

Dein Beobachtungs-Spickzettel

Optional. Kein Test. Keine Punkte.

Schau bei mehreren vertrauten Trainings- oder Spielsituationen genauer hin.

Kreuze je Zeile an, was du beobachtest - passend zum Alter und zur Ballstufe.

Nicht gesehen? Wähle „noch nicht beobachtet“. Nicht raten und nicht vergleichen.

Das fällt dir auf	häufig	manchmal	selten	noch nicht beobachtet
Chancen nutzen				
Nutzt einen gut erreichbaren kurzen Ball aktiv.	☐	☐	☐	☐
Versucht nach einem Fehler wieder eine eigene Lösung.	☐	☐	☐	☐
Sicher spielen				
Verbindet mehrere kontrollierte Bälle miteinander.	☐	☐	☐	☐
Findet nach einem Fehler zu ruhigem Spielen zurück.	☐	☐	☐	☐
Bälle gestalten				
Verändert Höhe oder Richtung passend zur Situation.	☐	☐	☐	☐
Probiert neben Tempo auch andere Lösungen aus.	☐	☐	☐	☐
Platz nutzen				
Geht bei einem kurzen Ball kontrolliert nach vorn.	☐	☐	☐	☐
Sucht nach dem Schlag eine passende Position.	☐	☐	☐	☐
Bewegen				
Kommt nach seitlichen Bällen wieder in Bereitschaft.	☐	☐	☐	☐
Spielt aus schwieriger Lage erst einmal sicher zurück.	☐	☐	☐	☐
Nach vorn spielen				
Rückt bei einer günstigen Gelegenheit ans Netz nach.	☐	☐	☐	☐
Bleibt am Netz bereit für den nächsten Ball.	☐	☐	☐	☐
Punkt beginnen				
Hat beim Aufschlag oder Rückschlag eine Richtungsidee.	☐	☐	☐	☐
Ist nach dem ersten Schlag für den nächsten bereit.	☐	☐	☐	☐
Entscheiden				
Unterscheidet sichere Bälle von guten Angriffschancen.	☐	☐	☐	☐
Wählt das Risiko passend zur Spielsituation.	☐	☐	☐	☐
Sich anpassen				
Ändert eine Lösung, wenn sie wiederholt nicht klappt.	☐	☐	☐	☐
Passt sich an andere Gegner oder Bedingungen an.	☐	☐	☐	☐
Wettkampf erleben				
Möchte von sich aus bei Wettkampfspielen mitmachen.	☐	☐	☐	☐
Findet nach Spielen wieder Freude am Training.	☐	☐	☐	☐

Danach die Analyse ausfüllen - mit deinen Beobachtungen im Blick.

Die Kreuze werden nicht in Punkte oder feste Spielertypen übersetzt.

Die Fragen im Tool können differenzierter sein. Den Spickzettel musst du nicht hochladen.