# Monatsthema 07/2016: Unihockey Grossfeld

**Unihockey ist die drittgrösste Mannschaftsportart der Schweiz. Seit der Saison 1988/1989 wird dieses schnelle und dynamische Spiel in den von swiss unihockey durchgeführten Meisterschaften neben dem Kleinfeld auch auf dem Grossfeld gespielt. Dieses Monatsthema bezieht sich auf das Unihockeyspiel auf dem Grossfeld mit Jugendlichen zwischen 12 und 20 Jahren.**

Quelle: Michael Peter, swiss unihockey

Während im Unihockey im Kinder- und Juniorenbereich (Junioren F bis A) mit 3:3 Spie- ler auf dem Kleinfeld (14x24m) gespielt wird, werden die Spiele auf der Nachwuchs- stufe (U14 bis U21) mit 5 gegen 5 Spieler auf dem Grossfeld (20x40m) ausgetragen. Damit der Übergang vom Klein- auf das Grossfeld reibungslos klappt, sollten Trainer- innen und Trainer schon früh sicherstellen, dass Kinder an die technischen und taktischen Anforderungen für das Spiel auf dem Grossfeld herangeführt werden.

So werden im ersten Teil dieses Monatsthemas zunächst einzel-, gruppen- und teamtaktische Elemente vorgestellt, gegliedert nach: Tore schiessen und verhindern sowie Umschalten von der Defensive in die Offensive und umgekehrt. Zudem werden die wesentlichen Punkte für den Übergang vom Klein- zum Grossfeld – wie Unter- schiede und Konsequenzen für das Zusammenspiel, Zeitpunkt des Wechsels – übersichtlich zusammengefasst.

## Spielen und Tore schiessen

Ziel eines jeden Trainings ist es, die ganzheitliche Spielfähigkeit der Spieler zu verbessern. Übungs- und Spielformen sollten dabei so inszeniert werden, dass die Spieler immer wieder Lösungen zu den gestellten Spielsituationen finden und erproben müssen. Unihockey lernt man am besten, indem man es spielt: Die beste Trainingsform wird das Spielen zweier Teams um Tore bleiben – jedoch auf angepassten Spielfeldgrössen mit der entsprechenden Spieleranzahl und geeigneten Regeln.

Damit werden Situationen geschaffen, wie sie die Kinder instinktiv kreieren, wenn sie z. B. in der Freizeit auf dem Pausenplatz zusammen Unihockey spielen. In diesem Schwerpunkt wird für solche Übungsformen der Begriff «Small Games» verwendet. Diese Spielformen sollen dazu verhelfen, bei den Jugendlichen ein Verständnis für das Spiel auf dem Grossfeld zu entwickeln und ihre Technik zu verbessern.

Neben einer Auswahl an Übungen und Spielformen – gegliedert nach den Trainingselementen Warmup, Technik, Taktik und Small Games – befinden sich auch zwei Mustertrainings (ein 90-minütiges und ein 120-minütiges Training) in der Broschüre. Ergänzend dazu stehen auf weitere Übungs- und Spielformen zur Verfügung.

## Das Monatsthema als pdf

- Unihockey Grossfeld (pdf)

## Berichte

- Taktische Elemente
- Vom Kleinfeld auf das Grossfeld
- Small Games

## Übungen

- Warmup
- Technik
- Taktik
- Small Games

## Trainings

- 90 Minuten
- 120 Minuten

Quelle: Lukas Schüepp, Ausbildungsverantwortlicher swiss unihockey