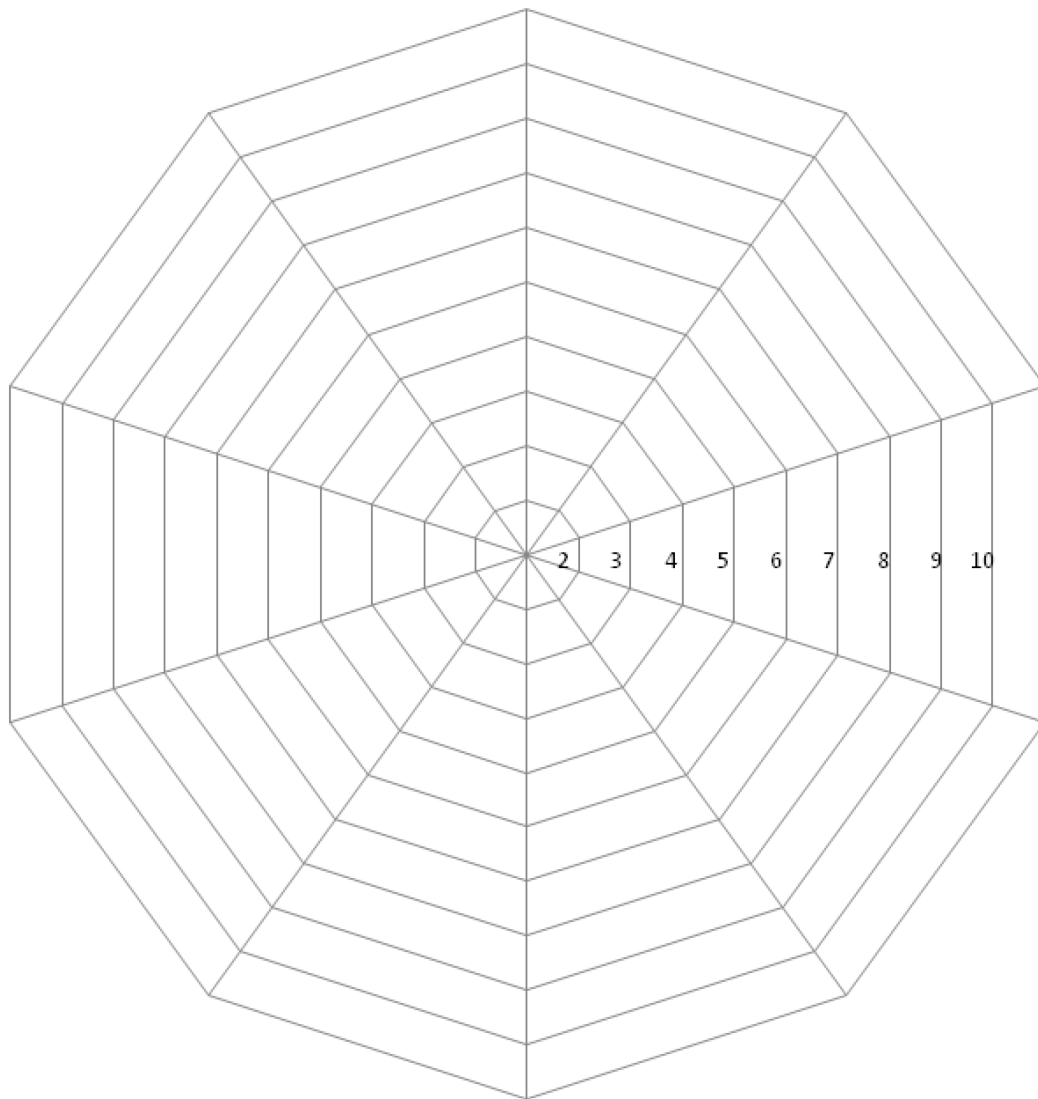
Physisch	Verhalten/ Einstellung	Psychisch	Technisch
z.B. Kraft	z.B. Entschlossenheit	z.B. Selbstvertrauen	z.B. Sportspezifisch

Performance Profiling – Arbeitsblatt 2

Name des Athleten / Sportart:

Qualität:	Bedeutung:
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	

Performance Profiling – Arbeitsblatt 3



5 tiefste Qualitäten 1= am niedrigsten	Optimales Level	Bewertung	Differenz
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Performance Profiling – Arbeitsblatt 4
--

Deine fünf höchsten Qualitäten:

1.

2.

3.

4.

5.

Deine fünf tiefsten Qualitäten:

1.

2.

3.

4.

5.

Performance Profiling – Arbeitsblatt 5

Prozessziele (technisch):

1.

2.

3.

4.

5.

Prozessziele (Verhalten):

1.

2.

3.

Leistungsziele (Leistung - Rang):

1.

2.

3.

Traumziel:
