KAPITEL 7 · VORLAGE

# EURE WENN-DANN-PLÄNE

Etwa 30 Minuten mit dem Mannschaftsrat. Sammelt zwei bis drei Situationen, in denen euer Team typischerweise den Faden verliert, und legt vorher fest, wie ihr reagiert.

| Wenn ... | dann ... (konkret, für jeden umsetzbar) | Keyword |
|---|---|---|
| wir merken, dass wir hektisch werden | | |
| wir nur noch lange Bälle schlagen | | |
| wir ein Gegentor kassieren | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

**Wichtig:** Die Reaktion muss konkret sein und von jedem umgesetzt werden können, etwa ein bestimmtes Verhalten in den nächsten Minuten. „Ruhig bleiben“ reicht nicht.


Kopiervorlage · © Nico Walter · 1

# DIE KEYWORD-KARTE

Gebt jedem Wenn-Dann-Plan ein Keyword. Ein Wort reicht, und alle wissen, was jetzt zu tun ist. Die Karten kannst du ausschneiden und in die Kabine hängen.

## REGELN FÜR GUTE KEYWORDS

- [ ] ein Wort, kurz und laut rufbar
- [ ] eindeutig, nicht verwechselbar mit normalen Kommandos
- [ ] vom Team selbst ausgesucht
- [ ] im Training regelmäßig ausgelöst, damit die Reaktion im Spiel automatisch kommt

✂

**Keyword** — LEISTUNGSZENTRUM IM KOPF

**Das Wort** _____

**Bedeutet**
die Situation _____

**Das tun wir jetzt** _____

**Geübt am** _____

✂

**Keyword** — LEISTUNGSZENTRUM IM KOPF

**Das Wort** _____

**Bedeutet**
die Situation _____

**Das tun wir jetzt** _____

**Geübt am** _____

# DIE FEHLER-BESPRECHUNG IN DREI SCHRITTEN

Nach Spielen mit vielen Fehlern. Statt zehn Einzelfehler zu besprechen, endet die Runde mit einem Prinzip, an dem sich jeder orientieren kann.

**Spiel, Datum**

**1 · Was hat funktioniert?**
Das müssen wir stärken. Bewusst zuerst.

**2 · Welche Fehler gab es?**
Sachlich benannt, ohne Namen und ohne Schuldzuweisung.

**3 · Welches Prinzip hilft uns?**
Ein bis zwei Prinzipien, die jeder versteht.

> Mehr dazu, wie du nach Niederlagen kommunizierst, steht im Leitfaden „Nach der Niederlage“.


Kopiervorlage · © Nico Walter · 3