

# Auf dem Weg zum Bundesligaspieler

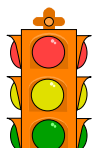


..... Ausbildungszeitraum März-April – Mai 2012

## Das will ich bis Ende Mai 2012 verbessern (lernen):

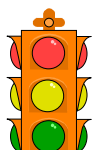
- Hinweise und Entwicklungsdokumentationen vgl. player-book

ich bin im Soll für eine BL-Perspektive	ich zeige eine gute Entwicklung, muss aber noch zulegen	hier muss ich mich unbedingt verbessern
---	---	---



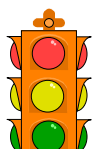
individuelles Spielverhalten Angriff

1. Technik SL ohne Stemmschritt – Optimierung Armzug (Erhöhung Handlungsschnelligkeit, -präzision) ●
2. Wurfvariation ●
3. Verbesserung Entscheidungsverhalten (Video) ●



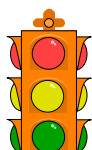
individuelles Spielverhalten Defensive

1. Kenntnisse zur Handlungskette
2. optimale Ausgangsstellung ●
3. Wahrnehmungsschulung. ●



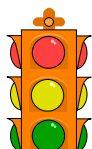
kooperatives Spielverhalten Angriff

.....  
.....  
.....



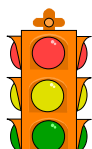
kooperatives Spielverhalten Defensive

.....  
.....  
.....



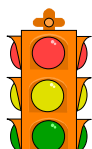
konditionelle Leistungsvoraussetzungen

1. grünes Niveau in möglichen Kontrollübungen ●
- .....



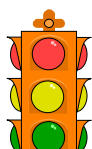
koodinative Leistungsvoraussetzungen

1. grünes Niveau in möglichen Kontrollübungen ●
- .....  
.....



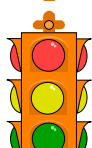
kognitive Leistungsvoraussetzungen

1. Kenntnisse zu individuellen Spiel- und Entscheidungsverhalten (Wahrnehmungs-, Entscheidungstraining) ●
- .....



Leistungsbereitschaft Zielverhalten Einstellung /Ernährung

1. Eigensteuerung- und Entwicklungsdokumentation - Führung player-book
- .....



emotionales Verhalten Motivation

1. Ausprägung Eigenverantwortung (führen von Entwicklungsdokumentationen - konkreter Soll-Ist-Vergleich)