|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **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](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http:/www.floorball-ooe.at/wp-content/uploads/2018/03/Skriptum_Uebungen.pdf)). * „Mutiger Anführer“: Spieler führen kleine Dribbelparcours an und motivieren Teamkameraden, ihm zu folgen ([Schattenlaufen](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http:/www.floorball-ooe.at/wp-content/uploads/2018/03/Skriptum_Uebungen.pdf)). | |  |  |
|  | **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](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https:/www.swissunihockey.ch/files/3114/1866/0011/Hasenjagd.pdf)). * „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](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https:/www.swissunihockey.ch/files/3314/1865/9972/6_schnappball.pdf) oder [Hasenjagd](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https:/www.swissunihockey.ch/files/3114/1866/0011/Hasenjagd.pdf)). * „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](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https:/www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/1678157152/mobilesport-unihockey-grossfeld--small-games-tore-in-der-mitte.pdf)). * „Entscheidungsspiel“: Spieler treffen schnelle Entscheidungen im Spiel, reflektieren Parallelen zum Glauben. |  |  |