

Das VIPERS-ABC für Eltern



Liebe Eltern

Hat ihr Kind erst kürzlich mit dem Unihockey spielen begonnen und Sie finden sich in den vielen neuen Begriffen noch nicht zurecht? Nachfolgend finden Sie einige Stichworte mit den entsprechenden Erläuterungen, welche Sie darin unterstützen sollen, sich in der Unihockey-Welt zurecht zu finden. Konnten wir immer noch nicht alle Fragen klären? Dann wenden Sie sich am besten an die Trainerpersonen oder an die Ressortleitung Nachwuchs.

Nachfolgend wird ausschliesslich die männliche Form genannt. Es sei ausdrücklich darauf hingewiesen, dass damit auch alle weiblichen Unihockeyspielerinnen, Trainerinnen, Fans und Elternteile gemeint sind!

Absenzen	Ein regelmässiger Besuch am Trainingsbetrieb wird erwartet, bei älteren Jugendlichen vorausgesetzt. Geplante Absenzen sollen dem Trainer so früh wie möglich (min. 24 Stunden im Voraus) mitgeteilt werden. Kurzfristige Absenzen sind dem Verantwortlichen so schnell wie möglich mit entsprechender Begründung zu kommunizieren.
Allergien & Asthma	Allergien und asthmatische Erkrankungen können sehr verschiedene Ausprägungen haben. Unter Beachtung der alltäglichen Regeln steht einer sportlichen Betätigung aber im Normalfall nichts im Wege. Die Eltern sollten dafür sorgen, dass die erforderlichen Hilfsmittel oder Medikamente (z.B. ein Inhalator) vor Ort sind und die Teamverantwortlichen über die Erkrankung Ihres Kindes informiert sind. Im Zweifelsfall wird Ihr Arzt Sie gerne beraten.
Altersklassen	Für jedes Alter die richtige Mannschaft! Die VIPERS wollen für auf allen Altersstufen ein Team anbieten. Je nach Situation werden einige Stufen doppelt geführt oder zusammengelegt. 7 – 9 Jahre Unihockey-Schule VIPERLI 10 – 11 Jahre Junioren D 12 – 13 Jahre Junioren C 14 – 15 Jahre Junioren U16 (Grossfeld) / Junioren B / Juniorinnen B 16 – 17 Jahre Junioren U18 (Grossfeld) / Junioren A / Juniorinnen A 18 – 20 Jahre Junioren U21 (Grossfeld) / Juniorinnen U21
Elternpflichten	Typische Aufgaben von «Unihockeyeltern» sind je nach Entfernung zwischen Wohnort und Sportplatz das Fahren des Nachwuchses zu Training und Spielen. Darüber hinaus wechseln sich Eltern in den meisten Vereinen damit ab, bei Heimspielen an der Festwirtschaft zu helfen.
Elternunterstützung	Der Verein ist froh, wenn möglichst viele Eltern die Junioren an den Turnieren unterstützen und anfeuern werden. Eltern, die an einem Heimturnier mithelfen möchten (z.B. Kiosk) oder sich anderweitig engagieren möchte, können sich beim Vorstand melden. Mit der Übernahme eines Amtes erhalten Sie automatisch die Passivmitgliedschaft, sind aber von der Beitragspflicht entbunden.
Grossfeld	Die älteren Juniorenteams U18 und U21 sowie die beiden Herrenteams 1 und 2 tragen ihre Spiele auf dem Grossfeld aus. Dieses Spielfeld entspricht in etwa der Grösse einer Dreifachturnhalle. Es spielen jeweils fünf Feldspieler sowie ein Torhüter.
Helfereinsätze	Damit der Vereinsbetrieb erfolgreich aufrecht erhalten werden kann, sind wir auf die Hilfe der Mitglieder angewiesen. Deshalb gehören Helfereinsätze (z.B. bei Heimspielen) zu den wenigen Pflichten unserer Mitglieder. Die Arbeitseinsätze werden rechtzeitig kommuniziert. Fernbleiben ohne Ersatz wird mit einer Busse geahndet.
Hygiene	Aus gesundheitlichen und hygienischen Gründen ist es uns ein Anliegen, dass nach jeder sportlichen Aktivität geduscht und frische Kleidung getragen wird.

Jahresbeitrag Der Jahresbeitrag besteht aus zwei Komponenten: Dem Mitgliederbeitrag und dem Meisterschaftsbeitrag. Ein Passivmitglied nimmt im Unterschied zu einem Aktivmitglied nicht an der Meisterschaft teil und muss daher auch keinen Meisterschaftsbeitrag entrichten. Die aktuellen Ansätze sind:

Mitgliederbeitrag

Passiv	CHF	50.00
Unihockeyschule	CHF	30.00
Aktiv unter 18 Jahren	CHF	60.00
Aktiv ab 18 Jahre	CHF	100.00

Meisterschaftsbeitrag

Lizenziert unter 16 Jahren	CHF	50.00
Lizenziert ab 16 Jahren	CHF	130.00

Karriere Zuerst stehen das Kennenlernen und der spielerische Umgang mit dem Unihockeyball im Vordergrund. Dann steigern sich die Junioren stufenweise bis hin zum regionalen Spitzensport. Nach dem Durchlaufen der Juniorenkategorien D bis A besteht die Möglichkeit, je nach Talent und Willen, ins Fanionteam zu wechseln oder Unihockey weiterhin als Breitensport zu betreiben.

Kindersitzobligatorium Ab dem 1. April 2010 müssen Kinder bis 12 Jahre, wenn sie kleiner sind als 150 Zentimeter, mit einer geeigneten und gekennzeichneten Kinderrückhaltevorrückungen gesichert werden. Die betreffenden Junioren haben ab dem 1. April 2010 bei sämtlichen Vereinanlässen, welche mit einem Transport mit Privat-PW zusammenhängen, einen Autositz mitzunehmen. Es gilt: Kein Kindersitz = kein Transport! Die VIPERS INNERSCHWYZ übernehmen keine Verantwortung für den unsachgemässen Transport der Kinder.

Kleidung Für das Training benötigt Ihr Kind lediglich einfache und praktische Sportkleidung (Hallschuhe, kurze Hosen, T-Shirt). Trikots für die Meisterschaftsspiele werden durch den Verein gestellt. Nach Möglichkeit werden allen Spielern Einspielshirts zur Verfügung gestellt. Das ausgehändigte Material ist mit grösstmöglicher Vorsicht zu behandeln!

Kleinfeld Ausser den U18- und U21-Junioren und den Herren 1 und 2-Teams spielen alle Teams auf dem Kleinfeld. Dies entspricht in etwa der Grösse einer Einfachturnhalle. Es spielen jeweils drei Feldspieler sowie ein Torhüter.

Kontaktpersonen Dem Verein ist es wichtig, mit den Eltern einen aktiven Kontakt zu pflegen. Erste Kontaktpersonen sind immer die Trainer. Selbstverständlich stehen auch die Mitglieder des Ressorts Nachwuchs sowie des Vorstandes für sämtliche Anliegen gerne zur Verfügung.

Lager Im Herbst findet jeweils das Juniorenlager der VIPERS INNERSCHWYZ statt. Ausserdem bietet Swissunihockey ebenfalls diverse sogenannte Camps an. Wenn ihr Kind Spass am Spielen hat und kaum genug davon bekommen kann, wird es sich über die Abwechslung in einem Unihockey-Lager bestimmt freuen. Allerdings sollte es wirklich dem Wunsch des Kindes entsprechen und nicht aus falschem Ehrgeiz der Eltern geboren sein.

Leistungsgedanke Ab Stufe B-Junioren (mindestens 14 Jahre) werden - wenn möglich - Leistungsteams gebildet, in denen den Jungs aufgezeigt wird, leistungsorientiert zu denken. Teamorientiertes Verhalten und persönlicher Fortschritt sollen gleichermaßen gefördert werden. Ebenfalls wollen wir dem aktuellen Entwicklungsstand Rechnung tragen und die Trainings dem Alter entsprechend gestalten. Nach Familie und Ausbildung ist dem Unihockeysport eine entsprechend hohe Priorität einzuräumen, was aber einer Mitgliedschaft in einem anderen Verein nicht im Weg stehen soll.

Mädchen Mädchen trainieren und spielen bis zur Stufe C gemeinsam mit den Jungs, danach wechseln sie direkt zu den Juniorinnen A. Es sind Bestrebungen da, in Zukunft auch eine Juniorinnen B-Mannschaft aufzubauen.

Meisterschaft Für die Teilnahme an der Meisterschaft ist eine Lizenz und damit die Aktivmitgliedschaft bei den VIPERS InnerSchwyz nötig. Wenden Sie sich an die Trainer, wenn Sie für Ihr Kind eine Lizenz lösen möchten.

Nebeneffekte	Unihockey kann die Entwicklung eines Kindes günstig beeinflussen. Durch die Einbindung in ein Team erlernt das Kind das soziale Verhalten in einer Gruppe. Die sportliche Betätigung mit ihren unihockeyspezifischen Anforderungen schult vor allem Koordination, Schnelligkeit und Ausdauer, stärkt das Immunsystem und führt zu einer Ausbildung des Herz-Kreislauf-Systems.
Niederlagen	Für Kinder steht beim Unihockey das Spiel und Spass im Vordergrund, ob am Ende ein Sieg oder eine Niederlage resultiert, verliert trotz anfänglicher Enttäuschung oft schnell an Bedeutung. Dies sollte von den Eltern akzeptiert und gefördert werden. Heben sie Positives hervor, loben sie, aber üben sie keinen Druck auf ihr Kind aus.
Passivmitgliedschaft	Ein Passivmitglied nimmt am Trainingsbetrieb teil nicht aber an der Meisterschaft und bezahlt daher einen geringeren Jahresbeitrag und hat keine Verpflichtung zu Helfereinsätzen.
Probetrainings	Während der Saison können wir leider nur beschränkt neue Mitglieder aufnehmen. Deshalb bitten wir interessierte Eltern und Kinder, sich für ein Probetraining zuerst beim Ressortleiter Nachwuchs anzumelden. Ideal ist der Einstieg im Frühling, denn da finden regelmässig Schnuppertrainings statt.
Regeln	Manchmal kann's auch ganz schön hart zur Sache gehen. Unihockey ist eine intensive und schnelle Sportart, aber im Gegensatz zum Eishockey werden Bodychecks oder gefährliche Körperkontakte resolut bestraft. Ausserdem tolerieren wir keine verbalen Attacken oder Beleidigungen.
Regionalität	Die VIPERS InnerSchwyz sind aus der Fusion der Clubs aus Goldau, Steinen und Rothenthurm entstanden und ihr Einzugsgebiet liegt, wie der Name treffend sagt, in der ganzen Innerschweiz. Aus diesem Grund können die Trainings auch in den Nachbargemeinden stattfinden. Um Autofahrten zu den Trainings gering zu halten, empfehlen wir Fahrgemeinschaften mit Eltern aus der gleichen Gemeinde zu bilden.
Spieldauer	Die Spieldauer ist von der Spielklasse und dem Alter abhängig. Während die C- und D-Junioren jeweils zwei Spiele à 2x15 Minuten absolvieren, tragen die U21-Junioren nur ein Spiel über 3x20 Minuten aus.
Stock	Wir empfehlen, den Kindern keine allzu teuren Stöcke zu kaufen, da sie dessen Vorteile noch nicht ausnützen können. Ein zu langer Stock verhindert das Erlernen technischer Spielformen. Kinder benötigen Stöcke, die ihrem Alter und ihrer Grösse entsprechen. Alle Anbieter von Unihockey-Stöcken verfügen über Kindergrössen. Weitere Information dazu finden Sie im beiliegenden Merkblatt.
Swissunihockey	Dabei handelt es sich um den nationalen Unihockeyverband. Der Verband ist zuständig für den Meisterschaftsbetrieb (Lizenzierung, Spielvergabe, Schiedsrichter, etc.) sowie die Nationalauswahlen. Weitere Information finden Sie auf www.swissunihockey.ch
Talente	Das Können eines Juniors und die weiteren Möglichkeiten werden vom Trainer zusammen mit dem Nachwuchsverantwortlichen beobachtet und abgesprochen. Unterforderte Spieler werden in die nächsthöhere Juniorenkategorie zum Trainieren vorgeschlagen und vereinzelt können diese auch in dieser Kategorie die Meisterschaft bestreiten.
Torhüter	Für die Torhüter stellt der Verein Helm, Pulli, Torhüterhose sowie Knieschoner - jeweils gegen Quittung - zur Verfügung. Das ausgehändigte Material ist mit grösstmöglicher Vorsicht zu behandeln!
Trainingszuschauer	Wenn sie während der Trainingseinheiten zuschauen wollen, sind Sie herzlich willkommen, Sie sollten sich allerdings ruhig verhalten. Lassen sie ihr Kind und die anderen in Ruhe spielen, ohne sich mit Anweisungen oder Ratschlägen einzumischen. Ihr Kind wird von sich aus auf sie zukommen, wenn es ihre Hilfe braucht. Der Trainer wird allenfalls für Unterstützung bei den Übungsstunden dankbar sein. Aber sie sollten ihm ihre Hilfe anbieten und mit ihm absprechen, ob und wie sie sich am besten im Sinne der Kinder einbringen können.

Transport	Aus Sicherheitsgründen und um Kosten verursachende Transportmittel zu vermeiden, fahren die Teams der VIPERS InnerSchwyz nicht mit Kleinbussen zu den Meisterschaftsspielen sondern mit Familienautos. Sie sind herzlich dazu eingeladen, sich als Fahrer für die Spiele einzutragen. Bitte beachten Sie auch, dass die Anfahrt zum vereinbarten Treffpunkt durch den Junior organisiert werden muss. Von der Abfahrt bis zur Rückkehr dorthin trägt dann der Trainer die Verantwortung für das Team.
Unihockeyschule	Für unsere Jüngsten bieten wir die Unihockeyschule VIPERLI an. Dabei lernen die Jungs und Mädchen spielerisch die Grundformen des Unihockeys kennen und entwickeln durch ergänzende polysportiven Tätigkeiten die Motorik, Koordination, Schnelligkeit und Ausdauer. Die Unihockeyschule ist kostenlos. Möchte das Kind aber auch an allen anderen Vereinsaktivitäten (z.B. «Chlausabig») teilnehmen, kann es für einen Jahresbeitrag von CHF 30 als VIPERLI dem Verein beitreten.
Vereinsanlässe	Die VIPERS InnerSchwyz wollen die Identität mittels Vereinsanlässen stärken. Zu den festen Bestandteilen gehören die Generalversammlung, der «Chlausabig» sowie das Juniorenlager.
Verhaltenskodex	Die VIPERS InnerSchwyz legen Wert auf ein korrektes Verhalten und nehmen Ihre Verantwortung im Jugendschutz ernst und stellt daher folgenden Verhaltenskodex auf: <ul style="list-style-type: none"> • Ein VIPER benimmt sich auf und neben dem Spielfeld jederzeit korrekt und anständig und repräsentiert auf diese Weise die VIPERS. • Sein Umgangston ist freundlich. Mit Kollegen geht er so um, wie er es auch von ihnen ihm gegenüber erwartet. Negative Äusserungen in der Öffentlichkeit gegenüber Trainer, Betreuer, Mitspieler, Gegner, Schiedsrichter oder Vorstandsmitglieder werden geahndet. • Der Junior erscheint rechtzeitig zum Training, ist entsprechend vorbereitet und nimmt aktiv am Trainingsbetrieb teil. • Er hilft bei Vorbereitungen ebenso mit wie nach dem Training bei Aufräumarbeiten auf dem Feld und in der Garderobe. • An gemeinsamen Anlässen der Junioren ist der Konsum von Alkohol, Nikotin und Schnupftabak verboten. Wer gegen diesen Verhaltenskodex verstösst, kann umgehend vom Verein ausgeschlossen werden!
Verletzungen	Als Eltern sollten sie nicht übervorsichtig sein und überreagieren. Kleinere Unfälle mit Prellungen sind wie beim normalen rumtoben der Kinder keine Seltenheit. Die häufigste Verletzung beim Unihockey sind übertretene Fussgelenke. Deshalb empfehlen wir allen Junioren, sehr gute Turnschuhe zu kaufen, welche auch im regulären Turnunterricht getragen werden können. Gute Schuhe und ein guter allgemeiner Fitnesszustand reduzieren die Verletzungsgefahr nachhaltig. Zusätzlich lassen sich viele Verletzungen durch Aufwärm- und Dehnungsprogramme vermeiden. Der Unihockeystock wiegt etwa 200 g und der Ball bringt dank seinen typischen Löchern nur gerade 23 g auf die Waage. Deshalb braucht ein Unihockeyspieler weder Helm noch Brustpanzer. Es werden zwar Schussgeschwindigkeiten von mehr als 180 km/h erreicht, doch der mit Luft gefüllte Ball kann höchstens blaue Flecken verursachen, wenn er einen nicht bekleideten Körperteil trifft. Im Falle einer Verletzung soll der betreffende Bereich gekühlt werden, was einer Schwellung und grösserer Schmerzentwicklung entgegenwirkt. Die anschliessende Ruhigstellung kann die Beschwerden bei leichteren Verletzungen lindern. Ist dies nicht der Fall, so sollte man zur genaueren Untersuchung einen Arzt aufsuchen.

Verpflegung

Die richtige ausgewogene Ernährung ist für Kinder und Jugendliche generell wichtig und nicht nur in Bezug auf das Unihockey. Eine normale, kohlenhydratreiche Ernährung (etwa mit Nudeln, Brot oder Reis) bildet eine ausreichende Basis für jeden Hobbysportler. Eine solche Mahlzeit sollte bis spätestens 3-4 Stunden vor dem Sport eingenommen werden, in den letzten 1-2 Stunden sollte man jedoch keine belastenden Mahlzeiten (z.B. fettiges Essen) sondern lediglich etwas Leichtes essen.

Weiter ist eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme, sei es im Training oder im Spiel, zwingend. Dies hilft den durch das Schwitzen verursachten Flüssigkeitsverlust auszugleichen. Elektrolytreiche Getränke, Fruchtsaftchorlen oder einfaches Mineralwasser sind empfehlenswert, Limonade und andere Süssgetränke sind dagegen ungeeignet.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache des Spielers. Der Verein lehnt jede Haftung ab.