

Ausbildungskonzept Swiss Hockey

Das Erreichen sportlicher Höchstleistungen ist immer das Ergebnis langfristigen Trainings. Dazu braucht es wiederum eine langfristige Trainingsplanung.

Das nachfolgende Ausbildungskonzept gilt als Grundlage und sollte auf die internen Vereinsstrukturen angepasst werden.

Minihockey Junioren D/E (bis 9 Jährige)

Zielsetzung

- Absolut keine resultatmässige Zielsetzung
- Spass zu haben, mit primär möglichst vielen Spielsequenzen
- Freude im Zentrum

Ausbildungsgrundsätze

- Spielerisches Training
- Schlagen ist noch nicht erlaubt
- Keine Kurze Ecke sondern 1 gegen den Torwart
- Offensive Spielweise
- Schaffung von Freiräumen zur Förderung von spielerischer Kreativität.
- Alle sollen gleichviel spielen, absolut keine Form von Forcieren erlaubt.
- Keine speziellen Aufstellungen im Überzahl-/Unterzahlspiel
- Individuelle Ausbildung steht im Vordergrund
- Polysportivität soll unbedingt gefördert werden
- Material-, Regelkenntnis, Persönliche Hygiene

Unterrichtsgrundsätze

- Verbaler Unterricht nicht geeignet (Lernen am Modell/Nachahmen)
- Goldenes Lernalter der Koordination ermöglicht das Erlernen verschiedenster spielerischer Grundelemente.
- Die Spieler testen alle verschiedenen Positionen und werden darin ausgebildet.
- Realistische Aufgaben stellen (mit Bildern arbeiten)
- Keine Blossstellung oder Ironie!



Kinderhockey Junioren C (10-13 Jährige)

Zielsetzung

- Keine resultatmässige Zielsetzung
- Spielorientiertes Training
- Freude im Zentrum

Ausbildungsgrundsätze

- Offensive Spielweise (Grundspiel für die Defensive und die Offensive)
- Es sollen grundsätzlich alle Spieler eingesetzt werden
- Keine Spezialisierung auf Spielpositionen
- Einführung Schlagen und Kurze Ecke
- Grundlagen der Ernährung
- Informationen über Suchtmittel (Alkohol, Rauchen)

Unterrichtsgrundsätze

- Taktische Ausbildung
- Alle Spieler werden für Spezialsituationen ausgebildet.
- Vorbereitung aufs 11 : 11 (Veränderung in Raum, Zeit und Kraft)

Juniorenhockey B/A (14-19 Jährige)

Zielsetzung

- Vorbereitung der Spieler auf Einsätze im Fanionteam
- Erlangung einer guten Einstellung zum Spitzensport

Ausbildungsgrundsätze

- Das beste Team spielt
- Spielerselektion werden vom Haupttrainer (in Absprache mit seinen Assistenten) festgelegt
- Förderungsspieler können mit Fanion-Team zusammen trainieren
- Ernährungsausbildung und Suchtmittelprävention (Alkohol, Rauchen, Drogen...)
- Gewisse Spezialisierung auf einer Spielposition (Positionsspezifisches Training)
- Vielseitige technisch-taktische Ausbildung
- Intensives, individuelles Techniktraining
- Neuerung grosses Feld (z.B. längere Passdistanzen)

Trainingsinhalte für die jeweilige Stufe findest du im Trainingshandbuch.