|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Quartalsprogramm – Josua** | Erstellt von:  |
| Planungszeitraum: |
|  |  |  |  |
| **Anzahl / Alter TN** | Total: …… davon Girls: …… Boys: …… |
| **Zusammensetzung des Teams** (Gemeindebezug, soziale Schichten etc.) |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Ziel für die TN** | Dieser Trainingsplan verbindet sportliche Entwicklung mit geistlicher Vertiefung und fördert Teamgeist, Mut, Vertrauen und Glaubensreflexion anhand von Josuas Geschichte. |
|  |  |  |  |
| ***Geistliches Konzept (GK)*** | ***Trainingsinhalt (Bezug zum Unihockey)*** | ***Besonderes*** |
| *Datum* | *Bibelstelle* | *Thema/Inhalt/evtl. Hauptaussage* | *Wer* | *Aktivität* | *Wer* | *Abw Trainer, Infos* |
|  | **Josua 1,1–9** | **Mut und Führung*** Josua wird ermutigt, mutig und stark zu sein.
* Kurze Reflexion: Wie hilft uns Gottes Zuspruch im Spiel und im Leben?
 |  | * Warm-up mit Koordinations- und [Dribbelübungen](https://www.vlamingo.de/unihockey-stationen/) (z.B. Dribbeln um Hütchen, Slalom-Dribbling).
* „Mutiger Anführer“: Spieler führen kleine Dribbelparcours an und motivieren Teamkameraden, ihm zu folgen (Schattenlaufen).
 |  |  |
|  | **Josua 1,10–18** | **Gemeinschaft und Gehorsam*** Das Volk folgt Josua im Gehorsam.
* Gespräch über Vertrauen und Zusammenarbeit im Team und Glauben.
 |  | * Passübungen in Partner- und Kleingruppen (z.B. [Doppelpass](https://online-coach.org/exercises/view/13792), Karussell-Übung).
* „Vertrauensspiel“: Spieler müssen Pässe präzise spielen und sich aufeinander verlassen ([Link1](https://www.swissunihockey.ch/files/4315/6940/1419/Swiss_way_Top10_-_DE.pdf), [Link2](https://www.swissunihockey.ch/files/8315/2334/7152/Passen_7-9Klasse.pdf)).
 |  |  |
|  | **Josua 2**(Rahab und die Kundschafter) | **Mut und Glaube*** Rahab‘s Mut und Glaube.
* Diskussion über Mut im Alltag und im Glauben.
 |  | * Schnelligkeit und Richtungswechsel (z.B. Hasenjagd-Spiel).
* „Geheimmission“: Spieler absolvieren einen Parcours, bei dem sie „versteckt“ und schnell agieren müssen ([Körpertäuschung](https://www.mobilesport.ch/unihockey/unihockey-ballfuhren-fintenspiel/)).
 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Geistliches Konzept (GK)*** | ***Trainingsinhalt (Bezug zum Unihockey)*** | ***Besonderes*** |
| *Datum* | *Bibelstelle* | *Thema/Inhalt/evtl. Hauptaussage* | *Wer* | *Aktivität* | *Wer* | *Abw. Leiter, Infos*  |
|  | **Josua 3–4**(Jordan-Durchzug) | **Vertrauen auf Gottes Führung*** Gott öffnet den Weg.
* Steine (Bälle) der Erinnerung: Jeder nennt eine Erfahrung, wo Gott geholfen hat.
 |  | * Pass- + Laufkoordination mit Hinder-nissen (z.B. [Laufkoordination mit Ball](https://www.youtube.com/watch?v=ZovunnvrzQc&list=PLMUuC-couB8h0FitXrxarX0Udxh9dyuBJ&index=2)).
* „Vertrauensbrücke“: Übungen, bei denen Spieler sich aufeinander verlassen müssen, z.B. Passspiel mit geschlossenen Augen (Unihockey in dunkler Halle mit Leuchtstäbchen).
 |  |  |
|  | **Josua 6** (Jericho) | **Überwindung von Hindernissen*** (Innere) Mauern fallen durch Gottes Macht.
* Austausch: Welche „Mauern“ erleben wir und wie kann Gott helfen?
 |  | * Abschlusstraining mit schnellen Pässen und Torabschlüssen (z.B. Komplex-übung mit Pass und Abschluss – [Link1](https://www.swissunihockey.ch/files/6214/1866/0067/Langer_Pass-Kurzer_Pass_Abschluss.pdf), [Link2](https://www.swissunihockey.ch/files/2814/1866/0042/Komplexuebung.pdf)).
* „Mauern durchbrechen“: Spieler üben, sich durch Verteidigerreihen zu spielen und Tore zu erzielen.
 |  |  |
|  | **Josua 8,30–35** | **Erneuerung und Verpflichtung*** Bund mit Gott erneuern.
* Spieler formulieren persönliche „Spielregeln“ für ihr Leben und ihren Glauben.
 |  | * Taktikübungen, z.B. [2:1-Situationen](https://www.mobilesport.ch/grossfeld/unihockey-grossfeld-taktik-transition-21-mit-backchecking/) und schnelle Entscheidungen.
* „Bundesspiel“: Spieler arbeiten zusammen, um taktisch klug zu spielen und gemeinsam Ziele zu erreichen.
 |  |  |
|  | **Josua 10**(Sonne steht still) | **Gottes Eingreifen*** Gott kämpft für sein Volk.
* Gespräch über Situationen, in denen Gott geholfen hat.
 |  | * Schnelligkeit und Reaktionstraining (z.B. Schnappball oder Hasenjagd).
* „Gott als Helfer“: Spieler üben schnelle Reaktionen und unterstützen sich gegenseitig.
 |  |  |
|  | **Josua 23–24** | **Entscheidung für Gott*** Josuas Abschiedsrede – Entscheidung für Gott.
* Gemeinsames Gebet und persönliches Commitment (Selbstverpflichtung).
 |  | * Small Games (z.B. 4 gegen 4 mit Toren in der Mitte).
* „Entscheidungsspiel“: Spieler treffen schnelle Entscheidungen im Spiel, reflektieren Parallelen zum Glauben.
 |  |  |