



Merkblatt für Trainer/-innen

Du als Trainer/-in trägst die Verantwortung für die Begleitung eurer Jungtrainer/-innen. Mit diesem Merkblatt ermutigen wir dich, euch ganz gezielt in sie zu investieren und sie zu fördern. Folgende sieben Punkte unterstützen euch dabei:

1. Begleite deine Jungtrainer/-innen

Jungtrainer/-innen lernen in erster Linie nach dem Prinzip «Demo – wir – du». Stelle sicher, dass ihnen in den Trainings und an den Zonenturnieren ein erfahrener Trainer mit Rat und Tat zur Seite steht. Dies besonders in der ersten Zeit ihrer Trainertätigkeit.

2. Übertrage deinen Jungtrainer/-innen Verantwortung

Delegiere gezielt Aufgaben, an denen deine Jungtrainer/-innen wachsen können. Stell sicher, dass der Verantwortungsbereich Ihrer Fähigkeiten entspricht und mit zunehmender Erfahrung ausgebaut wird. Beim Delegieren überträgst du ihnen neben der Aufgabe auch die Verantwortung und Kompetenz zur Erledigung der anvertrauten Aufgabe. Du als Trainer/-in trägst jedoch weiterhin die letzte Verantwortung.

3. Ermutige deinen Jungtrainer/-innen

Beobachte deine Jungtrainer/-innen und gib ihnen nach erledigter Aufgabe ein konstruktives und ermutigendes Feedback. Regelmässige Feedback sind wertschätzend und bringen sie weiter.

4. Präge deine Jungtrainer/-innen

Als Trainer/-in bist du auch das direkte Vorbild für deine Jungtrainer/-innen. Nicht nur im sportlichen Bereich, sondern auch wie du deinen Glauben lebst im Unihockey. Teile mit ihnen deinen Glauben durch das Vorleben, das gemeinsame Gebet und geistlichen Impulsen in den Sitzungen und Trainings → gemäss 2. Timotheus 2,2.

5. Plane mit den Jungtrainer/-innen ihre Karriere

Setze als Trainer/-in zusammen mit deinen Jungtrainer/-innen Ziele, bis wann sie was lernen und selbstständig anleiten können. Besprich mit ihnen, wie sie sich neben dem Training auch extern weiterbilden können. Schau mit ihnen an, welche Kurse BESJ-Unihockey für Trainer/-innen bietet.

6. Beziehe deine Jungtrainer/-innen mit ein in die Planung

Beziehe deine Jungtrainer/-in mit ein in die Planung und die Aufgabenaufteilung. Sie sollen nicht einfach Auftragsempfänger sein, sondern in die Entscheidungsprozesse miteinbezogen werden.

7. Sprich die Aufgabe der Jungtrainer/-innen mit ihren Eltern ab

Jungtrainer stehen mitten in der Ausbildung und Schule. Eine gute Ab- und Rücksprache mit den Eltern hilft dir, Termin- und Interessenkonflikte zwischen Unihockey und Familie sowie Schule vorzubeugen.