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

|  |  |
| --- | --- |
| **Ziel für die TN** |  |
|  |  |  |  |
| ***Geistliches Konzept (GK)*** | ***Trainingsinhalt (Bezug zum Unihockey)*** | ***Besonderes*** |
| *Datum* | *Bibelstelle* | *Thema/Inhalt/evtl. Hauptaussage* | *Wer* | *Aktivität* | *Wer* | *Abw Trainer, Infos* |
|  | Psalm 1391. Joh. 3, 1Psalm 145, 8 | **Der Trainer / die Trainerin**Wie ist Gott? (Vergleich mit Trainer)* Er kennt dich genau, er hört dir immer zu, er liebt die Menschen und möchte sie fördern.
* Er kann aber auch streng sein und etwas fordern, denn er kennt sich mit dem Leben aus! (Jesus hat selbst als Mensch gelebt.)
 |  | Ein guter Trainer…* kennt seine Spieler ganz genau
* weiss, was sie brauchen
* kann gut zuhören
* fördert seine Spieler
* fordert Leistung im richtigen Mass
* ist Fachmann in der jeweiligen Sportart
 |  |  |
|  | Röm. 3,9-24Phil. 3,12-14 | **Das Ziel**Eigentlich sind wir zu schlecht, um mit Gott zu leben. Die Sünde trennt uns von Gott. Aus eigener Kraft können wir es nicht schaffen.Das Ziel ist die Erkenntnis von Jesus und seinem Werk der Gnade.  |  | Du träumst vielleicht davon, in der NLA oder der Nati zu spielen. Aber eigentlich bist du gar nicht gut genug dafür. Dieses Zielt treibt dich jedoch an als Spieler/-in. |  |  |
|  | 1. Tim. 2,42. Petr. 3,9Röm. 5,81. Joh. 1,9Mt 16,24-26 | **Das Angebot**Das Angebot von Gott steht! Gott möchte uns unbedingt auf seiner Seite. Jesus hat das Spiel schon entschieden. Er kann dir deine Sünden vergeben, weil er am Kreuz für uns starb.Willst du das Angebot annehmen, auch wenn es vielleicht nicht immer easy sein wird? |  | Du wirst von NLA-Trainer angefragt, ob du in sein Team kommst. Dem Trainer liegt etwas an dir, obwohl du eigentlich zu schlecht bist.Du musst dich entscheiden! Wer würde so ein Angebot ablehnen? Es ist aber nachher nicht alles so easy: Zeitaufwand, hartes Training, Anstrengung, Verzicht, … |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Geistliches Konzept (GK)*** | ***Trainingsinhalt (Bezug zum Unihockey)*** | ***Besonderes*** |
| *Datum* | *Bibelstelle* | *Thema/Inhalt/evtl. Hauptaussage* | *Wer* | *Aktivität* | *Wer* | *Abw. Leiter, Infos*  |
|  | Jos. 1,8Psalm 50,15Lk 11,10Apg 1,8 | **Die Ausrüstung**Wir bekommen von Gott Hilfen mit auf den Weg: Bibel, Gebet, Heiliger Geist, andere Christen, etc. Wie kann die Ausrüstung gebraucht werden? |  | Du wirst mit Stöcken, T-Shirts, Flaschen, etc. eingedeckt oder erhältst Material günstiger.Die Ausrüstung nützt dir aber nur etwas, wenn du sie auch gebrauchst! |  |  |
|  | Apg 2,42Joh 14,21+261. Tim. 2,1 | **Das Training**Die Entscheidung für ein Leben mit Jesus ist der erste Schritt. Jetzt geht es erst richtig los. Gott fordert unsern Beitrag! Wir sollen Jesus immer ähnlicher werden. |  | Du hast dich entschieden, in der Mannschaft dabei zu sein. Jetzt geht es mit dem Training los. Der Trainer erwartet vollen Einsatz! Wir sollen so werden, wie der Top-Spieler. Alle Spieler müssen trainieren, auch wenn letztlich der Top-Spieler das Spiel entscheidet. Sonst fliegt man wieder aus der Mannschaft. |  |  |
|  | 1. Kor. 9,24-27Hebr. 12,1-2 | **Die Ernährung**Was konsumieren wir tagtäglich? Von was lassen wir uns beeinflussen? Wo erlebst du immer wieder Versuchungen? Wo nimmst du „ungesunde“ Sachen zu dir? (Personen, die dich schlecht beeinflussen, rauchen, Fernsehen, PC, Sexualität, …) |  | Die Ernährung hat Einfluss auf die Leistung. Sportler achten auf ihre Ernährung. Doch auch ungesunde Sachen sind schon verlockend. |  |  |
|  | Kol. 3,12-17Mt 22,37-391. Thess. 5,11 | **Das Team**Der Glaube an Jesus verbindet. Wir sind nicht alleine unterwegs! Zusammen sind wir stark! Wir sollen einander unterstützen, ermutigen, aber auch ermahnen. |  | Ein einheitliches Tenue gibt Zusammengehö-rigkeitsgefühl. Nur mit einem guten Teamgeist, kann man Erfolg haben, kommt man ans Ziel. |  |  |
|  | Phil. 3,12-142. Tim. 4,7-8Mt 25,21Jak. 1,12 | **Der Siegespreis**Der Siegespreis ist unser Platz im Himmel. Wir werden ewig bei Gott sein und den Preis geniessen können. Dafür lohnt es sich alles zu geben. Das soll der Ansporn sein für unser Handeln. Dies sollen wir auch im Alltag immer wieder vor Augen haben.  |  | Das Ziel ist der Sieg im Match. Das fordert vollen Einsatz vom ganzen Team. Die Freude und die Hoffnung auf den Sieg ist der Ansporn für das harte Training. Glücksgefühle werden ausgelöst, dauern aber jeweils nicht sehr lange an. |  |  |