



SWISS WAY

Spiel- und Ausbildungsphilosophie
von swiss unihockey



Mit dem «Swiss Way» verfolgt swiss unihockey das Ziel, langfristig eine einheitliche Spiel- und Ausbildungsphilosophie im Schweizer Unihockey zu verankern. Er definiert die Schweizer Unihockey-Identität. Das Schweizer Spiel soll in Zukunft unverwechselbarer, authentischer und anhand typischer Merkmale erkannt werden. Unsere Spielerinnen und Spieler sollen den Schweizer Unihockeystil prägen. Dazu definieren wir Prinzipien zur Orientierung für Training und Wettkampf.

Unsere Spielphilosophie berücksichtigt sowohl die Weltstandanalyse als auch internationale Trends sowie typische Stärken des Schweizer Unihockeys. Die Leitlinien unserer Spielprinzipien bestimmen Qualitätsstandards für zukünftige Spitzenleistungen unserer Mannschaften und Spieler.

Der Swiss Way soll jedoch nicht als straffe Richtlinie verstanden werden. Vielmehr dient er sinnbildlich als Leitplanke einer breiten Strasse mit vielen Möglichkeiten für individuelle Routen, jedoch mit einer klar definierten Richtung. Die Schweiz kann mit ihren spezifischen Voraussetzungen nur dann Erfolg haben, wenn in der Ausbildung der Spielerinnen und Spieler mit einem einheitlichen Konzept gearbeitet wird. Der Swiss Way soll die Schweizer Unihockeytrainerinnen und -trainer für eine gemeinsame Spielauffassung und Trainingsphilosophie begeistern.

Im Folgenden wird der Einfachheit halber jeweils nur noch die männliche Schreibweise verwendet. Spielerinnen, Torhüterinnen und Trainerinnen sind selbstverständlich immer mitgemeint.

Aufbau Swiss Way

Superkompetenzen

Spielerprofil

Spielprinzipien

Sportliches Leitbild

Schweizer Tugenden

Die Schweizer Tugenden bilden die Basis unserer Spielphilosophie. Aufbauend auf den typischen Tugenden eines Schweizers definieren wir unser sportliches Leitbild. Das Spielphasenmodell hält verbindliche Spielprinzipien fest, an welche wir uns in der Ausbildung halten wollen. Damit uns dies gelingt, brauchen wir Spieler, die bestmöglich ausgebildet sind. Wir bestimmen mit Hilfe des Spielerprofils, welche Basiskompetenzen ein Spieler mitbringen muss, um international erfolgreich zu sein. Diese sind unterteilt in technische, taktische, physische und persönlichkeitspezifische Kompetenzen. Das Modell der Superkompetenzen bildet die Spitze des Eisberges: Es soll unseren Athleten helfen, ihr eigenes Entwicklungspotential vollständig auszuschöpfen. Die Leistung des Torhüters ist von grosser Bedeutung für den Teamerfolg. Aus diesem Grund setzt sich der Swiss Way spezifisch mit dieser Position auseinander und definiert für den Torhüter jeweils eigene Spielprinzipien, Profile und Superkompetenzen.



Schweizer Tugenden

Schweizer Tugenden

Wir Schweizer haben wie jede andere Nation unsere eigene Mentalität und spezifische Stärken, die uns als Menschen, aber auch als Sportler ausmachen und uns zu unseren Erfolgen verhelfen können. So wie man einem Südländer eine gewisse spielerische Leichtigkeit attestiert, oder einem Nordamerikaner unerschütterliches Selbstvertrauen nachsagt, so haben auch wir Schweizer unsere ureigenen Tugenden. Durch die hiesigen Gepflogenheiten geprägt, haben wir unser eigenes Wertesystem und gehören dank diesem in den verschiedensten Lebensbereichen ausserhalb des Sports zur absoluten Weltspitze.

Als Trainer im Schweizer Sport hat man also unweigerlich mit Menschen zu tun, welche typisch schweizerische Charaktereigenschaften mehr oder weniger ausgeprägt mitbringen. Anstatt den Eigenschaften anderer Mentalitäten nachzueifern, wollen wir uns unsere eigenen Tugenden zu Nutze machen und diese gezielt als Stärken in unserem Spiel verankern. Wir nutzen unsere Persönlichkeitsmerkmale als Basis und als alles umschliessenden Mantel für den Swiss Way.

Unser Spiel soll typisch schweizerisch sein und deshalb auf den folgenden fünf Tugenden basieren

Qualität

Wir haben ein ausgeprägtes Qualitätsbewusstsein. Schweizer Produkte stehen international für beste Qualität. Das soll auch für unser Spiel als Produkt unserer täglichen Arbeit gelten.

Fleiss

Wir arbeiten mit viel Fleiss und Beharrlichkeit unseren Zielen entgegen. Eine vorbildliche Arbeitseinstellung zeichnet uns aus.

Struktur

Wir bevorzugen es, unser Leben zu strukturieren. Uns sind geordnete Bahnen lieber als waghalsige Abenteuer. Struktur gibt Sicherheit, um effizient und sinnvoll zu handeln.

Bodenständigkeit

Wir sind bodenständig und halten zusammen. Wir sind stolz auf unsere Heimat.

Zuverlässigkeit

Wir halten uns an unsere Abmachungen und sind zuverlässige Partner. Wir haben ein ausgeprägtes Pflichtbewusstsein. Auf uns ist Verlass.



*Sportliches
Leitbild*

Die Mobiliar

Die Mobiliar

WFC 2016
RIGA

GLEAN
For the SPIRIT of SPORT
swiss olympic

19

1579

87

23

WFC 2016
RIGA

Sportliches Leitbild

Vision

Unihockey ist bis 2028 olympisch und die Schweiz holt die erste Goldmedaille.

Partner

Ein Talent wird auf seinem Weg vom Einsteiger bis zum Spitzenspieler von vielen Personen begleitet. Jeder trägt mit seinen Kompetenzen zum Erfolg der Ausbildung bei. Als Unihockey-Schweiz werden wir international erfolgreich sein, wenn wir alle am gleichen Strick ziehen, und zwar alle in die gleiche Richtung. swiss unihockey versteht alle Beteiligten als Partner und setzt entsprechend auch ein partnerschaftliches Verhältnis untereinander voraus.

Vereine

Die Vereine sind unsere wichtigsten Partner. Für swiss unihockey ist die Zusammenarbeit mit ihnen dementsprechend von grosser Bedeutung. Die Spieler verbringen die meiste Zeit in ihren Vereinen, swiss unihockey versteht sich in puncto Ausbildung als Partner und ist bestrebt offen, direkt und transparent mit den Vereinen zu kommunizieren. Wir unterstützen dabei insbesondere die Vereinstrainer mit Know-how-Transfer und unseren Produkten. Gleichzeitig wird von den Vereinen Loyalität erwartet - Vereine und swiss unihockey begegnen sich als «critical friends».

Athleten

Die Athleten stehen im Zentrum aller Fördermassnahmen. Die Talentförderung geht weit über das Vermitteln von unihockeyspezifischen Inhalten hinaus. swiss unihockey versteht Talentförderung als Persönlichkeitsförderung. Im Gegenzug wird von den Athleten ein konsequentes Bekenntnis zum Leistungssport und absolute Loyalität gegenüber den Zielen von swiss unihockey erwartet. Gleichzeitig erhalten sie die bestmöglichen Rahmenbedingungen für eine Karriere im Leistungssport.

Auswahltrainer

Die Auswahltrainer sind die wichtigsten Botschafter von swiss unihockey und die Vermittler des Swiss Way. Sie identifizieren sich zu 100 Prozent mit swiss unihockey und tragen die Philosophie vorbehaltlos mit. Sie bilden sich laufend weiter und nehmen ihre Rolle als Bindeglied zwischen den Vereinen und swiss unihockey wahr. Sie verstehen sich untereinander als Team, welches auf ein gemeinsames Ziel hinarbeitet.

Kantonal-/Regionalverbände

Kantonale und regionale Trägerschaften schaffen wichtige Verbindungen zwischen den Vereinen und swiss unihockey. Sie sind Träger von regionalen Leistungszentren, Regionalauswahlen und Sportschulen. Sie fördern in erster Linie lokale und regionale Talente und sorgen für einen ersten Kontakt der jungen Athleten mit dem Leistungssport. Von den Regionalverbänden wird die Identifikation mit swiss unihockey erwartet. Umgekehrt bietet swiss unihockey bestmögliche Unterstützung.

Sportschulen/Leistungszentren

swiss unihockey zertifiziert Sportschulen und Leistungszentren. Diese bieten unseren Athleten ideale Trainingsbedingungen und richten die Ausbildung an den Inhalten des Swiss Way aus.

Schiedsrichter

Die Schiedsrichter verstehen ihre Rolle als Dienstleister für den Sport. Die Entwicklung des Schiedsrichterwesens muss mit den Zielen des Swiss Way abgestimmt sein.





Leitlinien

Die Leitlinien dienen uns als umfassende Handlungsanweisung für unsere tägliche Arbeit.

Trainer als Schlüssel zum Erfolg

Die Qualität des Schweizer Unihockeys ist letztlich auf die Qualität der Trainer und Spezialisten zurückzuführen. Der Trainer steuert den Leistungsaufbau des Athleten. Deshalb geht die bestmögliche Ausbildung für Spieler mit einer permanenten Qualitätssteigerung der Trainer einher. Die Trainerausbildung von swiss unihockey orientiert sich an konkreten Praxissituationen, ist fortschrittlich und auf lebenslanges Lernen ausgerichtet.

Orientierung am Spiel

Spielen lernen bedeutet unzählige Spielsituationen zu erleben und zu lösen. Spielen lernen bedeutet aber auch zu scheitern, aufzustehen und es nochmals zu versuchen. Spielformen jeglicher Art sind Hauptbestandteil unserer technischen und individualtaktischen Ausbildung. Anhand von Wettkampfsituationen im Training soll das Gewinnen erlernt werden.

Fokus auf die eigenen Stärken

Wir orientieren uns an den Referenznationen, fokussieren uns jedoch auf unser eigenes Spiel. Wir lernen von unseren Gegnern, bleiben aber auf unserem Weg. Unser eigenes Spiel steht im Zentrum unserer Gedanken. Wir verzichten auf eine Heroisierung der Gegner. In der Arbeit mit unseren Trainern und Talenten verwenden wir bewusst Vorbilder und gute Beispiele aus den eigenen Reihen.

Selbstbewusste Zielformulierung

Wir wollen jedes Spiel gewinnen, unabhängig von der Ausgangslage. Unser Auftreten ist selbstbewusst. Wir wissen, wo wir stehen und was wir können. Entsprechend formulieren wir unsere Ziele.

Erfolg durch Ausbildung

In unserer täglichen Arbeit steht die Weiterentwicklung der Spieler im Zentrum. Wir wollen langfristigen Erfolg dank herausragender Ausbildung. Resultate dienen im Nachwuchsalter nicht als oberstes Erfolgskriterium. Sie sind vielmehr die logische Konsequenz guter Ausbildungsarbeit.



Spielprinzipien

#flo

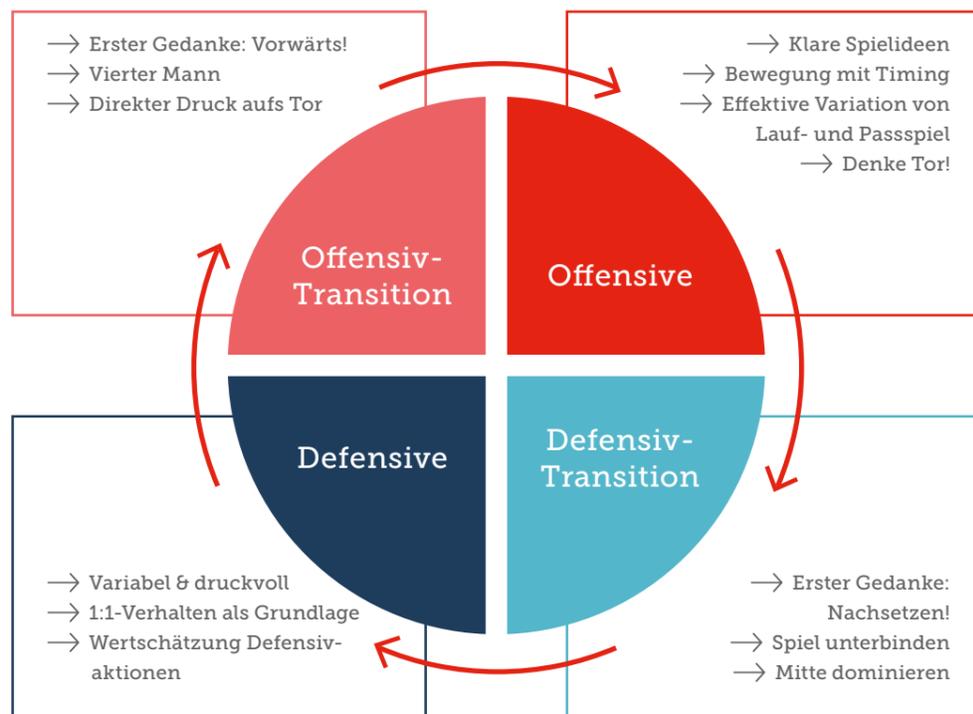
ark

TS

PO

Spielprinzipien Spieler

Unsere Spielprinzipien umfassen klare und anschauliche Handlungsmuster für die Phasen des Spiels. Die Prinzipien basieren einerseits auf erfolgsversprechenden Erfahrungen aus dem internationalen Unihockey, andererseits auf den besonderen Stärken des Schweizer Unihockeys.



Spielphase «Offensiv-Transition»

Unter ‚Offensiv-Transition‘ verstehen wir die Phase unmittelbar nach dem Ballgewinn. Schnelle Spielwendungen sind matchentscheidend. Wer nach der Balleroberung den für einen Moment unorganisierten Gegner düpiieren kann, hat einen grossen Vorteil.

Wir halten uns für die Spielphase «Offensiv-Transition» an folgende Prinzipien:

→ **Erster Gedanke: Vorwärts!**

Wir halten uns an die Grundphilosophie, im Moment des Ballgewinns «vorwärts» zu denken. Bei der Balleroberung prüft der Spieler die vorwärts gerichteten Optionen und nutzt sich bietende Möglichkeiten konsequent, um nach vorne zu gehen, respektive zu spielen. Im Kopf des Spielers soll das Setting «bei Balleroberung vorwärts» programmiert werden. Erst wenn sich keine vorwärts gerichtete Option anbietet, soll der Spieler den Ball in den eigenen Reihen sichern.

→ **Vierter Mann**

Wenn immer möglich spielen wir die Offensiv-Transition mit vier Spielern. Dies bedeutet, dass sich einer der zwei hintersten Spieler, meist ein Verteidiger, als vierter Mann mit in den Angriff einschaltet. Er bietet dem ballführenden Spieler so eine weitere Abschlussoption, meist im

Rücken der gegnerischen Abwehr. Um eine ideale Raumaufteilung der vier angreifenden Spieler zu erreichen und Räume für den eigenen, nachgerückten Abwehrspieler zu öffnen, muss der erste Mann den direkten Weg auf das Tor suchen.

→ **Direkter Druck aufs Tor**

Eine Transition ist dann erfolgsversprechend, wenn sie schnell, einfach und konsequent gespielt wird. Komplexe Laufwege wie zum Beispiel Kreuzen oder komplizierte Passfolgen führen selten zum Erfolg. Insbesondere in der Mittelzone muss einfach und schnell gespielt werden. Wir sorgen für den grösstmöglichen Druck auf das Tor. Dieser kann durch einen Abschluss, ein Laufspiel oder mit einer torgefährlichen Position ohne Ball erzeugt werden.

Spielphase «Offensive»

Unter ‚Offensive‘ verstehen wir das Spiel mit Ball. Es ist die Phase, in der wir den Ball in den eigenen Reihen halten und versuchen, Torchancen zu kreieren.

Wir halten uns für die Spielphase «Offensive» an folgende Prinzipien:

→ Klare Spielideen

Für das Spiel mit Ball entwickeln wir für entscheidende Situationen konkrete, funktionierende Lösungsoptionen, die alle Spieler kennen. Besondere Bedeutung erhalten dabei Situationen, in denen wir mit Ball unter Druck kommen, egal ob im Spielaufbau oder tief in der gegnerischen Zone. Der Spieler kennt seine Handlungsoptionen und wählt dank gutem Entscheidungsverhalten die richtige davon aus. Ausserdem sind klare Spielideen bei Standard-situationen und Specialteams wichtig.

→ Bewegung mit Timing

Wir interpretieren unsere Grundaufstellung flexibel und beweglich. Spieler, die zu statisch sind, sind berechenbar. Spieler, die ständig unterwegs sind, sind kaum anspielbar. Durch intelligente Bewegung innerhalb der Grundorganisation spielen wir Überzahlsituationen heraus und öffnen Räume für Mitspieler. Entscheidend ist dabei das richtige Timing der Bewegung. Die Präsenz vor dem gegnerischen Tor (Slot) gewichten wir sehr hoch, denn aus dieser Zone werden am meisten Tore erzielt.

→ Effektive Variation von Lauf- und Passspiel

Unsere Abschlussmöglichkeiten generieren wir durch flexibles Offensivspiel. Durch effektive Variation von Pass- und Laufspiel und Tempowechsel ist unser Offensivspiel schwierig vorzusehen. Oberstes Gütekriterium für unser Offensivspiel ist die Geschwindigkeit.

Geschwindigkeit erreichen wir durch schnelle Entscheidungen, scharf gespielte, präzise Pässe und Laufspiel mit hohem Tempo. Unser Offensivspiel ist dann effektiv, wenn wir schnell, variantenreich und druckvoll spielen. Jeder Spieler auf dem Spielfeld hat zu jedem Zeitpunkt eine Aufgabe zu erfüllen (Konzept der vier Spielerrollen).

→ Denke Tor!

Mit dem Leitsatz «denke Tor!» verankern wir die Philosophie, dass jede offensive Handlung im Endeffekt einem erfolgreichen Torabschluss dienen soll. Ein unbedingter Wille, das Tor zu erzielen, gepaart mit einer herausragenden Schussqualität sind die Hauptmerkmale dieses Spielprinzips. Wir fördern Spieler, die konsequent und zielgerichtet den Torerfolg suchen. Dies bedeutet nicht automatisch, dass wir jedes Mal sofort den Abschluss suchen, denn der Torabschluss darf nicht als Problemlösung dienen.

Der Offensive soll im Schweizer Spiel deutlich mehr Bedeutung beigemessen werden als in der Vergangenheit. Das Spiel mit Ball ist für die Ausbildung junger Spieler von grösster Wichtigkeit. So wird nicht nur Technik und Ballbehandlung intensiver trainiert, sondern vor allem das Entscheidungsverhalten mit Ball gefördert. Das eröffnet den Spielern in entscheidenden Spielsituationen mehr Handlungsmöglichkeiten und hilft ihnen, passende Lösungen für die jeweilige Situation zu finden. Das Offensivspiel muss durch den Trainer strukturiert und gezielt geschult werden.

Spielphase «Defensiv-Transition»

Unter ‚Defensiv-Transition‘ verstehen wir die Phase unmittelbar nach dem Ballverlust. Schnelle Spielwendungen sind matchentscheidend. Wer nach dem Ballverlust schnellstmöglich die defensive Grundorganisation wiederherstellt, nimmt dem Gegner Raum und Zeit für einen schnellen Konter.

Wir halten uns für die Spielphase «Defensiv-Transition» an folgende Prinzipien:

→ Erster Gedanke: Nachsetzen!

Wenn immer möglich attackieren wir den Gegner sofort nach dem Ballverlust und streben die schnelle Rückerobierung des Balles an. Unser sofortiges Nachsetzen zeichnet sich durch Kompaktheit (als ganzer Block die Räume für den Gegner schliessen), Schnelligkeit (sofortiger Zugriff zum nächsten Gegenspieler) und Aggressivität (Gegner aggressiv unter Druck setzen und zu Fehlern zwingen) aus. Oberstes Ziel im Nachsetzen ist nicht unbedingt der Ballgewinn, sondern den Gegner zu einer schlechten Aktion zu zwingen. In der Ausbildung der Spieler bedeutet das: Im Kopf des Spielers wird das Setting «bei Ballverlust nachsetzen» programmiert.

→ Spiel unterbinden

Gelingt es dem Gegner, eine offensive Transition auszulösen, unterbinden wir das gegnerische Spiel schnellstmöglich. Dazu nutzen wir sowohl den Stock als auch den Körper, um Passwege zu schliessen und Laufwege zu blo-

cken. Unser oberstes Ziel ist das Abbremsen der gegnerischen Offensivaktion und das Steuern des ballführenden Spielers in eine ungefährliche Zone. So gewinnen wir Zeit, um die eigene Defensivorganisation herzustellen.

→ Mitte dominieren

Im Gegensatz zur organisierten Defensive können wir in der Defensiv-Transition die Mitte weniger gut schützen. Das Erlangen der Kontrolle über die Mitte ist deshalb sehr hoch zu gewichten. Dadurch können wir Querpässe und Laufspiele durch die Mitte unterbinden und den Gegner in ungefährlichere Zonen abdrängen. Wir arbeiten daher von der Mitte nach aussen.

Spielphase «Defensive»

Unter ‚Defensive‘ verstehen wir das Spiel ohne Ball. Es ist die Phase, in welcher der Gegner den Ball hat und wir versuchen, diesen zurückzuerobern.

Wir halten uns für die Spielphase «Defensive» an folgende Prinzipien:

→ Variabel und druckvoll

Jeder Schweizer Auswahlspieler kann mindestens zwei Defensivsysteme spielen:

Grundsystem

Wir spielen grundsätzlich ein raumorientiertes Defensivsystem, mit welchem wir den Gegner zu schlechten Entscheidungen zwingen können. Ziel jedes Grundsystems ist es, den Gegner in einer vordefinierten Zone bestmöglich unter Druck zu setzen. Wie hoch gespielt wird, respektive wie stark auf den Mann gespielt wird, liegt in der Verantwortung des jeweiligen Trainers.

Pressing

Jede Auswahlmannschaft kann ein sehr aggressives Pressing spielen. Damit verfolgen wir das Ziel, den Gegner permanent unter Druck zu setzen. Der Ball muss nicht immer in der ersten Aktion gewonnen werden. Pressing erfordert neben einer guten Physis auch eine grosse Portion Mut. Es zeichnet sich durch einen kompakten Block und intelligentes Stören ohne Foulspiel aus.

→ 1:1-Verhalten als Grundlage

Das Verhalten eines einzelnen Spielers gegen seinen direkten Gegenspieler ist die Basis für den Defensiverfolg. Der Schweizer Spieler ist einzeltaktisch so gut ausgebildet, dass er sich gegen jeden Gegenspieler durchsetzen kann. Wir suchen und gewinnen alle direkten Duelle. Durch Raum- und Zeitdruck provozieren wir letztlich den Ballgewinn.

→ Wertschätzung Defensivaktionen

Wir fördern Spieler mit einer ausgeprägten Mentalität zur Balleroberung. Gelungene Defensivaktionen (Schussblock, Ballgewinn, gewonnener Zweikampf) werden durch positive Körpersprache honoriert. Das hat einen direkten Einfluss auf den Mut und die Entschlossenheit des ganzen Teams. Diese Aktionen wertschätzen wir und messen ihnen eine grosse Bedeutung zu.

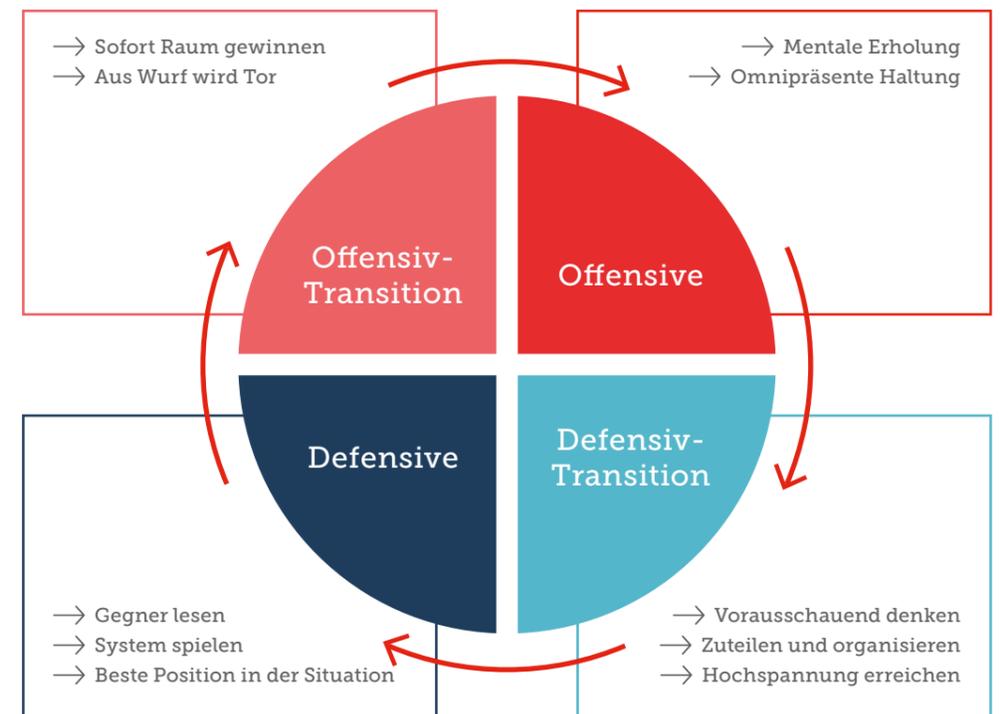
Der Trainer gibt eine defensive Grundordnung vor, die Entscheidungen auf dem Feld müssen aber die Spieler fällen. Das Ziel der Defensivarbeit ist es, dem Gegner keine Torchance zu ermöglichen, respektive den Ball zu erobern. Dieses Ziel ist wichtiger als das vorgegebene System. Defensivarbeit verrichten wir diszipliniert, hart und intelligent. Ohne diese Tugenden ist jedes Defensivkonzept hinfällig. Jede Grundorganisation ist nur dann erfolgsversprechend, wenn sie kompakt gespielt wird.





Spielprinzipien Torhüter

Wie beim Feldspieler definieren wir auch für den Torhüter Spielprinzipien mit klaren und anschaulichen Handlungsmustern für die Phasen des Spiels. Aufgrund seiner Rolle auf dem Feld und seines eingeschränkten Aktionsraums unterscheiden sich seine Spielprinzipien von jenen der Spieler, fügen sich aber gleichermassen in das Spielphasen-Modell ein. Auch die Prinzipien der Torhüter basieren auf Erfahrungen aus dem internationalen Unihockey und den besonderen Stärken des Schweizer Unihockeys.





Spielphase

«Offensiv-Transition»

→ Sofort Raum gewinnen

Kann der Torhüter den Ball erobern, sucht er unmittelbar Optionen, um einen Raumgewinn zu ermöglichen. Oft ist es sinnvoll, dass der Torhüter sofort aufsteht und den Torraum nutzt, um die ersten Meter nach vorne zu laufen. Das kann auch bedeuten, sich in einem Zweikampf durchzusetzen. Meistens eröffnen sich dadurch mehr Optionen für einen Auswurf. Bereits eine Auswurf-Täuschung kann helfen, Zeit und Raum für die Mitspieler zu gewinnen.

→ Aus Wurf wird Tor

Ein präziser Auswurf beim schnellen Umschalten ermöglicht beste Torchancen. Der Torhüter muss in der Lage sein, auf die Situation angepasst den optimalen Auswurf zu machen. Das ist nur mit einem schnellen Erfassen der Situation möglich. Die Laufwege und die besonderen Fähigkeiten der Spieler müssen dem Torhüter bekannt sein. Dieses Wissen kann der Torhüter nutzen, um einen Spieler mit einem Auswurf anzuspielen.

Spielphase

«Offensive»

→ Mentale Erholung

Der Torhüter ist – im Gegensatz zu den Spielern - über die gesamte Spieldauer auf dem Feld. Deshalb muss er seine Spannung variieren können. Wenn seine Mannschaft den Ball sicher in der gegnerischen Hälfte hat, kann er sich mental erholen. Trotzdem muss er immer auf „Standby“ sein, damit er mental sofort wieder Spannung aufbauen kann. Mentales Training hilft, diese Spannung in kurzer Zeit zu regulieren.

→ Omniprésente Haltung

Wenn das Spiel in der Offensive ist, darf sich der Torhüter zwar erholen, aber seine Anwesenheit muss immer sichtbar sein. Durch seine Haltung und das Beobachten ist er stetig dabei. Er ist auch bei überraschenden Situationen immer auf seinem Posten. Seine Körpersprache zeigt seine Bereitschaft.

Spielphase

«Defensiv-Transition»

→ Vorausschauend denken

Bei einer Transition des Gegners muss der Torhüter innert kurzer Zeit die Situation analysieren. Wie viele Spieler gehen in den Angriff? Wohin kann der Ball gespielt werden? Er muss beurteilen, welcher Spielzug am wahrscheinlichsten ist und wie er sich positionieren soll. Der Torhüter erkennt Spielzüge und bereitet sich für die entsprechende Positionierung oder Verschiebung vor.

→ Zuteilen und organisieren

Hat der Torhüter die Situation analysiert, leitet er die Verteidigung an. Die klare Kommunikation ermöglicht eine präzise Aufgabenteilung. Diese muss vorher gefördert und trainiert werden. Feldspieler schliessen Passwege und nehmen weitere Gegner aus dem Spiel. Der Torhüter hat somit eine klare Ausgangslage und kann sich auf die Abwehr vorbereiten. Dem abschliessenden Gegner soll eine möglichst ungünstige Ausgangslage geschaffen werden.

→ Hochspannung erreichen

Der Torhüter muss sowohl physisch als auch psychisch sofort auf Hochspannung umschalten können. Der Torhüter kann durch mentale Strategien und Techniken Puls, Muskelspannung, Wahrnehmung und Reaktion optimal für die anstehende Aktion erhöhen.



Spielphase

«Defensive»

→ Gegner lesen

Der Torhüter liest bekannte Spielmuster des Gegners und kennt die einzelnen Angreifer. Er weiss, wer lieber den Pass spielt, wer einen Dreh- oder Handgelenkschuss bevorzugt. Der Torhüter antizipiert aufgrund der wahrgenommenen visuellen Informationen. Entsprechend erfasst er die Situation und leitet davon ab, was als nächstes passieren wird.

→ System spielen

In einem Defensivsystem hat jeder Spieler und der Torhüter klare Aufgaben. Diese sind aufeinander abgestimmt. Das Blockverhalten der Feldspieler ergänzt sich mit der Abwehr des Torhüters. Während der Aktion kann der Torhüter mit klaren Ansagen die Organisation in der Defensive zusätzlich fördern.

→ Beste Position in der Situation

Welche Bein- und Handstellung optimal ist, entscheidet der Torhüter in jeder Situation neu. Er hat schnelle Muster, um zu einer sicheren Abwehr zu kommen. Diese soll variabel sein, damit er in jeder Aktion entscheiden kann, ob er zum Beispiel aggressiv auf den Ball oder eher passiv mit grosser Fläche abwehren will.



Spielerprofil

Schweizer Spielerprofil

Basiskompetenzen eines Schweizer Auswahlspielers

Damit wir uns als Mannschaft an die Spielprinzipien halten können, brauchen wir Spieler mit einem klaren Profil. Mit dem Konzept des Spielerprofils definieren wir Basiskompetenzen, die jeder Spieler erlernen muss, um in einer Schweizer Auswahl zu spielen. In der Ausbildung der Spieler sollen die hier beschriebenen Aspekte schwerge- wichtig trainiert werden. Besonders im Nachwuchs muss in das Training dieser Basiskompetenzen investiert werden.

Um die Basiskompetenzen auf ein ausreichend hohes Niveau zu bringen, reichen die Trainingseinheiten mit dem Verein meist nicht aus. Zusätzliche individuelle Trainingseinheiten für Physis sind ebenso notwendig wie

zusätzliche Trainings- und Spieleinheiten mit Stock und Ball, beispielsweise in Unihockey-Schulen, in regionalen Leistungszentren oder durch zusätzliche Einheiten in anderen Teams.

Wer von einer Karriere als Nationalspieler träumt, der träumt automatisch davon, besser zu sein als die anderen. Wer besser sein möchte als die anderen, muss entsprechend mit grösserem Umfang und höherer Qualität trainieren. Das Bewusstsein, das Leben eines Athleten respektive eines Leistungssportlers zu leben, muss der Spieler tief in sich verankern.

Spielerprofil Technik



Er spielt «360°-Unihockey»

Mit 360°-Unihockey definieren wir technische Elemente, die dem Spieler die Kontrolle des Spiels rund um sich, mit und ohne Ball, ermöglichen. Eine ausgereifte, vielseitige Stocktechnik ist ein zentrales Element des 360°-Unihockeys. Die gleichzeitige Kontrolle des Balls und des direkten Gegenspielers ein weiteres. Folglich brauchen wir Spieler, welche zum einen die Basistechniken perfekt beherrschen, zum anderen über eine hohe Ballsicherheit verfügen. Der Spieler ist entsprechend fähig, den Ball vorwärts, rückwärts oder seitwärts, beidhändig oder einhändig, mit der Vor- oder der Rückhand und ohne Blick auf den Ball zu führen. Das eröffnet ihm eine Palette an zusätzlichen Optionen. Dies sind zum Beispiel bessere Winkel bei der Ballannahme oder Raumgewinne dank mehr Reichweite. Der Spieler wird durch seine Vielzahl an Möglichkeiten unberechenbarer und somit gefährlicher.

Er verfügt über eine individuell-zielführende Technik

Die Technik darf nie losgelöst von der taktischen Situation beurteilt werden. Technisch gut ist, was zielführend ist. Jeder Spieler verfügt über individuelle Voraussetzungen, dementsprechend sieht die optimale technische Problemlösung für jeden Spieler unterschiedlich aus. Je

älter ein Spieler ist, desto individueller darf seine Technik sein. Technische Problemlösung wird ergebnisorientiert ausgewertet.

Er beherrscht Unihockey in drei Dimensionen

Im internationalen Unihockey werden Defensivorganisationen immer schwieriger auszuspielen. Durch die physische Entwicklung des Unihockeys werden Raum und Zeit in der Offensive immer begrenzter. Entsprechend schwieriger wird es, zu guten Abschlussmöglichkeiten zu kommen, weil die Passwege am Boden oft zugestellt sind. Das Spiel in der Luft wird dadurch wichtiger. Entsprechend beherrscht der Spieler auch den Umgang mit hohen Bällen (Flippässe, Direktabnahmen aus der Luft etc.).

Er läuft agil und ist wendig im Zweikampf

Mit seiner agilen Lauftechnik verschafft er sich Zeit und Raum gegenüber seinen Gegnern. Er ist dadurch schneller und beweglicher und hat so mehr Möglichkeiten im Spiel. Kommt es zu einem Zweikampf, kann er seinen Körper in die optimale Position bringen. Wer über eine gute Lauf- und Zweikampftechnik verfügt, setzt seine Energie effizienter ein.

Praxiskonsequenzen:

- Täglich 15 Minuten Stickhandling trainieren
- «360°-Unihockey» schulen und in Übungen einbauen
- Technikübungen in Bewegung und unter Druck ausführen
- Spezifische und spielnahe Übungen zu Lauf- und Zweikampftechnik

Spielerprofil Taktik



Er ist immer «online»! (4 Spielerrollen)

Der Spieler hat jederzeit eine Aufgabe auf dem Spielfeld. Er muss somit jederzeit «online» sein, damit das Spiel seines Blocks funktioniert. Die vier Spielerrollen helfen, das Spiel zu strukturieren. Der Spieler kennt das Konzept und weiss, dass er jederzeit eine Aufgabe auf dem Spielfeld wahrzunehmen hat. Einer führt den Ball, alle anderen bestimmen das Spiel.

Er trifft immer eine Entscheidung

Auf dem Feld muss man immer Entscheidungen treffen. Wer keine Entscheidung trifft, trifft sicher die falsche. Mit anderen Worten: Eine schlechte Entscheidung ist immer noch besser als gar keine Entscheidung (zögern, abwarten). Oft ist aber das Spiel zu schnell, um in allen Situationen bewusste Entscheidungen zu treffen. Vieles läuft dann intuitiv und automatisiert ab. Je mehr Spielerfahrungen ein Spieler gemacht hat, desto mehr Entscheidungen trifft er intuitiv respektive automatisch.

Er beurteilt jede Situation nach dem Gewinn-Risiko-Verhältnis

Um taktische Situationen im Unihockey beurteilen zu können, eignet sich eine Strategie aus dem Pokern. Bei dieser geht es um das Verhältnis zwischen Einsatz/Risiko und Gewinn. Sind die Chancen hoch, dass man gewinnt, setzt man mehr ein respektive nimmt mehr Risiko. Fürs Unihockeyspiel bedeutet dies, dass der Schweizer Spieler die Situation nach dem Gewinn (z.B. ergibt sich eine grosse Torchance) und dem Risiko (z.B. kann eine gefährliche Gegenstossmöglichkeit für den Gegner entstehen) beurteilt. Sind die Gewinnchancen hoch, darf er auch ein erhöhtes Risiko in Kauf nehmen. Ist der Gewinn jedoch nur klein, ist ein hohes Risiko nicht gerechtfertigt. Entsprechend entscheidet er sich für eine Aktion mit mehr oder weniger Risiko.

Diese Strategie hilft dem Spieler in jeder Situation eine clevere Entscheidung mit einer guten Gewinn/Risiko-Balance zu treffen.

Er verfügt über ein perfektes 1:1-Verhalten

Das Verhalten gegenüber dem direkten Gegenspieler ist die Basis unseres Offensiv- und Defensivspiels. Je mehr direkte Duelle gewonnen werden, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit des Teamerfolgs.

Verhaltensweisen im 1:1

- Körper vor Ball: Erst den Zweikampf gewinnen, anschliessend den Ball kontrollieren.
- Intelligente Bewegung: In den Ecken nicht stehen bleiben, in Bewegung anspielbar sein, gegen die Laufrichtung des Gegners bewegen etc.
- Räume öffnen: Durch intelligente Bewegung Räume für den Mitspieler öffnen. Nicht unnötig helfen, wenn sich ein Mitspieler aus einem 1:1 lösen kann.
- Ball schützen: Durch Bewegung oder Körper.
- Offen zum Spiel stehen: Nur abdrehen/abdecken falls nötig.
- Körper- und Stocktäuschungen und anschliessend konsequenter Antritt (Tempowechsel).
- Folgehandlung bereits vor der Ballannahme planen.
- Perfektes Blockverhalten in der Defensive: Ballorientiert und konsequent.

Er ist taktisch variabel

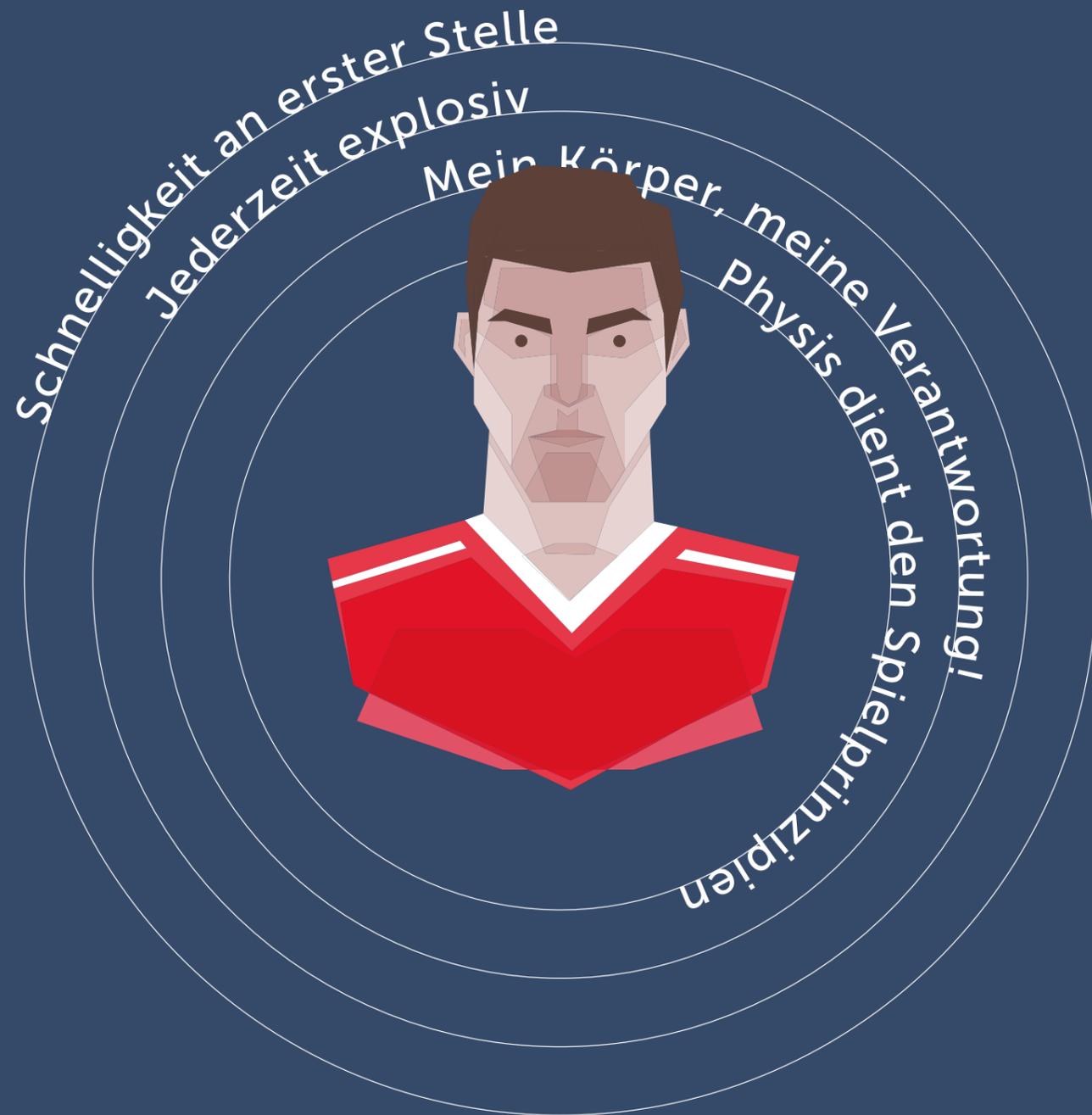
Durch ein breites taktisches Fundament ist jeder Spieler in der Lage, flexibel verschiedene taktische Vorgaben umzusetzen. Dadurch wird das Schweizer Spiel insgesamt unberechenbarer.

Praxiskonsequenzen:

Der taktische Lernprozess erfolgt sowohl implizit durch freies, unangeleitetes Spiel oder durch Spielbeobachtungen als Zuschauer, als auch explizit durch «wenn-dann»-Situationen, Videoanalyse oder Reflexion der Entscheidungen.

- Bereits im Kinderunihockey viel 1:1 spielen lassen
- Kleine Spielformen («Small Games») in jedem Training einbauen
- 1:1-Verhalten erklären und anhand von Videos schulen
- Körperspiel im Training fördern und schulen
- Übungen und Spielformen immer mit intensivem Bewegungsanteil
- Spieler zu Entscheidungen ermutigen
- Richtiges Blocken im Training fordern (keine Ausreden)
- Verschiedene taktische Konzepte spielen lassen

Spielerprofil Physis



Er ist auffällig schnell

Die Schnelligkeit hat oberste Priorität im Training der konditionellen Faktoren. Drehungen, Richtungswechsel oder Täuschungen müssen mit höchster Geschwindigkeit trainiert werden. Der Spieler kann seine Handlungen bei hohem Tempo immer sicher und koordiniert ausführen. Beim Sprinten erreicht er früh ein hohes Tempo. Ebenso muss er erst später abbremsen, weil er schneller stoppen kann.

Er ist jederzeit explosiv

Kraftvolle Bewegungen mit einer kurzen Beschleunigungszeit sind Kennzeichen der Explosivität. Der Schweizer Spieler kann sich in einem Zweikampf dank seiner explosiven Kraft durchsetzen. Er gewinnt auch in den letzten Sekunden eines Spiels sein Duell dank dem besseren Antritt. Er kann bereits mit den ersten Schritten einen entscheidenden Vorsprung auf seine Gegner herausholen.

Mein Körper, meine Verantwortung!

Be the best you can be – sei der Beste, der du sein kannst. Jeder Spieler definiert mit seiner Leistungsfähigkeit einen Teil der Leistungsfähigkeit des ganzen Teams. Entsprechend erwarten wir, dass sich jeder Spieler wie ein Athlet verhält und den «high performance lifestyle» lebt.

Dazu gehört die Ernährung, das Schlafverhalten, der Umgang mit Alkohol oder das konsequente Absolvieren individueller Trainings.

Seine Physis ermöglicht jedes Spielsystem

Der Spieler ermöglicht aufgrund seiner physischen Leistungsfähigkeit eine freie Wahl der Teamtaktik. Er ist imstande, jedes System über die volle Spielzeit ohne markante Leistungseinbuße zu spielen.

Praxiskonsequenzen:

- Das Trainieren der unterschiedlichen Schnelligkeitsformen gehört in jedes Training
- Kurze Sprints mit Richtungswechseln in Wettkampfformen durchführen
- Kraftaufbau im Sommer und Krafterhalt während der Saison
- Sprungtraining für Explosivität von Bein- und Rumpfmuskulatur

Spielerprofil Persönlichkeit



Wir bilden Spieler aus, welche sich durch Eigenschaften auszeichnen, die weit über rein unihockeyspezifische Qualitäten und detailliertes Fachwissen hinausreichen. Wir verstehen Talentförderung als Persönlichkeitsförderung.

Er ist 100% konsequent

Nur wer den unbedingten Willen mitbringt, sich ständig zu verbessern, wird tatsächlich besser. Konsumhaltung im Training wird nicht akzeptiert. Jeder Spieler ist für seine Entwicklung und seine Karriere selber verantwortlich. Er konzentriert sich nur auf das, was er selber beeinflussen kann.

Egal wie der Spielstand ist, egal wie hart das Training ist: Jede Aktion wird mit 100%-iger Konsequenz ausgeführt. Wir erwarten von jedem Auswahlspieler, dass er seine Ziele mit beharrlicher Konsequenz verfolgt. Dies betrifft auch das Verhalten neben dem Spielfeld.

Er lebt nach dem Motto «Team First»

Unsere Spieler sind herausragende Individualisten, aber keine Egoisten. Jede individuelle Handlung auf und neben dem Feld muss dem Teamerfolg dienen. Der Athlet ist sich seiner Verantwortung als Einzelner gegenüber dem Team bewusst. Er stellt die Mannschaftsinteressen über die persönlichen Interessen.

Er ist bewusst selbstbewusst

Wir dulden keine Glorifizierung der Gegner, sondern konzentrieren uns einzig auf unser Spiel und unsere Stärken. Durch positive Körpersprache demonstrieren wir dem Gegner unsere Zuversicht. Eine «breite Brust» zu haben, kann erlernt werden. Mutige Entscheidungen in Training und Spiel sollen gefördert werden. Nur wer mutige Entscheidungen trifft, kann Selbstvertrauen aufbauen.

Er entwickelt sich vom Athleten zum Idol

Er versteht sich als Leistungssportler und verhält sich entsprechend. Als Vorbild nimmt er eine zentrale Rolle in der Entwicklung der nächsten Generation ein. Er repräsentiert das Schweizer Unihockey und ist sich bewusst, dass er mit seinem Auftreten die Wahrnehmung der Sportart prägt.

Praxiskonsequenzen:

- Die Themen der Persönlichkeit in jedem Training einbauen
- Mentale Trainingsformen anwenden: positive Selbstgespräche, Atemregulation, Visualisieren
- Körpersprache thematisieren mit Beobachtungen oder Video
- Wertschätzung und Belohnung für vorbildliches Verhalten

Schweizer Torhüterprofil

Basiskompetenzen eines Schweizer Torhüters

Damit sich der Torhüter in einer Auswahl durchsetzen kann, braucht er ein klares Profil. Mit dem Konzept des Torhüterprofils definieren wir Basiskompetenzen, die jeder Torhüter entwickeln muss, wenn er in einer Auswahl spielen will. Die beschriebenen Ziele sollen deshalb in der Ausbildung von Talenten schwergewichtig trainiert werden. Im Nachwuchs gilt es besonders zu beachten, dass alle Basiskompetenzen erworben werden.

Um die Basiskompetenzen auf ein ausreichend hohes Niveau zu bringen, reichen die Trainingseinheiten mit dem Verein meist nicht aus. Fangen und Werfen, Verschieben

oder spezifisches Physis-Training sind unerlässlich. Deshalb braucht ein Torhüter zusätzliche individuelle Einheiten und selbständiges Training. Es eignen sich auch zusätzliche Einheiten mit einem Torhüter-Trainer.

Wenn ein Torhüter von einer Karriere als Nationaltorhüter träumt, dann träumt er davon, der Beste hierzulande oder auf der ganzen Welt zu sein. Wer das wirklich will, muss wie der Beste trainieren: Mit grösserem Umfang und höchster Qualität. Der Torhüter soll sich bewusst sein, was seine Ziele sind und dass er ein Leben als Spitzensportler führen muss.

Torhüterprofil Technik



Er kann sehr agil und variabel verschieben

Der Positionswechsel ist die Bewegungsgrundform des Torhüters. Damit der Torhüter zur rechten Zeit am richtigen Ort ist, braucht er schnelle und stabile Positionswechsel. Da es unzählige verschiedene Spielsituationen gibt, muss der Torhüter variabel sein und seine Verschiebungstechnik der Spielausgangslage optimal anpassen können.

Er verfügt über eine individuelle, zielführende Technik

Die Technik dient immer der entsprechenden Spielsituation. Jeder Torhüter verfügt über unterschiedliche körperliche Voraussetzungen. Dies hat zur Folge, dass nicht für jeden Torhüter die gleiche Technik ideal ist. Je älter der Torhüter ist, desto individueller soll seine Technik

sein. Die Weiterentwicklung der eigenen Technik endet nie und soll ständig hinterfragt und überarbeitet werden. Optimalerweise richtet sich die Technik an den persönlichen Stärken aus.

Er kann sicher fangen und präzise werfen

Überdurchschnittliche koordinative Fähigkeiten ermöglichen dem Torhüter die Abwehr selbst in scheinbar unmöglichen Situationen. Der Torhüter verfügt über hervorragende Qualitäten im Bereich der Bewegungsgrundform «werfen und fangen». Bei Schüssen mit freier Sicht kann er die Bälle fangen, Abpraller werden sofort unter Kontrolle gebracht. Durch den präzisen Auswurf kann die offensive Transition eingeleitet werden.

Torhüterprofil Taktik



Er findet die optimale Position

Je nach Spielsituation und taktischer Ausrichtung des eigenen und des gegnerischen Teams braucht der Torhüter eine andere Position. Er bereitet sich bereits vor dem Spiel mental auf die taktischen Ausrichtungen des gegnerischen Teams vor, um so Spielsituationen blitzschnell analysieren und seine eigene Position entsprechend anpassen zu können.

Er beurteilt jede Situation nach dem Gewinn-Risiko-Verhältnis

Um taktische Situationen im Unihockey beurteilen zu können, eignet sich eine Strategie aus dem Pokern. Der Schweizer Torhüter nimmt Risiko, wenn der mögliche Gewinn gross ist. Wenn der mögliche Gewinn klein ist,

spielt er entsprechend mit weniger Risiko. Der Torhüter sieht den potenziellen Fortlauf einer Spielsituation und wagt entsprechend mehr oder weniger. Er kann abwarten, wenn ein Querpas wahrscheinlich ist, oder konsequent den Winkel verkürzen, wenn der Abschluss unumgänglich ist.

Er kann den Spielfluss steuern

Kann der Torhüter einen Ball sichern, bestimmt er über den Fortlauf des Spiels. Der Torhüter kann abschätzen, wann ein schneller Auswurf angebracht ist und wann er besser das Spiel beruhigt und einen Mitspieler ohne gegnerischen Druck anspielt.

Torhüterprofil

Physis



Er hat eine ausgeprägte Rumpfkraft zur Stabilisierung

Der Schweizer Torhüter zeichnet sich durch eine hervorragende Stabilität im Rumpf und den zusammenarbeitenden Muskelgruppen aus. Durch seine überdurchschnittliche Kraftausdauer im Rumpfbereich kann sich der Torhüter über ein ganzes Spiel jederzeit kraftvoll, stabil und im Gleichgewicht verschieben.

Er ist jederzeit explosiv

Durch seine Explosivität kann der Torhüter innert kürzester Zeit seine Abwehrbewegungen einleiten. Trotz der mentalen und muskulären Ermüdung kann der Torhüter auch noch in der letzten Sekunde des Spiels eine explosive Abwehrbewegung machen. Er trainiert speziell die Explosivität aus statischen Positionen.

Er nutzt seine funktionelle Beweglichkeit und ist schnell

Eine optimale funktionelle Beweglichkeit ermöglicht dem Schweizer Torhüter vielseitigere Abwehrbewegungen. Er kann sich ohne Einschränkungen blitzschnell und agil in seinem Torraum bewegen und nutzt seine Zone dadurch vollständig aus.

Er übernimmt Verantwortung für seinen Körper

Torhüter erreichen eine hohe Leistungsfähigkeit, wenn sie sorgsam mit ihrem Körper umgehen. Dazu gehört wie bei Feldspielern das Motto «Mein Körper, meine Verantwortung».

Torhüterprofil

Persönlichkeit



Er hat seine Psyche jederzeit unter Kontrolle

Der Schweizer Torhüter zeichnet sich durch seine Konzentrationsfähigkeit aus. Er beherrscht Techniken zur Regulation der Psyche und ist mental enorm stark. Als Wettkampftyp liebt er die Herausforderung. In entscheidenden Momenten erreicht er Hochspannung und kann sein Team in schwierigen Phasen im Spiel halten.

Er hat Freude am Abwehren

Schüsse abwehren und Bälle fangen machen dem Torhüter Spass. Er liebt seine Position und der Torraum ist sein Reich. Hier will er das Spiel beherrschen. Abpraller holt er mit vollem Einsatz. Der Torhüter hat eine positive Einstellung und will sich durch Abwehraktionen auszeichnen.

Er ist bewusst selbstbewusst

Der Grundsatz «bewusst selbstbewusst» soll vom Torhüter gelebt werden. Damit hat der Torhüter eine starke Wirkung auf das Team. Er handelt immer konsequent und kennt keine Ausreden. Obwohl er eine Sonderstellung im Team hat, ist er ein Teil des Teams und setzt sich für dieses ein. Ein hervorragender Torhüter ist zudem nicht nur sportlich ein Vorbild, sondern auch als Person ein Idol.

Die weiteren Persönlichkeitsmerkmale für Torhüter sind im Spielerprofil (Seite 39) beschrieben.

Praxiskonsequenzen:

- Mentale Trainingsformen: Atemregulation, positive Selbstgespräche, Visualisieren
- Spezifisches Schnellkrafttraining während den Sprints der Spieler
- Täglich 15 Minuten fangen und werfen mit dem Unihockeyball

- Positionsspiel mit Videobildern oder Seilen sichtbar machen
- Verschiedene Verschiebearten schulen
- Mit Ball immer aufstehen und so mehr Auswurf-Optionen kreieren
- Individuelles Rumpfttraining zusätzlich 2x pro Woche
- Körpersprache der Torhüter bei Fangball und Gegentor schulen
- Aktive Beweglichkeit endgradig und schnell trainieren



Superkompetenzen

Superkompetenzen Spieler

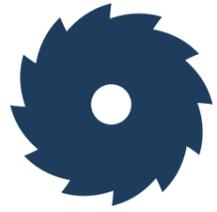
Sei der Beste, der du sein kannst!

Unihockeyspieler von Weltklasseformat zeichnen sich durch unterschiedlichste Fähigkeiten aus. Jeder Weltklassemann verfügt über eine oder mehrere «Superkompetenzen», die ihn vom Durchschnitt abheben. Diese ermöglichen es ihm, auch auf internationalem Niveau jederzeit ein Spiel für seine Mannschaft zu entscheiden.

Die Basiskompetenzen hingegen muss jeder Spieler mitbringen. Aufbauend auf diesen Kompetenzen soll sich jeder künftige Weltklasse-Unihockeyer eine oder mehrere Superkompetenz(en) aneignen. Sinnbildlich ragen Hochhäuser einer Stadt mit ihren individuellen Formen aus der Wolkendecke heraus. Wie alle anderen Häuser, welche die Wolkendecke nicht durchdringen, verfügen jedoch auch sie über ein solides Fundament.

Als Orientierung und mögliche Einteilung haben wir für Feldspieler fünf Superkompetenzen entwickelt. Idee dieses Konzeptes ist es, dass der Spieler sein persönliches Leistungspotenzial gezielt erkennen und voll ausschöpfen kann. Er muss alle Basiskompetenzen erfüllen und darüber hinaus seine individuellen Superkompetenzen perfekt beherrschen.

- Ein erfolgreiches Team braucht Spieler mit unterschiedlichen Superkompetenzen.
- Die Superkompetenzen sind nicht hierarchisch zu verstehen.
- Spieler können sich im Verlauf ihrer Karriere in unterschiedlichen Superkompetenzen weiterentwickeln.
- Ein Spieler kann mehrere Superkompetenzen in sich vereinen.
- Klassisches Denken in Positionen («ich bin Verteidiger») wird international immer unwichtiger. Mit den Superkompetenzen wollen wir diesem Umstand Rechnung tragen.
- Die Aufgabe des Trainers ist es, seinen Spielern zu helfen, individuelle Leistungspotenziale zu erkennen und diese zu entwickeln. Der Trainer darf seine Spieler nicht in bestimmte Rollen drängen.
- Das Modell dient als Orientierungsrahmen für Spieler. Jeder Spieler weiss, was von ihm erwartet wird.
- Je jünger der Spieler, desto mehr Fokus auf die Basiskompetenzen. Ein Spieler soll zuerst in den Basiskompetenzen ausgebildet werden. Danach können individuelle Superkompetenzen vertieft werden.



Grinder

- Er ist ein sehr kräftiger und physisch robuster Spieler.
- Er sorgt insbesondere in der Defensive für Stabilität.
- Auf ihn ist immer Verlass. Mit einer beeindruckenden Konstanz macht er genau das, was er kann, und das macht er gut.
- Ein Duell gegen ihn ist kaum zu gewinnen.



Sie verkörpern den typischen Grinder: Florian Kuchen und Brigitte Mischler



Engine

- Er ist emotional und kann sein inneres Feuer auf das Team übertragen.
- Auf dem Feld verschafft er sich dank seiner Power einen Vorteil in Laufduellen und Zweikämpfen.
- Er ist mit seiner überragenden Physis der Motor des Teams.
- Er gibt nie auf und übernimmt auch in engen Spielen Verantwortung.
- Er treibt das Team nicht nur auf, sondern auch neben dem Feld an.



Sie verkörpern den typischen Engine: Tim Braillard und Mäggi Scheidegger



Allrounder

- Er ist vielseitig einsetzbar und kann mehrere Rollen gewinnbringend ausfüllen.
- Er hat keine erkennbaren Schwächen.
- Er liefert in jedem Spiel bemerkenswerte Leistungen ab, egal auf welcher Position er eingesetzt wird.
- Seine vielseitigen Stärken machen ihn für den Gegner unberechenbar.



Sie verkörpern den typischen Allrounder: Christoph Meier und Corin Rüttimann



Playmaker

- Er verfügt über eine überragende Spielübersicht und kreiert Torchancen.
- Er sucht den Ballbesitz und bestimmt das Tempo des Spiels.
- Seine Passqualität ist herausragend.
- Er macht seine Mitspieler besser.
- Er organisiert das Spiel in seiner Linie.



Sie verkörpern den typischen Playmaker: Luca Graf und Flurina Marti.



Scorer

- Er sorgt ständig für Torgefahr und hat einen ausgeprägten Torinstinkt.
- Er weiss genau, wo er wann stehen muss, um einen Treffer zu erzielen.
- Er braucht nur wenige Chancen für seine Tore.
- Es gelingt ihm auch, aus ‚unmöglichen‘ Situationen ein Tor zu schiessen.



Sie verkörpern den typischen Scorer: Manuel Maurer und Michelle Wiki

Superkompetenzen Torhüter

Die weltbesten Torhüter haben oft einen unverkennbaren Stil. Sie verfügen meist über eine oder mehrere Superkompetenzen, welche auffällig sind und sie von durchschnittlichen Torhütern unterscheiden. Die Be-

schreibung soll dazu anregen, den Torhüter mit seinen besonderen Stärken zu analysieren. Das Ziel ist es, nebst den Torhüter-Basiskompetenzen als Grundlage, weitere herausragende Qualitäten zu erreichen.



Verkörpert den typischen Slider: Pascal Meier



Slider

- Er ist ein aktiver Torhüter, welcher den Torraum nutzt.
- Seine Verschiebungen führt er sehr präzise mit einer hervorragenden Technik aus.
- Das Winkelspiel bei Abschlüssen setzt er gekonnt ein.
- Wenn der Ball in seiner Reichweite ist, versucht er, ihn sich zu holen.
- Er hat ein perfektes Stellungsspiel ohne Lücken.



Flash

- Seine blitzschnelle Reaktion zeichnet ihn aus.
- Er kann spektakulär Bälle abwehren, welche unhaltbar scheinen.
- Er hat eine gute Intuition und spielt nach Gefühl.
- Druck und Emotionen steigern seine Leistung.



Wall

- Er deckt dank seiner Statur viel Torfläche ab und nutzt diesen Vorteil zur Abwehr.
- Er ist meistens nahe an der Torlinie und verschiebt deshalb weniger.
- Er ist ein sicherer Rückhalt für das Team ohne Spektakel.
- Auf ihn ist Verlass und er lässt sich nicht aus der Ruhe bringen.



Organizer

- Er leitet die gemeinsame Abwehr im intensiven Austausch mit der Verteidigung.
- Die Stärke in der Abwehr ist bedingt durch sein taktisches Verständnis.
- Er weiss über alle Mitspieler und Gegner Bescheid.
- Durch sein Verhalten steuert er das Spielgeschehen.
- Er denkt strukturiert und bereitet sich akribisch auf einen Wettkampf vor.



SWISS UNIHOCKEY
SUPERFINAL
1987

RÜSCHLI ERIZ G. UNIHOCKEY RÜSCHLI ERIZ G. UNIHOCKEY
0 1 0 0 1 0
6:39 6:39

SWISS UNIHOCKEY
SUPERFINAL

UNIHOCKEY
SUPERFINAL

STAFF

üses hätz so at i tok

SWISS UNIHOCKEY
SUPERFINAL

FAT PIPE

die Mobiliar

SWISS UNIHOCKEY
SUPERFINAL

UNIHOCKEY
SUPERFINAL

STAFF

üses hätz so at i tok

SWISS UNIHOCKEY
SUPERFINAL

FAT PIPE

die Mobiliar

Herausgeber:
swiss unihockey

Autoren:
Reto Balmer (Leiter Sport), Remo Manser (Verantwortlicher Auswahlen), Lukas Schüepp (Nachwuchsverantwortlicher), Clemens Strub (Ausbildungsverantwortlicher).

Dank an:
Emanuel Antener, Daniel Brunner, Aldo Casanova, Pascal Haab, Matthias Hofbauer, David Jansson, Petra Kropf, Simon Meier, Pascal Meier, Michael Zoss, Michael Zürcher und die Auswahltrainer von swiss unihockey.

Layout:
FRESCH Identity, Bern

Logo Design:
Dunkel Design

Druck:
Jordi AG, Belp

1. Auflage, 2017

