

# JS-CH 202583, Leiterkurs Unihockey

**Motto:** «Gute Unihockeytrainings gestalten und vermitteln»

**Kursorientierung:** «Unihockey verstehen» und «Unihockey unterrichten» sowie «Sich als Unihockeytrainer/-in engagieren»

**Voraufgabe:** Sich auf dem [Unihockey Trainingsplaner](#) von swiss unihockey registrieren und ein Team erfassen.

Montag, 10.11.2025		
9.00 – 9.45h <b>Bella Vista (BV) 401/402</b> <b>Hochschul-Hauptgebäude (HHG)</b> 4.001/4.002		<b>Kurseröffnung</b>
10.00 – 11.00h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Sich als Unihockeytrainer/in engagieren</b>
11.15 – 12.00h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Kursziele und -organisation</b>
12.15 – 13.15h BV		<b>Mittagessen</b>
13.30 – 15.00h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Feld updaten Spielerrolle 1</b> <b>Trainingsstruktur</b>
15.30 – 17.15h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Athletik: Über die gesamte Spielzeit agil und wendig sein sowie eine stabile Position halten.</b> <i>Freiwillige Vertiefung: LBS <a href="#">«Prävention Fussgelenksverletzung»</a></i>
18.00 – 19.00h BV		<b>Abendessen</b>
19.30 – 20.30h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Unihockey verstehen</b>
20.30 – 20.45h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Selbständiger Auftrag: Lernbaustein „<a href="#">Sicherheit im Unihockey</a>“</b>



Informationsvermittlung  
Einordnen



Interaktion  
Austausch



Sportpraxis  
Erleben



Pause



Reflexion

## Dienstag, 11.11.2025

06.30 – 08.00h BV		<b>Morgenessen</b>
8.15 – 8.40h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Sicherheit im Unihockey</b>
8.45 – 10.00h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Vermitteln: „Gutes Unihockey Training“</b>
10.30 – 12.00h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Spiel effizient aufbauen: 1:1-Verhalten mit Ball // Ziele priorisieren und überprüfen</b>
12.30 – 13.30h BV		<b>Mittagessen</b>
13.30 – 15.15h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Planung und Ziele</b>
15:45 – 17.00h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Trainings-Sequenzen Teilnehmende «1:1-Verhalten mit Ball»</b>
18.00 – 19.00h BV		<b>Abendessen</b>
19.30 – 21.00 <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Erfolg durch Ausbildung</b>



Informationsvermittlung  
Einordnen



Interaktion  
Austausch



Sportpraxis  
Erleben



Pause



Reflexion

## Mittwoch, 12.11.2025

06.30 – 08.00h BV		<b>Morgenessen</b>
8.15 – 10.00 Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Integration der Goalies</b>
10.30 – 12.00h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Umfeld pflegen: Elternkontakte pflegen</b>
12.15 – 13.15h BV		<b>Mittagessen</b>
13.30 – 15.00h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Spiel effizient aufbauen: Passen, freilaufen/ anbieten // Zeitnahe, zielorientierte und konstruktive Rückmeldungen geben</b>
15:30 – 17.00h <b>Alte Sporthalle (ASH)</b>		<b>Trainings-Sequenzen Teilnehmende: «Passen», «Freilaufen/ anbieten»</b>
17.00 – 17.15h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Informationen Kursabend</b>
18.00 – 19.00h BV		<b>Abendessen</b>
selbstständig		<b>Selbständige Aufträge:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernbaustein „Kompetenznachweis im LK“</li> <li>• Lernbaustein „Kompetenznachweis ZUSATZ“</li> <li>• Lernbaustein „situationsangepasst und präzis aufs Tor schießen“</li> </ul>



Informationsvermittlung  
Einordnen



Interaktion  
Austausch



Sportpraxis  
Erleben



Pause



Reflexion

## Donnerstag, 13.11.2025

06.30 – 08.00h BV		<b>Morgenessen</b>
8.15 – 10:00h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Situationsangepasst und präzis aufs Tor schiessen // Herausfordernde Aufgaben stellen und fachlich korrekt anleiten</b>
10.30 – 12.00h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Trainings-Sequenzen Teilnehmende: «Schiessen»</b>
12.15 – 13.15h BV		<b>Mittagessen</b>
13.30 – 15.30h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Räume konsequent schliessen, Zweikämpfe dominieren und geschickt Bälle gewinnen // Hohe Lern- und Bewegungszeit ermöglichen</b>
16:00 – 17.15h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Trainings-Sequenzen Teilnehmende: «Räume schliessen»</b>
18.00 – 19.00h BV		<b>Abendessen</b>
Ab 19.15h Alte Sporthalle (ASH)		<b>Kursabend</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Beziehungen gestalten und Team stärken“, Teamweekends und Lager nutzen</li> </ul>



Informationsvermittlung  
Einordnen



Interaktion  
Austausch



Sportpraxis  
Erleben



Pause



Reflexion

## Freitag, 14.11.2025

06.30 – 08.00h BV		<b>Morgenessen</b>
08.15 – 09.15h <b>BV 401/402</b> <b>HHG 4.001/4.002</b>		<b>Wertvoller Sport</b>
09.45h – 12.00h <b>BV 401/402</b> <b>Seminarraum ASH</b> Jurahaus Pery Seehaus Twann Seehaus Ligerz Seehaus Club Lounge		<b>Kompetenznachweis</b> <b>Selbständige Aufträge:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernbaustein „<a href="#">Einführung swiss unihockey Trainerbildung</a>“</li> <li>• Lernbaustein „<a href="#">Faszination Lager</a>“</li> <li>• Lernbaustein „<a href="#">Regelgrundwissen</a>“</li> <li>• Lernjournal vervollständigen</li> </ul>
11.45 – 13.00h BV		<b>Mittagessen</b>
Ab 13.00 – 15.30h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Abschlussgespräche</b>
Ab 13.30 – 15.15h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Spiel mit Schiedsrichter*innen</b>
15.30 – 16.00h Sport-Toto-Halle (STH)		<b>Kursabschluss und Evaluation des Kurses</b>



Informationsvermittlung  
Einordnen



Interaktion  
Austausch



Sportpraxis  
Erleben



Pause



Reflexion