



Grundlage

Einleitung: Leitmotiv - Ziele - Philosophie.....	2
Coaching: Führung - Unterricht - Anatomie - Psychologie.....	2
Inhalt: Technik - Taktik - Mental - Kondition.....	3
Struktur: Umfang - Umfeld - Netzwerk - Karriere.....	4



Einleitung: Leitmotiv - Ziele - Philosophie

Leitmotiv: Erwerben der Basiswerkzeuge - Fordernd aber ohne Druck

Ausbildungsziele:

- Technik - Technik - Technik!
- Erwerben - Anwenden - Gestalten
- Quantität an Spielformen mit Qualität
- Gesundheitserziehung / Hygienemassnahmen

Spiel- und Trainingsphilosophie:

- Vielseitige Spiele in verschiedenen Raum- und Gegnersituationen
- Keine fixen Positionen und Spezialisierung
- Koordination ist im Sommer und Winter
- Offensiv - wenig Organisation / viel Kreativität
- "Fertigkeiten üben ohne fertig zu werden" -> Üben muss nicht langweilig sein
- Spiele = Lernkontrollen nicht Ranglistenkämpfe
- Motivation zum Freien-Eislauf

Evaluation:

- Eine leistungsmässige Kaderselektion ist nicht möglich (biologisches Alter) !
- Alle spielen lassen
- Meisterschaften: Viel Verantwortung den Verantwortlichen! (Einteilung der LKlasse!)

Coaching: Führung - Unterricht - Anatomie - Psychologie

Erlebnisse vermitteln - das SPIEL gehört den Kindern!

Unterricht

- Stationentraining + "Smallgames" (kleine Spiele)
- Technik (Skills) anforderungsreich: "Erwerben / Anwenden / Gestalten"
- Variationen in Raum- und Zeitverhältnissen
- offene Lernwege fördern (zum Beispiel 7:7 Spielform)
- Vorbilder -> Junioren / "Erstteamler" ins Training integrieren

Elterneinbezug als Partner

Der Trainer als klare Führungsperson



- Umgangsformen und Normen einführen

"Gesundheitserziehung" als Ausbildungsinhalt

- Umgang mit Abnormalitäten (Grösse / Gewicht)

Unsere Kleinen

- brauchen soziale Bezugspersonen
- sind leidenschaftlich
- denken noch in ihrer "eigenen" kleinen Welt

Keine Selektion und Priorisierung der Kräfte !

Inhalt: Technik - Taktik - Mental - Kondition

Technik

- Schlittschuhlaufen: Vw-Rw, übersetzen, drehen, starten-stoppen, wenden, Tempovariation, beschleunigen, gleiten
- Scheibenführen: Koordination obere + untere Extremitäten, Finten
- Passen / Annahme: Forehand / Backhand
- Vom Passen zum Schiessen

Spielverhalten

- Vertrauen ins Körperspiel: Raufspiele, Kontaktspiele, Abholen, Winkelspiel
- Abschlussverhalten: Slot
- Raumgefühle entwickeln: Doppelpass/Zusammenarbeit, Lösen und decken
- 1 : 1-Verhalten: Offensiv / Defensiv in Variation von " Raum + Zeit"

Kondition

- Viel Koordination spielerisch erweitern -> on und off ice
- Einführung "Rumpfstabilitätsübungen"
- Die Kleinen lieben Wettkampfformen (Stafetten)
- Schnelligkeit - Kraft - Ausdauer nicht gezielt trainieren, aber stets integriert

Mental

- Teamgeist



Grundlage

- Vertrauen: Persönliche Erfolgserlebnisse erkennen und ansprechen

Struktur: Umfang - Umfeld - Netzwerk - Karriere

Umfang / Formen

- Vielseitige Matchformen sind möglich
- 4:4 oder 5:5 Quer (halbes Eis)
- 7:7 Längs: 1.5 Stunden spielerische Form mit viel Aktion (Ersatz "Freies Eishockey)
- Ziel: 4 Turniere bis Weihnachten / 4 Turniere bis Ende Saison / 1 Abschlussturnier
- Formel Monatsplanung: "3:1" -> 3 Wochenende im Einsatz, 1 Wochenende frei

Spiele als...

- Erlebnis
- Motivation
- Wochenhöhepunkt

Training

- 50-60% Spielformen: Small games mit spez. Ausbildungszielen

Elterncommitment

- Identifikation mit den Ausbildungszielen
- Einbinden in die Team- und Clubaktivitäten