

**Das Playbook – man kann es auch als die „Mannschafts-Bibel“ bezeichnen – enthält eine Zusammenfassung und schriftliche Niederlegung aller Aspekte, Vorgänge und Abläufe, die den einzelnen Spieler bzw. das komplette Team betreffen. Diese interessante Idee stammt aus dem amerikanischen Profi-Sport – eine Übertragung fürs Unihockey ist möglich und sinnvoll.**

### Warum ein Playbook?

Die Inhalte eines Playbooks sind nicht festgelegt und können vom Trainer auf sein Team angepasst werden. Im American Football (NFL) mit seinen extrem komplexen strategischen Manövern wird ganz genau festgelegt, welcher Spieler was, wie und wann zu tun hat. Und die Spieler werden regelmässig von ihren Coaches bezüglich der Inhalte des Playbooks befragt und geprüft. Im Unihockey ist eine solche Zementierung bis ins letzte Detail natürlich nicht sinnvoll. Doch auch ein Unihockeytrainer muss in der Lage sein, seine Ideen und Vorstellungen und sein taktisches Grundkonzept klar und für die Spieler verständlich zu formulieren. Auch weitere Inhalte können in das Playbook integriert werden. Die Trainingspläne werden selbstverständlich jeden Monat neu geschrieben und den Spielern abgegeben. Die Spieler sollen sich mit ihren Trainings- und Spielaufgaben eingehender beschäftigen können. Sie sollen Begründungen nachvollziehen, Zusammenhänge erkennen und insgesamt selbständiger werden.

### Was gehört ins Playbook?

- Zielsetzungen
- Commitments
- Teamregeln
- Spielsysteme für die Offensive / Defensive
- Taktische Vorgaben (Standard- und Spezialsituationen wie bspw. Auslösungen, Freistösse, etc.)
- Individualprogramme (wie z.B. Kraft-, Ausdauer- und Technik-Training, etc.)
- Planungen, Teamlisten, Dopingliste, allgemeine Infos

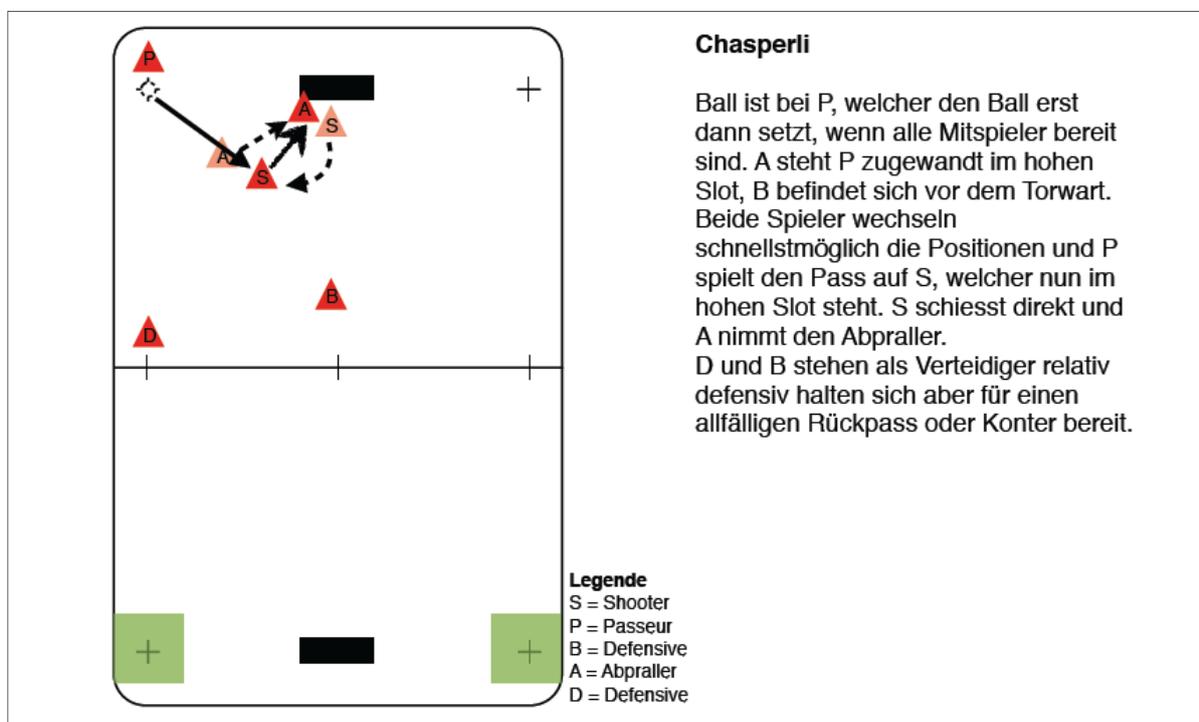
### Die Vorteile

- Der Trainer ist gezwungen all seine Ideen auf die wichtigsten zu konzentrieren und zu einem Leitfaden zusammenzufassen. (Wenn der Trainer keinen Leitfaden hat, wie soll die Mannschaft einen finden, geschweige denn danach spielen können?)
- Der Trainer kann im Playbook Stichworte für bestimmte Situationen und Absprachen festlegen, die dann im Training vertieft werden und beim Coaching während des Spiels schneller in das Bewusstsein der Spieler gerufen werden können.
- Die Mannschaft findet schneller zu ihrem Spiel, weil die Grundideen von Anfang an gegeben sind.
- Durch die Informationen im Playbook kommen die Spieler besser vorbereitet ins Training: Taktische Abläufe müssen nicht von Anfang an aufgebaut und erklärt werden.
- Neuzuzüge können schneller integriert werden, weil sie durch das Playbook umfassend informiert werden und ihre Integration nicht stückweise nach dem Prinzip „Versuch & Irrtum“ vorankommen muss.

- Aufgaben die sich ständig wiederholen (Beispiel: Lauf- und Krafttraining, Stretching...) können von den Spielern jederzeit nachgelesen werden.
- Die Spieler haben die Möglichkeit, sich mit ihren taktischen Aufgaben immer wieder auseinanderzusetzen und sich intensiver mit Strategien und Taktik zu beschäftigen. Sie sollten dadurch besser vorbereitet in den Wettkampf gehen.

### Die Kriterien für ein „gutes“ Playbook

- **Fachlich korrekt:** Stufengerecht (werden die Spieler des Teams direkt angesprochen, verstehen sie den Inhalt, können sie mit dem Inhalt etwas anfangen)
- **Aufbau / Struktur:** Wesentliche Teaminformationen (Bspw: Team, Ziele, Regeln, Taktik, Adresslisten, Trainingspläne, Ämtlisten...) und sollen darin integriert werden. Der Aufbau soll verständlich und logisch gewählt werden.
- **„Teambibel“:** Das Playbook wurde inhaltlich auf das eigene Team abgestimmt



Beispiel Playbook - Freistossvariante