

«ComPass» Unihockey

<i>Bereich</i>	<i>Arbeit</i>	<i>Beurteilung</i>
Praxis <i>Kompetenz Praxis</i>	Schriftliche Trainingsvorbereitung. Trainingsdurchführung. Trainingsauswertungsgespräch.	Note 1 – 4 (inkl. halben Noten)
Theorie <i>Kompetenz Theorie</i>	Schriftliche Prüfung über die J+S-Kursinhalte.	Note 1 – 4 (inkl. halben Noten)
Praktikum <i>Kompetenz Methodik</i>	1 Training- plus 1 Spielbesuch oder 2 Trainingsbesuche bei einem (Nachwuchs) Leistungsteam im Spilsport. Kurzpräsentation von 5min (in Kleingruppen) mit den wichtigsten persönlichen Erkenntnissen.	Erfüllt ja / nein
«ComPass» <i>Online-Lernaufgaben</i>	Kompetenznachweis der virtuellen asynchronen Aufträge zu sportartübergreifenden Inhalten	Erfüllt ja / nein

Das Modul «ComPass» gilt als bestanden, wenn alle Bereiche mit mind. der Note 2 oder dem Prädikat «erfüllt» beurteilt wurden.

Wird ein Teilbereich nicht bestanden, muss die Prüfung beim nächsten Kurstermin «ComPass» wiederholt werden. Es gibt keine Möglichkeit diesen Prozess zu beschleunigen. Das Modul «Einführung Leistungssport» muss nicht mehr wiederholt werden. Das Modul «ComPass» kann maximal zwei Mal absolviert werden. Der Ausbildungsverantwortliche von swiss unihockey (AV) informiert den J+S-Coach im Falle einer nicht bestandenen Prüfung. Nach erfolgreich absolviertem Modul «ComPass» gilt die J+S-Ausbildung als abgeschlossen.

1. Prozess und zeitlicher Ablauf

Was	Bis wann	Wer
Anmeldung für den Kurs «Einführung Leistungssport»	2 Monate vor dem Kurs «Einführung LS»	Trainer*in → J+S-Coach
Kurseinladung «Einführung Leistungssport»	1 Monat vor dem Kurs	swiss unihockey
Onboarding Lernplattform «Edu-break»	2 Wochen vor dem Kurs	swiss unihockey
Kursvorbereitungsaufgaben auf «Edubreak» erledigen	Vor dem Kursstart	Trainer*in
Kursteilnahme «Einführung Leistungssport»	Kursdatum	Trainer*in
Anmeldung für den Kurs «Com-Pass»	3 Monate vor dem Kurs	Trainer*in → J+S-Coach
Durchführung des Praktikums	Zwischen «Einführung LS» und «ComPass»	Trainer*in
Übermittlung der praktischen Prüfungsdaten auf «Edubreak»	3 Monate vor dem Kurs	Trainer*in
Organisation und Koordination für die praktische Prüfung	Individuell	swiss unihockey, Trainer*in, Prüfungsexperte*in
Schriftliche Vorbereitung für die praktische Prüfung	24 Stunden vor dem Training	Trainer*in → swiss unihockey und Prüfungsexperte*in
Durchführung praktische Prüfung	Ende Oktober	Trainer*in, Prüfungsexperte*in
Reflexions- und Auswertungsgespräch praktische Prüfung	Entweder im Anschluss an das Training oder an einem Folgetag	Trainer*in, Prüfungsexperte*in
Protokollierung praktische Prüfung	1 Woche nach der praktischen Prüfung	Prüfungsexperte*in → Trainer*in → swiss unihockey
Kurseinladung «ComPass»	1 Monat vor dem Kurs	swiss unihockey
Lernaufgaben auf «Edubreak» absolvieren	Vor dem Kursstart «Com-Pass»	Trainer*in
Kursteilnahme «ComPass»	Kursdatum	Trainer*in

Prüfungsurteil schriftliche Prüfung	1 Woche nach dem Kurs	swiss unihockey
Anerkennung «Zusatz Leistungssport» in der NDS	1 Monat nach dem Kurs	swiss unihockey, J+S
Fortsetzung der Weiterbildung bei der Trainerbildung Schweiz	Offen, individuell	Trainer*in

2. Praktische Prüfung

Schriftliche Vorbereitung

Planung und Verschriftlichung einer kompletten Trainingseinheit (inkl. Warm-up, Cool-down). Dabei müssen folgende Aspekte beachtet werden:

- Die Planung muss schriftlich mit der Vorlage von swiss unihockey eingereicht werden. Die Vorbereitung kann elektronisch oder handschriftlich gemacht werden. Es wird erwartet, dass die Trainingsformen skizziert und für eine Drittperson klar erläutert werden.
- Die Trainingsziele müssen für eine Drittperson klar formuliert sein. Es soll erläutert werden, was zur Erreichung des Ziels wichtig ist und wie die Zielerreichung überprüft wird. Was lernen die Spieler*innen in diesem Training?
- Der/Die Trainer*in ordnet den Inhalt des Trainings in die lang- und mittelfristige Planung ein und begründet, warum die Trainingsziele so gewählt wurden.
- Die Goalies müssen ins Training integriert werden (Ziele resp. Aufgaben festlegen).
- Die schriftliche Trainingsvorbereitung muss **spätestens 24 Stunden** vor dem Trainingsbesuch beim AV und dem/der Prüfungsexperten*in eingereicht werden! Kann die Frist nicht eingehalten werden, gilt die Prüfung als nicht bestanden.

Trainingsdurchführung

Ein*e Prüfungsexperte*in wird ein vereinbartes Teamtraining besuchen. Der/Die Prüfungsexperte*in beobachtet vor Ort in der Halle und kann gegebenenfalls Videoaufnahmen tätigen. Der/Die Trainer*in stellt sicher, dass er/sie das Team über die Situation informiert und den/die Experten*in zu Beginn kurz vorstellt.

Trainingsauswertung

Nach dem Training findet ein Reflexionsgespräch statt. Je nach Situation kann dieses Gespräch auch zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführt werden (virtuell oder vor Ort).

- Konnten die Trainingsziele erreicht werden? Aufgrund von was schliesse ich das?
- Welche Konsequenzen/ Schlüsse ziehe ich aus diesem Training für die folgenden Trainings? Was sind meine nächsten Trainingsziele?
- Wenn ich das gleiche Training nochmals durchführen könnte, würde ich etwas verändern? Was und warum?
- Konnte ich meine Fähigkeiten als Trainer*in angemessen präsentieren? Falls nein, warum nicht? Wo orte ich meine Stärken und Schwächen?

Beurteilung und Bewertungskriterien

Die detaillierten Beurteilungskriterien können im Dokument «Beurteilungskriterien praktische Prüfung Leistungssport» eingesehen werden. Folgend werden die Überbegriffe pro Bereich aufgeführt.

Trainingsplanung: schriftliche Vorbereitung

- Analyse und Hintergrund
- Zielsetzung und Inhalt
- Effiziente Planung der Trainingsorganisation und Einsatzplanung des Staffs

Trainingsdurchführung

- Lernförderliches Klima ermöglichen
- Ziele priorisieren und Struktur schaffen
- Eine Gruppe sicher und effizient führen
- Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben

Trainingsauswertung

- Analyse der Zielerreichung und Schilderung der Konsequenzen für die weitere Arbeit.
- Begründung der Entscheidungen
- Selbstreflexion

Beurteilung

- Jeder Bereich «Schriftliche Lektionsplanung», «Trainingsdurchführung» und «Auswertung und Reflexion» muss mindestens mit der Note 2 beurteilt werden, ansonsten gilt die Prüfung als nicht bestanden. Die Bereiche werden mit einer Note von 1-4 inkl. halben Noten beurteilt.
- Die Teilbereiche, wie z.B. «Lernförderliches Klima» oder «Selbstreflexion» müssen mind. als «genügend» beurteilt werden. Für die Teilbereiche gibt es keine Note. Wird ein Teilbereich als «ungenügend» beurteilt, gilt die gesamte Prüfung als nicht bestanden und hat somit immer die Endnote 1 zur Folge!
- Das Endresultat der praktischen Prüfung widerspiegelt den Mittelwert der drei Bereiche «Schriftliche Lektionsplanung», «Trainingsdurchführung» und «Auswertung und Reflexion» und wird ebenfalls mit dem Wert 1-4 inkl. gerundeten halben Noten ausgewiesen. Ausnahme, wenn ein Teilbereich nicht bestanden wird, ergibt das die Note 1.

Beispiel Beurteilung «bestanden»

Bereich	Bestanden	Note 1 – 4 (inkl. halben Noten)
Schriftliche Lektionsplanung		2.5
<i>Analyse und Begründung</i>	Ja / Nein	
<i>Zielsetzung und Wahl der Inhalte</i>	Ja / Nein	
<i>Organisation und Staffmanagement</i>	Ja / Nein	
Trainingsdurchführung		3
<i>Lernförderliches Klima ermöglichen</i>	Ja / Nein	
<i>Lernziele priorisieren und Struktur schaffen</i>	Ja / Nein	
<i>Eine Gruppe sicher und effizient führen</i>	Ja / Nein	
<i>Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben</i>	Ja / Nein	
Auswertung und Reflexion		3.5
<i>Analyse der Zielerreichung und Konsequenzen</i>	Ja / Nein	
<i>Begründung der Entscheidungen</i>	Ja / Nein	
<i>Selbstreflexion</i>	Ja / Nein	
Prüfungsurteil	Ja / Nein	3.0

Beispiel Beurteilung «nicht bestanden»

Bereich	Bestanden	Note 1 – 4 (inkl. halben Noten)
Schriftliche Lektionsplanung		2.5
<i>Analyse und Begründung</i>	Ja / Nein	
<i>Zielsetzung und Wahl der Inhalte</i>	Ja / Nein	
<i>Organisation und Staffmanagement</i>	Ja / Nein	
Trainingsdurchführung		1.0
<i>Lernförderliches Klima ermöglichen</i>	Ja / Nein	
<i>Lernziele priorisieren und Struktur schaffen</i>	Ja / Nein	
<i>Eine Gruppe sicher und effizient führen</i>	Ja / Nein	
<i>Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben</i>	Ja / Nein	
Auswertung und Reflexion		2.5
<i>Analyse der Zielerreichung und Konsequenzen</i>	Ja / Nein	
<i>Begründung der Entscheidungen</i>	Ja / Nein	
<i>Selbstreflexion</i>	Ja / Nein	
Prüfungsurteil	Ja / Nein	1.0

Bereich	Beispiele für «nicht bestanden» (nicht abschliessend)
Schriftliche Lektionsplanung	
<i>Analyse und Begründung</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ungenügende Analyse und/ oder Begründung. • Ungenügende Verknüpfung mit der Planung (kurz-, mittel-, langfristig). • Planung ist widersprüchlich
<i>Zielsetzung und Wahl der Inhalte</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ungenügende Zielformulierung • Ziele sind unrealistisch, für Alter und Stufe unerreichbar • Inhalte haben nichts mit der Zielsetzung zu tun • Kein roter Faden im Training erkennbar (reine Aneinanderreihung von Trainingsformen)
<i>Organisation und Staffmanagement</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Angaben zur Organisation und Staffmanagement • Offensichtliche Mängel in der Planung der Organisation resp. des Trainingsablaufs in Bezug zur Zielsetzung
Trainingsdurchführung	
<i>Lernförderliches Klima</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Spieler werden erniedrigend oder respektlos behandelt (z.B. beschimpfen, blossstellen, ...) • Spieler werden ausgegrenzt • Verstösse gegen die Ethikcharta • Keine Bemühungen, um gerechte Behandlung erkennbar
<i>Lernziele priorisieren und Struktur schaffen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Prinzip der richtigen Belastungsfolge wird missachtet • Inhalt hat nichts mit der Planung zu tun (und es kann in der Auswertung nicht nachvollziehbar erklärt werden, warum davon abgewichen wurde) • Inhalt hat nichts mit der Zielsetzung zu tun (und es kann in der Auswertung nicht nachvollziehbar erklärt werden, warum davon abgewichen wurde) • Ziele und die Keypoints zur Zielerreichung werden im Training ungenügend aufgegriffen (und es kann in der Auswertung nicht nachvollziehbar erklärt werden, warum davon abgewichen wurde) • Die Ziele wurden am Ende des Trainings nicht überprüft/ ausgewertet. (und es kann in der Auswertung nicht nachvollziehbar erklärt werden, warum davon abgewichen wurde)
<i>Eine Gruppe sicher und effizient führen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Bandenwagen mit zu wenig Sturzraum hinter Bande stehen lassen • Materialraumtor bei zu wenig Sturzraum offenlassen • Material mit hoher Ausrutschgefahr, wie z.B. Überzieher, wird so liegengelassen, dass eine erhebliche Verletzungsgefahr entsteht. • Junioren*innen trainieren trotz schutzbrillenpflichtigem Alter ohne Schutzbrillen • Kein adäquates zielgerichtetes Warm-up • Bewegungszeit weniger als die Hälfte der Trainingszeit (gerechnet auf das Team, nicht auf das Individuum), insofern keine nachvollziehbare Begründung vorliegt
<i>Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Während dem Training werden keine Feedbacks gegeben, welche einen höheren inhaltlichen Wert haben, als reines Lob oder verbale «Motivation» («guet gmacht», «los gaht's», usw.).

	<ul style="list-style-type: none"> • Der/Die Trainer*in nimmt keinen Einfluss auf die Ausführungen/ die Umsetzung des Inhalts (nur Organisator*in). • Es werden ausschliesslich analytische Übungsformen gewählt. • Es wird ausschliesslich gespielt ohne taktische Ausrichtung/ Aufgaben oder gezieltes Coaching («Ball in die Mitte werfen und spielen lassen»). • Spielgrundlegende fachliche Instruktionen werden falsch gemacht (z.B. Regelwidriges Verhalten wird instruiert) • Die Inhalte passen klar nicht zur Zielgruppe (klare Unter- oder Überforderung)
Auswertung und Reflexion	
<i>Analyse der Zielerreichung und Konsequenzen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Auseinandersetzung mit der Zielerreichung ist ungenügend • Bei Begründungen wird auf alle möglichen Umstände verwiesen (z.B. Ausflucht in Ausreden, Themen wiederholt ausweichen, Verantwortung auf andere abschieben) • Die Massnahmen für die weitere Arbeit/ Planung können nur ungenügend festgelegt werden.
<i>Begründung der Entscheidungen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Kandidatin kann keine zusammenhängende Begründung geben, weshalb die Inhalte resp. Entscheide so gewählt wurden.
<i>Selbstreflexion</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ungenügende kritische Einschätzung der eigenen Leistung. Es können kaum eigene Entwicklungsmöglichkeiten festgestellt werden. • Ungenügende Kritikfähigkeit. Kaum eine Diskussion auf sachlicher Ebene möglich.

3. Schriftliche Prüfung

Methodik

Die schriftliche Prüfung findet handschriftlich ohne die Verwendung von weiteren Unterlagen statt (closed book). Die Prüfung dauert 90min. Die Prüfung beinhaltet verschiedene Fragemethoden (Multiple Choice, offene Fragen, Fallfragen/ Fallbeispiele, ...).

J+S-Mindestaustrittskompetenzen, Zusatz Leistungssport

Sich als J+S-Leiter/-in engagieren

Der/die J+S-Leiter/-in ist fähig:

- das sportartspezifische Leistungssportverständnis zu durchdringen.
- die verschiedenen Rahmenvorgaben und Dokumente (Produkte) in den Bereichen Ethik, Diversität, Prävention zu durchdringen (z. B. Ethik-Charta, Ethik-Statut, J+S-Verhaltensgrundsätze, FTEM Schweiz).
- die verschiedenen Rahmenvorgaben und Dokumente (Produkte) im Bereich Nachwuchsleistungssport zu den Themen Talententwicklung, Talenterkennung, Talentförderung und dem Training mit Talenten zu durchdringen (z. B. PISTE-Manual, PISTE-Merkblätter).
 - Anhand des Athletenweges im Unihockey Trainings- und Fördermassnahmen begründen können.
 - Sportler*innen in ihrer Karriereplanung beraten können.
- den wertvollen Sport zu durchdringen, anzuleiten und zu beurteilen.
- seine/ihre Rechte und Pflichten zu durchdringen (z. B. Fürsorgepflicht, Meldepflicht, AWK, J+S-Förderlogik, Weiterbildungspflicht).
- die Faszination Trainingslager zu durchdringen und mit entsprechenden Hilfsmitteln und Unterlagen solche Lager zu konzipieren.
- Gesundheits- und Lebenskompetenzen zu vermitteln sowie zu fördern und diese bei sich und anderen Personen zu evaluieren.
- den Verzicht auf unlautere Vorteile und Mittel im Sport und im sportlichen Wettkampf zu vermitteln und die geltenden Regelungen zu befolgen.
- die nächsten Schritte seines/ihres Aus- und Weiterbildungswegs hin zur Berufstrainer/-in zu konzipieren.

Sportart verstehen

Der/die J+S-Leiter/-in ist fähig:

- die eigene Sportart auf Basis der Erscheinungsformen, der Entwicklungsdimensionen und der Entwicklungsfaktoren mit dem Fokus «Foundation» und «Talent» zu evaluieren (Sportartanalyse).
- Trainingsformen zu den Erscheinungsformender Sportart mit dem Fokus «Talent» anzuleiten, neu zu konzipieren und zu beurteilen.
- die relevanten Entwicklungsfaktoren seiner/ihrer Sportart mit dem Fokus «Talent» zu präzisieren und zu beurteilen.
- Trainingsformen zu den relevanten Entwicklungsfaktoren zur Verbesserung der individuellen Leistung sowie der Teamleistung und zur Verletzungsprävention mit dem Fokus «Talent» anzuleiten.

Sportart unterrichten

Der/die J+S-Leiter/-in ist fähig:

- auf die zehn Handlungsfelder mit dem Fokus «Talent» zu fokussieren.
- alle relevanten Handlungsempfehlungen anzuleiten und zu vermitteln.

Inhalte und Unterlagen

Die Unterlagen aus allen J+S-Pflichtmodulen sind relevant. Die Prüfungsinhalte werden sich möglichst stark an praxisnahen Situationen orientieren. Folgende Unterlagen helfen dir bei der Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung.

- [J+S-Ausbildungsverständnis](#)
 - [«Vermitteln»](#)
 - [«Fördern»](#)
 - [«Innovieren»](#)
 - [«Umfeld pflegen»](#)
 - [Eltern einbeziehen](#)
 - [Attraktive Events](#)
- [J+S-Manual Unihockey](#) (Benutzer: unihockey // Passwort: tpnRm)
- [Entwicklungsfaktoren](#)
- [Lernbaustein Sammelseite](#) J+S, Trainerbildung Schweiz und nationale Sportverbände
- [Ethik und Werte](#)
 - [J+S-Lernbaustein wertvoller Sport](#)
- [FTEM](#) Unihockey
 - [Nachwuchskonzept swiss unihockey](#)
- [Swiss Way](#)
- [Ausbildungskonzept «Unihockey manual»](#)
- Lernbuch [Planung](#)
- Lernbuch [Technik](#)
- Lernbuch [Taktik](#)
- [Lernbaustein Taktik und Technik: Grundlegende Prinzipien](#) → Trainingsgestaltung
- [Lernbaustein Sicherheit im Unihockey](#)
- [Verletzungsprävention und Sportverletzungen](#)
- Coaching (Unterlagen aus dem Kurs Coaching 2)
- Physis / Athletik
 - Lernbaustein [Ready to Play](#)
 - Selbstlernkurs [Ready to develop](#)
 - Selbstlernkurs [Ready to adapt](#)
 - [Regeneration und Ernährung](#)
 - [Frau und Leistungs- / Spitzensport](#)
- Psyche / Mentalität
 - [Konzentration](#)
 - [Motivation](#)
 - [Psychologische Grundtechniken](#)
 - [Selbstbewusstsein](#)
- [Faszination Lager](#)

Beurteilung

Aus den erbrachten Leistungen resultiert eine Note zwischen 1 – 4 inklusive halben Noten. Die «genügend»-Limite liegt bei der Note 2.0, was 60% der maximal möglichen Punktzahl entspricht.

4. Praktikum

Alle Teilnehmenden absolvieren vor dem Kurstag «ComPass» ein Praktikum in einem (Nachwuchs) Leistungsteam einer Spielsportart. Das Praktikum beinhaltet mindestens 2 Trainingsbesuche oder ein Trainingsbesuch plus eine Spielbeobachtung des gleichen Teams. Die Teilnehmenden sind für die Organisation und Koordination des Praktikums verantwortlich.

Die Wahl des Praktikums ist unter folgenden Auflagen frei:

- Es muss ein leistungsorientiertes Team sein
- Es darf nicht im eigenen Verein sein
- Das Praktikum muss bei einem Spielsportteam besucht werden. Ausnahmen sind nach Absprache mit dem AV möglich.

Die persönlichen Lerninhalte des Praktikums werden den anderen Kursteilnehmenden in einer Gruppenarbeit am Kurstag «ComPass» präsentiert.

4.1. Beobachtungspunkte

Mögliche Beobachtungen könnten sein:

- Trainingsplanung
- Trainingssteuerung: Methoden, Umfang, Intensität
- Trainingsauswertung und Reflexion
- Wettkampfvorbereitung
- Teamführung und Coaching, Lernklima
- Struktur im Team und/ oder Verein
- Philosophie und deren Umsetzung im Team

Die eigenen Notizen und Eindrücke bilden die Grundlage für die Präsentation.

4.2. Präsentation der Lerninhalte

Die persönlichen Lerninhalte aus dem Praktikum werden den anderen Teilnehmenden mündlich vorgestellt. Die Präsentation dauert **mindestens 5 und maximal 10 Minuten** (exklusiv Fragen)! Es ist erlaubt eine elektronische Präsentation einzusetzen, aber nicht unbedingt notwendig. Es ist empfohlen einige Bilder zu zeigen, um den Zuhörerinnen und Zuhörern das Erlebte sichtbar zu machen.

Bring den anderen Teilnehmenden die Essenz aus deinem Praktikum näher. Kommuniziere das Wesentliche! Folgende Punkte können z.B. mitgeteilt werden:

- Wo habe ich das Praktikum gemacht (Verein, Team, Trainerin)?
- Das hat mich beeindruckt/ überrascht
- Das stelle ich in Frage/ beurteile ich kritisch
- Was kann ich für meine zukünftige Arbeit als Trainerin oder Trainer mitnehmen?

5. Online-Lernaufgabe «ComPass»

Alle Teilnehmenden erhalten einige Wochen vor dem Modul «Einführung Leistungssport» per Mail eine Einladung und Aufforderung zur Registrierung auf der Lernplattform. Danach müssen die virtuell asynchronen Aufträge auf der Lernplattform selbständig bearbeitet und erledigt werden. Die Lernaufgaben zum «ComPass» beinhalten sportartübergreifende Inhalte.

Damit das Modul «ComPass» abgeschlossen werden kann, müssen alle Aufgaben auf der Lernplattform fristgerecht gelöst werden.

März 2025, Ittigen

Pascal Haab
Ausbildungsverantwortlicher swiss unihockey