MSC - Ausbildungskonzeption

Der weinrote Ausbildungsfaden

PATRICK FRITSCHE
1.HERREN TRAINER & LEITER SPORTENTWICKLUNG
MÜNCHNER SPORTLCUB 1896 E.V.

Trainer & Konzeptionelle Arbeit

- Münchner SC
- Düsseldorfer HC
- HC Essen 99

Trainer Auswahl & Verband

Westdeutscher Hockey Verband – Auswahltrainer weiblich U13 bis U16

Deutscher Hockey Bund
- Co-Trainer weibliche U16
- Co-Trainer männliche U21
- Co-Trainer Herren A-Kader – WL III

AM KONZEPT MITGEARBEITET:

TRAINER MÜNCHNER SC:

- ANDRE SCHRIEVER (1.DAMEN)
- JULIAN KÄMPER (JUGEND)
- MAXIMILIAN SCHENDEL (JUGEND)
- CHRISTIAN WALDEGG (JUGEND)
- FREDERIK GÜRTLER (JUGEND & TW)
- PATRICK BÜNNER (MINIS)

ATHLETIKTRAINER MÜNCHNER SC

Der weinrote Ausbildungsfaden

Grundlagen & Entwicklungen

Zielsetzung

Die Mission ist: begeistern, entwickeln, unterhalten und siegen!

Die Vision ist: Anders und nachhaltig besser zu sein!

Handlungsziel

- Entwicklung von Spielerpersönlichkeiten
- Technische, taktische und athletische Ausbildung auf höchstem Niveau
- Individuelle Begleitung der Top-Talente

Erlebnisziel

- Identifikation von Spielern, Eltern & Trainern fördern
- Clubleben und Teamgeist stärken
- Binden der Jugendspieler an den Verein

Ergebnisziel

- Etablieren in der Leistungsspitze – Top 8
- Bundesligakader aus dem eigenen Nachwuchs verstärken
- Stärkung der 2ten Mannschaften

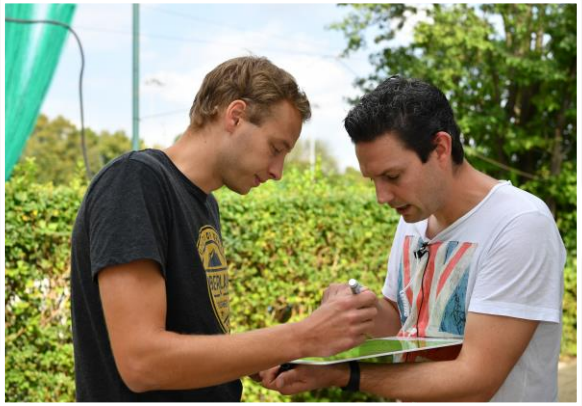
Leitmotive

Die Ausbildungskonzeption umfasst im Kern Etappen, die sich an der jeweiligen Alters- und Entwicklungsphase der Sportler orientieren. Für alle Jugendtrainer gelten einige Prinzipien allgemeinverbindlich!

Persönlichkeit

- Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit
- Förderung von Selbstbewusstsein und Selbstkritik
- Siegeswillen, Respekt und Motivationen

Individuell



- Intensives, persönliches Interesse und Begleitung am Spieler
- Anpassung an externe Einflüsse und Bedingungen
- Individuelle Begleitung bei Herausforderungen & Problemen

Schlüsselfunktion

- Ausgangspunkt positiver Energie
- Planung & Steuerung der Ausbildung
- Vorbildfunktion & Autorität

Prinzipien im Leistungsaufbau

Ein systematischer sportlicher Ausbildungsprozess beachtet die speziellen psychomotorischen, physischen und kognitiv-affektiven Reifungsprozesse.

Systematisch

- Geduld, Leidenschaft, Identifikation bei Trainer und Spieler
- Es gilt das Leistungsprinzip
- eine breit angelegte koordinative Grundausbildung

Altersgerecht

- Vielseitige sportliche Grundausbildung
- Abstimmung von psychomotorischen und physischen Können
- Abstimmung von Zielen und sensitiven Phasen

Individuell

- Abstimmung der außersportlichen Situation/Belastung
- Individualisierung und Differenzierung
- Individuelle Kommunikation als Basis

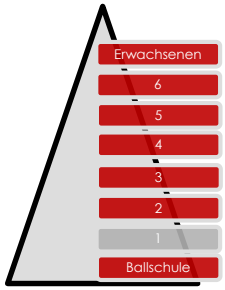
Patrick Fritsche

Ausbildungsstufen & Leistungsaufbau

Der MSC – Weg

Ausbildungsstufen

Situationsgerechtes, erfolgsstabiles Lösen	Ab 17Jahre	Erwachsenen-Bereich	Indiv.
Komplexe Technikverbindungen	15 – 16 Jahre	JB-Bereich	L-TR
Motorisch/kognitive Erarbeitung von Handlungsmöglichkeiten	13 – 14 Jahre	A-Bereich	AB TR II
Erkennen von einfachen taktischen Zusammenhängen	11 – 12 Jahre	B-Bereich	AB TR I
Heranführen und Erlernen der hockeyspezifischen Grundtechniken	9 – 10 Jahre	C-Bereich	GL TR II
Spielerisches, vielfältiges Bewegungslernen	7 – 8 Jahre	D-Bereich	GL TR I
	4 – 6 Jahre	Mini-Bereich	
	3 – 5 Jahre	Ballschule	



Umfassende Bewegungsschule

Was wollen und können Minis?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Erlernen einer Basisspielfähigkeit

↓

Größtmögliche Vielseitigkeit

↓

Motorisch, spielerische Ausbildung

↓

Freude am (Hockey-)Spielen

INHALTSBAUSTEINE

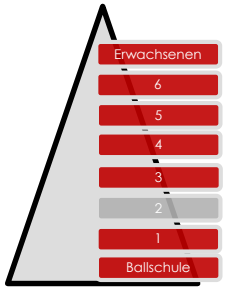
1 Klima des Wohlfühlens schaffen

2 Herz und offenes Ohr für Kinder zeigen

3 Trainer schaffen Erfolgserlebnisse

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Technisch-Spielerische Vielseitigkeitsschulung
Was will und kann der D-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Spielgemäße Einführung in das Hockeyspiel

↓

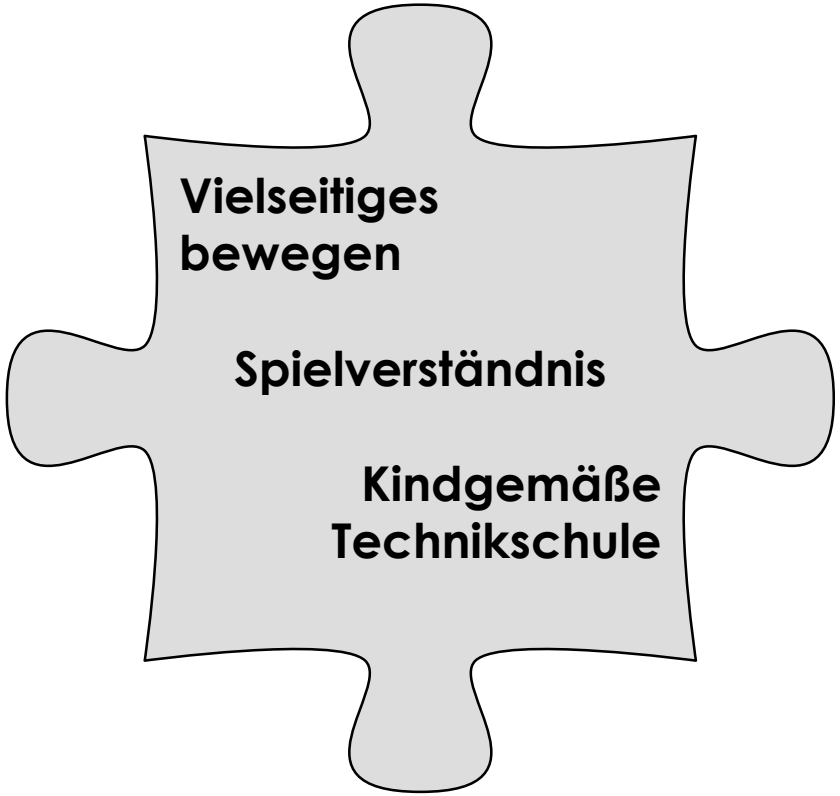
Grobform der Basistechniken & einfache Vortaktiken

↓

Schulung der Hand-Augen-Koordination

↓

Bewegungsschema von „Kopf-bis-Fuß“ fördern



INHALTSBAUSTEINE

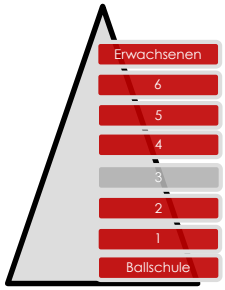
1 Klima des Wohlfühlens schaffen

2 Hohe Kreativität und Vielseitigkeit

3 Zusammengehörigkeitsgefühl aufbauen

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Hockeyspezifisches Grundlagentraining

Was will und kann der C-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Festigung erlernter hockeyspezifischer Techniken

↓

Einführung grundlegender taktischer Begriffe

↓

Großer Umfang allgemein sportlicher Ausbildung

↓

Stetige spielerische Aktivierung

INHALTSBAUSTEINE

Technik in der Bewegung

Zweikampfschule

„Bekanntes gibt Sicherheit“

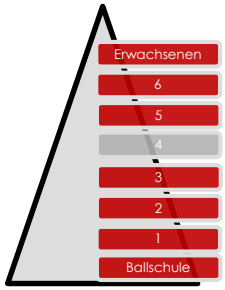
1 Spaß am Hockey & Zug im Training

2 Bedeutung von Teamgeist & Clubleben

3 Gemeinsame Rituale & Zeichen

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Hockeyspezifisches Grundlagentraining

Was will und kann der B-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Ausbau hockeyspezifischer Techniken & Taktiken

↓

Techniken methodisch unter Gegnerdruck erlernen

↓

Schulung des peripheren Sehens

↓

Einführung der Leistungssportthematik

INHALTSBAUSTEINE

Einführung von Täuschungen

Individual- & Gruppentaktik

Thema Anschlusshandlung

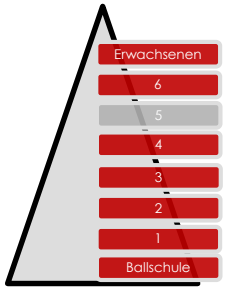
1 Wichtigkeit jeder Person

2 Pädagogisches Training

3 Trainer als Vorbild

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Erweiterung technisch, taktisch und athletisch

Was will und kann der A-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Einführung komplexer Techniken in höchster Dynamik

↓

Hohe Intensität & Effektivität

↓

Spezialisierung der Positionen

↓

Beachtung sozialer Interessenverlagerungen

INHALTSBAUSTEINE

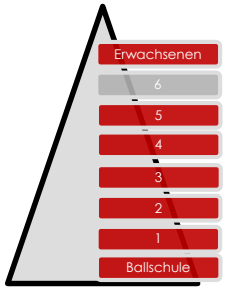
1 Umfeld schaffen

2 Individuelle Betreuung

3 Begriff der Identifikation

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Vorbereitung auf den Erwachsenenbereich

Was will und kann der JB-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Situationsgerechter Anwendung in Drucksituationen

↓

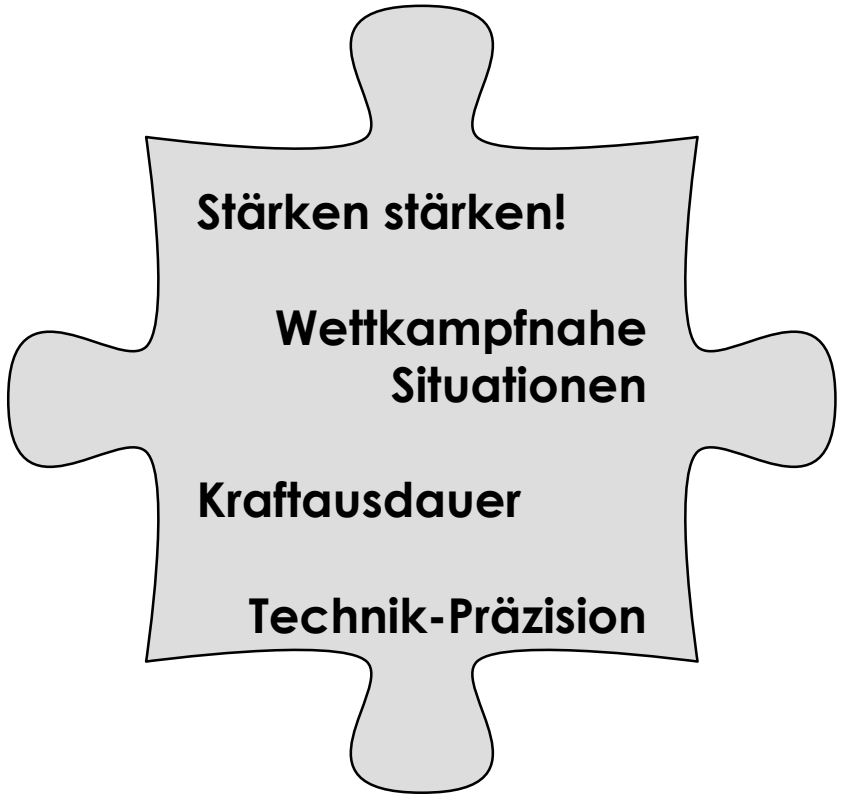
Athletische und taktische Weiterentwicklung

↓

Regelmäßige individuelle Einheiten und Läufe

↓

Professionalisierung des Trainingsbetriebs



INHALTSBAUSTEINE

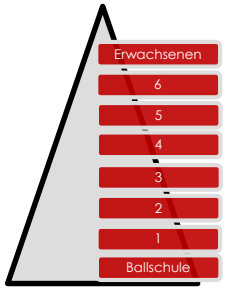
1 Leitplanken setzen

2 Ansprech-partner sein

3 Persönlichkeiten begleiten

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche



Begleitung im Erwachsenenbereich

Was will und kann der JA-Bereich?

ZIELE & PRINZIPIEN

↓

Mentalitätsschule & Persönlichkeiten begleiten

↓

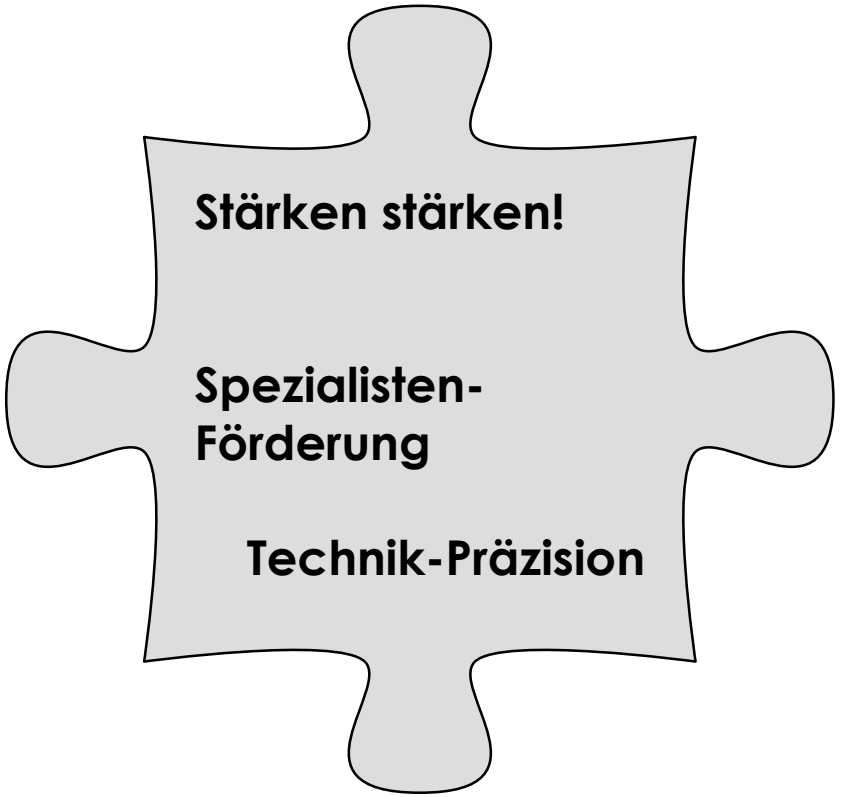
Weitgehender Verzicht auf Taktiktafeln und Video

↓

Austausch und Anpassung an Erwachsenenbereich

↓

Spezialisten und Eckenjobs vertiefen



INHALTSBAUSTEINE

1 Spielfelder steuern

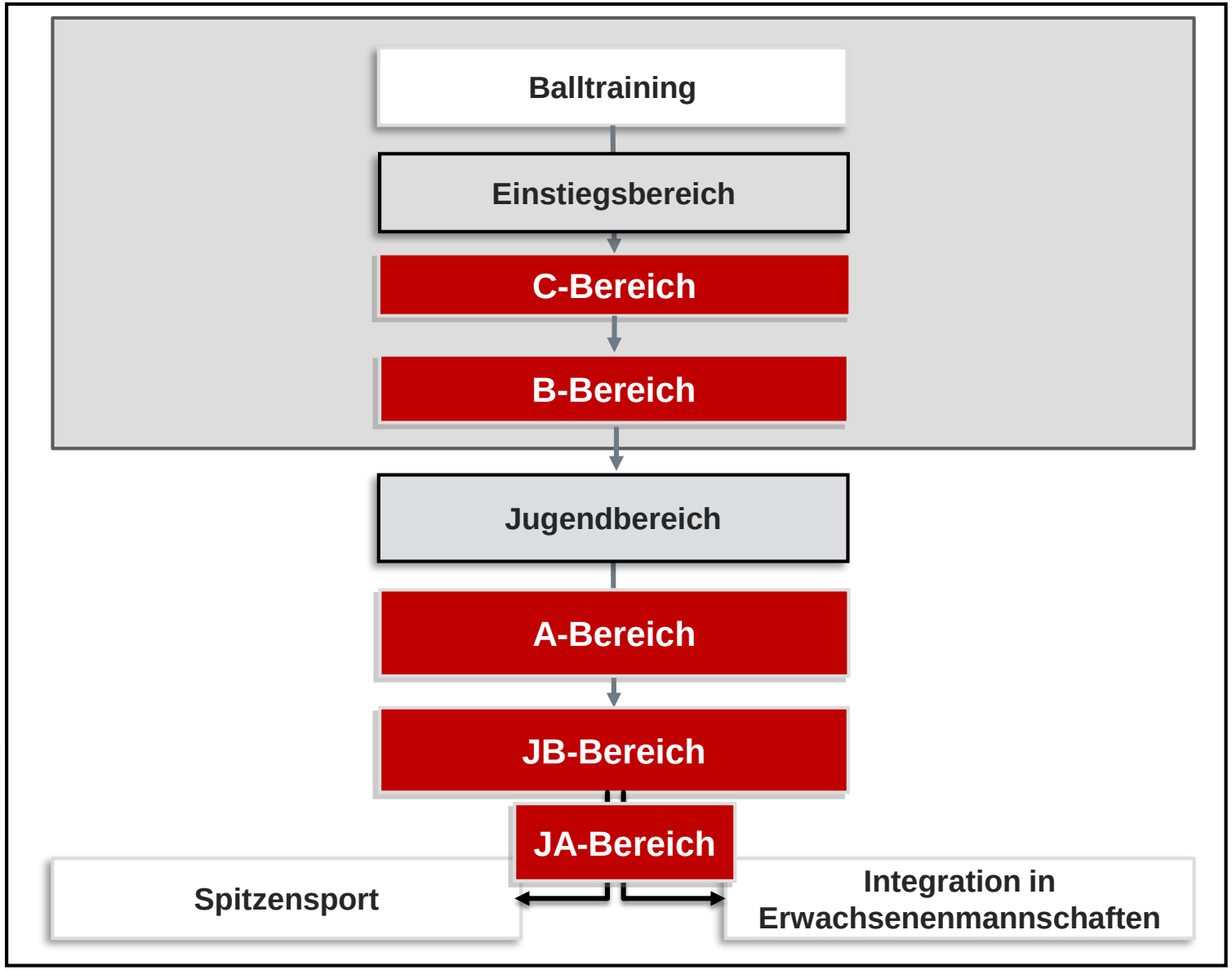
2 Ansprech-partner sein

3 Persönlichkeiten begleiten

LEITLINIEN FÜR TRAINER

Patrick Fritsche

Ausbildungsweg



Leistungssportelemente

Auswahlkarriere

Bundesliga-Perspektive

Breitensportelemente

Angebote schaffen

Integration in den Club

Patrick Fritsche

MSC - Breitensportansatz

ZIEL: Integration in das Clubleben und die Erwachsenenmannschaften

- **Qualifiziertes Trainings- & Trainerangebot**
- **TW-Training & Athletik-Training**
- **Schiedsrichterperspektive**
- **Kooperation - Tennisabteilung**
- **Klima des Wohlfühlens & Gemeinsamer Akzeptanz**

Trainerstruktur weiblich: Arbeit in Trainertandems und Trainingsgruppen

Trainerstruktur männlich: klarer Trainerbezug und eigenständige Einheiten

Patrick Fritsche

MSC - Leistungsportelemente

ZIEL: Verstärkung der Bundeligakader durch den eigenen Nachwuchs

ZIEL: Begleitung von Auswahl- & Nationalspielern

MSC –Ausbildung

- Technisch, Athletisch, Taktisch - Trainingsniveau
- Mentoren Programm mit Bundesligaspielern
- Spezialistenausbildung & Projektspieler
- Workshops zur Leistungssporthematik

DHB & BHV Karriere

- Profilbogen & Analyse
- Absprache mit Landes- & Bundestrainer
- Individuelles Kadertraining & Begleitung

Schule & Ausbildung

- Baustein: Eliteschule des Sports
  - Austausch, Belastungssteuerung, Entwicklung
- Berufsplanung mit sportlicher Leiter Bundesliga

Patrick Fritsche

TW - Ausbildung

- Individuelle Begleitung
- Bedeutung TW-Spiel
- TW - Ausbildungsprofil

- **Voraussetzungen:**
  - Hohe Beweglichkeit
  - Koordinatives Balltalent
- **Ausbildungszeitrahmen:**
  - C-Bereich: TW-Findung
  - B-Bereich: TW-Fokussierung
- **Arbeitsbereiche:**
  - Bewegungsschule
  - Techniken & Kommunikation

Patrick Fritsche

ATHLETIK – GRUNDLAGEN

ab B-Bereich

- Bewegungsschema von “Kopf bis Fuß”
- Teilgebiete
  - Koordination
  - Schnelligkeit
  - Ausdauerformen
  - Kraftigung
  - Mobility
- Halbjährliche Diagnostik

UNIVERSITÄT PADERBORN

Patrick Fritsche

ANSPRECHPARTNER - JUGEND

Abteilungsleiter Hockey	FRANK OMMERT
Jugendwart Ü10-Bereich	BEA SALGE
Jugendwart U10-Bereich	MELU MEDERER
Breitensportbeauftragte	MELU MEDERER
Ansprechpartner FSJ	JESSICA RÖDL
Leiter Sportentwicklung	HARRY FRITSCHE

Fotorechte: Barbara Förster

MSC - Ausbildungskonzeption