|  |  |
| --- | --- |
| **Trainingsdatum und -ort** |  |
| **Team und Stufe** |  |
| **Anzahl Spieler\*innen im Training** |  |
| **Trainer,** Name/ Vorname |  |
| **Staff und deren Aufgaben im Training** |  |
| **Eingliederung des Trainings in die mittel- und langfristige Planung**  (Ausbildungsziele, Intensitätssteuerung, usw.) |  |
| **Begründung** der gewählten kurzfristigen **Trainingsschwerpunkte** und **Analyse** der Ausgangslage vor dem Training. Warum diese Schwerpunkte? |  |
| **Fachliche Keypoints**  Worauf kommt es bei diesem Thema an und worauf sollen sich die Spieler\*innen achten? Was sind die konkreten Tipps/ Inputs? |  |
| **Trainingsziel(e)** was sollen die Sportler\*innen am Ende des Trainings wissen/können?  *Formulierung: Handlungs- und Ergebnisorientiert* | 1. Die Spieler\*innen 2. Die Spieler\*innen   *[Die Spieler\*innen] [können; sind fähig; sind in der Lage] [konkrete Beschreibung der Situation] [Verb gem. Taxonomie Stufe]* |
| **Evaluation der Ziele**  Wie überprüfen wir die Zielerreichung? |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **Inhalt** – Was? | **Organisation** – Wie? | **Fachliche Keypoints -** Worauf kommt es an? Was sollen die Spieler\*innen lernen? | **Material** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

# **Anhang**

# **Selbständigkeitserklärung**

Hiermit erkläre ich, dass ich die Inhalte der vorliegenden Trainingsplanung selbstständig verfasst habe. Insbesondere versichere ich, dass ich alle wörtlichen und sinngemäßen Übernahmen aus anderen Quellen, als solche kenntlich gemacht habe.

(Ort, Datum) (Unterschrift)