

### Suorituksien sarjan analyysi

1. Kuinka monta suoritusta sisällytät tähän analyysiin? Jäikö suorituksia väliin sairastumisen tai loukkaantumisen tai jonkin muun syyn vuoksi? Jos jäi, kuinka monta? Kirjaa muistiinpanoja ja ajatuksia koskien sitä, millä tavoin suoritusten ei-toivottuja väliin jäämisiä pyritään seuraavalla jaksolla vähentämään ja välttämään, jos se tämän suoritusjakson perusteella on tarpeen.
2. Pohdi ensin yleisesti, saavutitko tälle suoritusjaksollesi asetetut tavoitteet? Keskustelkaa mielellään asiasta tiimissä.
3. Käy nyt vielä tarkemmin läpi jokainen yksittäisistä suorituksista tekemäsi analyysi. Anna jokaiselle suoritukselle jälkikäteen arvosana koskien sitä, kuinka tyytyväinen olet suoritukseen nyt sitä ajatellen. Käytä asteikkoa 0 (täydellisesti epäonnistunut) – 10 (täydellisesti onnistunut). Arvioi jokainen suoritus neutraalisti erikseen - kuin olisit joku ulkopuolinen henkilö, joka ei tunne suorittajaa, ja näkee vain analyysin. Laske lopuksi halutessasi keskiarvo siitä, miten hyvän arvosanan saat.  
  
Suoritus 1: \_\_\_\_\_ Suoritus 2: \_\_\_\_\_ Suoritus 3: \_\_\_\_\_ Suoritus 4: \_\_\_\_\_  
Suoritus 5: \_\_\_\_\_ Suoritus 6: \_\_\_\_\_ Suoritus 7: \_\_\_\_\_ Suoritus 8: \_\_\_\_\_  
Suoritus 9: \_\_\_\_\_ Suoritus 10: \_\_\_\_\_ Suoritus 11: \_\_\_\_\_ Suoritus 12: \_\_\_\_\_
4. Herääkö sinulle ajatuksia koko jaksolle asetetuista tavoitteista nyt jälkikäteen? Olivatko ne sopivan haastavat tai riittävän monipuoliset tai onko jotain muuta, mitä haluat muistaa seuraavien suoritusjaksojen tavoitteita asettaessasi?
5. Kirjaa alle kaikki pienemmät ja isommat onnistumiset ja hyvät hetket, jotka haluat tältä jaksolta muistaa ja osata toteuttaa jatkossa myös uudestaan. Kirjaa itseesi ja tiimiisi liittyvät vahvuudet ja voimavarat, joiden ansiosta ylle kirjoittamasi onnistumiset olivat mahdollisia.
6. Kirjaa asiat, jotka olet oppinut tällä suoritusjaksolla ajatellen tulevien jaksojen suunnittelua ja toteutusta sekä omaa kehittymistäsi omalla alallasi kaikilla olennaisilla osa-alueilla. Mihin huomio kiinnitetään erityisesti jatkossa tämän analyysin pohjalta?
7. Kirjaa lopuksi kaikki vielä mielessäsi olevat asiat koskien tulevia harjoitusjaksoja ja suorituksia.