

Unihockey Grossfeld: Spielformen – «Small Games»



Die Zeiten, in denen die Trainings von endlosen Übungs- und Aufbau- reihen geprägt waren, sind vorbei. Spieler, die ihre Spielfähigkeit im freien Wettbewerb mit anderen Kindern in zahlreichen Duellen auf dem Pausenplatz erworben haben, sind besonders gefragt. Mit den «Small Games» fliesst die Idee des «Strassenunihockey» in das Vereinstraining.

Was sind «Small Games»?

Small Games sind kleine Unihockey-Spielformen mit angepasster Spielfeldgrösse, angepasster Spielerzahl und/ oder angepassten Regeln. Es gibt dadurch unzählige verschiedene Varianten von «Small Games». Der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Es gilt, die Spieler immer wieder aufs Neue herauszufordern.

Wozu «Small Games»?

Die drei wichtigsten Aspekte von Small Games sind: Förderung des Spielverständnis, Verbesserung der Technik unter Druck und der Spass am Unihockey. Die Spieler sollen in jedem Training vor neue Probleme gestellt werden. Nur so werden sie gefordert und verbessern sich. Small Games eignen sich hervorragend dazu.

Was gilt es zu beachten?

- Hohe Intensität anstreben (keine Fouls/Freistösse, Einsätze von 40-60 Sek.).
- Verlässt der Ball das Spielfeld, wirft der Trainer gleich wieder einen neuen Ball rein, so dass eine neue Spielsituation entsteht (Trainer ruft «neuer Ball»). Deshalb Balldepot beim Trainer!
- Fliegende Wechsel: Trainer ruft «Wechsel», dann verlassen die Spieler sofort das Spielfeld und die nächsten, bereits wartenden Spieler, rennen auf das Feld und spielen gleich weiter.
- Immer wieder neue Spielformen entwerfen/anpassen.
- Kreativität und Experimentierfreude fördern. Die Spieler erhalten bei «Small Games» unmittelbar ein Feedback, ob ihre Handlung erfolgsversprechend ist oder nicht.
- Viele Torsituationen kreieren. Es braucht Tore, um Spiele zu gewinnen! Das Ziel jedes Angriffs muss es sein, einen möglichst guten Torabschluss zu kreieren.

Wie kann ich die Spielform variieren?

- Unterschiedliche Spielfeldgrösse wählen
- Die Tore an unterschiedlichen Orten hinstellen.
- Die Anzahl Tore variieren oder auch andere Tore verwenden (z. B. zwei Malstäbe).
- Anzahl Spieler verändern.
- Über-/Unterzahlen schaffen.
- Regeln anpassen (z. B. nur Direktspiel, Tore nur auf Direktschuss etc.).
- Jokerspiele (der als Joker markierte Spieler ist immer beim Ball führenden Team).

- Pass-Stationen an verschiedenen Orten einbauen.

Wie bauen wir «Small Games» ins Training ein?

«Small Games» können von allen Altersgruppen gespielt werden. Je nach Niveau muss die Spielform angepasst werden. In jedem Training ein, zwei «Small Games» einbauen ist ideal (ca. 15 Minuten)! Das Spiel in seiner Endform (3:3 resp. 5:5) soll selbstverständlich nicht zu kurz kommen.

Ebenso gehören Übungsreihen ins Training. Analytische Übungsreihen, bei denen einzelne technische oder taktische Aspekte speziell geschult werden, sind durchaus wichtig. Noch wichtiger ist jedoch, dass die Spieler lernen, diese dann auch im Spiel einzusetzen. Und hierfür sind die «Small Games» ideal.

Quelle: [Lukas Schüepp, Ausbildungsverantwortlicher swiss uni hockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO