

MAGISTERARBEIT

Erstellung einer multimedialen Lehr- und Lernhilfe für den Trainingsbereich im österreichischen Kinder- und Jugend-Eishockey

Verfasser

Arno Maier

angestrebter akademischer Grad

Magister der Naturwissenschaften (Mag.rer.nat)

Wien, im November 2008

Studienkennzahl lt. Studienbuchblatt:	A 481 / 295
Studienrichtung lt. Studienblatt:	Sportwissenschaften (Stzw) – Gewählte Fächer statt 2. Studienzweig
Betreuer:	Ao. Univ. Prof. Dipl. Ing. Dr. techn. Arnold Baca

Danksagung

Mein besonderer Dank gilt Herrn Univ. Prof. Dipl. Ing. Dr. techn. Arnold Baca und Herrn Dr. Roland Leser, die mich mit unglaublich hoher fachlicher und menschlicher Kompetenz, mit viel Geduld und Verständnis betreut und begleitet haben.

Ganz besonders danke ich auch meiner Familie, meiner Frau Margit und meinen Kindern Marie und Philipp. Sie sind mir immer Unterstützung und Rückhalt gewesen.

Meinen Eltern, Erika und Erich Maier, danke ich dafür, dass sie mir stets liebevoll und motivierend zur Seite gestanden sind.

Meinen herzlichen Dank für ihre Unterstützung möchte ich folgenden Personen aussprechen:

Christoph Brandner, Kurt Eschenberger, Dieter Kalt, Mag.^a Eva Maria Karall, Herbert Pöck und Emanuel Viveiros.

Ich möchte mich auch bei all jenen Menschen ganz herzlich bedanken, die mich während meines Studiums in unterschiedlicher Hinsicht unterstützt haben. Hier möchte ich besonders Frau Mag.^a Karin Schönlieb für die kritische Durchsicht dieser Arbeit danken.

Last but not least danke ich allen Freunden aus dem Eishockeysport, denen ich während meiner Eishockeylaufbahn begegnen konnte. Sie haben wesentlich zu meiner Entwicklung als Eishockeyspieler und auch als Mensch beigetragen.

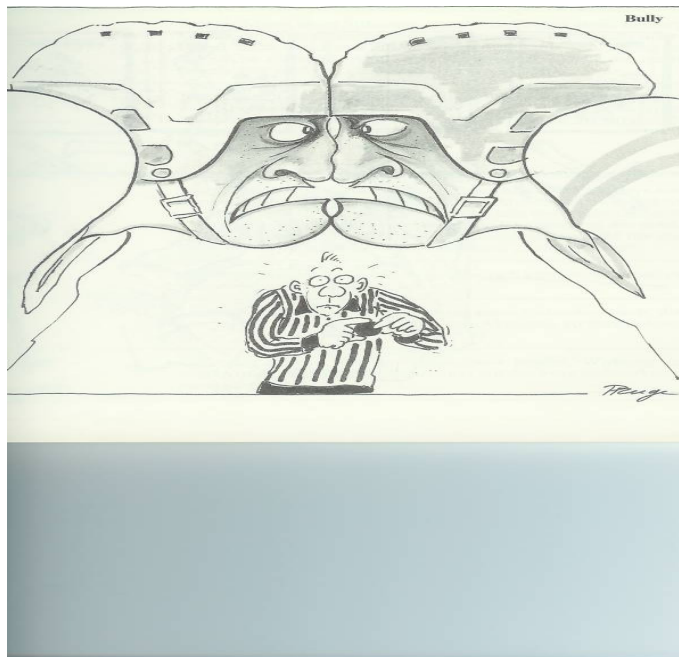
INHALTSVERZEICHNIS

1	EINLEITUNG	11
2	STATUSANALYSE	17
2.1	Ziel	17
2.2	Methodik	17
2.3	Fragestellung	18
2.4	Fragebogen	19
2.4.1	Soziodemografische Inhalte	19
2.4.2	Spezifische Inhalte	19
2.5	Datenerhebung und Feedback	21
2.6	Ergebnisse	23
2.6.1	Beschreibung der Stichprobe	23
2.6.2	Beschreibung der Ausbildungssituation	25
2.6.3	Beschreibung des technischen Niveaus	26
2.6.4	Beschreibung des Trainer-, Trainerinnenwesens	28
3	SOZIAL- UND KULTURGESCHICHTE	35
3.1	Historische Entwicklung	35
3.2	Entwicklung in Europa ab 1910	37
3.3	Entwicklung in Österreich	39
3.3.1	Entstehung des Österr. Eishockeyverbands (ÖEHV)	40
3.3.2	Entwicklung von Eishockey in den österr. Bundesländern	42
4	VERBÄNDE, LIGEN, REGELWERK, AUSBILDUNG	45
4.1	Eishockey-Verbände	45
4.1.1	Internationaler Eishockeyverband (IIHF)	45
4.1.2	Österreichischer Eishockeyverband / Nationale Verbände	45
4.2	Österreichische Eishockey-Ligen	46
4.2.1	Herren-Ligen	46
4.2.2	Damen-Ligen	47
4.2.3	Nachwuchs-Ligen	49
4.3	Regelwerk – Schiedsrichterzeichen	51
4.4	Ausbildung im Eishockeysport	56
4.4.1	Statistische Daten zum Ausbildungsstand	56
4.4.2	Aufbau der Ausbildung	57
5	SPORTWISSENSCHAFTLICHE ASPEKTE	59
5.1	Methodisch-didaktische Aspekte	59
5.2	Methodisch-technische Aspekte	59

5.3	Sportmedizinische Aspekte	61
5.3.1	Verletzungsrisiko im Eishockey	61
5.3.2	Verletzungsprävention	62
5.4	Trainingswissenschaftliche Aspekte	63
5.4.1	Grundlagen der Kondition	63
5.4.2	Komponenten der Leistungsfähigkeit	66
5.4.2.1	Kraft	66
5.4.2.1.1	Maximalkraft und Maximalkrafttraining	66
5.4.2.1.2	Schnellkraft	67
5.4.2.1.3	Kraftausdauer	68
5.4.2.2	Schnelligkeit	68
5.4.2.3	Ausdauer	70
5.4.2.3.1	Aerobe Ausdauer	71
5.4.2.3.2	Anaerobe Ausdauer	71
5.4.2.3	Techniktraining	72
5.4.2.3.1	Koordinative Fähigkeiten	73
5.4.2.3.2	Beweglichkeit	75
5.5	Sportgeräte-technische Aspekte	76
6	EISHOCKEY IM KINDER- UND JUGENDALTER	83
6.1	Einstiegsalter	83
6.2	U8 bis U20 – Altersgruppen	84
6.3	Trainingsgestaltung	86
6.3.1	Allgemeiner Trainingsaufbau	86
6.3.2	Grundlagen für das Erlernen von Eislaufen	87
6.3.3	Periodisierung der Eishockeysaison	89
6.4	Trainingsplan	90
6.5	Implementierungsversuch – Schule und Eishockey	91
6.6	Learn to Play Programm (IIHF)	94
6.7	Die Rolle der Eltern und Verhaltensregeln	95
6.7.1	Elternabend	95
6.7.2	Gestaltung eines Elternabends	95
6.7.3	Fair Play – Grundregeln	98
7	MULTIMEDIALES LEHR- UND LERNMITTEL	103
7.1	Multimediale Lehr- und Lernmittel im Internet	103
7.2	Internetplattform – Sport Multimedial	105
7.2.1	Strukturelle Bedingungen	105
7.2.2	Content Management System – CMS „Typo3“	107
7.3	Verwendung von Videomaterial	108
7.4	Erstellung des Videomaterials	109

7.5	Präsentation des multimedialen Lehrmittels	112
7.5.1	Eislauftechnik – Vorwärtslauf	114
7.5.2	Eislauftechnik – Rückwärtslauf	124
7.5.3	Eislauftechnik – Drehungen	130
8	ZUSAMMENFASSUNG	133
9	LITERATUR- UND ONLINEVERZEICHNIS	137
10	ABBILDUNGS- UND TABELLENVERZEICHNIS	141
ANHANG		
	Abstract (Deutsch)	145
	Abstract (English)	146
	Erklärung	147
	Fragebogen	149
	Auswertungstabellen	156
	Curriculum Vitae	163

für Margit, Marie und Philipp



(Cartoon: Alpers & Ruge, 2002)

1 EINLEITUNG

Ziel dieser Arbeit ist, dass sie Studierenden, Absolventen und Absolventinnen der Sportwissenschaft die Möglichkeit bietet, konkrete Einblicke in verschiedene Themenbereiche des Eishockeysports zu gewinnen. Zudem soll durch die Inhalte diese Arbeit auch das Interesse der Studierenden für den Eishockeysport geweckt werden, da zum einen die Sportart Eishockey am Institut für Sportwissenschaften nicht unterrichtet wird und zum anderen bis dato (Oktober 2008) keine multimediales Lehr- und Lernmittel auf der Internetplattform Sport Multimedial des Instituts für Sportwissenschaft zu Eishockey für die Studierenden zur Verfügung steht.

Die Idee zu dieser Diplomarbeit entstand während meiner Tätigkeit als Cheftrainer für den Nachwuchs beim Verein EC Pewag Tigers Kapfenberg.

Ich habe im Jahr 2000 daran mitgearbeitet ein Trainingscamp für jugendliche Eishockeyspieler und -spielerinnen in Kapfenberg durchzuführen.

Als Trainingsinhalte standen unter anderem mehrmals sogenannte Videoanalysen auf dem Programm, zu denen den Teilnehmenden Videoaufnahmen von berühmten Eishockeyspielern gezeigt wurden.

Die Aufnahmen enthielten Spielszenen mit Beispielen zu Torschüssen, zur Verteidigung, zu Bodychecks oder zu Tormännern mit ihren besten gehaltenen Schüssen auf das Tor. Bei allen gezeigten Videos waren ausschließlich internationale Eishockeyspieler zu sehen. Zudem waren die Kommentare der gezeigten Videos zumeist in englischer Sprache bzw. wurden in die englische Sprache übersetzt und waren somit für die meisten Teilnehmer, Teilnehmerinnen der Videoanalysen kaum zu verstehen.

Es gibt viele österreichische Eishockeyspieler und -spielerinnen, die ein technisch ausgezeichnetes Eishockey spielen und die Erfolge erzielt haben, welche die eishockeyinteressierte Sportwelt begeisterten. Diese Tatsache soll den Studierenden mit dieser Arbeit vermittelt werden.

Die vorliegende Diplomarbeit setzt sich aus insgesamt drei Teilbereichen zusammen, die folgend beschrieben werden können:

TEIL A – Statusanalyse

Der erste und empirische Teil beschäftigt sich mit einer Statusanalyse, die mittels Fragebogenuntersuchung an einer Stichprobe österreichischer Eishockeytrainer und

-trainerinnen im Nachwuchsbereich durchgeführt wird. Ziel der Statusanalyse ist, Einblicke in den Trainingsbereich des österreichischen Eishockeysports zu ermöglichen. Im Kontext dieser Untersuchung soll den Fragen nachgegangen werden, ob die Trainer und Trainerinnen des österreichischen Nachwuchseishockeysports ausreichend qualifiziert sind, um ihren Schülern und Schülerinnen grundlegende Elemente des Schlittschuhlaufens entsprechend vorzeigen und erklären können. Des Weiteren wird untersucht, ob die im modernen Eishockeysport unerlässliche Methode der Videoanalyse im Ausbildungs- und Trainingsbereich angewendet wird. Die Statusanalyse dient letztlich auch der Legitimation der Erstellung des Lehr- und Lernmittels im Rahmen dieser Diplomarbeit.

Zum Erhalt der gewünschten Informationen wird ein Fragebogen erarbeitet, der insgesamt vier thematisch abgegrenzte Abschnitte aufweist. Der Fragebogen wird anschließend per Mail in einem sogenannten Schneeballverfahren an etwa 150 aktive Eishockeytrainer und -trainerinnen gesendet. Die Auswertung der Daten wird mittels Deskriptivstatistik durchgeführt. Die Fragebogenuntersuchung gibt nicht nur Studierenden der Sportwissenschaft bzw. anderen interessierten Personen einen Einblick in den Trainer- und Trainerinnenbereich der österreichischen Eishockeyszene, sondern bietet zudem den für den Ausbildungsbereich im österreichischen Eishockey Verantwortlichen Anregungen für die Modifikation von Aus- und Weiterbildungskonzepten.

TEIL B – Theoretischer Teil

Der zweite und theoretische Teil soll nicht nur die historische Entwicklung von Eishockey aufzeigen, sondern gleichzeitig fundierte theoretische Grundlagen dieser Sportart vermitteln. Deshalb beschäftigt sich diese Arbeit zu Beginn mit der historischen Entwicklung der Sportart Eishockey und geht dabei von den ersten Funden aus, die möglicherweise dem Eislaufen zugeordnet werden können, bis hin zur Darstellung des heutigen modernen Eishockeys. Besondere Berücksichtigung findet in diesem Kapitel die Entwicklung von Eishockey in Europa ab 1910 und im Speziellen die des österreichischen Eishockeys.

Im Anschluss daran wird auf unterschiedliche Eishockeyverbände eingegangen sowie auf die in Österreich bestehenden Ligen. Ein Einblick in das umfangreiche Regelwerk der Sportart sowie in den Aufbau der Ausbildung zum Eishockeytrainer, zur Eishockeytrainerin wird ebenfalls gegeben.

Weiters wird auf unterschiedliche sportwissenschaftliche Themenbereiche Bezug genommen. Dabei werden zunächst methodisch-didaktische Aspekte betrachtet, welche die Notwendigkeit des Erlernens der Grundvoraussetzung für das Eishockey, das

Schlittschuhlaufen, verdeutlichen. Sportmedizinische Aspekte gehen einerseits auf den Bereich des Verletzungsrisikos in dieser Sportart ein, andererseits auf Möglichkeiten der Verletzungsprävention. Trainingswissenschaftliche Aspekte betrachten die geforderte Leistungsfähigkeit, die Eishockeyspieler und -spielerinnen aufweisen müssen. Die Leistungsfähigkeit wird dabei unter konditionellen und technischen Gesichtspunkten differenziert betrachtet. Da die Ausrüstung für den Eishockeyspieler, die Eishockeyspielerin von großer Bedeutung ist, werden auch die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände beschrieben.

Da sich diese Arbeit im Speziellen mit der Thematik des Eishockeynachwuchses beschäftigt, wird diesem Bereich ein eigenes Kapitel gewidmet. Zudem soll auch hier den Sportstudenten und -studentinnen, diese für die Zukunft des österreichischen Eishockeysports wichtige Thematik näher gebracht werden. Deshalb wird in diesem Kapitel zunächst auf das „richtige“ Anfangsalter eingegangen und danach werden die unterschiedlichen Altersgruppen beschrieben. Da die Trainingsgestaltung im Nachwuchsbereich von großer Bedeutung ist, wird auch darauf Bezug genommen, ebenso auf die Unterschiede bei Wettkampfspielen im Kindes- und Jugendalter. Die Rolle der Eltern als mögliche Unterstützungspersonen wird oftmals unterschätzt. Welche Wichtigkeit sie jedoch aufweisen, soll ebenfalls gezeigt werden.

TEIL C – Praxisbezogener Teil

Für den dritten Teil dieser Arbeit war ursprünglich die Erstellung eines multimedialen Lehr- und Lernmittels in Form einer DVD geplant. Dieser Plan wurde jedoch verworfen, da der Autor in Gesprächen sowohl von Studierenden als auch von Trainerkollegen und -kolleginnen ersucht wurde, ein Lehr- und Lernmittel für den Eishockeysport im Internet vorzustellen, da es wesentlich einfacher zugänglich sei und keine zusätzlichen Kosten verursache. Darüber hinaus wird damit das Sportartenmodul auf der Internetplattform Sport Multimedial durch die Sportart Eishockey konstruktiv ergänzt.

Deshalb wird im dritten und praxisbezogenen Teil die Erstellung des multimedialen Lehr- und Lernmittels auf der Internetplattform Sport Multimedial beschrieben. Dazu wird zunächst Bezug auf die Internetplattform Sport Multimedial genommen, auf der relevante Teile dieser Diplomarbeit vor allem Studierenden der Sportwissenschaft, jedoch auch am Thema interessierten und eishockeykundigen Personen zugänglich gemacht wird. Auf dieser Internetplattform, die vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien kostenlos zur Verfügung gestellt wird, sind zum Zeitpunkt der Verfassung dieser Arbeit bereits 24 verschiedene Sportarten angeführt. Um auf dieser Plattform publizieren zu können, müssen, die komplexen und systematisch strukturierten inhaltli-

chen Vorgaben des Instituts eingehalten werden. Des Weiteren wird auf das verwendete Content Management System (CMS) Typo3 näher eingegangen und dessen Vor- und Nachteile aufgezeigt. Die Beschreibung der Navigation auf der Internetplattform Sport Multimedial erfolgt am Beispiel des Submenüpunkts „Bewegungswissenschaftliche Aspekte“. Dazu werden zu Illustrationszwecken Screenshots aus Typo3 mit den für Eishockey typischen Eislauft Techniken eingefügt.

Abschließend erfolgt eine Zusammenfassung dieser Arbeit.

EMPIRISCHER TEIL

2 STATUSANALYSE

2.1 Ziel

Ziel der Statusanalyse ist es, unterschiedliche Aspekte des Trainer- und Trainerinnenwesens im österreichischen Eishockeysport aufzeigen zu können. Die aus der Untersuchung resultierenden Ergebnisse sollen zunächst Einblicke zum technischen Niveau der Trainer und Trainerinnen ermöglichen und zwar speziell in Hinsicht auf deren technisches und didaktisches Können. Zum anderen, ob und wie in dieser Sportart die sportwissenschaftlich fundierte Methode der Videoanalyse verwendet wird, die in der modernen Sportwelt sowohl für die Analyse von Spielen eines Teams als auch zur Analyse individueller Eishockeytechniken unerlässlich ist. Die Zusammenarbeit zwischen sportwissenschaftlich ausgebildeten Personen und Verantwortlichen im Eishockeysport ist für erfolgreiche sportliche Leistungen unbedingt erforderlich, unabhängig davon, ob in Bezug auf die Trainings an sich, oder im Ausbildungsbereich. Nur damit kann die optimale und moderne Betreuung der Spieler und Spielerinnen gewährleistet werden. Deshalb wird anschließend die Untersuchung zu den oben genannten Interessensgebieten von ihrer Planung bis zu ihrer Auswertung vorgestellt.

2.2 Methodik

Zunächst wird ein Fragebogen konstruiert, der in vier Abschnitte unterteilt ist, die folgende Themenbereiche beinhalten: 1) Fragen zur Soziodemografie der untersuchten Übungsleiter, Übungsleiterinnen, Lehrwarte, Lehrwartinnen sowie Trainer¹, 2) Fragen zu ihrem Ausbildungsstand, 3) Fragen zu ihrem technischen Niveau und 4) Fragen zum Trainer- und Trainerinnenwesen an sich. Dazu werden insgesamt 61 Fragen ausgearbeitet, in einem, auf einem Word-Formularfelder-Format basierenden, Fragebogen zusammengefasst und per Mail in einem Schnellballverfahren² an österreichische Eishockeytrainer und -trainerinnen versendet. Nach der oben angeführten Statistik können derzeit 468 Personen als potenzielle Zielgruppe angesehen werden. Es wird jedoch

¹ In Folge wird aufgrund der besseren Lesbarkeit das Wort Trainer bzw. Trainerin synonym für die drei unterschiedlich ausgebildeten Personengruppen verwendet.

² Ein Schneeballverfahren ist dann gegeben, wenn eine Person aus einer Stichprobe weitere Personen aussucht, um denen ebenfalls z.B. einen Fragebogen weiterzuleiten. Letztgenannte suchen sich ebenfalls wieder geeignete Personen aus, denen sie, wie hier den Fragebogen wiederum weiter schicken.

davon ausgegangen, mittels dem durchgeführtem Schneeballverfahren ca. 150 bis 200 Personen aus dieser Zielgruppe zu erreichen. Die retournierten Daten werden anschließend einer deskriptiv-statistischen³ Analyse unterzogen, die Ergebnisse dem entsprechend präsentiert.

Die Ermittlung, der dazu erforderlichen Kennwerte erfolgt mit dem Programmpaket SPSS 13.0 für Windows.

2.3 Fragestellung

Es wird von der Hypothese ausgegangen, dass in professionellen Eishockeytrainings im Nachwuchsbereich Basiselemente wie z.B. Eislauf-, Brems- und Schusstechniken trainiert werden müssen, um die stetige technische Weiterentwicklung der jungen Eishockeyspieler und -spielerinnen gewährleisten zu können. Daraus ergibt sich, dass die österreichischen Eishockeytrainer und -trainerinnen das technische und didaktische Know-how mitbringen, um ihren Schülern und SchülerInnen technische Bewegungsabläufe sowohl vorzeigen, als auch erklären zu können. Dieser Annahme soll in der ersten Fragestellung nachgegangen werden.

Fragestellung 1: Österreichische Eishockeytrainer und -trainerinnen sind entsprechend qualifiziert, um ihren Schülern und Schülerinnen technische Bewegungsabläufe korrekt vorzeigen und sie ihnen auch verbal erklären zu können.

Es kann als eine Tatsache angesehen werden, dass es in der modernen und professionellen Sportwelt üblich ist, Bewegungsabläufe mittels Video aufzuzeichnen, um sie einer späteren Analyse unterziehen zu können. Dabei werden die Aufzeichnungen sowohl zur Analyse von technischem Können bzw. zur Analyse von taktischen Spielzügen von gegnerischen Teams durchgeführt, als auch zur Analyse von Bewegungsabläufen, die ausschließlich dazu dienen, mögliche technische Schwächen von Eishockeyspielern und -spielerinnen, jedoch auch von Trainern und Trainerinnen zu erkennen und sie durch gezielte Übungen zu verbessern. Daraus ergibt sich die zweite Fragestellung:

³ Die deskriptive Statistik dient der Beschreibung von Daten, die mittels Tabellen, Grafiken und einfachen statistischen Kennwerten, wie z.B. Mittelwert oder Median dargestellt werden (Clauß, Finze & Partsch, 1994).

Fragestellung 2 Österreichische Eishockeytrainer und -trainerinnen nutzen die Möglichkeiten von Videoanalysen, um technische Bewegungsabläufe ihres Teams oder einzelner Spieler und Spielerinnen analysieren zu können, sind mit der Technik von Videoanalysen vertraut und können die aufgezeichneten Bewegungsabläufe auch erklären.

2.4 Fragebogen

2.4.1 Soziodemografische Inhalte

Die soziodemografischen Fragen zur Person der Trainer und Trainerinnen umfassen 10 Fragen⁴ mit folgendem Inhalt:

Nr.	Fragen zur Person (10 Fragen)
1	Geschlecht
2	Alter
3	Höchste abgeschlossene Schulbildung
4	Derzeit ausgeübter Beruf
5	Spielen Sie aktiv Eishockey?
6	Seit wann spielen Sie Eishockey?
7	Spielen Sie Eishockey in einem Verein?
8	In welcher Liga spielen Sie bzw. haben sie Eishockey gespielt?
9	Wie viele Stunden in der Woche wenden Sie ca. für das Spielen von Eishockey bzw. fürs Training auf?
10	Welchen österreichischen Eishockeyspieler bzw. welche Eishockeyspielerin erachten Sie für erwähnenswert, weil er/sie Ihrer Meinung nach sehr gutes Eishockey spielt? Ich habe keine Vorbilder im österreichischen Eishockey

2.4.2 Spezifische Inhalte

Die spezifischen Fragen zur Ausbildung, zum technischen Können und zum Trainer- und Trainerinnenwesen an sich, sind dem entsprechend in drei Abschnitte unterteilt und umfassen insgesamt 51 Fragen:

⁴ Der Fragebogen kann im Anhang nachgelesen werden.

Nr.	Fragen zur Ausbildung (Fünf Fragen)
11	Ihre derzeit höchste abgeschlossene Eishockey-Ausbildung ist ...
12	Sind multimediale Lehr- und Lernmittel in Ihrer Ausbildung bzw. in Trainings gezeigt worden, in denen Sie genau nachvollziehen konnten, wie bestimmte Eislauftechniken und Bewegungsabläufe ausgeführt und erklärt werden? 12a: Wenn Ja, welches Medium ist verwendet worden?
13	Konnten Sie durch die Verwendung eines multimedialen Lehrmittels in Ihrer Ausbildung bzw. in Trainings über Bewegungsabläufe bzw. Eislauftechniken und deren Erklärung etwas lernen?
14	Für wie sinnvoll erachten Sie es, in Ausbildungen bzw. in Trainings multimediale Lehrmittel, die Eislauftechniken und Bewegungsabläufe zeigen und erklären, zu verwenden?

Nr.	Allgemeine Fragen zum technischen Niveau (Fünf Fragen)
15	In wie fern treffen folgende Aussagen auf Sie zu? • Ich denke, dass ich sehr gut Eislaufen kann. • Ich denke, dass ich technisch sehr gut Eishockey spiele. • Ich beherrsche die Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen. • Ich kann die Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen erklären. • Ich kenne das Regelwerk für Wettkampfspiele.

Nr.	Fragen zum Beherrschen von Eislauftechniken (14 Fragen)
16	Wie gut beherrschen Sie folgende Eislauftechniken? • Drehung rückwärts auf vorwärts • Drehung vorwärts auf rückwärts • Kanadierbogen • Rückwärtsfahren • Rückwärts-Start • Rückwärts-Stopp • Rückwärts-Übersetzen • Rückwärts-Übersteigen • Übersetzen im Vorwärtslauf • Vorwärtsfahren • Vorwärts-Start • Vorwärts-Übersteigen • mehrere Formen von Rückwärts-Stopps • mehrere Formen von Vorwärts-Stopps

Nr.	Fragen zum erklären Können von Eislauftechniken (14 Fragen)
17	Wie gut können Sie anderen folgende Eislauftechniken erklären? • Drehung rückwärts auf vorwärts • Drehung vorwärts auf rückwärts • Kanadierbogen

- Rückwärtsfahren
- Rückwärts-Start
- Rückwärts-Stopp
- Rückwärts-Übersetzen
- Rückwärts-Übersteigen
- Übersetzen im Vorwärtslauf
- Vorwärtsfahren
- Vorwärts-Start
- Vorwärts-Übersteigen
- mehrere Formen von Rückwärts-Stopps
- mehrere Formen von Vorwärts-Stopps

Nr.	Fragen zum Trainer- und Trainerinnenwesen (13 Fragen)
18	Ich habe bereits Trainings für ... geleitet.
19	Sind Sie regelmäßig oder gelegentlich als Trainer, als Trainerin tätig?
20	Wie viele Stunden in der Woche wenden Sie ca. für Ihre Trainer/in-Aktivität (Vorbereitungen, Gespräche, Planung etc.) auf?
21	Wie lange im Vorhinein planen Sie ca. Ihre Trainings?
22	Haben Sie bereits multimediale Lehr und/oder Lernhilfen, die Eislauftechniken zeigen und erklären, verwendet?
23	Wenn Sie bereits multimediale Lehr- bzw. Lernhilfen verwendet haben, welches Medium war das?
24	Was spricht gegen die Verwendung eines multimedialen Lehrmittels?
25	Ich habe bereits ein Eishockey-Spiel meines Teams auf Video aufgezeichnet, um anschließend die Eislauftechniken bzw. die taktischen Spielzüge analysieren zu können.
26	Ich habe bereits einen Spieler, eine Spielerin (einzeln) auf Video aufgezeichnet, um seine/ihre Eislauftechnik analysieren zu können.
27	Für wie nützlich erachten Sie im Allgemeinen die Analyse von Spielen bzw. Eislauftechniken, die auf Video aufgezeichnet wurden?
28	Ich bin mit der Technik der Analyse von auf Video aufgezeichneten Eislauftechniken vertraut.
29	Ich kann anderen, die durchgeführte Eislauftechnik eines/einer auf Video aufgezeichneten Spielers, Spielerin erklären.
30	Wenn ich bei einer Eislauftechnik unsicher bin, wie sie exakt ausgeführt wird bzw. erklärt werden kann ... sehe ich mir an/Frage ich ...

2.5 Datenerhebung und Feedback

Die Datenerhebung wurde im August 2008 durchgeführt. Zur Erfassung der Daten werden an eine ausgesuchte Zielgruppe Mails, mit einem erklärenden Begleitschreiben sowie dem angehängten Fragebogen gesendet. Die Zielgruppe sendet in Folge das Mail ihrerseits wieder an andere mögliche Untersuchungspersonen weiter (Schneeballverfahren). Von den insgesamt 468 derzeit in Österreich registrierten Trainern und

Trainerinnen konnten damit 159 erreicht werden. Davon haben 64 den Fragebogen ausgefüllt zurückgesendet (Rücklaufquote ca. 41%). Von den 64 retournierten Fragebögen mussten jedoch 15 ausgeschieden werden, da sie nicht der Zielgruppe entsprachen, keine Eishockeytrainer bzw. -trainerinnen sind. Somit werden die statistischen Kennzahlen aus den Angaben in 49 Fragebögen berechnet.

Dem Verfasser wurde von sieben Untersuchungspersonen ein Feedback zur Untersuchung gegeben. Alle sieben Personen haben rückgemeldet, sich über das Engagement für den österreichischen Eishockeysport gefreut zu haben, dass sie leicht mit dem Ausfüllen des Fragebogens zurechtgekommen sind sowie, dass sie Interesse an den Ergebnissen und vor allem an der Arbeit im Internet hätten.

2.6 Ergebnisse

2.6.1 Beschreibung der Stichprobe

Insgesamt haben 49 Trainer⁵ (n=49, männlich=100%) der Fragebogenerhebung teilgenommen⁶. Der Alterdurchschnitt liegt bei 35,7 Jahren, wobei die jüngsten Personen 22 Jahre alt sind und die ältesten 58 Jahre. Das Bildungsniveau der Trainer ist als relativ hoch zu bezeichnen, da 24,5% zumindest Maturaniveau und 46,9% einen Fachhochschul- bzw. Universitätsabschluss aufweisen. Die meisten (46,9%) sind in unterschiedlichen Bereichen als Angestellte tätig (z.B. im Versicherungswesen, bei Banken, im IT-Bereich). Lediglich sieben Personen (14,3%) arbeiten hauptberuflich als Trainer. 85,7% spielen aktiv Eishockey in einem Verein. Die bisher Eishockey gespielte Zeit liegt durchschnittlich bei ca. 21,5 Jahren. Wie in Abbildung 1 dargestellt, spielen die meisten der Untersuchungsteilnehmer in der Hobbyliga (37%), gefolgt von jenen, die in der Landesliga spielen (31%). 8% spielen in der Oberliga und insgesamt 24% spielen in den beiden höchsten Ligen in Österreich, der 1. (Erste Bank Eishockey Liga) und 2. Liga (Nationalliga).

⁵ Da in die deskriptiv-statistischen Berechnungen ausschließlich männliche Untersuchungsteilnehmer eingehen, wird die Auswertung in der männlichen Sprachform verfasst.

⁶ Die Ergebnistabelle zur Beschreibung der Eishockeyspieler ist im Anhang.

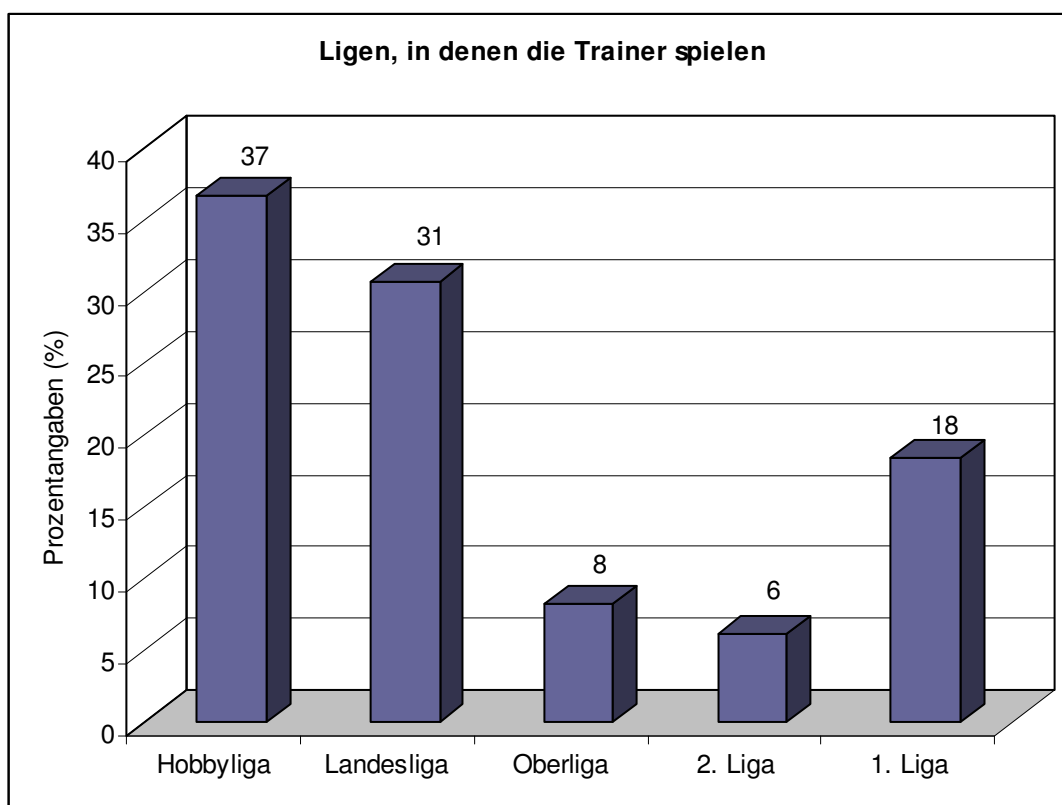


Abb. 1: Ligen, in denen die befragten Trainer spielen

Beinahe alle (ca. 91%) haben einen Trainingsaufwand zwischen einer und neun Stunden in der Woche. Die restlichen Trainer (9%) führen an, zwischen 15 und 20 Stunden je Woche zu trainieren.

Da sie ein sehr gutes Eishockey spielen erachtet die Untersuchungsgruppe folgende, in Tabelle 1 angeführte österreichische Eishockeyspieler für erwähnenswert.

	Nennungen	%
Thomas Vanek	33	67
Dieter Kalt (jun.)	11	22
Oliver Setzinger	7	14

Tab. 1: Nennungen österreichischer Eishockeyspieler

Unter den erwähnten Namen sind auch zwei Eishockeyspielerinnen angeführt: Eva-Maria Schwärzler und Claudia Weidinger.

2.6.2 Beschreibung der Ausbildungssituation

Die meisten der Eishockeytrainer (44,9%) haben eine Ausbildung zum Lehrwart absolviert, denen folgen jene mit einer Ausbildung zum Übungsleiter (30,6%). 24,5% sind A-Lizenz Trainer.

61,2% geben an, dass keine multimedialen Lehrmittel während ihrer Ausbildung verwendet worden sind. Bei jenen (38,8%), in deren Ausbildung multimediale Lehrmittel zur Verfügung standen, wurden von den Ausbildungstrainern zumeist Lehrmittel in Form von DVDs (26,5%) und Videos (24,5%) verwendet. Beinahe alle (94,7%) von jenen, die multimediale Lehrmittel im Ausbildungsunterricht kennen gelernt haben, führen an, dass sie dadurch nicht nur sehr viel lernen konnten, sondern sie deshalb nun auch Eislauftechniken besser verstehen und erklären können.

Wie in Abbildung 2 deutlich wird, sind ca. 86% der befragten Eishockeytrainer der Meinung, dass sie die Verwendung multimedialer Lehrmittel im Bereich der Eishockeysausbildung grundsätzlich für sehr sinnvoll bis sinnvoll erachten.

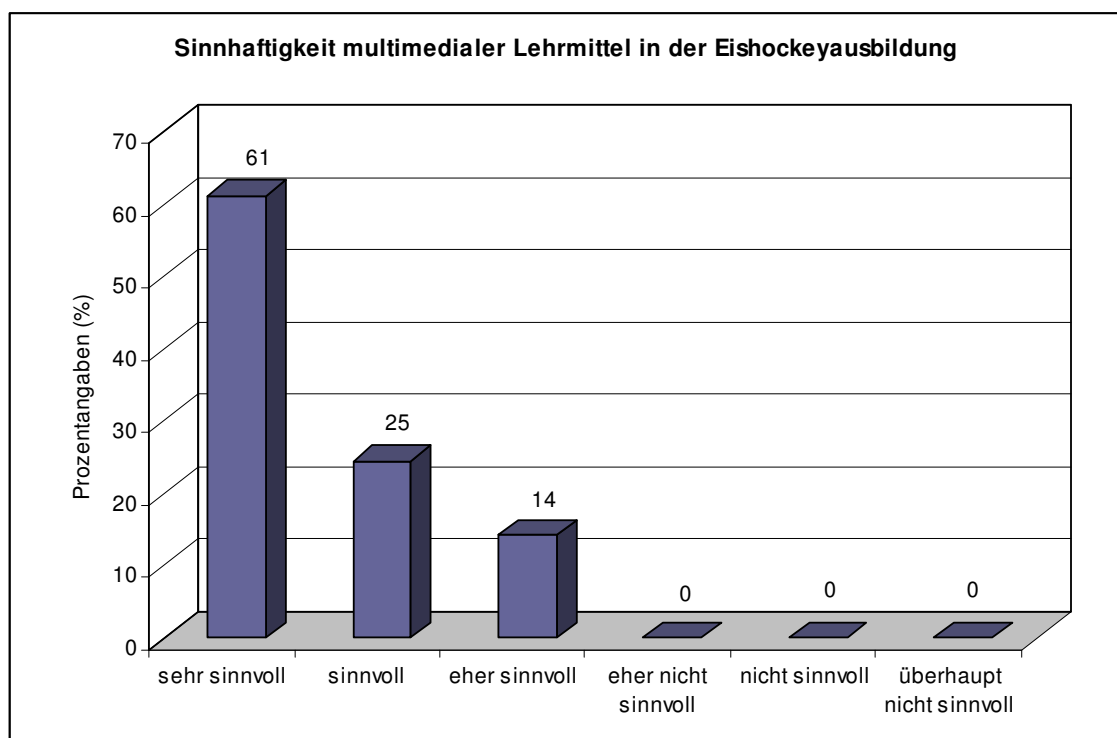


Abb. 2: Sinnhaftigkeit multimedialer Lehrmittel in der Eishockeysausbildung

2.6.3 Beschreibung des technischen Niveaus

Grundsätzlich ist zu sagen, dass die Antworten auf die allgemeine Frage nach den Grundbedingungen des Eislaufens relativ gut ausfallen, wie sich in Abbildung 3 zeigt. Dennoch ist zu bedenken, dass sich ca. 35% als technisch weniger gute Eishockeyspieler einschätzen, ca. 33% die Grundformen des Eislaufens anderen nicht gut erklären können und immerhin knapp ein Viertel (22%) der Ansicht ist, dass sie selbst die Grundformen des Eislaufens nicht gut beherrschen.

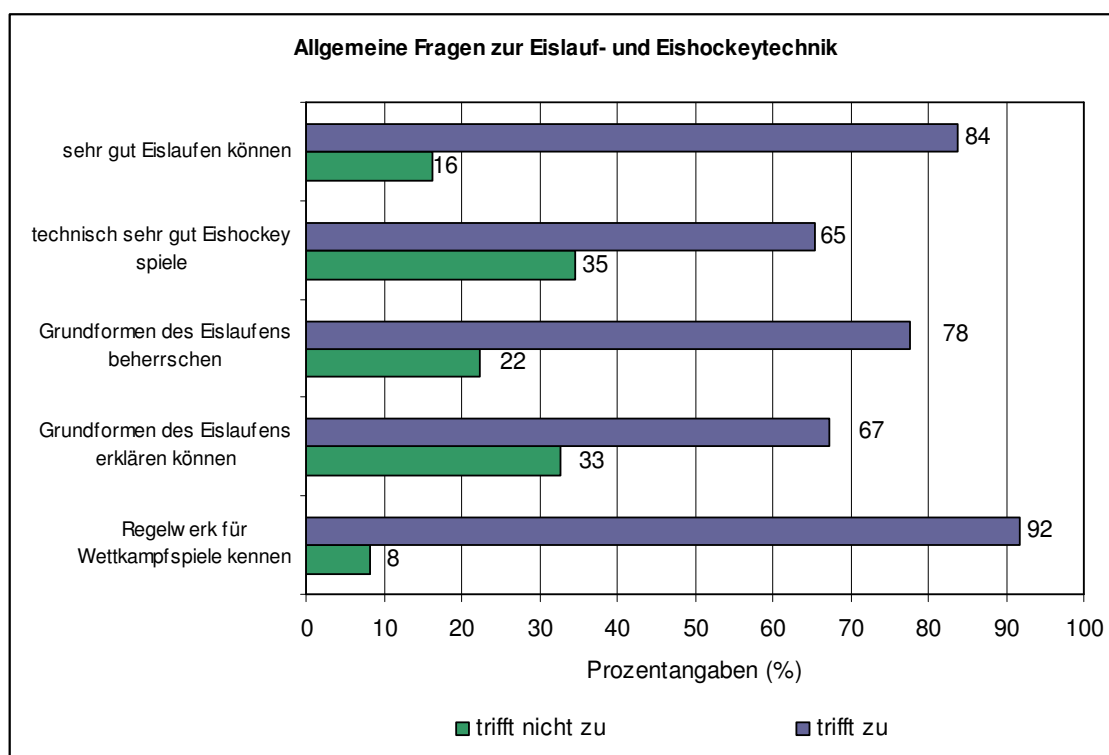


Abb. 3: Allgemeine Fragen zur Eislauf- und Eishockeytechnik

**vw = vorwärts, rw = rückwärts

Wie in Abbildung 4 dargestellt, ist das technische Niveau der befragten Trainer ebenfalls als relativ gut zu bezeichnen, da von deutlich mehr als der Hälfte (67,3%) alle Eislauftechniken sehr gut bis gut beherrscht werden. Bei genauerer Betrachtung zeigt sich jedoch, dass, wenn Schwächen im Bereich der Technik angeführt werden, diese vor allem in Techniken begründet liegen, die mit einer Rückwärtsbewegung zu tun haben. Hier sind vor allem das rückwärts Übersteigen, der rückwärts Start sowie verschiedene Formen von rückwärts Stopps zu erwähnen.

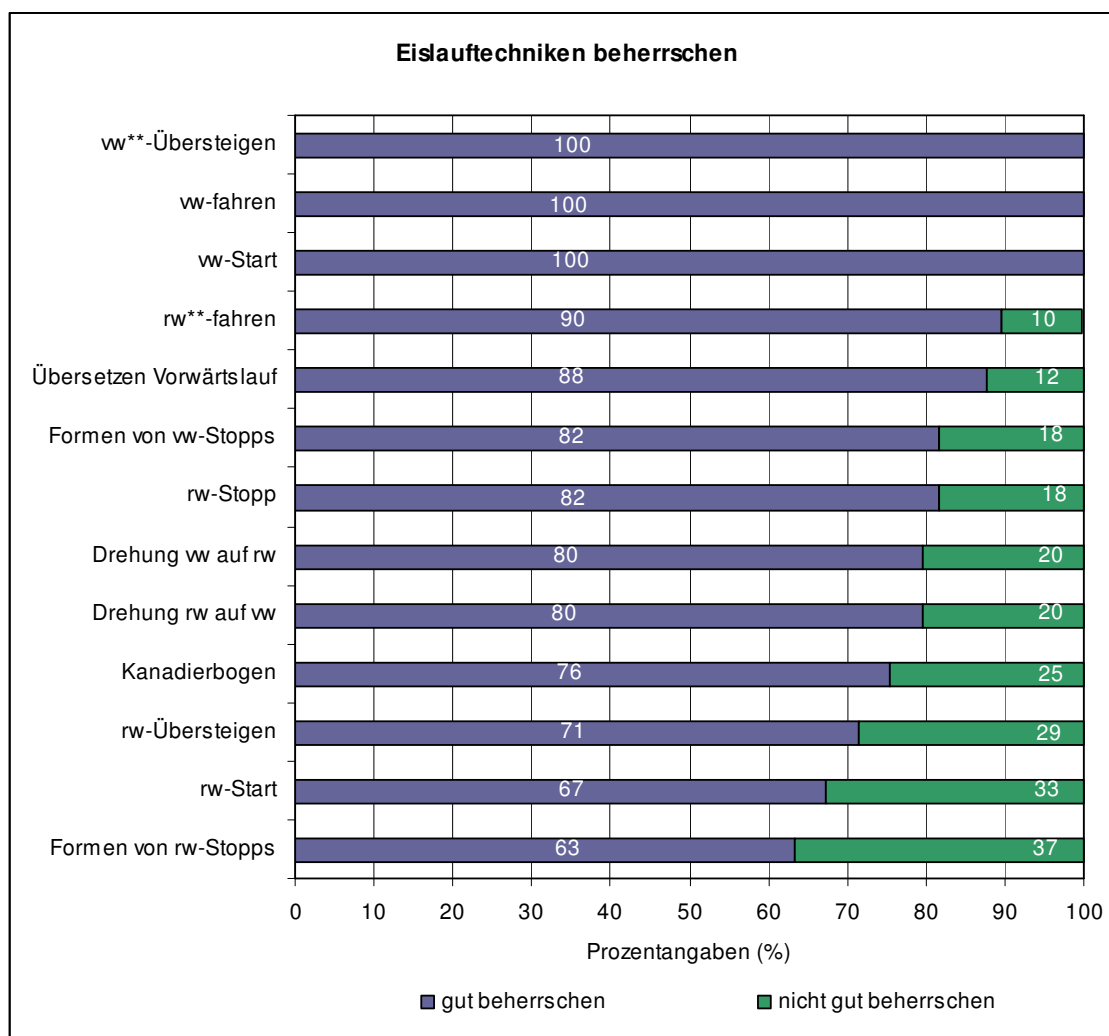


Abb. 4: Eislauftechniken beherrschen

**vw = vorwärts, rw = rückwärts

Das erklären Können von Eislauftechniken ist im Trainingsbereich unerlässlich, da bei nicht adäquaten Erklärungen inkorrekte Fahrtechniken eingeübt werden könnten, die letztlich nur sehr schwierig zu korrigieren sind. In diesem Bereich sind die Ergebnisse deutlich weniger gut, als jene zur Einschätzung des eigenen Fahrkönnens. Wie in Abbildung 5 deutlich wird, lassen sich auch hier vor allem Schwächen im Bereich des erklären Könnens unterschiedlicher Formen von Rückwärtsbewegungen erkennen.

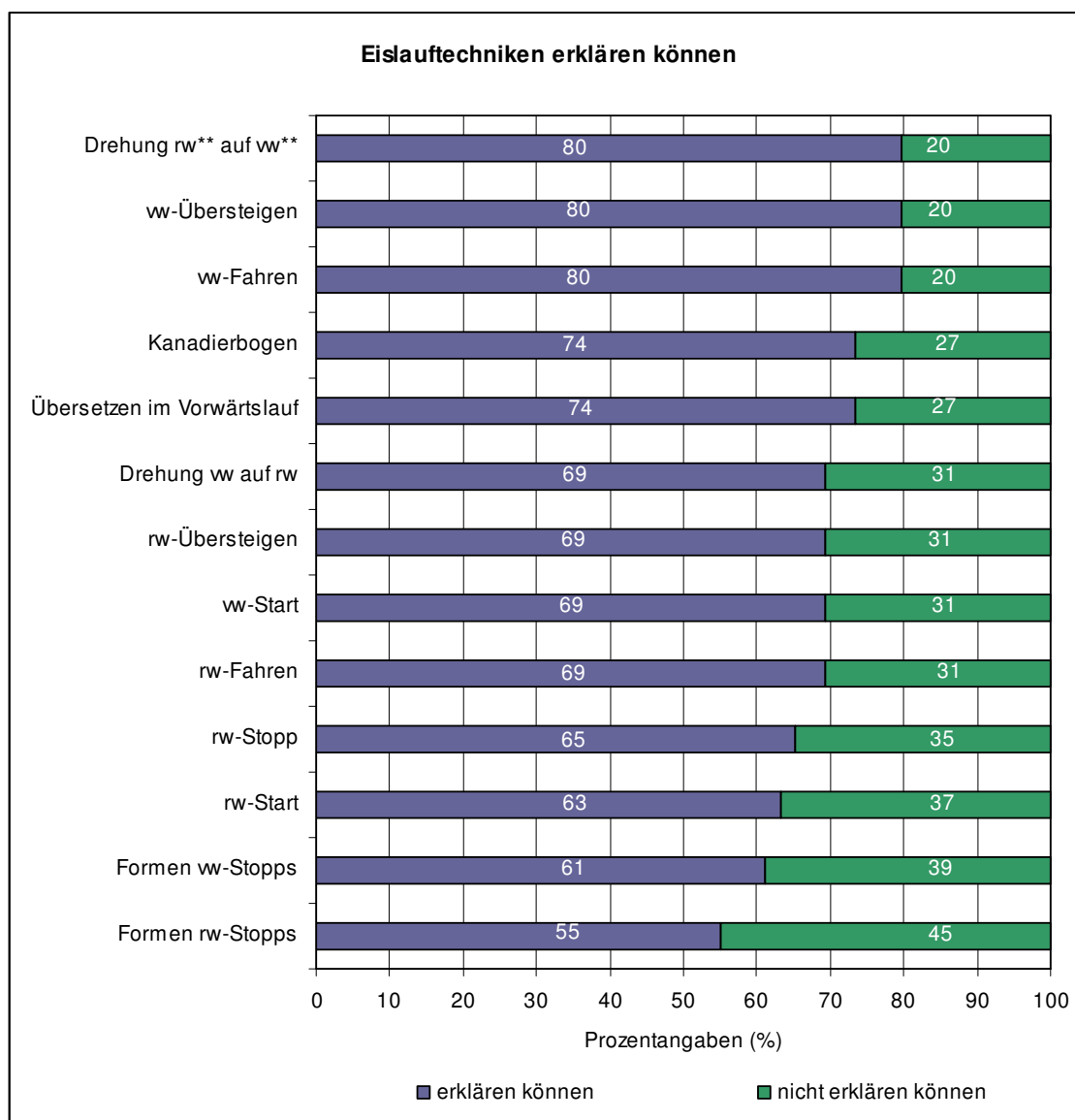


Abb. 5: Eislauftechniken erklären können

**vw = vorwärts, rw = rückwärts

2.6.4 Beschreibung des Trainer-, Trainerinnenwesens

Die meisten der Trainer (46,9%) haben Trainings für Kinder und für Erwachsene geleitet, 30,6% trainierten bisher im Nachwuchsbereich und 22,4% im Erwachsenenbereich. 63,3% sind dabei regelmäßig als Trainer tätig, 36,7% gelegentlich.

Den zeitlichen Aufwand, den die Trainer für ihre Traineraktivitäten (wie z.B. für Vorbereitungen, Besprechungen, zur Planung von Trainings) haben, ist sehr unterschiedlich. 65,3% wenden dafür zwischen einer halben und vier Stunden je Woche auf, 20,4%

zwischen fünf und 10 Stunden und 14,3% zwischen 20 und sogar 50 Stunden in der Woche. Der Median⁷ liegt bei drei Stunden ($\bar{x}=6,357$).

69,4% der Trainer planen ihre Trainingseinheiten eine halbe bis zwei Wochen im Vorhinein, 16,3% zwischen drei und fünf Wochen im Vorhinein und 12,2% machen ihre Trainings ohne Planung im Vorfeld. Ein Trainer (2,0%) arbeitet mit einem 12-Monatsplan.

Die Frage, ob überhaupt und wenn wozu die Trainer multimediale Lehr- und Lernmittel verwenden, kann mittels Abbildung 6 beantwortet werden:

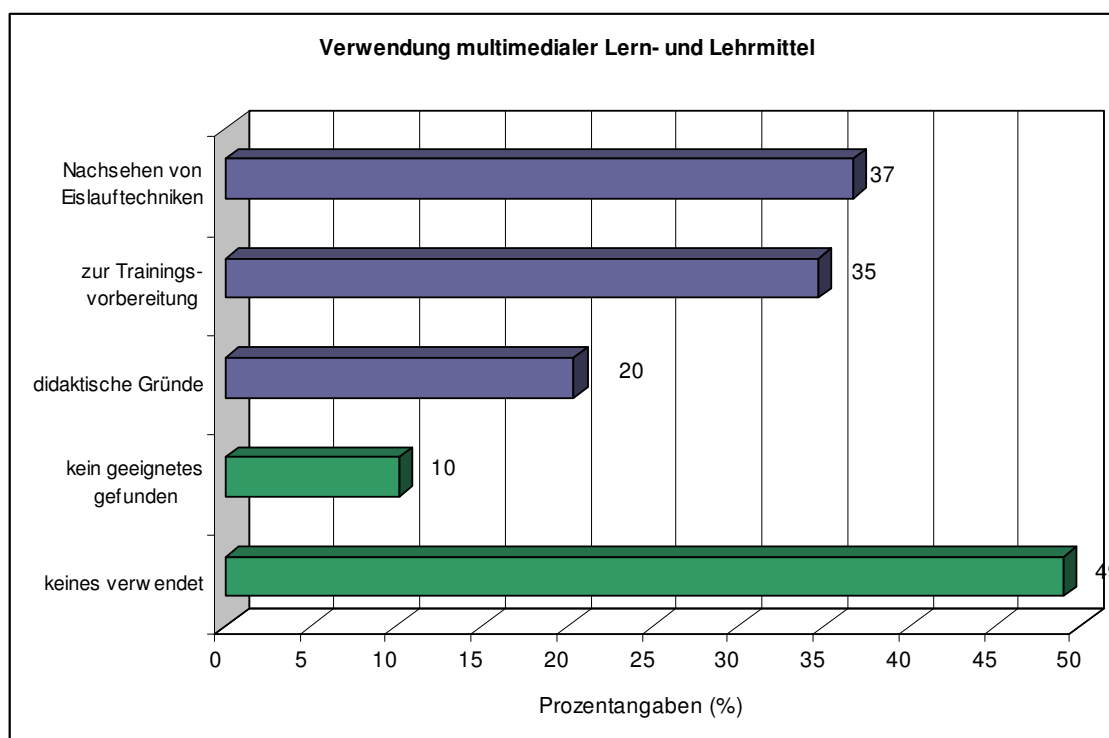


Abb. 6: Verwendung multimedialer Lehr- und Lernmittel

Jene Trainer, die multimediale Lehr- und Lernmittel verwenden, nutzen hauptsächlich DVDs (38,8%). Videos werden von 20,4% verwendet und das Internet von 18,4%.

Als Hauptbegründung dafür, dass die Trainer keine multimedialen Lehrmittel verwenden, steht im Vordergrund, dass die Vereine kein Geld für diese Form von Unterrichtsmittel ausgeben möchten (44,9%). Dem folgt, dass kein geeigneter Raum zur Verfügung steht (38,8%) sowie die Zeit dazu fehlt, die Lehrmittel anzusehen (30,6%).

In Abbildung 7 zeigt sich, dass knapp die Hälfte der Trainer (49%) bereits eine Videoaufzeichnung ihres Teams durchgeführt hat und rund ein Drittel (32,7%) es gerne ma-

⁷ Median: Liegen über einem Wert genauso viele Fälle wie unter dem Wert, so wird dieser Wert als Median (Md) bezeichnet (Bortz, 1999, S. 38). Dieser statistische Kennwert wird hier deshalb gewählt, weil er auf die relativ breite Streuung der Werte „unempfindlicher“ ist.

chen möchte. Die Aufzeichnung einzelner Spieler oder Spielerinnen wird hingegen nicht so häufig durchgeführt (26,5%), Jedoch auch hier möchte es rund ein Drittel (34,7%) gerne machen.

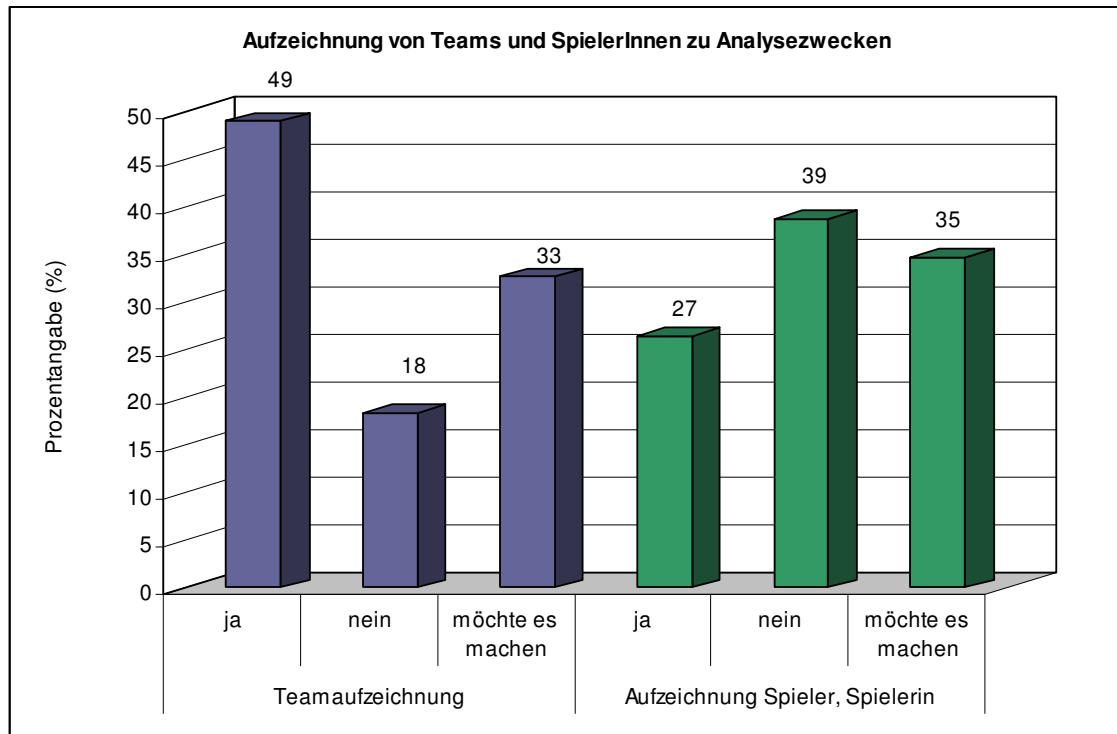


Abb. 7: Aufzeichnung von Teams und Spielerinnen zu Analyse Zwecken

Wie Abbildung 8 zeigt ist die Mehrheit (67,4%) mit der Technik, wie eine Videoaufzeichnung systematisch analysiert wird nicht vertraut, 40,8% von denen möchten diese Technik allerdings gerne lernen. Ebenfalls 67,4% können die auf Video gesehene Technik nur so ungefähr (49%) bis gar nicht (18,4%) erklären.

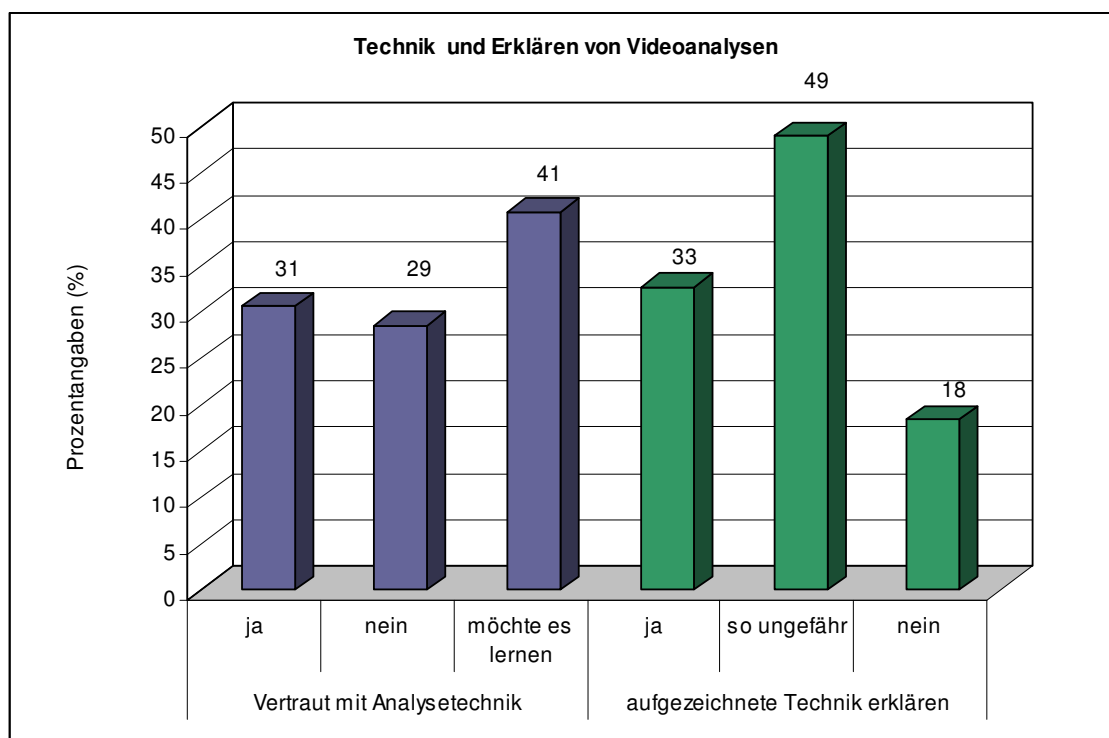


Abb. 8: Technik und Erklären von Videoanalysen

Die Nützlichkeit von Videoaufzeichnungen, welche die Analyse von ganzen Spielen, Spielsequenzen bzw. von einzelnen Spielern oder Spielerinnen ermöglicht, wird von den Trainern sehr hoch eingeschätzt, denn 91,9% erachten sie für sehr nützlich (67,3%) bzw. nützlich (24,5%).

Bei Unsicherheiten, wie eine Eislaufttechnik exakt ausgeführt wird bzw. erklärt werden kann, verwenden die befragten Trainer an erster Stelle ein multimediales Lehr- und Lernmittel (51,3%), wenden sich an zweiter an den Trainer, die Trainerin der Kampfmannschaft (46,9%) und an dritter Stelle an Kollegen und Kolleginnen (46,9%). Zu knapp einem Drittel fragen sie einen Profispieler, eine Profispielerin (30,6%) bzw. den Cheftrainer, die Cheftrainerin der vereinsinternen Kampfmannschaft bzw. den, die einer vereinsexternen Kampfmannschaft (22,4%).

Im anschließenden theoretischen Teil dieser Arbeit wird auf unterschiedliche theoretische Grundlagen im Eishockeysport Bezug genommen. Dieser Bezug reicht von der historischen Entwicklung der Sportart Eishockey, deren international eingebetteten Strukturen bis hin zu komplexen und relevanten sportwissenschaftlichen Aspekten sowie den wichtigsten Modi im Bereich des Nachwuchseishockeys. Zur inhaltlichen Gestaltung des Abschnittes werden die vom Institut für Sportwissenschaft geforderten in-

haltlichen Punkte der Erstellung eines multimedialen Lehr- und Lernmittels für die Internetplattform Sport Multimedial berücksichtigt (siehe: Strukturelle Bedingungen, Kapitel 7.2.1, S. 105).

THEORETISCHER TEIL

3 SOZIAL- UND KULTURGESCHICHTE

Verschiedene Länder, wie z.B. Kanada, England, Russland, Schweden, Holland, Frankreich, Norwegen möchten die sportinteressierte Welt davon überzeugen, dass Eishockey ursprünglich in ihrem Land entwickelt wurde. Deshalb ist die historische Entwicklung der Sportart Eishockey relativ kompliziert nachzuvollziehen, da in den verschiedenen Kulturen auch unterschiedliche Spielformen und somit unterschiedliche Vorläufer des Eishockeysports⁸ beschrieben werden. Um die Komplexität der Entstehung von Eishockey besser nachvollziehen zu können, wird in diesem Kapitel ein Überblick zu den wesentlichen Punkten des historischen Entwicklungsprozesses gegeben. Bezug genommen wird dabei vor allem die Entwicklung in Europa sowie in Österreich.

3.1 Historische Entwicklung

Funde aus der Steinzeit legen nahe, dass das Eislaufen bereits vor mehreren tausend Jahren praktiziert wurde. Denn Knochenfunde aus Pferde-, Rinder- und Rentierknochen weisen, auf Grund ihrer geschliffenen Flächen, darauf hin, dass es sich dabei um die Urform von Kufen des modernen Schlittschuhs handeln könnte. Diese Funde stammen vorwiegend aus wasserreichen Ländern wie z.B. Skandinavien, England oder Holland.

Ein Relief, das 1922 auf einer Schutzmauer im Hafen von Athen gefunden wird, zeigt zwei Männer, die mit einem gekrümmten Stock spielen. Dieses Relief, das etwa aus der Zeit um 500 v. u. Z. stammt, kann jedoch nicht nur ein Hinweis auf Eishockey sein, sondern auch ein Hinweis auf die Vorläufer der Sportarten Golf, Cricket oder auf das im antiken Rom gespielte Spiel Camurca.

Auf einem Holzschnitt des holländischen Künstlers, Schriftstellers und Priesters Johannes Brugman⁹ aus dem 15. Jahrhundert sind einige Personen auf einem zugefrorenen See zu sehen, die das Schlittschuhlaufen zum Spaß ausüben. Auf einigen Kupferstichen des 17. Jahrhunderts sind Frauen und Männer dargestellt, die mit einem gekrümmten Holzstock einen Ball über das Eis spielen. Es kann vermutet werden,

⁸ Das Wort „Hockey“ stammt vom altfranzös. Wort *hoquet* ab und bedeutet so viel wie das Spielen mit einem krummen Stock auf ein Tor.

⁹ Um 1400 bis 19. Oktober 1473.

dass es sich hier um das niederländische Kolven¹⁰ handelt, das zu den Vorläufern des Eishockeys gezählt wird.

Im Laufe der Geschichte haben sich weitere Spielformen entwickelt, die zu den Vorläufern des modernen Eishockeys gezählt werden können. So z.B. das irische oder schottische Hurling, das indianische Shinney und Baggataway, das keltisch-schottische Shinty, oder später das französische Lacrosse und Bandy. Das Bandy-Hockey¹¹, welches in modifizierter Form von Frankreich seinen Weg nach England findet, ist im beginnenden 19. Jahrhundert äußerst beliebt und ist wohl die Spielform, die am ehesten mit dem heutigen Eishockey vergleichbar ist (Eckert, 1988, S. 164-165; Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 13ff; Capla, 1992, S. 11ff).



Abb. 9: Bandyspieler auf dem Albertparkteich in Leipzig 1903 (Foto: www.sportmuseum-leipzig.de [Zugriff am 26. August 2008]).

Studierende der McGill University in Montreal (Kanada) üben einen wesentlichen Einfluss auf die Entwicklung vom „Bandy“ zum heutigen modernen Eishockey aus. W.F. Robertson, ein Student der McGill University, entwickelt eine flache Scheibe aus Gummi bzw. Holz (Puck), da er vermeiden möchte, dass der Ball ständig die Banden überspringt. Robertson ist auch wesentlich für die Verfassung der ersten Spielregeln für Eishockey verantwortlich (Eckert, 1988, S. 164-165).

Das erste schriftlich belegte Eishockeyspiel findet am 3. März 1875 in Montreal statt. Dozenten und Studenten der McGill University spielen damals im Victoria Skating Ring zum ersten Mal mit einem Holzpuck anstelle eines Balls.

Dieses historische Spiel kommt dem heutigen Eishockey bereits sehr nahe. Gespielt wird mit einem flachen, runden Holzstück auf ein Tor mit vorgegebenen Maßen. 11

¹⁰ Spielen auf Eis, Holland, 17. Jahrhundert.

¹¹ Spiel mit Holzstöcken und einem Ball, auf gefrorenen Feldern.

Spieler bildeten eine Mannschaft und erstmals wurde ein Tormann eingesetzt. Die Studenten der McGill University führen auch erstmals Spielpositionen ein.



Abb. 10: Eishockeywettspiel im Viktoria-Rink in Montreal, 1901 (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987).

In Folge entwickelt sich in Kanada, um 1885, rasch eine ganze Liga, zu der das Royal Military College, die Queen's University, die Kingston Athletics und der Kingston Hockey Club gezählt werden können. 1890 bestehen bereits so viele Mannschaften, dass vier Verbände gegründet werden¹².

Lord Frederik Arthur Stanley stiftete am 18. März 1892 eine Trophäe, den Stanley-Cup¹³, um die seit 22. März 1894 bis heute von den NHL-Mannschaften in Playoffs gespielt wird.

Die Entwicklung der Sportart Eishockey vollzieht sich dermaßen schnell, dass am 22. November 1917 die National Hockey League (NHL) für Berufsspieler gegründet wird. Damit wurde die erste Trennung zwischen Berufs- und Amateurspielern vollzogen.

3.2 Entwicklung in Europa ab 1910

Eishockey wird in Europa offiziell ab 1894 in Paris, 1897 in London und 1908 auch in Prag, Berlin und Brüssel gespielt. In Europa entwickelt sich die Erstellung von Regeln

¹² Ontario Hockey Association, Pacific Coast Association, National Hockey Association und Canadian Amateur Association.

¹³ Heute handelt es sich um die amerikanisch-kanadische Profi-Meisterschaft.

für das Eishockey jedoch deutlich langsamer als im nordamerikanischen Raum (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S.19).

Im März 1908 kommt es in Frankreich zur Gründung der Ligue Internationale de Hockey sur Glace (LIHG), die später auf International Ice Hockey Federation (IIHF) mit Sitz in Zürich (Schweiz) umbenannt wird. Begründer und erster Präsident des ersten Internationalen Eishockeyverbands ist der in Frankreich lebende Journalist Louis Magnus. Von diesem Zeitpunkt an steht einer strukturierten Organisation sowie einer stetigen Weiterentwicklung des Eishockeys in Europa nichts mehr im Wege.

Die erste Eishockey-Europameisterschaft zwischen Belgien, England, Deutschland und der Schweiz findet 1910 in Les Avant in der Schweiz statt. An diesem sportlichen Ereignis nehmen auch die „Oxford Kanadiens“ (eine Auswahl kanadischer Studenten) teil. England wird hier zwar Europameister, vermeidet danach jedoch, sich einer Herausforderung durch die „Oxford Kanadiens“ zu stellen, da diese alle anderen teilnehmenden Mannschaften zweistellig vom Eis „fegten“.

Gespielt werden in dieser Zeit 2x20 Minuten, mit insgesamt sieben Spielern. Beim Bully wird die Scheibe noch vom Schiedsrichter zwischen die Spieler gelegt.

Am 14. März 1911 werden im europäischen Eishockey die kanadischen Amateureishockeyregeln übernommen, um eine Anpassung an das kanadische Eishockey zu vollziehen. Ein Jahr später wird auch das Spielfeld durch die blaue Linie ergänzt und ab 1914 wird das Bully durch den Schiedsrichter eingeworfen. Eine besonders interessante Regeländerung wird 1912 von der LIHG (IIHF) eingeführt, nämlich die Reduzierung der Spieler von sieben auf sechs auf dem Eis und die Einführung von Rückennummern. Seit damals wird weltweit nach diesem Mannschaftssystem gespielt.

Bis zum Ausbruch des 1. Weltkrieges entwickelt sich das europäische Eishockey immer professioneller und es werden insgesamt vier Europameisterschaften ausgetragen. 1914 setzt jedoch der Ausbruch des 1. Weltkriegs den internationalen sportlichen Aktivitäten im Eishockey zunächst ein Ende.

In der Zwischenkriegszeit kommt es wieder zu einem Aufschwung. So wird z.B. in der Schweiz eine Eishockeyschule gegründet, in welcher der Nachwuchs gefördert wird. Es werden verschiedene Turniere ins Leben gerufen, wie z.B. der Spengler-Cup, der 1923 vom Davoser Mediziner Karl Spengler gestiftet wird.

Bis zum Beginn des 2. Weltkrieges 1939 dominieren bei den internationalen Turnieren kanadische und amerikanische Mannschaften. Sie „schossen“ europäische Mannschaften mit 20 und mehr Toren Unterschied, regelrecht vom Eis. Mit Ausbruch des 2. Weltkriegs folgt eine weitere Unterbrechung für die Dauer der nächsten acht Jahre.

Die ersten Welt- und Europameisterschaften in der Nachkriegszeit werden in Prag 1947 durchgeführt. Mittlerweile haben die europäischen Länder von Bandy auf das kanadische Eishockey umgestellt und es gelingt den europäischen Mannschaften zunehmend häufiger sich gegen die nordamerikanischen Mannschaften durchzusetzen. So gewinnen z.B. die Mannschaften der damaligen Sowjetunion (UdSSR) ab 1963 neun Mal den Weltmeistertitel. Außerdem gelingt den Europäern der Vorstoß in die NHL, was 40 Jahre zuvor noch undenkbar gewesen wäre (Eckert, 1988, S. 164-165; Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 19ff).

3.3 Entwicklung in Österreich

Im Jahre 1897 findet man erstmals in Österreich das Wort „Eishockey“ in den Zeitungen, mehr als hundert Jahre später gehört Österreich zu den 16 weltbesten Eishockeynationen und spielt nach dem Aufstieg aus der B-Gruppe im Jahre 2009 in der Schweiz wieder in der A-WM mit.

Eishockey in Österreich kann in den Jahren zwischen 1896 und 1921 zweifellos mit Bandy gleichgesetzt werden. Mit Ende 1922 wird das österreichische Eishockey jedoch vollständig von Bandy auf Eishockey umgestellt. Erwähnenswert ist dabei, dass in Österreich bis dahin mit einem Ball gespielt wird, bei internationalen Turnieren jedoch die kanadische Spielform mit einer Scheibe gespielt werden muss.

Die erste Erwähnung von Eishockey in Österreich findet sich in einer Sportzeitung, die von Viktor Adler herausgegeben wird. In dieser Zeitschrift wird am 12. Jänner 1886 ein Artikel veröffentlicht, in dem die Regeln dieser neuen Sportart erklärt werden. Ein Jahr später wird ein Komitee¹⁴ gegründet, das den Auftrag hat, Voraussetzungen für das spätere Eishockey zu schaffen. Deshalb sucht Hans Pfeiffer in den Mitteilungen des Training Eisklub nach Interessenten für ein Eishockey-Team und hielt dazu am 12. Jänner 1898 einen Informations-Vortrag. Weiters werden Schläger und Bälle vom Training Eisklub für die neugewonnenen Spieler zur Verfügung gestellt (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 23ff; Polednik, 1979, S. 154ff).

Am Weihnachtstag 1899 fand das erste Training in Wien statt, das Gustav Feix, der 1912 erster Präsident im neu gegründeten Österreichischen Eishockey Verband (ÖEHV) ist, wie folgt beschreibt:

¹⁴ Das Komitee bestand aus Hans Pfeiffer, Hermann Fischer und Victor Seiberth, die Mitglieder in verschiedenen Eislaufvereinen waren.

Es hatten sich ca. 20 Mitglieder eingefunden, die das neue Spiel versuchen wollten. Der obere Teil des Platzes war für uns mit einem Strick abgesperrt und nun harren wir, jeder mit einem vorschriftsmäßigem Prügel bewaffnet, in vollständiger Unkenntnis der Spielregeln, feierlich gestimmt, des großen Momentes, in dem das erste Mal in Wien ein Eishockeyball die Eisfläche berühren sollte. Kaum war dies jedoch geschehen, war es auch schon mit der feierlichen Stimmung vorbei, denn schon im nächsten Moment jagte die ganze Meute, jeder Würde bar, schreiend hinter dem Ball her, jeder einzelne unter Anwendung der unerlaubtesten Mittel, dem Ball eine ordentliche herunterhauen zu können (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 23).

Zwei Tage später kommt es zum ersten Spiel zwischen Gästen des Engelmänn'schen Eislaufplatzes¹⁵, das 2:2 endet. Im Jänner 1900 traten zum ersten Mal zwei Vereine gegeneinander an: der Training Eisclub (TEC) und der Wiener Athletiksport-Club (WAC). In diesem Spiel siegt der TEC mit 9:1. Gespielt wurde mit sieben Spielern auf einem Feld von 60x100m, 2x35 Minuten Spielzeit und mit einem Ball.

In der darauf folgenden Saison kommt es zu einem Spiel gegen den Prager Verein Slavia, welches die Wiener Mannschaft mit 3:17 verliert.

Da in den folgenden Jahren die Winter sehr milde ausfallen, kommt es im österreichischen Eishockeysport zu keinen nennenswerten Fortschritten. Die Eröffnung der ersten Kunsteisbahn Österreichs, Engelmänn, am 10. November 1909 ermöglicht den Spielern ganzjährig optimale Trainingsbedingungen, welche zumindest dem Wiener Eishockeysport jahrzehntelange Vorteile im österreichischen Eishockey verschafft.

Etwa zur gleichen Zeit kommt es auch in Kitzbühel zur Gründung einer Eishockeymannschaft, die allerdings keinen so hohen Bekanntheitsgrad erreicht wie die Wiener Mannschaften. Damit ist jedoch der Grundstein für das Austragen einer österreichischen Meisterschaft gelegt.

3.3.1 Entstehung des Österr. Eishockeyverbands (ÖEHV)

Vor Beginn der Spiel-Saison 1911/1912 wird der Österreichische Eishockeyverband (ÖEHV) gegründet. Am 14. Jänner 1912 kommt es zur Anerkennung des Vereins durch die sogenannte Stadthalterei. Der Verband (unter Leitung von Gustav Feix) ist daraufhin bemüht, in die LIHG aufgenommen zu werden. Dies gelingt auch am 18. März 1912. Allerdings erfolgt der Beitritt erst nach der Europameisterschaft 1913, was zur Folge hat, dass die von Österreich erreichten Platzierungen annulliert werden, weil es zum Zeitpunkt der EM eben noch kein Mitglied der LIHG ist.

Im Jahr darauf, 1913, erreicht Österreich bei der Europameisterschaft den 4. Rang¹⁶. Während des ersten Weltkrieges werden zwar kaum Spiele durchgeführt, dennoch wird

¹⁵ Kunsteisbahn Engelmänn Verein, Syringgasse 6-14, 1170 Wien.

¹⁶ Bei der EM 1913 wird mit Scheibe gespielt, während in Österreich immer noch mit Ball gespielt wird.

1916/17 eine regelrechte Meisterschaft ausgetragen, die der Wiener Eislaufverein letztlich für sich entscheidet.

Am 24. Jänner 1924 kommt es zu einer Erneuerung der Mitgliedschaft beim Internationalen Eishockeyverband. Zudem wird nun endlich das Spiel mit dem Puck eingeführt, da es die internationalen Spielregeln so vorsehen.

In den folgenden Meisterschaften ist der Wiener Eislaufverein, der auch die letzten Jahre der Bandy-Meisterschaft deutlich bestimmt, der herausragendste Verein.

Ab Mitte der zwanziger Jahre vollzieht sich ein deutlichen Aufstieg der österreichischen Spieler bei internationalen Bewerben.

Der Zeitraum vom Beginn des kanadischen Eishockeys bis zur Weltmeisterschaft in Prag 1938 ist bis heute die erfolgreichste Zeit des österreichischen Eishockeys.

1927 gewinnt Österreich die Europameisterschaft in Wien. 1928 belegt die Mannschaft den 5. Platz bei den Olympischen Winterspielen in St. Moritz (Schweiz). 1930 scheitert Österreich im Finale gegen die Schweiz im Rahmen der EM. 1931 wird das österreichische Team erneut Europameister und 1933 erreicht Österreich den zweiten Platz bei der Weltmeisterschaft.

In der Spielsaison 1933 kommt es zu verschiedenen Regeländerungen. So werden z.B. hohe Banden eingeführt, da der Puck immer höhere Flugbahnen erreicht. Die Maße des Spielfelds werden auf annähernd heutigen Standard geändert sowie Fangnetze eingeführt.



Abb. 11: Links: "WEV" gegen England am Heumarkt, 1927. Rechts: Eishockey-Jugendturnier, 1927 (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 37).

In den darauf folgenden Jahren wird weiter erstklassiges Eishockey gespielt und so kommt es 1940, nach Anschluss an das nationalsozialistische Deutschland, zum Titel des Deutschen Meisters der Wiener Eislauf Gemeinschaft.

Nach dem Zweiten Weltkrieg nimmt Österreicher 1947 wieder an Weltmeisterschaften teil und erreicht den dritten Platz.

In Folge steigen die österreichischen Mannschaften in die B-Gruppen ab und obwohl 1957 wieder ein Aufstieg in die A-Gruppen gelingt, kommt es 1974 zu einem abermaligen Abstieg, der sogar in die C-Gruppe der WM-Wertung führt.

Zwischenzeitlich werden erneut Regeländerungen vorgenommen. Zum Beispiel wird die Helmpflicht eingeführt, was heftige Diskussionen nach sich zieht.

Erst Anfang der 80er Jahre gelingt es dem Trainer Rudolf Killias, das österreichische Team wieder in die B-Gruppe und zu den Olympischen Spielen 1984 in Sarajevo (Jugoslawien¹⁷) zu führen. Auch in den folgenden Jahren ist das österreichische Team von Erfolg begleitet, denn es gelingt der Aufstieg in die A-Gruppe der WM. Bei der WM 1996 in Wien können die Erwartungen allerdings nicht mehr erfüllt werden, und so kam es erneut zum Abstieg in die B-Gruppe der WM. Die folgenden Jahre sind von Auf- und Abstiegen geprägt und letztlich gelingt es der österreichischen Nationalmannschaft beim Turnier in Innsbruck 2008 wieder zur A-Weltmeisterschaft aufzusteigen (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 23; Polednik, 1979, S. 154ff).

3.3.2 Entwicklung von Eishockey in den österr. Bundesländern

- **Burgenland, Niederösterreich und Wien**

1962 wird der Landesverband Niederösterreich-Wien gegründet. 1976/77 führt der Landesverband Niederösterreich-Wien erstmals eine gesamtösterreichische Nachwuchsmeisterschaft durch und erregt damit großes Aufsehen. 1979 wird durch die Aufnahme des UEC Eisenstadt der Verband in den Landesverband für Wien-Niederösterreich-Burgenland umbenannt (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 139).

- **Kärnten**

Bereits 1912 sucht der damalige Fußballclub KAC um eine Bewilligung für die Benützung des Wörthersees zum Eishockeyspielen an. Auch hier wird zunächst mit Ball gespielt, der letztlich Mitte der 20er Jahre durch die Scheibe abgelöst wird. 1925 meldet sich der Villacher Sportverein beim Österreichischen Eishockeyverband an. Ein Jahr später folgt der Kärntner Athletiksport-Club (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 127).

- **Oberösterreich**

Seit etwa 1920 wird in Oberösterreich Eishockey gespielt. Zunächst sind es nur Schulmannschaften, die gegeneinander antreten, doch schon bald werden die Vereine

¹⁷ Heute Bosnien-Herzegovina.

Gmunden, Linz und Steyr gegründet. Die Oberösterreicher sind es auch, die 1950 den ersten Landesverband, den Oberösterreichischen Eishockey-Fachverband, gründen und eigene Landesmeisterschaften durchführen. Die Tatsache, dass in Oberösterreich, mit Ausnahme der Linzer Kunsteisbahn, auf Natureis gespielt wird, führt in Oberösterreich dazu, dass auf nationaler Ebene keine großen Erfolge erzielt werden können. Vor allem gegen die auf Kunsteis trainierenden Wiener Mannschaften können sich die Oberösterreicher kaum durchsetzen (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 141).

- **Salzburg**

Friedrich Baron Mayr-Melnhof gründet den ersten Eishockeyverein mit dem Namen Salzburger Tennis Club. 1960 wird die erste Kunsteisbahn im Volksgarten in Salzburg (Stadt) eröffnet und am 22. Juli 1963 wird der erste Salzburger Landesverband gegründet. Da in dieser Zeit, außer im Volksgarten, nur auf Natureis gespielt wird, kommt es auch für die Salzburger Vereine nicht zu den erhofften Erfolgen auf nationaler Ebene (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 136).

- **Steiermark**

Auch in der Steiermark hat Eishockey eine lange Tradition. Hier findet das erste Spiel zwischen dem Prager Akademisch-Tschechischen-Radfahrer-Verein und dem Training Eisklub Wien statt. 1925 wird der Grazer Eissportverein gegründet. Ihm folgt 1926 der Grazer Athletiksport-Club, 1927 der Deutsche Sportverein Leoben und die Kapfenberger Sportvereinigung. 1934 entsteht die Sportvereinigung Donawitz und der Eishockey-Club Graz. Die weitere Eishockeygeschichte in der Steiermark wird vor allem vom AT-SE Graz und der Kapfenberger Sportvereinigung geprägt (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 134).

- **Tirol**

In Tirol werden sehr rasch viele kleine Vereine, wie z.B. der Innsbrucker EV oder der Kitzbüheler EC, gegründet. Die Tiroler Mannschaften spielen bereits sehr bald im Rahmen des ÖEHV in der Meisterschaft mit. Die Entfernung zu Wien sorgt für eine gewisse Eigenständigkeit im Tiroler Eishockey, sodass am 19. Dezember 1953 in Innsbruck der Tiroler Eishockeyverband gegründet wird. Der TEHV entwickelt sich zu einem leistungsstarken Landesverband innerhalb des ÖEHV, gekennzeichnet durch eine gut gegliederte Struktur sowohl im Bereich des Nachwuchses als auch im Bereich der Seniorenmannschaften. Außer dem EV Innsbruck ist es jedoch keinem der Tiroler

Vereine gelungen, größere Erfolge bei den österreichischen Meisterschaften zu erzielen (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 138).

- **Vorarlberg**

Als Sektion des Sportvereines Blau-Weiß Feldkirch wurde 1945 der Eishockeyclub Feldkirch gegründet. 1948/49 findet eine Meisterschaft zwischen Feldkirch, Bregenz, Rankweil und Dornbirn statt, die Feldkirch gewinnt. Trotz ständiger Materialprobleme entwickelt sich in Vorarlberg das Eishockey aufgrund der Nähe zur Schweiz schnell und sehr gut. Lustenau, die zweite bekannte Mannschaft aus Vorarlberg, wird 1965 gegründet (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 130).

4 VERBÄNDE, LIGEN, REGELWERK, AUSBILDUNG

In diesem Kapitel sind jene Verbände und Ligen beschrieben, die für den nationalen Eishockeysport als wichtig erachtet werden. Dem folgt eine Beschreibung der wesentlichen Elemente des Regelwerks für Wettkampfs Spiele.

4.1 Eishockey-Verbände

4.1.1 Internationaler Eishockeyverband (IIHF)

Die Internationale Eishockey-Föderation – IIHF (engl. International Ice Hockey Federation) wird 1908 als Ligue internationale de hockey sur glace (LIHG) gegründet – später IIHF. Der Sitz der IIHF ist in Zürich (Schweiz). Ihre Funktion inkludiert



Foto: www.post.ch¹⁸

die Veranstaltung von Meisterschaften im Herren- und Damen-Eishockey sowie im Inline-Skaterhockey. Weiters ist die IIHF für die Regelwerkerstellung verantwortlich sowie für die Weiterentwicklung des internationalen Eishockeysports.

Im Jahr 2008 (30. April) ist der Freiburger Zahnarzt und Eishockeyfunktionär René Fasel (Schweiz) für eine weitere Amtszeit als Präsident des IIHF bestätigt worden. Mitglieder der IIHF sind die Eishockeyverbände der einzelnen Länder, also für Deutschland der Deutsche Eishockey-Bund (DEL), für Österreich der Österreichische Eishockeyverband (EBEL) etc. Der internationale als auch der schweizer Verband feiern im Jahr 2008 ihr 100-jähriges Bestehen. Die Schweizer Post gibt zu diesem ehrenvollen Anlass eine Sondermarke im Wert von einem Franken heraus (www.zueridevils.ch, www.packeis.info¹⁹).

4.1.2 Österreichischer Eishockeyverband / Nationale Verbände

Der Österreichische Eishockeyverband²⁰ (ÖEHV) ist der nationale österreichische Sportverband für Eishockey und Inline-Skaterhockey für Damen und Herren. Er wird im Jahr 1912 gegründet und gleichzeitig in diesem Jahr, unter dem ersten Präsidenten

¹⁸ [Zugriff am 7. Mai 2008].

¹⁹ [Zugriff am 10. August 2008].

²⁰ Adresse des Verbandes: Attemsgasse 7/D, 1220 Wien.

des Verbands Gustav Feix, Mitglied in der Internationalen Eishockey-Föderation (LIHG).

Der ÖEHV ist (bis heute) Mitglied der Internationalen Eishockeyföderation (IIHF) und der Österreichischen Bundessportorganisation (BSO). Amtierender Präsident des Verbandes ist seit 1996 Dieter Kalt (sen.), Ehrenpräsident ist sein Vorgänger Hans Dobi-da. Mitglieder im ÖEHV sind insgesamt acht Landesverbände, in Form von eingetragenen Vereinen. Lediglich das Burgenland besitzt keinen eigenen Eishockeyverband und wird dem Wiener Eishockeylandesverband zugeordnet (www.eishockey.org²¹). In den letzten Jahren veranstaltet der ÖEHV einige wichtige internationale Meisterschaften. 2005 ist der ÖEHV Veranstalter der Eishockey-Weltmeisterschaft in Wien und Innsbruck. Österreichs Nationalteam muss, wie bereits bei der (Heim-)WM 1996, den Abstieg in die B-Division antreten. 2006 wird die Olympia-Qualifikation in Klagenfurt ausgetragen, bei dem sich das Österreichische Nationalteam nicht für die Olympischen Spiele 2006 in Turin qualifizieren kann.

Bei der Eishockey WM 2008 Division I, Gruppe A gelingt dem Österreichischen Nationalteam²² der Aufstieg zur 73. A-Eishockey-Weltmeisterschaft der Herren, die vom 24. April bis zum 10. Mai 2009 in Bern und Zürich (Schweiz) stattfindet.

4.2 Österreichische Eishockey-Ligen

Zum besseren Verständnis des österreichischen Eishockeysports sind folgend die wichtigsten Ligen beschrieben.

4.2.1 Herren-Ligen

Erste Bank Eishockey Liga (EBEL)

Die Erste Bank Eishockeyliga (EBEL) ist die höchste Spielklasse Österreichs. Der Klagenfurter AC (KAC) kann in dieser Liga den Titel 28 Mal gewinnen und ist damit Österreichs Rekordmeister. Der KAC hat sich jedoch nicht nur durch mehrere Titel in Österreich einen Namen gemacht, sondern es ist auch der einzige Verein, der seit 1923 besteht.

²¹ [Zugriff am 15. Juli 2008].

²² Kapitän Dieter Kalt.

Seit der Saison 2006/07 nimmt auch der slowenische Serienmeister Jesenice an der Meisterschaft teil, seit 2007/08 auch ein zweiter slowenischer Verein (HDD Laibach) sowie die ungarische Mannschaft Alba Volan.

Der Modus in der Eishockey-Bundesliga besteht aus einem Grunddurchgang mit dreifacher Hin- und Rückrunde. Im Anschluss daran wird das Playoff gestartet, in welchem die besten acht Mannschaften gegeneinander antreten. Die Playoff-Spiele werden in einem „best-of-seven“ ausgetragen. Die drei Vereine aus dem benachbarten Ausland können zwar am Playoff teilnehmen und EBEL Meister werden, den Titel österreichischer Meister kann jedoch nur ein österreichischer Verein erhalten. Das heißt, der bestplatzierte österreichische Verein wird österreichischer Meister.

Nationalliga

Die zweithöchste Spielklasse ist die Nationalliga, in welcher acht Mannschaften mit je drei Legionären teilnehmen können. Der Meister der Nationalliga kann direkt in die Bundesliga aufsteigen. Aus Kostengründen ist allerdings in den letzten Jahren diese Möglichkeit aufzusteigen von keinem Verein in Anspruch genommen worden. Der Grunddurchgang wird mit einer einfachen Hin- und Rückrunde gespielt. Im Anschluss daran werden die bis zu diesem Zeitpunkt gewonnen Punkte halbiert, wobei halbe Punkte aufgerundet werden. Danach wird eine weitere Hin- und Rückrunde gespielt.

Die reguläre Spielzeit beträgt 3x20 Minuten. In jedem Spiel wird ein Siegerteam ermittelt, sollte dies nach drei Dritteln nicht erfolgt sein, gibt es eine Verlängerung von fünf Minuten mit insgesamt vier Feldspielern. Sollte in der Verlängerung kein Tor fallen, wird der Sieger im Penaltyschießen ermittelt. Das Siegerteam erhält nach regulärer Spielzeit drei Punkte, kommt es zur Verlängerung oder zum Penaltyschießen bekommt der Verlierer einen Punkt, die Sieger zwei Punkte. Alle acht Mannschaften spielen nach dem Grunddurchgang im Playoff, das Viertelfinale sowie das Halbfinale und Finale wird in einem „best of five“ entschieden.

4.2.2 Damen-Ligen

Staatsmeisterschaft

Die Staatsmeisterschaft ist die höchste österreichische Dameneishockeyliga, an der die besten vier österreichischen Teams teilnehmen. Nach dem Grunddurchgang, der in einer einfachen Hin- und Rückrunde ausgetragen wird, spielen die beiden bestplatzierten

ten Teams um den Titel „Österreichischer Dameneishockey-Staatsmeister“. Die anderen beiden Teams spielen um die Bronzemedaille.

Dameneishockeybundesliga (DEBL)

Die Dameneishockeybundesliga ist die zweithöchste Liga im Dameneishockey. Acht Teams nehmen an dem Grunddurchgang mit einfacher Hin- und Rückrunde teil. Die reguläre Spielzeit beträgt 3x20 Minuten. Für einen Sieg gibt es drei Punkte. Sollte es nach drei Dritteln unentschieden stehen, erfolgt eine 5-minütige Nachspielzeit, mit vier Feldspielerinnen sowie der Torfrau. Sollte in der Nachspielzeit kein Tor fallen, folgt ein Penaltyschießen. Die Siegerinnen bekommen nach dem Penaltyschießen einen weiteren Punkt zugesprochen. Die vier besten Teams spielen nach dem Grunddurchgang ein Playoff Halbfinale, im Modus „best of three“. Danach ist dasjenige Team Sieger, welches zuerst zwei Spiele von maximal drei Spielen gewonnen hat. Die Siegerinnen der beiden Halbfinale spielen dann ebenfalls im Modus „best of three“ um den Titel „Dameneishockey Bundesliga- Meister“. Die beiden Verliererinnenteams spielen im Halbfinale um die Bronzemedaille.

2. Division – Dameneishockey

Die 2. Division im Dameneishockey wird in einem Grunddurchgang, der in einer einfachen Hin- und Rückrunde ausgetragen wird, gespielt. Das nach dem Grunddurchgang erstplatzierte Team erhält den Titel „Meister der 2. Division Dameneishockey“ und ist berechtigt in der nächsten Saison in der Dameneishockey-Bundesliga zu spielen.

Elite Women Hockey League (EWHL)

Die EWHL ist eine internationale Liga und wird an dieser Stelle deshalb kurz beschrieben, da die EWHL eine offizielle Meisterschaft der Division Dameneishockey des Österreichischen Eishockeyverbandes (ÖEHV) ist. An der EWHL nehmen die besten Damentteams aus Tschechien, Italien, Slowenien, Kroatien, Ungarn, der Slowakei und Österreich teil. Der Grunddurchgang in der EWHL besteht aus einer einfachen Hin- und Rückrunde. Für einen Sieg gibt es drei Punkte. Sollte es nach dem dritten Drittel unentschieden stehen, erfolgt eine 5-minütige Nachspielzeit, mit vier Feldspielerinnen und der Torfrau. Sollte in der Nachspielzeit kein Tor fallen, folgt ein Penaltyschießen. Die Siegerinnen bekommen nach dem Penaltyschießen einen weiteren Punkt zugesprochen. Das Siegerinnenteam der EWHL erhält den Titel „EWHL-Champion“.

4.2.3 Nachwuchs-Ligen

Die Österreichische Meisterschaft wird im Nachwuchsbereich in U20 (Jugend), U17 (Schüler), U14 (Knaben) und U12 (Miniknaben) unterteilt. In diesen Altersgruppen ist allen Nachwuchsspielern und -spielerinnen ab dem Jahrgang 1989 verpflichtend ein Nacken- und Halsschutz vorgeschrieben. Zudem muss jeder Spieler, jede Spielerin ein gültiges ärztliches Attest im Spielpass haben. Anschließend sind die Durchführungsbestimmungen der österreichischen Nachwuchsmeisterschaften im Eishockey für das Spieljahr 2008/09 angeführt (DÖNAM 2008/09).

U20-Meisterschaft

Die U20-Meisterschaft wird in zwei Gruppen aufgeteilt – eine obere und eine untere Gruppe. Die Einteilung in die Gruppen erfolgt mittels Tabellenrang, den die Teams im Vorjahr erzielten. Ein neuer Verein wird grundsätzlich zunächst der unteren Gruppe zugeteilt. Die Meisterschaft beginnt mit einer doppelten Hin- und Rückrunde, das letztplatzierte Team aus der oberen Gruppe kommt danach in die untere Gruppe. Im Anschluss daran folgt eine einfache Hin- und Rückrunde. Das Playoff wird in einem „best of three“ gespielt. Das erste Team trifft im Spiel um den Aufstieg ins Finale auf das vierte Team, das zweite auf das dritte. Die beiden siegenden Teams spielen um den „Österreichischen U20 Meistertitel“. Der Letzte der oberen Gruppe und die ersten Drei der unteren Gruppe spielen in einer Platzierungsrunde. Das Siegerteam dieser Platzierungsrunde spielt im darauf folgenden Jahr in der oberen Gruppe, die restlichen Teams in der unteren Gruppe.

U17-Meisterschaft

Die U17-Meisterschaft ist ebenfalls in zwei Gruppen geteilt. Die obere sowie die untere Gruppe spielen eine einfache Hin- und Rückrunde, das fünft- und sechstplatzierte Team der oberen Gruppe wechseln hier in die untere Gruppe, das erste und zweite Team der unteren Gruppe spielen hingegen in der oberen Gruppe weiter. Nach einer weiteren Hin- und Rückrunde spielen die Mannschaften der oberen Gruppe mit den beiden ersten aus der unteren Gruppe in einem „best of three“ um den Finaleinzug. Die Sieger des Viertelfinales spielen um den Einzug in das Halbfinale. Die Sieger der jeweiligen Halbfinale spielen um den Titel „Österreichischer U17-Meister“. Die Verlierer des Halbfinals spielen um den 3. Platz. Die verbleibenden Mannschaften spielen in einer Rückrunde um die verbleibenden Plätze, wobei das fünft- und sechstplatzierte Team im darauf folgenden Jahr in der oberen Gruppe spielen.

U14-Meisterschaft

In der U14-Meisterschaft wird eine regional bestimmte Meisterschaft gespielt (Ost und West). Jede Gruppe spielt einen Grunddurchgang mit einer doppelten Hin- und Rückrunde. Die jeweils ersten drei Mannschaften spielen im Anschluss in Form einer Hin- und Rückrunde um den „Österreichischen U14-Meister“. Die jeweils letzten Mannschaften spielen in einer Hin- und Rückrunde um die Platzierung.

U12-Meisterschaft

Die U12-Meisterschaft beginnt in drei Gruppen (Ost, Mitte, West). Die drei Gruppen spielen in einer doppelten Hin- und Rückrunde um den Einzug in das 3-tägige Finalturnier, in dem sich die besten drei Teams jeder Gruppe qualifizieren. Die Spielzeit in der Qualifikation beträgt 15 Minuten pro Drittel. Das Finalturnier wird mit 10 Mannschaften in zwei Gruppen ausgetragen, wobei die Veranstalter, die Veranstalterinnen fix qualifiziert sind. Gespielt wird jeder gegen jeden. Der letzte jeder Gruppe scheidet vorzeitig aus dem Turnier aus. Die letzten acht Vereine spielen weiter. Die beiden ersten Mannschaften jeder Gruppe spielen um den Titel „Österreichischer U12-Meister“, wobei das erstplatzierte Team jeder Gruppe gegen die zweiten der anderen Gruppe spielt. Die beiden Siegerteams bestreiten das Finale, die beiden Verliererteams spielen um die Plätze 3 und 4. Die Gruppendritten und Gruppenvierten spielen um die weiteren Plätze. Beim Finalturnier wird 3x13,5 Minuten gespielt.

U10-Meisterschaft

Die U10-Meisterschaft wird nach den Regeln des IIHF - „Learn to Play Program“ ausgetragen. Die U10-Mannschaften werden von den Landesverbänden zu den jeweiligen Turnieren eingeladen. (Durchführungsbestimmungen der österreichischen Nachwuchsmeisterschaften im Eishockey für das Spieljahr 2008/09 (DÖNAM 2008/09) – PDF-File des ÖEHV. www.eishockey.at/675.html²³).

²³ [Zugriff am 7. August 2008].

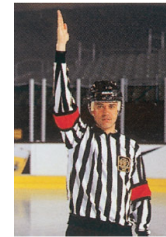
4.3 Regelwerk – Schiedsrichterzeichen

Anschließend sind die wichtigsten Schiedsrichterzeichen angeführt.

Angezeigte Strafe, Icing oder Offside

Mit diesem Zeichen zeigt der Schiedsrichter an, dass eine Strafe folgt. Die Mannschaft, gegen welche die Strafe nicht angezeigt wird, kann einen Feldspieler, eine Feldspielerin anstelle des Tormanns, der Torfrau eintauschen und es wird so lange weitergespielt bis die andere Mannschaft mittels Berühren des Pucks das Spiel unterbricht oder die in Überzahl spielende Mannschaft ein Tor erzielt.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Icing

Icing, ist ein „Unerlaubter Befreiungsschuss“, d.h. ein Spieler, eine Spielerin hat die Mittellinie nicht überquert und der Puck ist über die verlängerte Torlinie geschossen worden. Wichtig ist dabei die Position des Pucks bei der Schussabgabe und nicht die Position des Spielers, der Spielerin. Das Spiel wird vom Linesman nach dem Überschreiten des Pucks über die Torlinie sofort unterbrochen und es gibt ein Bully im Verteidigungsdrittel, der für das Icing verantwortlichen Mannschaft.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Matchstrafe

Matchstrafe heißt, dass ein Spieler, eine Spielerin ein derart schweres Foul begangen hat, dass er/sie eine 5 Minuten Strafe und einen Restausschluss erhält. Weiteres hat diese Strafe zur Folge, dass er/sie für mindestens ein weiteres Spiel eine Sperre bekommt.

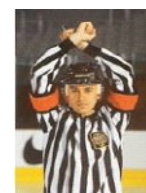
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Penalty

Strafschuss – Penalty, es wird ein Spieler, eine Spielerin mit der/die den Puck unter Kontrolle hat von hinten am Torschuss derart gehindert bzw. abgehalten, dass der Schiedsrichter zur Ansicht kommt, dass ohne diese Behinderung ein Torerfolg möglich gewesen wäre.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Time Out

Dieses Zeichen zeigt an, dass eine der beiden Mannschaften eine „Auszeit“ von 30 Sekunden machen möchte.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Keine Strafe, kein Tor

Auswinken erfolgt durch den Head oder Linesman und bedeutet, dass keine Strafe ausgebrochen wird bzw. kein Tor erzielt wurde.

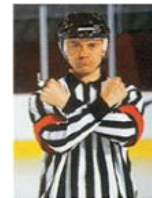
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Behinderung

Behinderung (interference) ein Spieler, eine Spielerin behindert einen anderen Spieler, andere Spielerin mit unerlaubten Mitteln.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Beinstellen

Beinstellen (tripping) bedeutet, dass ein Spieler, eine Spielerin mit dem Bein, Fuß oder mit der Hand einen anderen Spieler, eine andere Spielerin dadurch zu Fall bringt.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Hoher Stock

Hoher Stock (high-sticking) heißt, dass ein Spieler, eine Spielerin mit seinem/ihrerem Stock über die Schulter bzw. über den Kopf hinaus einen anderen Spieler, eine andere Spielerin regelwidrig berührt.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Handpass

Handpass wird dann angezeigt, wenn der Puck nicht nur mit der Hand während des Spiels festgehalten wird, sondern zugleich auch ein Pass zu einem Mannschaftskollegen, einer Mannschaftskollegin erfolgt.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Tor

Dieses Handzeichen zeigt an, dass der Puck im Tor ist und das Tor gezählt wird.

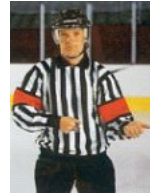
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Stockendenstoß

Stockendenstoß erfolgt gegen den Körper des anderen Spielers und wird mit einer Strafe geahndet.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Haken

Haken (hooking) bedeutet, dass ein gegnerischer Spieler, eine gegnerische Spielerin mit dem Stock zurückgehalten wird.

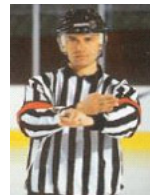
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Stockschlag

Stockschlag (slashing) ist ein regelwidriger Schlag auf den Körper eines Gegners, einer Gegnerin mit dem Stock.

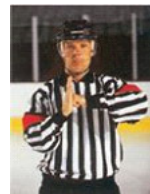
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Bandencheck

Bei einem Bandencheck (boarding) wird ein Spieler, eine Spielerin von einem anderen Spieler, einer anderen Spielerin mit übermäßiger Härte gegen die Bande gedrückt.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Cross Check

Ein Stock-Check (Cross-Check) von hinten oder von vorne ist ein Foul mit dem Stock gegen einen anderen Spieler, eine andere Spielerin und zieht eine Strafe mit sich.

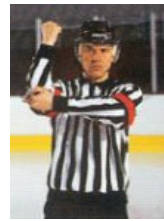
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Ellenbogen Check

Ein Ellenbogencheck (elbowing) erfolgt gegen einen anderen Spieler, eine andere Spielerin mit dem Ellbogen.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Übertriebene Härte

Übertriebene Härte (roughing) wird in den meisten Fällen bei einem Handgemenge verhängt. Diese Form des Fouls ist auf Grund der hohen Verletzungsgefahr bei den Spielern und Spielerinnen sehr gefürchtet, jedoch bei den Fans sehr beliebt, dies ändert jedoch nichts am Strafausmaß.

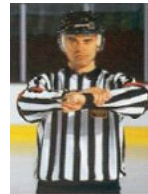
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Halten

Halten (Holding) ist das Festhalten eines anderen Spielers, einer anderen Spielerin während sich dieser, diese in Bewegung befindet.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Wechselfehler

Wechselfehler (too many men on the ice) ergeben sich zwar zu meist in der Hektik eines Spiels, werden dennoch mit einer 2 Minuten Strafe geahndet. Seit 2008 muss ein Spieler, eine Spielerin, der/die zum Zeitpunkt des Fehlers am Feld war auf die Strafbank. Vor dieser Regeländerung wurden meistens Ersatzspieler, -spielerinnen auf das Spielfeld geschickt.

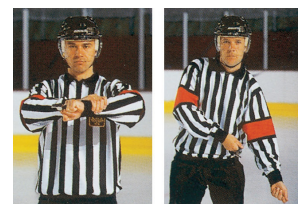
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Stockhalten

Für das Halten des Stockes (holding the stick) gibt es zwei unterschiedliche Handzeichen. Diese werden oftmals von den Fans mit Haken verwechselt und dem entsprechend von ihnen kundgetan.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Stockstich

Der Stockstich (spearing) birgt eine sehr hohe Verletzungsgefahr. Er erfolgt mit dem Stock gegen den Körper eines gegnerischen Spielers, einer gegnerischen Spielerin.

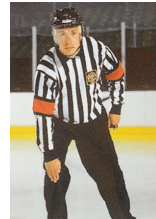
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Kniecheck

Der Kniecheck (kneeing) ist ein Check mit dem Knie gegen einen Gegner bzw. eine Gegnerin.

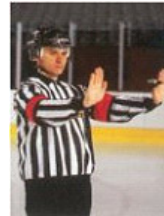
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Check von hinten

Der Check von hinten wird mit einer 2- oder 5-Minuten-Strafe sanktioniert und stellt eine besonders schwere Form des Fouls dar, da es außerhalb des Blickfelds eines Spielers, einer Spielerin erfolgt und somit keine Möglichkeit darauf zu reagieren besteht, daher folgt zusätzlich ein Restausschluss.

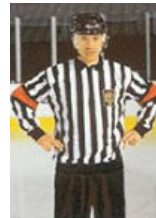
(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Disziplinarstrafe

Eine Disziplinarstrafe wird dann angezeigt, wenn gegenüber dem Head oder Linesman ein regelwidriges Verhalten erfolgt ist.

(Foto: Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).



Weitere Punkte des Regelwerks

Puck aus dem Spiel

Um die ZuschauerInnen zu schützen und das Spiel flüssiger zu gestalten, wurde eine neue, bei den Spielern und Spielerinnen zunächst umstrittene, Regel eingeführt: Wird der Puck in direkter Folge eines Schusses aus der Verteidigungszone des schießenden Spielers, der schießenden Spielerin über die Plexi-Scheibe geschossen, wird eine kleine Zeitstrafe gegen den verfehlenden Spieler, die verfehlende Spielerin wegen Spielverzögerung ausgesprochen. Wird der Puck jedoch auf die Spielerbank geschossen so wird, seit der Regeländerung 2007, keine Strafe mehr ausgesprochen (Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).

Unerlaubter Körperangriff

Unerlaubter Körperangriff (charging) ist meistens eine Ermessenssache des Schiedsrichters. Diese Strafe ist besonders schwer zu erkennen und auch zu ahnden (Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).

Check gegen das Knie

Ein Check gegen das Knie (checking to the knee) ist ein häufiges Foul im Zweikampf (Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).

Check gegen den Kopf- und Nackenbereich

Checks gegen den Kopf- und/oder den Nackenbereich sind Fouls, die mehr als eine normale 2-Minuten-Strafe nach sich ziehen, wenn dabei eine Verletzung auftritt. Diese Formen von Fouls werden zusätzlich mit einer Matchstrafe geahndet (Regelwerk der IIHF- www.eishockey.at [Zugriff am 7. August 2008]).

4.4 Ausbildung im Eishockeysport

Da diese Diplomarbeit an Personen gerichtet ist, die im Trainingsbereich des österreichischen Eishockeys aktiv sind, wird ein Überblick zur Struktur der Ausbildungsmöglichkeiten zum Eishockeytrainer, zur Eishockeytrainerin gegeben.

4.4.1 Statistische Daten zum Ausbildungsstand

Zum besseren Verständnis der Situation des Eishockeysports in Österreich sind nachfolgend einige relevante statistische Daten angeführt²⁴.

Eishockey-Vereine in Österreich

	Absolut	%
Kärnten	59	24,8
Steiermark	51	21,4
Tirol	42	17,6
Wien	35	14,7
Niederösterreich	15	6,3
Vorarlberg	14	5,9
Oberösterreich	12	5,0
Salzburg	9	3,8
Burgenland	1	0,4
Summe	238	100,0

Tab. 2: Eishockeyvereine in Österreich

²⁴ Die Daten wurden dankenswerterweise vom Österreichischen Eishockeyverband (ÖEHV) dem Verfasser zur Verfügung gestellt. Stand: Oktober 2008.

Eishallen in Österreich²⁵

Form der Anlage	Kunsteisbahnen	Eishallen
Summe	78	25

Tab. 3: Kunsteisbahnen und Eishallen in Österreich

Eishockeytrainer- und Trainerinnenwesen in Österreich

	Lehrwart/in		Übungsleiter/in		Trainer/in	
	Absolut	%	absolut	%	absolut	%
weiblich	7	3,5	11	7,5	0	0
männlich	192	96,5	135	92,5	123	100
Summe	199	100	146	100	123	100

Tab. 4: Eishockeytrainer- und Trainerinnenwesen in Österreich

Nachwuchsspieler und -spielerinnen in Österreich

	Absolut	%
Weiblich	549	7
Männlich	7.130	93
Summe	7.679	100

Tab. 5: Nachwuchsspieler- und spielerinnen in Österreich

4.4.2 Aufbau der Ausbildung

In Österreich erfolgt die Ausbildung zum/zur staatlich geprüften Diplom-Eishockeytrainer, -trainerin über drei zusammenhängende Ebenen: Die erste Ebene beinhaltet die Ausbildung zum Übungsleiter, zur Übungsleiterin. Nach erfolgreichem Abschluss der ersten Ebene kann mit der zweiten Ebene, der zum Lehrwartkurs, zur Lehrwartin begonnen werden. Wenn auch die zweite Ebene erfolgreich absolviert wurde, kann die Ausbildung zum Trainer, zur Trainerin auf Ebene drei gemacht werden. Die unterschiedlichen Landesverbände führen gemeinsam mit der Landessportorganisation (ASKÖ, ASVÖ, Union) die Ausbildung zum **Übungsleiter**, zur **Übungsleiterin** durch. Die Bestimmungen dafür werden vom jeweiligen Landesverband festgelegt. In der Regel werden die Kurse zu Beginn jeden Jahres (zumeist im März) angeboten.

²⁵ Angabe des Media Guide, 2007.

Die Ausbildung zum **Lehrwart**, zur **Lehrwartin** wird vom Österreichischen Eishockeyverband (ÖEHV) in Zusammenarbeit mit der Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAfL) durchgeführt. Die Ausbildung ist in vier Ausbildungsabschnitte gegliedert und schließt mit einer kommissionellen Prüfung ab.

Die Ausbildung zum **staatlich geprüften Eishockeytrainer**, zur **staatlich geprüften Eishockeytrainerin** wird ebenfalls vom Österreichischen Eishockeyverband (ÖEHV) gemeinsam mit der Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAfL) angeboten und durchgeführt. Das Basismodul ist dabei zweisemestrig und das spartenspezifische einsemestrig. Aufgrund der kleinen Personenzahl, die diese Ausbildung machen möchte, wird dieser Ausbildungslehrgang zumeist nur alle zwei Jahre durchgeführt.

Diplom-Eishockeytrainer, Diplom-Eishockeytrainerinnen gibt es in Österreich nur relativ wenig, da die Kriterien für diese letzte Stufe der Ausbildungsleiter schwierig zu erreichen sind und zudem ein sehr hohes Maß an Professionalität verlangen. Nur wenn alle drei vorhergehenden Ebenen erfolgreich durchlaufen sind und zudem eine mehrjährige Berufserfahrung im Bereich des Leistungssport vorliegt, kann diese Ausbildung absolviert werden. Die Ausbildung zum Trainer, zur Trainerin wird für alle Sportarten von der Bundessportakademie durchgeführt (Österreichischer Eishockeyverband, 2004, 2005).

5 SPORTWISSENSCHAFTLICHE ASPEKTE

In diesem Kapitel werden unterschiedliche sportwissenschaftliche Themenbereiche in Hinsicht auf methodisch-didaktische, methodisch-technische, sportmedizinische, trainingswissenschaftliche und sportgeräte-technische Aspekte dargestellt.

5.1 Methodisch-didaktische Aspekte

Im Eishockeysport müssen sowohl das Schlittschuhlaufen als auch die zum Spiel gehörenden Techniken erlernt werden.

Wettbewerbe ermöglichen, erlernte Eislauftechniken im Spiel zu erproben. Dabei werden vereinfachte Regeln spielerisch und schrittweise eingeführt. Übungen zum Erlernen der einzelnen Techniken werden je nach Bedarf eingeplant.

Im Bereich des AnfängerInnentrainings ist in der Anfangsphase eine weitere methodische Vorgehensweise erforderlich. Die Spieler und Spielerinnen müssen zunächst die Grundlagen der Eislauftechnik erlernen, damit die Durchführung eines Eishockeyspiels überhaupt möglich ist. Daher steht das Üben von Eislauftechnik hier im Vordergrund.

„Kleine“ Wettkampfspiele helfen, die Trainingseinheit aufzulockern, dürfen jedoch nicht zu früh bzw. zu häufig eingesetzt werden, da die Spieler, die Spielerinnen, bedingt durch die Wettkampfsituation die erlernten Bewegungstechniken dann oft sehr oberflächlich ausführen und die nicht korrekt ausgeführten Eislauftechniken zur Gewohnheit werden können (Barnett & Behn, 1980, S. 11).

Wenn ein Spieler, eine Spielerin an einem Wettkampfspiel teilnimmt und seine, ihre Eislauftechnik wesentlich geringer ausgebildet ist, als die des gegnerischen Teams, besteht weder die Möglichkeit einen Zweikampf zu gewinnen, noch einen Puckkontakt zu erreichen. Daher ist die Teilnahme an einem Eishockeyspiel nahezu undenkbar, wenn die grundlegenden Eislauftechniken nicht beherrscht werden.

5.2 Methodisch-technische Aspekte

Capla (2004) betont, dass nur der richtig ausgewählte Ablauf der Eislaufausbildung das Erlernen des Schlittschuhlaufens gewährleisten kann und beschreibt deshalb ein fünfstufiges Phasenmodell zur Ausbildung der Eislauftechnik für Anfänger und Anfängerinnen im Alter von 5 bis 8 Jahren. Die Ausbildungsphasen sind zeitlich nicht immer planbar und können sich überschneiden. Wichtig ist während der Eislaufausbildung, dass

die Kinder Spaß sowie Freude an der Bewegung haben. Grundsätzlich werden von Beginn an alle Eislauftechniken mit dem Schläger gelernt. Der Laufstil eines Eishockeyspielers, einer Eishockeyspielerin wird vom Gebrauch des Schlägers stark beeinflusst, da die Hände dadurch nicht frei sind, dennoch ist der Spaßfaktor für den Anfänger, die Anfängerin mit Schläger wesentlich höher (S. 51).

Ausbildungsphase 1

Übungen auf dem Trockenen
Eislaufübungen im Stand

Ausbildungsphase 2

Erste Eislaufschritte im Vorwärtslauf und
einfache Richtungsänderungen
Bogenläufe nach innen mit dem äußeren Fuß auf der Innenkante
Kanadierbogenlauf
Grundlagen des Rückwärtseislaufs (Grundstellung und Fahrt)

Ausbildungsphase 3

Richtungsänderung mit Bogen im Vorwärtslauf
Bremsen beidbeinig
Starten aus der Frontalstellung (V-Start)
Starten aus der Seitwärtsstellung
Rückwärtslauf (Abstoßen und Gleiten)
Bremsen

Ausbildungsphase 4

Bremsen im Vorwärts- und Rückwärtslauf
Rückwärtsstart
Bogenlauf rückwärts mit Übersetzung
Wendungen vom Vorwärtslauf zum Rückwärtslauf und umgekehrt

Ausbildungsphase 5

Rückwärtsstart mit Übersetzungsschritten
Bremsen seitlich und Start in Gegenrichtung
Wendungen und Drehungen
Beschleunigungen aus jeder Lage (Capla, 2004, S. 14ff).

5.3 Sportmedizinische Aspekte

In der Folge wird kurz auf die Bereiche des Verletzungsrisikos sowie der Verletzungsprävention in der Sportart Eishockey eingegangen.

5.3.1 Verletzungsrisiko im Eishockey

In der Literatur sind nur wenige Studien angeführt, die sich mit der Thematik von Unfällen in der Sportart Eishockey beschäftigen. Biener (1992) stellte in einer Untersuchung fest, dass über 50% aller Verletzungen von den Objekten Stock und Körper provoziert werden. Dem folgen mit ca. 34% Verletzungen, die durch den Kontakt mit der Bande entstehen. Grundsätzlich wird Eishockey jedoch als eine Sportart beschrieben, die ein geringes Verletzungsrisiko aufweist (Biener, 1985, S.185f, Biener, 1992, S. 426f). Biener (1992) beschreibt die Ergebnisse einer Studie an insgesamt 218 amerikanischen Eishockeyspielern aus unterschiedlichen Ligen und kommt dabei zu folgendem Ergebnis:

- Spieler der höchsten Eishockeyliga (NLA-Spieler) erleiden etwa doppelt so viele Verletzungen wie Zweitligenspieler.
- Stürmer erleiden ca. doppelt so viele Verletzungen wie Verteidiger.
- Verletzungen treten am Anfang einer Spielsaison häufiger auf als gegen Ende.
- Im 2. und 3. Drittel ist die Verletzungsgefahr wesentlich höher als im Startdrittel.
- Der Verlauf eines Spiels, also ob sich eine Niederlage oder ein Sieg abzeichnet, beeinflusst die Verletzungshäufigkeit der Spieler hingegen nicht.
- Als Unfallsursache tritt der Stockschlag am häufigsten auf, teils durch Schläge auf die Extremitäten, teils durch regelwidrige Handhabung des Stocks (z.B. hoher Stock).
- Relativ gering ist die Anzahl jener Unfälle, die durch Zusammenstöße hervorgerufen werden.
- Der Puck ist nur etwa in jedem sechsten Fall Verletzungsursache.
- Sprunggelenksverletzungen, hervorgerufen durch Prellungen und Distorsionen²⁶, sind die häufigsten Verletzungsformen an den Beinen. Dies ist möglicherweise darauf zurückzuführen, dass die Schienbeinschoner aus Gründen der besseren Bewegungsfreiheit oberhalb der Sprunggelenke enden.

²⁶ Distorsionen sind Überdehnung und Zerreißen von Gelenkscapseln und Gelenkbändern. Als mögliche Ursache kommt gewaltsame und übermäßige Inanspruchnahme eines Gelenkes über dessen normale Bewegungsgrenze bzw. -richtung hinaus in Frage.

- Die häufigsten Verletzungsformen insgesamt sind Zerrungen und Muskelrisse an den unteren Extremitäten (Oberschenkeln, Waden) (Biener, 1992, S. 431).

5.3.2 Verletzungsprävention

Verletzungen im Sportbereich sind kaum gänzlich zu verhindern. Das Verletzungsrisiko kann jedoch durch unterschiedliche Faktoren beeinflusst werden. So ist gerade im Eishockeysport die Beschaffenheit der Eisfläche von Bedeutung. Hier kann davon ausgegangen werden, dass: Je besser die Eisfläche präpariert ist, desto geringer ist die Unfallhäufigkeit.

Krafttraining im Kinder- und Jugendeishockey dient nicht nur der Verbesserung der Leistungsfähigkeit und der Kondition, sondern auch der Verbesserung der Haltung und somit der Verletzungsprävention. Die altersgemäße Ausbildung dieses physischen Leistungsfaktors mittels gezielten Trainings bedingt, dass sich physiologische und sportliche Fähigkeiten entwickeln können, die letztlich ein Verletzungsrisiko minimieren.

Einen weiteren Einfluss auf ein mögliches Verletzungsrisiko hat die Wahl der entsprechenden Ausrüstung. Diese muss den Anforderungen im Leistungssport entsprechen und auf dem bestmöglichen technischen Standard sein.

Weiters ist zur Prävention von Verletzungen wichtig, dass Trainer, Trainerinnen eine hohe fachliche Kompetenz aufweisen, um den Kindern und Jugendlichen in den Trainings entsprechende Übungen zu den Grundlagen des Eislaufens, des Eishockeysports vermitteln zu können. Optimale und technisch richtig gelernte Eislaufgrundlagen reduzieren das Verletzungsrisiko deutlich, da die Kinder und Jugendlichen dann in gefährlichen Situationen bestmöglich reagieren können.

Ein weiterer Punkt ist das Thema Fair Play und Respekt vor dem Anderen. Eishockey erlaubt Körperkontakt wie kaum eine andere Sportart. Hohe Geschwindigkeiten, physischer und psychischer Stress während eines Wettkampfspiels, der Willen zu gewinnen bzw. die Aussicht auf eine Niederlage, all das kann zu Situationen führen, die aggressives Verhalten begünstigen, und durch die Eskalation einer Situation kann es letztlich zu Verletzungen kommen. Deshalb ist es besonders wichtig, den Kindern und Jugendlichen von Anfang an nicht nur das Regelwerk entsprechend näher zu bringen, sondern ihnen auch gewisse Verhaltensweisen zu vermitteln, die sie verantwortungsvoll mit den Möglichkeiten des Körperspiels im Eishockey umgehen lassen.

Einen wesentlichen Einfluss darauf, dass das Regelwerk auch eingehalten wird, haben Schiedsrichter bzw. Schiedsrichterinnen. Eine gute Ausbildung der Schiedsrichter ist

daher sehr wichtig, da die Schiedsrichter das Regelwerk anwenden und exekutieren müssen. Besonderer Schwerpunkt der Schiedsrichterausbildung betrifft die gesundheitsgefährdeten Attacken wie zum Beispiel Check von hinten gegen die Bande oder Stockschlag im Hals und Kopfbereich. (Internationaler Eishockeyverband (IIHF). Regel Schwerpunkte 2006-2010. www.eishockey.at [Zugriff am 7. August, 2008]).

5.4 Trainingswissenschaftliche Aspekte

5.4.1 Grundlagen der Kondition

Die motorischen Hauptbeanspruchungsformen lassen sich grundsätzlich, wie in Abbildung 12 dargestellt, in konditionelle Fähigkeiten (z.B. Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit) und koordinative Fähigkeiten unterteilen. Beide Bereiche stellen zentrale Leistungsvoraussetzungen für das Erlernen und Realisieren von sportphysiologischen Bewegungshandlungen dar.

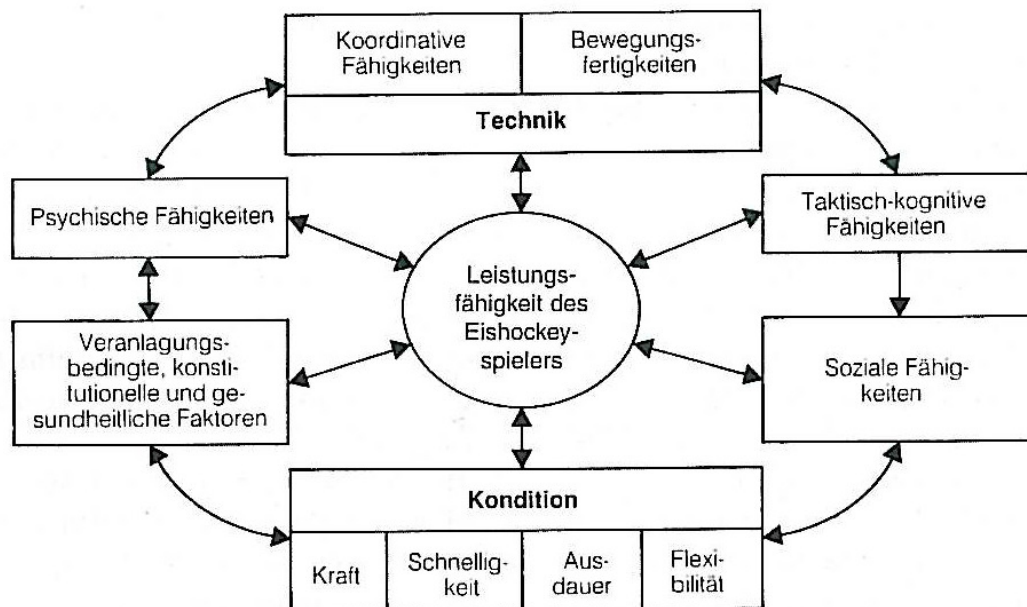


Abb. 12: Komponenten der Leistungsfähigkeit des Eisläufers (Keil & Weineck, 2005, S. 17)

Wie bei allen Sportarten ist auch im Eishockey die Ausbildung zum professionellen Eishockeyspieler, zur professionellen Eishockeyspielerin nur in einem langfristigen Prozess möglich.

Der Begriff Kondition wird von Martin, Carl und Lehnertz (2001, S. 87), Keil und Weineck (2005, S. 21) durch die Fähigkeiten, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit definiert. Die Frage, wann im Eishockey mit dem Training der konditionellen Fähigkeiten begonnen werden soll, muss für jede Nachwuchsmannschaft individuell beantwortet werden. Grundsätzlich sollen jedoch in jeder Entwicklungsstufe spezifische Trainingsanreize gesetzt werden, damit die Kinder und Jugendlichen mit Freude an diesen Sport herangehen.

Martin, Carl und Lehnertz (2001) beschreiben Kondition auch als Komponente des Leistungszustandes (S. 87). Sie basiert nach ihnen primär auf dem Zusammenwirken energetischer Prozesse des Organismus und der Muskulatur und zeigt sich als Kraft-, Schnelligkeits-, Ausdauerfähigkeit sowie Beweglichkeit im Zusammenhang mit den für diese Fähigkeiten erforderlichen psychischen Eigenschaften. Martin (1988) ergänzt weiters, dass die konditionellen Fähigkeiten eines Menschen letztlich das Resultat des gesamten Konditionsniveaus sind und somit die Summe der Ausprägungen der einzelnen Konditionsaspekte (S. 36).

Da in weiterer Folge häufig unterschiedliche Altersgruppen Erwähnung finden, wird anschließend eine mögliche Altersphasenzuordnung (Tabelle 6) vorgestellt (Weineck, 2004, S. 111).

Alterstufe	Kalendarisches Alter (Jahre)
Säuglingsalter	0 bis 1 Jahr
Kleinkindalter	1 bis 3 Jahre
Vorschulalter	3 bis 6/7 Jahre
frühes Schulkindalter	6/7 bis 10 Jahre
spätes Schulkindalter	10 Jahre bis zum Eintritt der Pubertät (Mädchen 11/12 Jahre, Jungen 12/13 Jahre)
erste pubertäre Phase	Mädchen 11/12 bis 13/14 Jahre Jungen 12/13 bis 14/15 Jahre
zweite pubertäre Phase (Adoleszenz)	Mädchen 13/14 bis 17/18 Jahre Jungen 14/15 bis 18/19 Jahre
Erwachsenenalter	17/18 bzw. 18/19 Jahre

Tab. 6: Alterstufen nach dem kalendarischen Alter (Weineck, 2004)

Im Laufe eines Wettkampfspiels folgt ein ständiger Wechsel zwischen Zeiten auf dem Eis mit unterschiedlichen Intensitäten und darauf folgenden Erholungszeiten. Aufgrund der charakteristischen Belastungsstruktur im Eishockey kommt es zu unterschiedlichen Energiebeanspruchungsformen. Abbildung 13 zeigt die unterschiedlichen Methoden der Energiegewinnung.

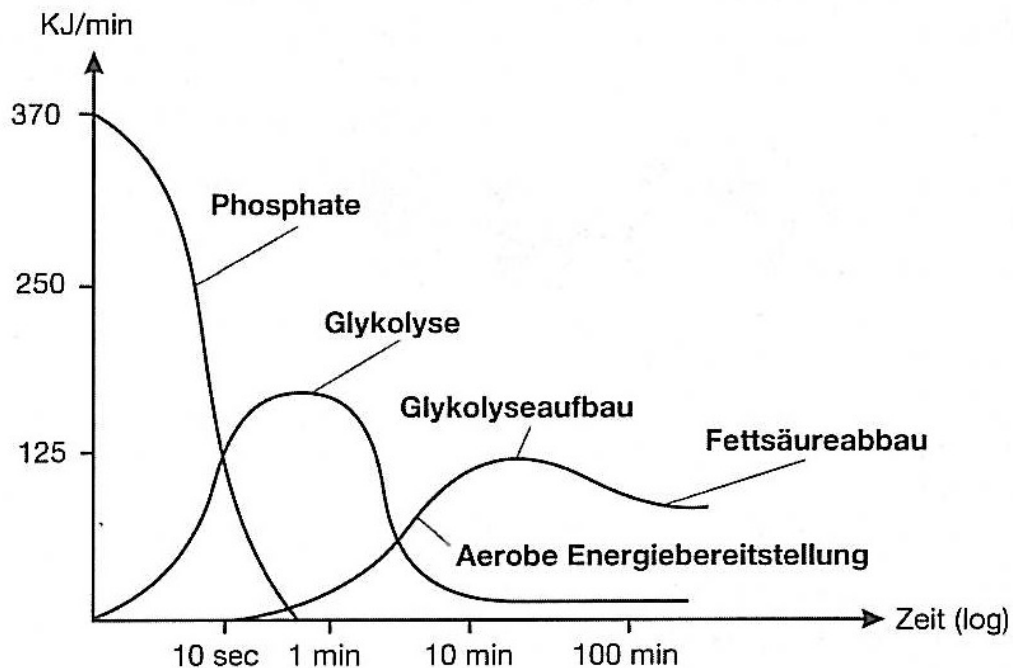


Abb. 13: Möglichkeiten der Energiebereitstellung (Keil & Weineck, 2004, S. 37)

Anaerob-alactazider Stoffwechsel

Bei hochintensiver Belastung erfolgt die Energiebereitstellung ohne Sauerstoff und ohne, dass dabei Laktat im Muskel entsteht. Da die Speicher von Adenosintriphosphat (ATP) und Kreatinphosphat begrenzt sind, ist die Energiegewinnung nur für eine sehr kurze Zeit möglich (max. 7 bis 10 Sekunden).

Anaerob-lactazider Stoffwechsel

Die Energiegewinnung erfolgt ohne Sauerstoff, dabei wird Laktat produziert. Dieser Stoffwechselvorgang bei hochintensiven Belastungen ist, durch die maximal tolerierbare Übersäuerung durch Laktat, nur bis ca. 45 Sekunden möglich.

Aerober Kohlehydratstoffwechsel

Bei mittleren Energieflussraten ist der Energienachschub bis ca. 60 bis 90 Minuten durch Kohlenhydrate, die als Glykogen im Muskel gespeichert sind, möglich.

Aerober Fettstoffwechsel

Bei niedriger Energieflussrate ist die Energiegewinnung durch Fette fast unbegrenzt möglich (Keil & Weineck, 2005, S. 37).

5.4.2 Komponenten der Leistungsfähigkeit

5.4.2.1 Kraft

Die Kraft kann in die Bereiche Maximalkraft, Schnellkraft und Kraftausdauer unterteilt werden.

5.4.2.1.1 Maximalkraft und Maximalkrafttraining

Die Maximalkraft ist jene Kraft, die bei maximaler, willkürlicher Muskelkontraktion ausgeübt wird. Sie ist abhängig vom physiologischen Aufbau des Muskelquerschnitts, von der Zusammenarbeit (intermuskuläre Koordination) zwischen den verschiedenen Muskelgruppen und von der Zusammenarbeit der Zellen innerhalb eines einzelnen Muskels (intramuskuläre Koordination) (Weineck, 2004, S. 298ff; Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 128ff).

Eine Vergrößerung des Muskelquerschnitts wird durch eine Muskelfaserverdickung (Hypertrophie - Training) erzielt. Im Training werden Übungen mit mittleren Intensitäten (ca. 40-60% der Maximalkraft), einer Wiederholungszahl von ca. 8 – 12 Wiederholungen, 3 bis 5 Serien mit einer Pause von ca. 2 Minuten zwischen den Serien, durchgeführt. Zwischen den Trainingseinheiten ist eine Pause zwischen 24 bis 48 Stunden notwendig.

Das intramuskuläre Koordinationstraining (IK-Training) kommt zur Anwendung, wenn eine Gewichtszunahme, hervorgerufen durch die Zunahme des Muskelquerschnittes, unerwünscht ist. Die Maximalkraft wird dadurch gesteigert, dass die bereits vorhandene Muskelmasse mehr und willkürlich aktiviert wird, wobei die Muskelmasse unverändert bleibt.

Im Training werden Übungen mit hoher Intensität ausgeführt (ca. 75 bis 100% der Maximalkraft, 5 bis 8 Serien mit einer geringen Wiederholungszahl (1 bis 5 Wh.). Zwischen den einzelnen Übungen müssen längere Pausen eingehalten werden, da das Zentralnervensystem schnell ermüdet. Zwischen den Trainingseinheiten ist eine Regenerationszeit von ca. 72 Stunden notwendig.

Im Vorschulalter und im frühen Schulkindalter ist ein Krafttraining nicht angebracht. Vielseitige Kräftigungsübungen stehen im Mittelpunkt, um den Halte- und Bewegungsapparat der Kinder zu stärken. Da der kindliche Organismus aufgrund der geringen anaeroben Kapazität ungünstige Voraussetzungen für statische Muskelarbeit besitzt, ist die ausschließliche Trainingsmethode das dynamische Training (Weineck, 2004, S. 378).

Geeignet bis zum Ende des frühen Schulkindalter sind vor allem Paarzweikämpfe mit Schieben oder Ziehen, Sprünge aller Art, Tauziehen, Hindernisturnen in Klettergärten mit Stütz-, Hang- und Zuggeräten.

5.4.2.1.2 Schnellkraft

Um im Eishockey erfolgreich zu sein, ist es notwendig Zweikämpfe zu gewinnen. Dafür sind schnelle Antritte sowie schnelle Richtungsänderungen notwendig. Wichtige Voraussetzung für das Training der Schnellkraft ist eine gut ausgebildete Maximalkraft, um Bewegungen explosiv und mit maximaler Geschwindigkeit ausführen zu können.

Martin, Carl & Lehnertz (2001) führen an, dass ein Schnellkrafttraining, als wesentlicher Bestandteil vieler Sportarten für die Technikausführung und Technikeffizienz entscheidend ist. Er definiert die Schnellkraft als jene Kraft, mit der optimal schnell Kraft bereitgestellt werden kann.

Die für das Eishockey entscheidende Endgeschwindigkeit, infolge einer raschen Beschleunigung ist, wie sich in Abbildung 14 zeigt, abhängig von der Explosivkraft und Startkraft. Bei niedrigen Widerständen dominiert die Startkraft, bei zunehmender Belastung die Explosivkraft (S. 103).

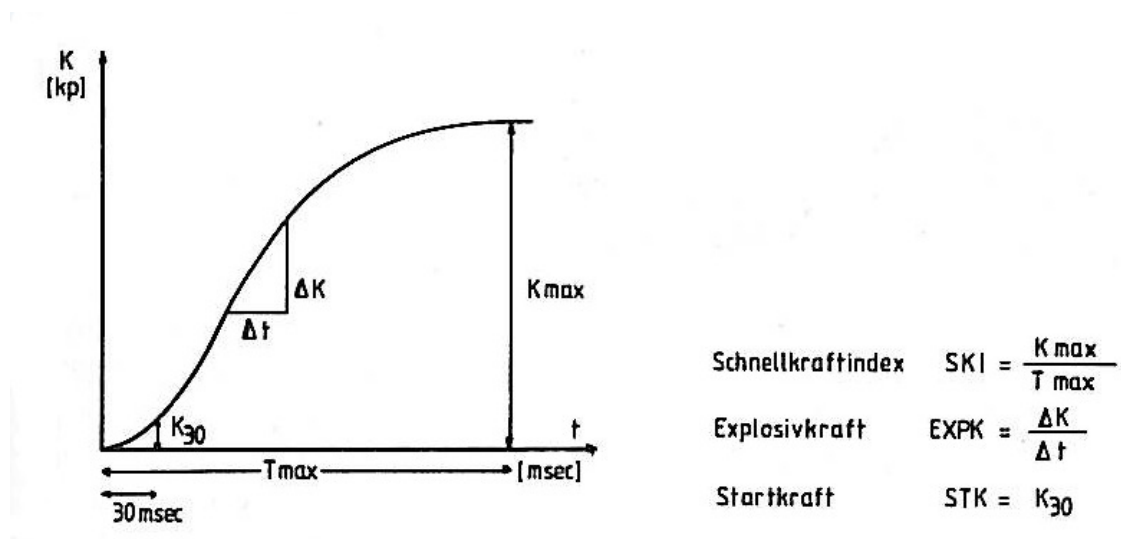


Abb. 14: Schnellkraft-Parameter (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 105)

Der Trainingsumfang im Schnellkrafttraining besteht aus 5 bis 10 Wiederholungen, 5 bis 8 Serien mit einer Serienpause von 3 bis 5 Minuten. Zwischen den Trainingseinheiten ist eine Regenerationszeit von ca. 72 Stunden notwendig.

5.4.2.1.3 Kraftausdauer

„Die Kraftausdauer ist die Fähigkeit, bei lang andauernden Kraftleistungen die Kraft über einen definierten Zeitraum aufrecht zu erhalten“ (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 107).

Im Eishockey müssen im Laufe eines Spieles bis zu sieben Wechsel pro Spieldrittel absolviert werden. Über die gesamte Dauer eines Einsatzes werden auf dem Eis wiederholt Sprints, Starts und Richtungswechsel mit einer hohen Intensität ausgeführt. Die Voraussetzungen dafür sind eine gute Kraftausdauer kombiniert mit einem hohen Maximalkraft- und Schnellkraftniveau.

Erscheinungsform der Kraftausdauer ist die dynamische oder statische Kraftausdauer sowie lokale oder allgemeine Kraftausdauer. Unter der allgemeinen Kraftausdauer wird die Ermüdungsfähigkeit unter Einsatz von mehr als einem Siebtel bis einem Sechstel der gesamten Muskulatur verstanden. Da im Eishockey meist die gesamte Muskulatur beteiligt ist, wird der lokalen Kraftausdauer wenig Beachtung geschenkt (Weineck, 2004, S. 22).

Nach Martin, Carl und Lehnertz (2001) ist die dynamische Kraftausdauer die Fähigkeit, bei einer bestimmten Wiederholungszahl von Kraftstößen innerhalb eines definierten Zeitraums, die Verminderung der Kraftstöße möglichst gering zu halten.

Das Training der Kraftausdauer erfolgt am besten in Form eines Zirkeltrainings. Im Eishockeytraining werden Kraftausdauerzirkel vorwiegend in der Vorbereitungsperiode durchgeführt. Dabei werden die verschiedenen Übungsformen und Geräte nacheinander durchlaufen. Das Training kann an unterschiedlichen Stationen beginnen und durchgeführt werden.

Der Trainingsumfang besteht aus 8 bis 12 Stationen. Die Belastungszeit ist genau definiert, zum Beispiel mit 30 Sekunden oder mit 10 bis 25 Wiederholungen, 4 bis 8 Serien mit einer aktiven Pause während den Übungen.

Im Nachwuchstraining sind die Belastungswiderstände besonders zu beachten. Liegen die Widerstände über 50% der individuellen Maximalkraft wird vom Körper die anaerobe Energiegewinnung herangezogen, bei Widerständen unter 25% die aerobe Energiegewinnung (Weineck, 2004, S. 307).

5.4.2.2 Schnelligkeit

Schnell Eislaufen zu können, ist im Eishockey unerlässlich, da Eishockey zu jenen Sportarten gehört, in denen sich alles in den ersten Spielsekunden entscheiden kann (Capla, 2004, S. 207).

Schnelligkeit ist grundsätzlich die Fähigkeit, auf einen Reiz bzw. ein Signal schnellstmöglich zu reagieren und/oder Bewegungen bei geringen Widerständen mit höchster Geschwindigkeit durchzuführen (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 147).

Die Schnelligkeit ist Training mit geringen Widerständen und wird meist in eine zyklische bzw. azyklische Aktionsschnelligkeit und eine Reaktionsschnelligkeit unterschieden.

Die Aktionsschnelligkeit wird über die Kontraktions- und Bewegungsgeschwindigkeiten des Nerv-Muskelsystems erreicht.

Die Reaktionsgeschwindigkeit ist die Fähigkeit auf Reize und Signale zu reagieren.

Martin, Carl und Lehnertz (2001) beschreiben eine dreiphasige Verlaufsform für die Schnelligkeitsleistung, die den Sportspielen zugeordnet wird. Abbildung 15 beschreibt den stufenlosen Übergang zur Schnelligkeitsleistung (Aktionsschnelligkeit). Ausgehend von einer Reaktionsleistung, die durch einen äußeren Reiz ausgelöst wird, erfolgt die Phase der Beschleunigungsleistung, welche von der Widerstandsgröße abhängig ist (S. 149).

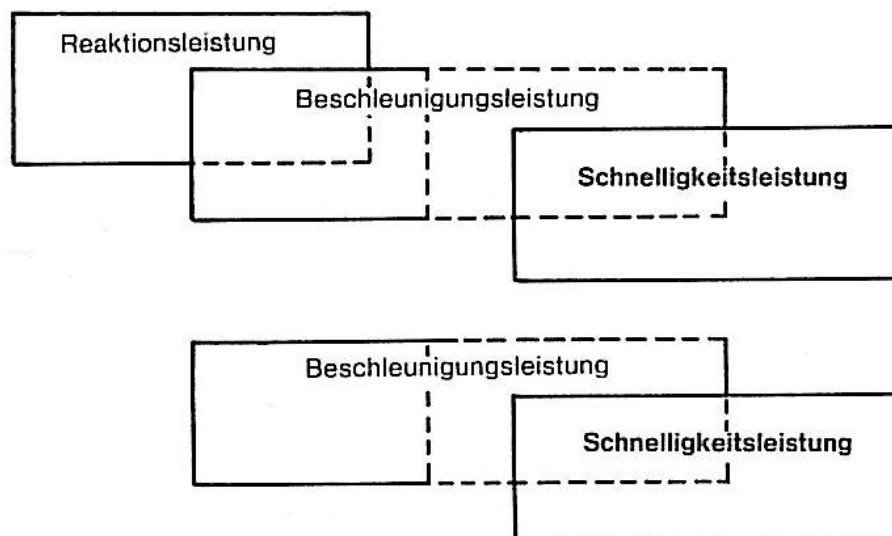


Abb. 15: Verlaufsformen von Schnelligkeitsleistungen (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 149)

Keil und Weineck (2005) beschreiben die Schnelligkeit des Eishockeyspielers, der Eishockeyspielerin als eine vielseitige Fähigkeit sowie als eine komplexe Eigenschaft, die sich in unterschiedlichen Teilfähigkeiten, wie z.B. Wahrnehmungsfähigkeit, Antizipationsfähigkeit, Entscheidungsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit, Bewegungsfähigkeit (ohne Puck), Aktionsschnelligkeit (mit Puck) sowie Handlungsfähigkeit zusammensetzt

(S. 376). Für das Eislaufen ohne Puck muss der zyklischen und azyklischen Bewegungsschnelligkeit sowie der Antrittsschnelligkeit besondere Aufmerksamkeit gegeben werden (Keil & Weineck, 2005, S. 384). Im Eishockey entscheidet sehr oft derjenige Spieler, diejenige Spielerin das Spiel, der, die im entscheidenden Moment um einen Schritt schneller ist als sein Gegenspieler, ihre Gegenspielerin.

5.4.2.3 Ausdauer

Unter Ausdauer wird im Allgemeinen die psychophysische Ermüdungswiderstandsfähigkeit bei längeren Belastungen verstanden sowie die Fähigkeit zur raschen Wiederherstellung nach Belastungen (Keil & Weineck, 2005, S. 21). Martin, Carl und Lehnertz (2001) beschreiben das Einteilungsmodell für Ausdauer von Harre (1977) und fügt dem hinzu, dass in der Trainingslehre die Einteilung nach dem Kriterium der Wettkampfdauer allgemein anerkannt ist (S. 174).

1. Kurzeitenausdauer (KZA; Wettkampfdauer = 35 Sekunden bis 2 Minuten), mit maximalen Belastungsintensitäten sowie anaerober Energiebereitstellung.
2. Mittelzeitausdauer (MZA; Wettkampfdauer > 2 bis 10 Minuten) mit annähernd maximaler Belastungsintensität und ausgeglichenem Verhältnis zwischen anaerober und aerober Energiebereitstellung.
3. Langzeitausdauer (LZA; Wettkampfdauer > 10 Minuten) mit geringer bis submaximaler Belastungsintensität, wobei die aerobe Energiebereitstellung dominiert.

Eishockeyspieler, Eishockeyspielerinnen müssen in der Lage sein, während eines Spieles mehrere kurze Einsätze (Wechsel) mit einer Dauer von ca. 45 Sekunden zu bestehen, die durch schnelle Antritte und Zweikämpfe gekennzeichnet sind. Zwischen den Wechseln können sich die Spieler, die Spielerinnen auf der Bank ausruhen und erholen. Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, sind eine gut ausgebildete Grundlagenausdauer sowie eine eishockeyspezifische anaerobe Ausdauer notwendig. Diese spielspezifische Bedingung muss unbedingt in der Trainingsgestaltung beachtet werden.

Das Training der Grundlagenausdauer (allgemeine Ausdauer) schafft die allgemeine aerobe Grundlage, die für die spezielle Ausdauer des Eishockeyspielers, der Eishockeyspielerin notwendig ist. Unter der speziellen Ausdauer wird im Eishockey die Sprint(kraft)ausdauer verstanden, die auf einer hohen anaeroben alaktaziden Kapazität beruht (Keil & Weineck, 2005, S. 71).

Bis zum Eintritt der Pubertät ist das Ausdauertraining auf das Grundlagenausdauertraining und die damit verbundene Verbesserung der aeroben Ausdauer beschränkt (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 317). Das Training der anaeroben Ausdauer ist in diesem Alter zu vermeiden.

Mit Eintritt der Pubertät kann mit dem speziellen Ausdauertraining begonnen werden, um die für das Eishockey notwendige anaerobe Kapazität auszubilden. Die Trainingsmethoden sind bereits wie im Hochleistungstraining, jedoch mit geringerer Belastung (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 317).

5.4.2.3.1 Aerobe Ausdauer

Dauermethode

Bis zum Eintritt der Pubertät ist die Dauermethode, gekennzeichnet durch lange und wenig intensive Belastungen, die bevorzugte Trainingsmethode. Durch verschiedene Trainingsinhalte, wie z.B. Radfahren, Inline-Skaten oder Schwimmen kann bei Kindern Langeweile vermieden und das Training attraktiv gestaltet werden.

Die Dauermethode kommt in der Vorbereitungsperiode zum Aufbau der Grundlagenausdauer zum Einsatz, sowie als Erhaltungstraining, speziell während der Wettkampfphase. Im Vordergrund steht die Verbesserung der aeroben Kapazität.

Für den Eishockeyspieler, die Eishockeyspielerin eignen sich hier vor allem Läufe mit hohen Umfängen ohne Pause mit geringer bis mittlerer Intensität.

Extensive Intervallmethode

Wird in der Vorbereitungsperiode zur Entwicklung der Grundlagenausdauer zusätzlich zur Dauermethode eingesetzt. Der Belastungsumfang beträgt 12 bis 40 Wiederholungen mit einer mittleren Belastungsdauer von ca. 40 Sekunden bis zwei Minuten. Die Belastungsintensität liegt zwischen 60 und 70%. Das Prinzip der „lohnende Pausen“ (bei aktiver Gestaltung durch leichtes Traben) wird eingesetzt. Wird dabei wieder eine Pulsfrequenz von ca. 130 Schlägen pro Minute erreicht, wird der nächste Reiz gesetzt.

5.4.2.3.2 Anaerobe Ausdauer

Intensive Intervallmethode

Ist durch geringe Umfänge (max. 10 bis 12 Wiederholungen) und submaximalen Intensitäten (80 bis 90%) gekennzeichnet. Der Körper bildet Lactat, das Herz-Kreislauf-System und die Stoffwechselprozesse werden dabei sehr hoch beansprucht. Das Prinzip der „lohnenden Pause“ (aktive Gestaltung) wird eingesetzt um den Lactatabbau zu

unterstützen. Der Wechsel von Belastung und Erholung ähnelt dem Belastungsmuster des Eishockeyspiels und trägt somit einen wesentlichen Anteil an der Verbesserung der speziellen Ausdauer des Eishockeyspielers, der Eishockeyspielerin bei (Keil & Weineck, 2005, S. 71ff).

5.4.2.3 Techniktraining

Die Grundschule des Schlittschuhlaufens sollte bis zum Alter von neun bis 10 Jahren abgeschlossen sein. Die bestehenden Eislauftechniken müssen weiterhin regelmäßig im Training geübt werden. Folgende lauftechnischen Fertigkeiten müssen im Trainingseinheitenplan bzw. in jedem Wochentrainingsplan berücksichtigt werden und dürfen nicht fehlen:

- Alle Varianten des Vorwärts- und Rückwärtslaufen
- Starten vorwärts und rückwärts in allen Varianten
- Stoppen auf beiden Seiten vorwärts und rückwärts
- Drehungen in allen Varianten

Der Trainer, die Trainerin muss wissen, welche Übungen (methodische Grundlagen) er, sie wählt, um den Spielern und Spielerinnen das angestrebte Lernziel zu vermitteln. Es kann dabei zwischen drei möglichen kognitiven Strategien wählen:

- Lernen vom Einfachen zum Schwierigen
- Lernen vom Bekannten zum Unbekannten
- Lernen von der Einzelbewegung zum komplexen Bewegungsablauf

Folgende Verfahren stehen dem Trainer, der Trainerin dabei zur Verfügung:

1. Die Induktive Methode: Der Spieler, die Spielerin erlernt dabei den Bewegungsablauf selbständig und kann dabei selber sehr kreativ sein. Es besteht die Gefahr, dass falsche Bewegungsmuster eingelernt werden.
2. Die Deduktive Methode: Der Spieler, die Spielerin versucht vorgezeigte Bewegungsabläufe exakt nachzumachen. Die Kreativität der Lernenden wird bei der deduktiven Methode verhindert, da die Bewegungsabläufe genau geschult werden. Diese Methode überwiegt beim Training bis zum Alter von ca. 10 Jahren, danach werden vermehrt komplexe Übungsformen in das Training aufgenommen. Wenn gravierende Mängel auftauchen ist es notwendig, Teilbewegung wieder isoliert zu betrachten.

3. Die Ganzheitsmethode: Der Bewegungsablauf wird als Ganzes geübt. Das Erlernen von Techniken kann bei der Ganzheitsmethode zeitlich abgekürzt werden. Schwierigkeiten ergeben sich aus der Komplexität des Bewegungsablaufs.
4. Teilmethode: Der Bewegungsablauf wird in einzelne Teile zerlegt, geübt und anschließend wieder zusammengefügt. Für den Spieler, die Spielerin ergeben sich auf diese Weise einfachere Bewegungsabläufe. Das Erlernen von Techniken mit der Teilmethode ist zeitaufwändig (Wolters, Ehni, Kretschmer, Scherler & Weichert, 2000, S. 142).

5.4.2.3.1 Koordinative Fähigkeiten

Koordinative Fähigkeiten sind, auf Bewegungserfahrungen beruhende Verlaufsqualitäten, spezifische und situationsgemäße Bewegungssteuerungsprozesse (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 57).

In Folge werden koordinative Fähigkeiten kurz beschrieben und mit einem praxisbezogenen Übungsbeispiel in Verbindung gebracht. Die angeführten Trainingsbeispiele können mit anderen Trainingsbeispielen ausgetauscht bzw. verändert werden, damit bei den Übungen zu den koordinativen Fähigkeiten keine Langeweile entsteht.

Gleichgewichtsfähigkeit

Zum Training des Gleichgewichtsgefühls kann z.B. mit dem **Hahnenkampf**, sowohl auf dem Trockenen, als auch auf dem Eis, trainiert werden. Im Übungsbeispiel „Hahnenkampf“ hüpfen zwei „Hähne“ auf einem Bein und versuchen sich gegenseitig mit der Schulter so zu „rempeln“, dass der jeweils andere das Gleichgewicht verliert und das 2. Bein zur Hilfe einsetzen muss.

Reaktionsfähigkeit

Die Fähigkeit auf äußere Signale zu reagieren, kann mittels verschiedener Übungen trainiert werden. Ein Beispiel dazu ist das Spiel **Versteinern**: Die Kinder laufen so lange im Raum herum, bis der Trainer, die Trainerin ein Signal gibt, welches die Kinder dazu veranlasst, schnellstmöglich stehen zu bleiben und ihr Körperhaltung nicht mehr zu verändern. Daraus ergeben sich oftmals lustige Körperhaltungen, die den Kindern sehr viele Spaß machen.

Rhythmusfähigkeit

Die Fähigkeit, einen von außen vorgegeben Rhythmus aufzunehmen und wiederzugeben kann z.B. mit dem Übungsbeispiel **Schlange** geübt werden. Die Spieler und

Spielerinnen bewegen sich in Gruppen von max. fünf bis acht Kindern, in einem vorgegebenen Tempo und in einer Schlangenlinien über das Eis. Die jeweils erlaubte Geschwindigkeit wird vom Trainer mit optischen oder akustischen Zeichen vorgegeben (z.B. optische Zeichen: Schläger hoch = langsame Fahrt, Schläger tief = liegend am Eis robben, Schläger kreisend = sehr schnelles Tempo). Die Zielsetzung dieser Übung ist, das vorgegebene Bewegungstempo zu erfassen und es ohne, dass die Schlange abreist, wiederzugeben.

Orientierungsfähigkeit

Bestimmt die Lageveränderung in Raum und Zeit und stellt die Fähigkeit dar, zu wissen, wo man sich selbst bzw. wo sich andere in einem Raum befinden. Ein Beispiel – **Versteinern und Abschlagen**: Die Kinder bewegen sich frei auf einer begrenzten Spielfläche. Ein oder mehrere Jäger, Jägerinnen werden vor Beginn der Übung vom Trainer, der Trainerin bestimmt. Diese versuchen nun die Mitspieler und Mitspielerinnen mittels „Abschlagen“ zu versteinern. Die „abgeschlagenen“ Kinder müssen mit gegrätschten Beinen auf der Stelle stehen bleiben. Sie sind so lange versteinert, bis sie durch einen noch freien Mitspieler, eine noch freie Mitspielerin, erlöst werden, indem dieser, diese durch die gegrätschten Beine schlüpft. Wenn alle Kinder versteinert sind, ist das Spiel beendet.

Differenzierungsfähigkeit

Dadurch sind einzelne Bewegungsphasen mit einer genauen Feinabstimmung möglich. Die Übung **Völkerball**, unabhängig davon, ob es auf dem Eis oder auf dem Sportplatz gespielt wird, wird nach den allgemein gültigen Regeln ausgetragen, mit dem einzigen Unterschied, dass mehrere Bällen eingesetzt werden, die sich in Größe, Gewicht und Beschaffenheit unterscheiden. Zielsetzung dieser Übung ist, die Würfe auf den Gegner, die Gegnerin nicht maximal, sondern bezogen auf die verschiedenen Ballarten optimal abzustimmen und auszuführen.

Kopplungsfähigkeit

Ist die Verbindung und Koordination von Bewegungsabläufen. Diese Fähigkeit kann in nahezu allen Formen von Mannschaftsspielen trainiert werden. Ziel ist das Üben der Fähigkeit, Einzel- und Teilkörperbewegungen zu einer Gesamtbewegung zu koordinieren (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 59).

5.4.2.3.2 *Beweglichkeit*

Die Beweglichkeit ist die Fähigkeit, Bewegungen willkürlich und gezielt mit der erforderlichen bzw. optimalen Schwingungsweite der beteiligten Gelenke auszuführen (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 214).

Bis zum Schulkindalter (in diesem Alter erreicht die Beweglichkeit ihr Maximum) wird die Beweglichkeit meist im Rahmen des Aufwärmens, in Form von Gymnastikübungen, die eine aktive Dehnung beinhalten, in die Trainingseinheit aufgenommen. Ab der Adoleszenz kann das Beweglichkeitstraining wie bei den Erwachsenen durchgeführt werden, allerdings ist auch in dieser Phase auf Grund des Längenwachstumsschubes besonders bei passiven Dehnübungen Vorsicht geboten (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 317).

Dehnübungen im Aufwärmprogramm sollten vorsichtig begonnen werden und ebenso wie die Belastung erst allmählich gesteigert werden. Dynamische und statische Übungen sollen dabei variiert werden. Nach anstrengenden Übungsteilen sollten Lockerungs- und Entspannungsübungen folgen (Grosser, 1989, S. 89).

Grundsätzlich hat die Beweglichkeit nach Martin, Carl und Lehnertz, (2001) zwei Zielsetzungen:

- die Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit
- die Verbesserung der Dehnfähigkeit der Muskulatur

Die Beweglichkeit der Gelenke wird mit aktiven gymnastischen Übungen trainiert. Die Bewegungen werden zügig bis mäßig schnell ausgeführt und gleichzeitig die volle Bewegungsamplitude ausgenützt.

Zur Verbesserung der Dehnfähigkeit der Muskulatur werden anschließend einige Dehnungsformen beschrieben, die zur Verbesserung der elastischen Eigenschaften der Muskeln im Eishockeysport eingesetzt werden können.

Dynamisches Dehnen

Mittels Wippen und Federn werden die normalen Grenzen der Gelenkbeweglichkeit erweitert. Da im Eishockey viele hochexplosive Bewegungen auftreten, ist diese Methode deshalb von Vorteil, da durch Ausnützen des Muskelspindelreflexes (bremsende Muskelfasern werden zugeschaltet) schwunghafte Bewegungen durch eine rechtzeitige Kontraktion abgefangen werden können (Keil & Weineck, 2005, S. 451).

Strech-Techniken

Zur Entwicklung der passiv-statischen Dehnfähigkeit können Easy Stretch- und Development Stretch Methode angewendet werden:

- **Easy Stretch**

Bei sogenanntem leichten Stretch bleibt man 10 bis 30 Sekunden im Extreimbereich angespannt. Die Muskulatur wird dabei beobachtet, da gespürt werden sollte, wie der Spannungszustand (das Spannungsgefühl) abnimmt.

- **Development Stretch**

Aufbauend auf die Easy-Stretch Methode wird noch etwas nachgedehnt, wenn das Spannungsgefühl in der Muskulatur abnimmt und verbleibt in der neuen Endstellung weitere 10 bis 30 Sekunden.

- **CHRS – (Contract-Hold-Relax-Stretch) Methode**

Nach einer maximalen isometrischen Anspannung von ca. 1 Sekunde, wird der Muskel ca. 2 bis 3 Sekunden entspannt und danach wieder 10 bis 30 Sekunden gedehnt (Weineck, 2004, S. 498).

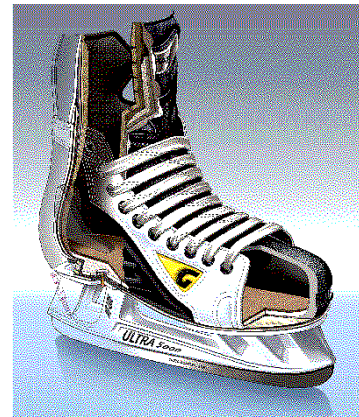
Bei den angeführten Stretchingmethoden ist darauf zu achten, dass eine Überstreckung verhindert wird und die Haltezeit 30 Sekunden nicht überschreitet. Die Atmung ist ruhig und regelmäßig und darf nicht angehalten werden (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 224).

5.5 Sportgeräte-technische Aspekte

Eishockey ist eine Sportart mit besonders hohen Anforderungen an die Ausrüstung. Historische Rückblicke zeigen, dass mit zunehmendem technischem Standard nicht nur die Anzahl der Ausrüstungsgegenstände stieg, sondern sich auch deren Qualität deutlich verbesserte. Da die Ausrüstung für den Eishockeyspieler, die Eishockeyspielerin von großer Wichtigkeit ist, sind anschließend die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände beschrieben.

Eislaufschuh, Eishockeyschuh

Der wohl wesentlichste Ausrüstungsgegenstand ist der Eishockeyschuh. Ohne ihn wäre die Bewegung auf dem Eis überhaupt nicht möglich. Moderne Schuhe sind Schnürstiefel aus hochwertigem, festem Leder, haben eine Glasfaserverstärkung mit zusätzlichem Fersen- bzw. Achillessehnen-Schutz. Die Stahlkufen weisen eine Stärke von 3 bis 4 mm, mit Hohlschliff in Querrichtung und einer leichten Kurvung in Längsrichtung auf. Ein wesentlicher Aspekt für die Fortbewegung



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

auf dem Eis beruht auf einem physikalischen Phänomen. Durch den Druck auf das Eis und der dabei entstehenden Reibung bildet sich ein dünner Wasserfilm zwischen Kufen und Eis. Auf diesem Wasserfilm können die Kufen optimal gleiten, auch wenn die Dicke des Wasserfilms mit zunehmender Geschwindigkeit abnimmt (<http://www.weltderphysik.de/de/6271.php> [Zugriff am 7. August 2008]).

Entscheidend für die Wendigkeit und den Halt am Eis ist jedoch die Art des Schliffs der Kufen. Im Eishockeysport werden die Schlittschuhe mit einem Hohlradius von etwa neun bis 20 Millimeter geschliffen. Dabei ist die Qualität der Schleifmaschine von großer Bedeutung. Je flacher der Hohlradius ist, desto schneller kann man gleiten und umso weniger drückt die Kufe ins Eis. Umgekehrt gilt, je tiefer der Hohlradius ist, desto mehr schneidet die Kufe ins Eis und umso schnelleres Fahren von Kurven ist möglich. Schlittschuhe im Anfängerbereich werden üblicherweise mit einem Hohlradius von 13 bis 15 mm geschliffen. Nach dem Hohlradiusschliff wird zusätzlich noch eine sauber polierte Lauffläche mit Längsrillenstruktur geschliffen, damit die Kufe zusätzlich optimale Gleiteigenschaften zeigt (<http://www.eisbahn-wallanlagen.de/Schlittschuhschleifen/schlittschuhschleifen.html> [Zugriff am 20. Mai 2008]).

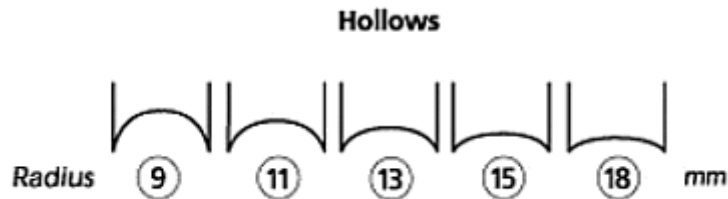


Abb. 16: Unterschiedliche Hohlsliffarten (Capla, 2004, S. 279)

Eishockeystock oder Schläger

Das Instrument zum Spielen des Pucks ist der Eishockeystock. Das untere Ende des Eishockeystocks ist in einem Winkel von etwa 45° geneigt. Die Schaufel (Kelle) ist entweder zur rechten oder zur linken Seite hin gebogen. Entgegen der allgemeinen Annahme ist die Wahl der Krümmung des Schlägers nicht eindeutig mit der Händigkeit korreliert. Stichproben bei Sportlern und Sportlerinnen zeigen nahezu eine Gleichverteilung bei blinden Griffen zum Sportgerät. Dabei unterscheidet die Statistik zwischen Rechts- und Linkshändern, -innen. Linkshänder, -innen greifen nahezu ausnahmslos mit der linken Hand zum oberen Ende des Schlägers (Oberbeck, 1989).

Der Schaft des Schlägers ist zumeist aus Holz, jedoch auch aus anderen Materialien wie z.B. Verbundwerkstoffen. Heute sind die Schläger häufig aus Carbon oder Glasfaser. Die Länge und die mögliche Krümmung der Schaufel sind im Regelwerk der IIHF vorgeschrieben.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Puck

Der Puck ist das "Spielgerät" beim Eishockey. Er besteht aus Hartgummi, ist 2,54 cm hoch und hat einen Durchmesser von 7,62 cm. Sein Gewicht kann zwischen 156 und 170 Gramm variieren, da er durch Schläger oder Schlittschuhkufen in Mitleidenschaft gezogen werden kann. „Erfinden“ wurde der Puck 1877, da der Ball ständig die Bande übersprang (die bis dahin verwendeten Gummibälle wurden beschnitten, bis nur noch eine Scheibe übrig blieb). Ursprüngliche Idee war, dass der Puck immer am Eis bleiben sollte.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Schienbeinschoner

Schienbeinschoner sind ein wesentlicher Ausrüstungsgegenstand, wenn es um den Schutz der Schienbeine geht. Die Länge wird zumeist in Zoll angegeben und soll sowohl die Knie als auch die Schienbeine abdecken. Der Übergang zum Schuh darf die Bewegungsfreiheit nicht einschränken, muss dennoch genügend Schutz vor dem mit hoher Geschwindigkeit aufprallenden Puck bieten. Wenn Sprünge oder Risse am Schienbeinschoner auftreten, dann muss er unbedingt ausgetauscht werden.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Handschuhe

Die Handschuhe sind entweder aus Leder oder Kunststoff und haben Polstereinlagen über den Fingern. Geringen Schutz bieten die Handschuhe an den Handinnenflächen. Sie sollen über das Handgelenk reichen und dabei gleichzeitig unbedingt eine entsprechende Bewegungsfreiheit bieten.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Helm

Der Helm muss den aktuellen technischen Standards entsprechen und zudem die Möglichkeit bieten, einen Gesichtsschutz anbringen zu können. Dieser kann in Form eines Vollvisiers, eines Gitters oder eines Halbvisiers sein. Für Kinder und Jugendliche (bis 19 Jahre) ist ein Vollgesichtsschutz Pflicht.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Ellenbogenschoner

Die Ellenbogenschoner müssen den Unterarm, den Ellbogen und den Oberarm bis zum Schulterschutz abdecken.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Schutzhose

Die gepolsterte Schutzhose reicht bis zum Knie und ist mit Kunststoffplatten derart gepolstert, dass sowohl ein Schutz der Oberschenkel als auch dem Gesäß gewährleistet ist.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Brust-, Schulterschutz

Der Brust- und Schulterschutz ist in unterschiedlichen Ausführungen und Größen erhältlich und muss von Spielern und Spielerinnen sowie, in einer bestimmten und spezifischen Ausführung, auch von Torleuten getragen werden.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Halsschutz

Der Halsschutz ist von Spielern und Spielerinnen der Altersklasse Schüler, Schülerinnen und jünger sowie von Tormännern und Torfrauen zu tragen.



www.burger-sport.at
Zugriff am 20. Mai 2008].

Zahnschutz

Der Zahnschutz ist ein optionaler Ausrüstungsgegenstand vom einfachen – in Wasser aufwärmbaren – (Boxer-)Beißschutz bis zur professionellen Ausführung, die vom Zahnarzt, von einer Zahnärztin angefertigt wird.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

Suspensorium

Das Suspensorium ist in unterschiedlichen Ausführungen, Größen und jeweils für Männer und für Frauen erhältlich.



www.burger-sport.at
[Zugriff am 20. Mai 2008].

6 EISHOCKEY IM KINDER- UND JUGENDALTER

Da sich diese Diplomarbeit besonders mit der Thematik der Betreuung von Kindern und Jugendlichen im Eishockeysport beschäftigt, wird in diesem Kapitel explizit auf diesen Bereich Bezug genommen. Die Förderung des Nachwuchses ist auch in der Sportart Eishockey von immenser Wichtigkeit. Gerade die Kleinen sind es, die die zukünftigen Profi-Spieler und -Spielerinnen von Morgen sind. Deshalb sollten sie die ungeteilte Aufmerksamkeit von österreichischen Trainern und Trainerinnen sowie von den Vereinen erhalten. Von den Vereinen sollten die Kinder und Jugendliche, durch die Entwicklung spezifischer Bedingungen, die für diese Altersgruppen geeignet sind, entsprechend gefördert werden.

6.1 Einstiegsalter

Auch in der Sportart Eishockey stellt sich die Frage, welches Alter geeignet ist, um mit dem Training zu beginnen.

Barnett und Behn (1988) geben an, dass je nach individuellen physiologischen und psychologischen Voraussetzungen (wie z.B. Körperbau, Auffassungsgabe) ein Beginnalter von fünf bis sieben Jahren ideal ist. Das Üben von Schlittschuhlauftechniken sollte am Anfang im Vordergrund stehen, um in späteren Wettkampfspielen die Ausführung inkorrekten Bewegungen zu vermeiden. Ab dem 7. Lebensjahr können den Kindern auch einfache Spielelemente angeboten werden. Barnett und Behn weisen jedoch darauf hin, dass diese idealtypische Vorgehensweise aus unterschiedlichen Gründen oft nicht eingehalten werden kann (S. 12f).

Capla (2004) geht davon aus, dass ein Kind, das am Eishockey Interesse zeigt, sofort betreut werden sollte. Im Extremfall sogar bereits ab dem 2. bis 3. Lebensalter. Dazu sollen nach Meinung Caplas vom jeweiligen Verein die notwendigen Voraussetzungen geschaffen werden (S. 12f). Die ersten Bewegungen auf dem Eis können mit den Kindern auch ohne Schlittschuhe durchgeführt werden, damit ihnen der Kontakt mit dem Eis erleichtert wird. Zudem können auf diese Weise mögliche Ängste der Kleinen vor dem Eis reduziert werden. Wichtig ist dabei vor allem die richtige Kleidung. Diese darf nach einem Sturz nicht durchnässt sein, da die Kinder sonst den Spaß am Eislaufen verlieren (S. 41).

Das Handbuch zum „Learn to Play Programm“ der Internationalen Ice Hockey Federation (IIHF) weist auf einen Ausbildungsbeginn ab sechs Jahren hin. Ein Beginn unter

sechs Jahren wird nicht erwähnt. Als Hauptzielgruppe werden hier Jungen und Mädchen im Alter von sechs bis neun Jahren verstanden. In dieser Altersstufe soll Eishockey vor allem auf Spaß basieren und dennoch eine hochqualitative Eishockey-Erfahrung vermittelt werden (IIHF, 2003, S. 3).

6.2 U8 bis U20 – Altersgruppen

U8 – Gruppe der unter 8-Jährigen (früher Bambini)

Die jüngsten Sportler und Sportlerinnen in einem Eishockeyverein sind die Bambini (Alter zwischen ca. vier und acht Jahre). Sie sind noch nicht in der Lage, sich selbst anzukleiden. Ohne Mithilfe der Eltern würde ein Trainer, eine Trainerin wahrscheinlich alleine auf dem Eis stehen. Die Betreuung der Kinder bei den Wettkämpfen außerhalb der Eisfläche ist im U8-Bereich genau so wichtig, wie das eigentliche Spiel am Eis.

Die Bereiche U8 und U10 sind für den Eishockeynachwuchs besonders wichtig, und die neu hinzukommenden Kinder können zumeist gleich in den laufenden Spielbetrieb der U8 und U10 Mannschaften eingegliedert werden.

U10 – Gruppe der unter 10-Jährigen (früher Superminiknaben)

Die jungen Spieler und Spielerinnen (Alter neun und 10 Jahre) benötigen beim Umkleiden weiterhin die Hilfe ihrer Eltern. Sie werden jedoch dahingehend geschult, sich selbst anzuziehen. Die Eltern begleiten ihre Kinder zu den Trainings- und Wettkampfspielen.

Im U8- und U10-Bereich werden Wettkampfspiele ohne Resultate und ohne Tabelleneinträge ausgetragen (siehe: Learn to Play Programm, Kapitel 6.6, S. 94).

U12 – Gruppe der unter 12-Jährigen (früher Miniknaben)

Die jungen Sportler und Sportlerinnen (Alter 11 und 12 Jahre) können sich bereits selbst ankleiden. Lediglich die Schlittschuhe werden noch teilweise von den Eltern zuge schnürt. In dieser Altersgruppe kann es zum Konflikt zwischen Trainern und Eltern kommen, da der Trainer, die Trainerin nun möchte, dass sich die Eltern nur mehr zum Binden der Schlittschuhe in der Umkleidekabine aufhalten. Für viele Eltern ist diese neue Situation oft sehr unbefriedigend, da sie erstmals gebeten werden, von ihrem Kind mehr Abstand zu nehmen.

Die Kinder spielen zum ersten Mal in einer Meisterschaft mit Wertung und die Spiele werden bereits über die gesamte Eisfläche ausgetragen. Die Spielzeit beträgt 3x15 Minuten. Gespielt wird ohne Körperkontakt sowie nach dem Regelwerk des IIHF. Eine Mannschaft muss aus mindestens drei Linien bestehen, wobei deren Einteilung bereits vor dem Spiel der gegnerischen Mannschaft bekannt gegeben werden muss. Zur Erkennung der eingeteilten Spielreihen werden die Spieler und Spielerinnen mit farbigen Armschleifen (rot/blau/gelb) gekennzeichnet. Ein verletzter Spieler, eine verletzte Spielerin wird durch einen Ersatzspieler, Ersatzspielerin mit weißer Armschleife ersetzt. Während des Spiels dürfen die Linien nicht verändert werden, um taktische Umstellungen während des Spielverlaufs zu unterbinden. Durch diese Regelung wird gewährleistet, dass mindestens drei Spielreihen zum Einsatz kommen. Der Wechsel der Spieler und Spielerinnen erfolgt alle 1,5 Minuten und wird mit einem Signalton bzw. durch ein Pfeifen vom Schiedsrichter, von der Schiedsrichterin bekannt gegeben. Damit werden unnötige, lange Spieleinsätze der sogenannten Cracks vermieden (Zwangswechsel).

U14 – Gruppe der unter 14-Jährigen (früher Knaben)

Im Alter von 13 bis 14 Jahren sind die Spieler und Spielerinnen bereits völlig selbstständig. Die Eltern erkennen diese Entwicklung ihrer Kinder und ziehen sich immer deutlicher von ihren freiwilligen Unterstützungstätigkeiten zurück. Zudem kommen die Spieler und Spielerinnen oftmals bereits ohne ihre Eltern zum Training.

Die Form der Wettkampfs Spiele unterscheidet sich ab dem Altersbereich U14 kaum mehr vom Seniorensport. Die Spielzeit beträgt 3x20 Minuten und zum ersten Mal ist Körperkontakt erlaubt. Die Linien dürfen nun frei gewählt und immer wieder geändert werden. Die Dauer der Spieleinsätze der Jugendlichen wird nicht mehr mit einem Signalton eingeleitet, sondern vom Trainer, der Trainerin. Der Trainer, die Trainerin bestimmt nun, wie viele Spieler, Spielerinnen in einem Wettkampfs Spiel zum Einsatz kommen bzw. wie viel Spielzeit jeder, jede erhält.

U17 – Gruppe der unter 17-Jährigen (früher Schüler) und

U20 – Gruppe der unter 20-Jährigen (früher Jugend)

Im Altersbereich U17 und U20 ist zu bedenken, dass der Trainer, die Trainerin mit typischen entwicklungsbedingten Problemen eines heranwachsenden Menschen konfrontiert sein kann. Leider kommt es gerade in diesen Altersgruppen zu den häufigsten Vereinsaustritten. Die Gründe dafür sind oft durch schulische oder berufliche Anforderungen bedingt. Deshalb ist es empfehlenswert, dass die Coaches über die schulische und berufliche Situation eines Spielers, einer Spielerin bestmöglich informiert sind.

Durch diesen Informationsaustausch, und der dadurch möglicherweise folgenden Neugestaltung des Zeitmanagements kann vielleicht ein Austritt verhindert werden. Die Einbindung der Spieler, der Spielerinnen in die jeweilige Seniorenmannschaft (oft als Kampfmannschaft bezeichnet) stellt eine weitere Herausforderung für die Spielende und Coaches dar.

6.3 Trainingsgestaltung

6.3.1 Allgemeiner Trainingsaufbau

Das Nachwuchstraining wird nach Weineck (2004) in drei Abschnitte differenziert:

- **Das Grundlagentraining**

Das von Weineck (2004) auch als Anfängertraining bezeichnete Grundlagentraining ist eine vielseitige sportartgerichtete Grundausbildung, welche unterschiedliche und allgemeinbildende Trainingsinhalte und Trainingsmethoden verbindet. Ziel ist der Erwerb grundlegender technischer Fertigkeiten sowie die Schaffung einer Basis von motorischen Fähigkeiten.

- **Aufbautraining**

Das Aufbautraining, welches von Weineck (2004) auch als Fortgeschrittenentraining bezeichnet wird, baut auf den gelegten Grundlagen auf und vertieft und erweitert diese. Ziel ist die Erreichung eines hohen sportartspezifischer Leistungsstandards sowie die Beherrschung der wichtigsten sportartspezifischen Techniken. Durch die Zunahme sportartspezifischer Trainingsmethoden und Trainingsinhalte werden letztlich die Voraussetzungen für den Übergang zum Hochleistungstraining geschaffen. Eine erfolgreiche Teilnahme an nationalen Wettkämpfen wird von Martin, Carl und Lehnertz (2001, S. 29) als weiteres Ziel des Aufbautrainings genannt.

- **Anschlussstraining**

Das Anschlussstraining beschreibt die Übergangsphase vom Nachwuchstraining zum Hochleistungstraining. Der sportartspezifische Leistungszustand wird weiter erhöht. Ziel ist die Beherrschung der wichtigsten sportartspezifischen Techniken, die Kenntnis der sportartspezifischen Trainingsmethoden, wie z.B. spezielle Trainingsmethoden aus

dem Kraft- und Schnelligkeitstrainingsbereich. Die erfolgreiche Teilnahme an internationalen Meisterschaften ergänzt die Teilnahme an nationalen Wettkämpfen (Weineck, 2004, S. 57).

6.3.2 Grundlagen für das Erlernen von Eislaufen

Capla (2004), Zdenek (2007), Horsch & Capla (1989) sowie das IIHF Learn to Play Programmen beschreiben auf unterschiedliche Weise, welche Schritte zum Erlernen des Eislaufens für den Eishockeysport notwendig sind. Werden diese unterschiedlichen Schritte zu einem Konzept zusammengefasst, ergibt sich folgendes Modell:

- **Kontakt mit dem Eis ohne Schlittschuhe**

Die ersten Bewegungen auf dem Eis werden ohne Schlittschuhe durchgeführt. Durch den spielerischen Zugang, wie z.B. auf dem Eis rutschen, Schlittenfahren etc. auf Natureis verlieren die Kinder ihre mögliche Angst vor dem Eis.

- **Trockenenübungen**

Außerhalb der Eisfläche dürfen die Schlittschuhe nur auf einer Sportmatte oder einem Holzboden getragen werden, damit die geschliffenen Kufenkanten länger scharf bleiben. Mit beschädigten Kanten ist das Eislaufen auf dem Eis unmöglich und führt dazu, dass die Kinder den Spaß am Eis verlieren. Die ersten Schritte bis zur Eisfläche sind dabei eine gute Vorbereitung für das Erlernen der Grundlagen des Eislaufens. Trockenübungen, wie z.B. Treppenlaufen oder Spielen, sind eine gute Gelegenheit für die Kinder, um Sicherheit auf Schlittschuhen zu gewinnen und die Stabilität in den Fußgelenken zu verbessern.

- **Die ersten Gehversuche auf dem Eis**

Die ersten Übungen auf dem Eis mit Schlittschuhen können im Stand durchgeführt werden, damit sich die Anfänger und Anfängerinnen an das Stehen auf den Kufen gewöhnen können. Eine helfende Hand, viel Lob und Geduld geben den Kindern Selbstvertrauen und ermutigen sie zu eigenständigen Gehversuchen.

Übungsbeispiele für Eislaufübungen am Eis mit Unterstützung

- am Eis Grundstellung vorzeigen
- in die Hocke gehen
- in die Breitgrätsche gehen
- an der Hand eines Helfers, einer Helferin oder eines anderen Spielers, einer anderen Spielerin ein paar Schritte gehen
- hüpfen
- aus der Grundstellung Körpergewichtsverlagerungen auf das linke oder rechte Bein
- ein Bein vom Eis heben
- an der Bande festhalten und an ihr entlang gehen
- aufstützen auf einen Stuhl oder einer Verkehrspyllone mit Helfer bzw. Helferin. Der Helfer, die Helferin hält dabei den Stuhl an der Lehen, die Verkehrspyllone am Schaft fest und zieht den Spieler, die Spielerin langsam vorwärts
- das Kind wird zwischen zwei Helfern, Helferinnen jeweils an einer Hand gehalten und über das Eis gezogen. Dabei bleibt das Kind in Grundstellung (oder Hocke), die Schlittschuhe sind dabei parallel zueinander ausgerichtet
- der Helfer, die Helferin platziert die Hände auf der Hüfte des kleinen Spielers, der kleinen Spielerin und schiebt ihn/sie über das Eis

Übungsbeispiele für Eislaufübungen am Eis ohne Unterstützung

- über das Eis gehen bzw. langsam vorwärts fahren
- und bei jedem dieser Schritte jeweils ein Knie hochziehen
- das linke bzw. recht Bein weit nach hinten strecken
- über Hindernisse steigen
- langsam über das Eis vorwärts fahren und auf beiden Schlittschuhen (geschlossene Füße) über das Eis gleiten
- dann die Füße schulterbreit öffnen
- dann die Füßen so weit wie möglich öffnen
- aufgestützt auf einen Stuhl bzw. Verkehrspyllonen, schiebt der Spieler, die Spielerin den Stuhl, die Verkehrspyllone über das Eis
- Der junge Spieler, die junge Spielerin schiebt mit beiden Händen zwei Verkehrspyllonen über das Eis (Capla, 1992, S. 23f, Zdenek, 2004, S. 35f; IIHF, Learn to Play Programmen, 2000, Lektion A).

6.3.3 Periodisierung der Eishockeysaison

Der Eishockeysport im Nachwuchsbereich kann allgemein in drei saisonale Phasen unterteilt werden (Keil & Weineck, 2005, S. 109f):

Vorsaison/Vorbereitungsphase

[Von Mitte Mai / Anfang Juni bis Anfang September / Mitte September]

Die genauen Zeiten ergeben sich aus den jeweiligen Wettkampfterminen, welche vom Verband vorgegeben werden.

- In einer allgemeinen Vorbereitungsperiode werden meistens abseits vom Eis, Kraft- und Fitnesstrainings und somit die allgemeinen konditionellen Grundlagen für die Wettkampfsaison geschaffen. In diese Phase steigt der Trainingsumfang kontinuierlich an, die Trainingsintensität hingegen wird nur langsam gesteigert.
- In der Vorwettkampfperiode werden die für das Eishockeyspiel notwendigen speziellen konditionellen Anforderungen trainiert. In dieser Phase wird die höchste Trainingsintensität erzielt. Der Trainingsumfang wird nach einem maximalen Anstieg im Laufe der Vorwettkampfperiode langsam reduziert.

Da in Österreich die Eisflächen in den Eishallen erst ab ca. Mitte bzw. Ende August den Eishockeyspielern und -spielerinnen zur Verfügung stehen, ist oft nur eine kurze Vorbereitungszeit auf dem Eis möglich. Das macht erforderlich, die Vorbereitungsphase in die Wettkampfphase auszudehnen.

Wettkampfsaison

[Von Anfang September / Mitte September bis Ende März / Anfang April]

In dieser Phase nehmen die Eishockeyteams zumeist an einer nationalen oder regionalen Meisterschaft teil. Die Spieltermine der nationalen Meisterschaft (Österreichische Meisterschaft) liegen immer an Wochenenden, Spieltermine regionaler Meisterschaft (Landesmeisterschaft) werden hingegen meist auf Grund der kurzen räumlichen Distanzen zu den Spielorten auf Werkstage gelegt. Je nach Spielstand in Playoffs kann die Wettkampfperiode bis Ende April ausgedehnt werden. In dieser Phase wird vorwiegend auf dem Eis trainiert. Umfang und Form des Trainings sind in Wettkampfphasen im Wochentrainingsplan festgelegt und werden ständig verändert (Matveev, 1975).

Wie Abbildung 17 verdeutlicht, ist ein Erhaltungstraining neben den Trainingseinheiten auf dem Eis erforderlich, um das konditionelle Niveau der Vorbereitungszeit beibehal-

ten zu können. Deshalb wird in dieser Phase ebenfalls ein begleitendes Krafttraining durchgeführt.

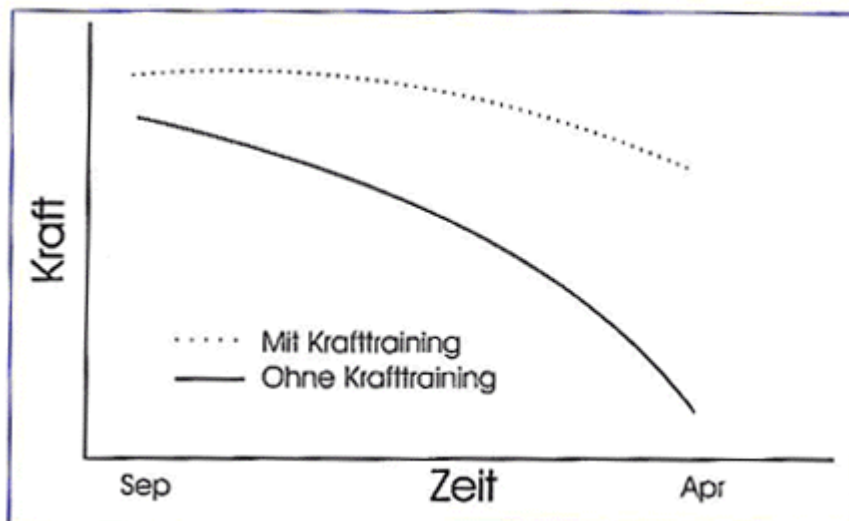


Abb. 17: Entwicklung der Kraftfähigkeit während einer Saison mit und ohne Erhaltungstraining (Horrigan & Kreis, 2003, in Keil & Weineck, 2005, S. 335).

Nachsaison/Übergangsphase

[Von Ende März / Anfang April bis Mitte Mai / Anfang Juni]

In dieser Phase wird das Training auf ein Minimum reduziert und die freie Zeit mit lockeren sportlichen Aktivitäten verbracht.

6.4 Trainingsplan

Im Nachwuchsbereich wird die Ausarbeitung von Trainingsplänen in der Praxis oft für unnötig befunden. Dies wird oft damit begründet, dass die Erstellung der Pläne sehr zeitaufwändig sei. Dies gilt vor allem für den jeweils aktuellen Trainingseinheitenplan.

Im Eishockey wird ein **Gruppentrainingsplan** zur Gestaltung der Trainings für Spieler und Spielerinnen mit gleicher Zielsetzung und annähernd gleichem Ausgangsniveau erstellt. Der Gruppentrainingsplan beinhaltet Informationen zur Mannschaft, zu Zielvorstellungen, Zwischenzielen sowie Informationen über die Periodisierung des Trainings. Um auch auf den einzelnen Sportler, die einzelne Sportlerin individuell eingehen zu können, wird zusätzlich für jeden, für jede ein **individueller Trainingsplan** erstellt.

Dieser soll dazu beitragen, das individuelle und optimale Leistungsniveau für jeden Sportler, jede Sportlerin zu finden.

Die Trainingsziele und Schwerpunkte eines gesamten Jahres werden in einem **Jahrestrainingsplan** festgehalten. Dieser Jahresplan beinhaltet zudem die Belastungsplanung (Periodisierung), eine Leistungsdiagnoseplanung sowie die Auswertungsplanung. In einem **Makrozyklusplan** werden mehrwöchige Abschnitte des Trainingsprozesses festgehalten.

Der **Mikrozyklusplan**, der Stundenplan der Woche (Wochentrainingsplan) beinhaltet die Struktur der Trainingsbelastung im Wochenverlauf und beschreibt die Abfolge und Variation der Hauptaufgaben innerhalb der Trainingseinheiten. Die Wochenplanung von Montag bis Sonntag wird von der Einteilung der aktuellen Wettkampfspiele beeinflusst. Vor allem auf Landesebene werden die Wettkampfspiele sehr oft kurzfristig festgelegt. Dies erfordert somit eine eher kurzfristige „Abstimmung“ des Wochentrainingsplanes.

Der **Trainingseinheitenplan** beschreibt die einzelnen Teile der Trainingseinheit und ist inhaltlich auf das Erreichen des vorgegeben Zieles abgestimmt. Umstände, die das Einhalten des Trainingsplanes unmöglich machen, wie zum Beispiel ein Schlechtwettereinbruch, die Abmeldung mehrerer Spieler kurz vor dem Trainingsbeginn oder das Fehlen eines Tormannes veranlassen eine Änderung des aktuellen Planes. Grundsätzlich soll trotzdem am ursprünglichen Ziel so weit wie möglich festgehalten werden, damit ein späterer Soll-Ist-Vergleich zwischen der Planung und Praxis möglich ist (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 260f).

6.5 Implementierungsversuch – Schule und Eishockey

Das Nachwuchsmodell Kapfenberg (NWM-Kapfenberg)

Das Nachwuchsmodell Kapfenberg wird 1997 durch die Initiative der Stadtgemeinde Kapfenberg ins Leben gerufen. Mit einem eigenen Budget ausgestattet, verfolgt das Nachwuchsmodell das Ziel, die finanziellen Mittel, die von der Stadtgemeinde Kapfenberg für ansässige Nachwuchsvereine zur Verfügung gestellt werden, ausschließlich für den Nachwuchs bereit zu stellen.

Das Nachwuchsmodell setzt sich aus unterschiedlichen Bereichen (Sparten) zusammen, die jeweils von einem Spartenleiter koordiniert werden. Der Geschäftsführer ist für die Gesamtkoordination zwischen den einzelnen Sparten sowie der Kapfenberger Sportvereinigung und der Stadtgemeinde Kapfenberg verantwortlich.

Der Spartenleiter der Mannschaften U8 bis U17 sowie der Leiter des Landesleistungszentrums (LLZ), in welchem die Spieler der *KSV Icetigers* trainiert werden, koordiniert gemeinsam mit dem Geschäftsführer des Nachwuchsmodells die Auswahl und Fortbildung der Trainer- und Trainerinnen, die Erstellung der Trainingspläne sowie die Betreuung der Eltern etc. Darüber hinaus ist der Spartenleiter für die Etablierung der Nachwuchsspieler in der Kampfmannschaft (Eishockeyverein der Österreichischen Nationalliga) zuständig.

Die Sparten der Mannschafts- bzw. Individualsportarten (Basketball, Eishockey, Fußball, Schwimmen, Leichtathletik und Tischtennis) werden seit 2001 mit der Sparte Polysportive Ausbildung und seit 2003 mit der Sparte Teamsportakademie ergänzt.

Die Sparte Polysportive Ausbildung beinhaltet ein professionell begleitetes Volksschulturnen sowie Mutter/Kind-, Kleinkinder- und Kinderturnen, welches ganzjährig in Nachmittagskursen angeboten wird. Die Betreuer und Betreuerinnen der Sparte Polysportive Ausbildung arbeiten gemeinsam mit den Volksschulen in Kapfenberg an einer fundierten allgemeinen und zugleich sportlich professionellen Ausbildung für Kinder.

Die Koordinatoren und Koordinatorinnen des Nachwuchsmodells beschäftigen sich seit 1997 auch mit der Einführung eines Gesamtschulmodells, wie in Abbildung 18 dargestellt, mit dem Ziel der sportlichen Förderung von Kindern vom Kindergarten bis zur Matura.

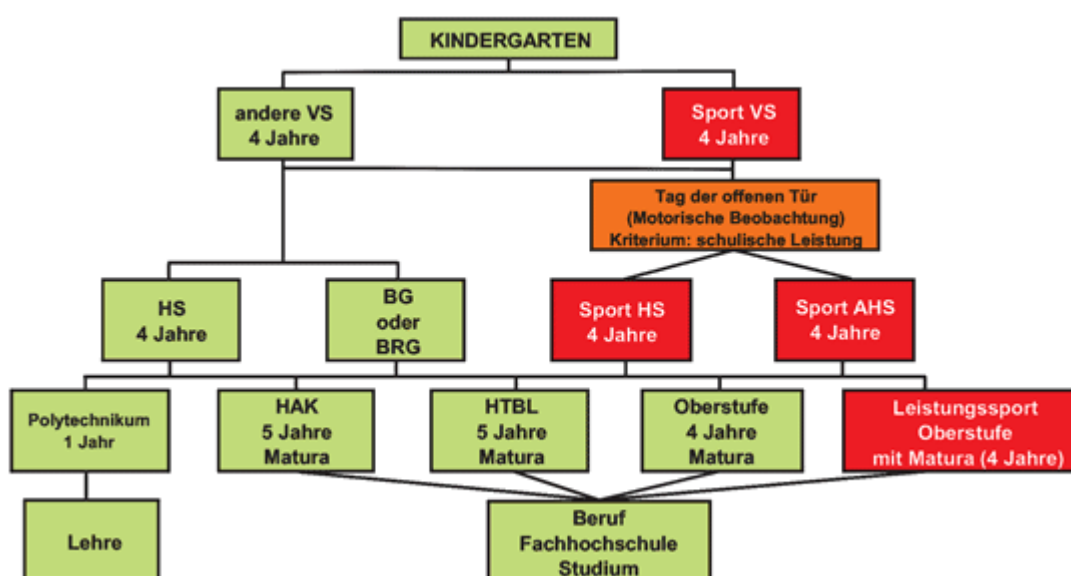


Abb. 18: Modellvorstellung des Schulmodells des NWM Kapfenberg (<http://www.nachwuchsmodell.at> [Zugriff am 2. September 2008])

Der Realisierungsstatus der Modellvorstellung kann wie folgt dargestellt werden: In den Bereichen Kindergärten und Volksschulen der Gemeinde Kapfenberg ist die Sparte Polysportive Ausbildung fix verankert. In den Volksschulen werden zusätzlich auf freiwilliger Basis weitere Einheiten im direkten Anschluss an den Regelunterricht angeboten. Zudem präsentieren die Spartenleiter und -leiterinnen des Nachwuchsmodells die von ihnen vertretenen Sportarten in den einzelnen Volksschulen, um die Kinder zu einem regelmäßigen Vereinstraining ihrer Wahl zu motivieren.

Die Schwerpunkte der Sporthauptschule Kapfenberg werden in enger Kooperation mit den Sportvereinen aller Sparten bzw. dem Nachwuchsmodell Kapfenberg geführt. Das heißt, die Trainer und Trainerinnen der verschiedenen Sparten besuchen die Sportklassen, halten Trainingsstunden ab und rekrutieren Sportler und Sportlerinnen für die Vereine.

Seit 1999 wird in Zusammenarbeit mit dem Bundesgymnasium (BG) und Bundesrealgymnasium (BRG) Kapfenberg und dem Nachwuchsmodell Kapfenberg eine Klasse in der Unterstufe mit sportlichem Schwerpunkt angeboten. Dieses Angebot wird mit dem Schuljahr 2003/04 beendet. Dazu ist auf der Homepage des Nachwuchsmodells Kapfenberg folgendes zu lesen:

Aufgrund der massiven Stundenkürzungen des Bundesministeriums für Unterricht und Kunst zu Beginn des Schuljahres 2003/04 musste dieses vorbildliche Projekt vorerst auf Eis gelegt werden. Sobald die bildungspolitischen Voraussetzungen dafür wieder vorhanden sind, steht einer Fortführung nichts im Wege. Wir legen ausdrücklich Wert darauf, dass dieses Projekt ausschließlich den Einsparungen des Ministeriums zum Opfer gefallen ist! (www.nachwuchsmodell.at [Zugriff am 2 September 2008])

In Zusammenarbeit mit dem BRG Kapfenberg (Oberstufe) und dem Nachwuchsmoll Kapfenberg gelingt 2003 die Implementierung der Sparte Teamsportakademie in den schulischen Bildungsprozess. Ziel ist dabei die Verbindung von einem Abschluss (Matura) an einer AHS und der gleichzeitigen Möglichkeit zur Entwicklung zum Leistungs- bzw. Spitzensportler, -sportlerin. Für die Teamsportarten Fußball, Basketball und Eishockey werden zudem 72 Internatsplätze geschaffen und angeboten. Für Schüler und Schülerinnen mit der gewählten Sportart Eishockey werden sieben bis neun sportart-spezifische Trainingseinheiten pro Woche angeboten.

Schwerpunkt in dieser eishockeyspezifischen Ausbildung ist die Verbindung mit einer motorisch-vielseitigen polysportiven Basisausbildung, in der gleichzeitig die Schulung koordinativer Fähigkeiten besondere Berücksichtigung findet. Geleitet werden die Einheiten von qualifizierten Trainern, Trainerinnen und Lehrern, Lehrerinnen.

6.6 Learn to Play Programm (IIHF)

Da im österreichischen Nachwuchsbereich die U8- und U10-Turniere nach den Regeln des „Learn to Play Programms“ der IIHF gespielt werden, wird an dieser Stelle das Programm kurz erklärt.

Das Learn to Play Programm ist in vier Lektionshandbücher (A, B, C und D) gegliedert. Das Programm beinhalte vier Komponenten (Lernziele, Schlüsselpunkte der Instruktion, benötigte Lernhilfen und Lektionsplan), die in progressiver Weise zusammengestellt sind. Das Programm soll die Trainer, die Trainerinnen bei der Trainingplanung und der Trainingsdurchführung unterstützen.

Die Anwendung des Learn to Play Programms wird vom ÖEHV, nach entsprechender vorheriger Ausbildung des Trainers, der Trainerin genehmigt. Die Ausbildung für das Programm wird vom ÖEHV durchgeführt.

Die einzelnen Lektionen auf dem Eis umfassen Trainingsübungen, bei denen Spaß und Fairplay im Vordergrund stehen. Humorvolle Spiele sollen den Lerneffekt erhöhen. Im Rahmen des Programms werden ausschließlich Freundschaftsturniere ausgetragen, die auf dem Quer-Eis-Abschnitten der Eisfläche durchgeführt werden. Dabei werden keine Spielergebnisse festgehalten. Da die Spiele über das Quer-Eis gespielt werden, können jeweils zwei Spiele parallel (in beiden Endzonen) auf der Eisfläche ausgetragen werden. Das Mitteldrittel bleibt frei und dient als Wartezone zum Ausruhen, bietet aber auch gleichzeitig den Kindern die Möglichkeit, sich frei zu bewegen.

Da keine Strafen ausgesprochen werden, spielen die Mannschaften immer in gleicher Stärke.

Bei einem groben Regelverstoß kann der Schiedsrichter, die Schiedsrichterin das Spiel unterbrechen und dem Spieler, der Spielerin den Regelverstoß erklären. Wird das Spiel durch wiederholte Regelverstöße von einem Spieler, einer Spielerin ständig gestört, kann dieser Spieler, diese Spielerin durch den Trainer, die Trainerin der Mannschaft vom Spiel ausgeschlossen werden.

Die Spieleinsätze sind mit einer Dauer von 90 Sekunden limitiert und werden durch einen Signalton angekündigt. Nach dem Wechsel wird die Scheibe vom Schiedsrichter, der Schiedsrichterin eingeworfen. Im Idealfall wird das Spiel bis zum nächsten Wechsel nicht unterbrochen, da keine Offside-Regeln angewendet werden. Nach einem erzielten Tor wird die Scheibe rasch wieder in der Mitte eingeworfen.

Gespielt wird mit einem leichteren Kinderpuck, in üblicher Größe. Es werden Juniorstöcke zur Verwendung empfohlen.

Die Tore werden durch Einsätze (in das normale Tor) verkleinert, um sie damit kindgerecht anzupassen. Für die Torhüter und Torhüterinnen ergeben sich auf diese Weise bessere Erfolgschancen.

6.7 Die Rolle der Eltern und Verhaltensregeln

6.7.1 Elternabend

Erfolgreiche Trainer und Trainerinnen sind sich dessen bewusst, wie wichtig die Unterstützung gut informierter und engagierter Eltern ist. Deshalb ist es erforderlich, Eltern in regelmäßigen Abständen zu einem Elternabend einzuladen, um Informationen weiterzugeben und offene Frage zu klären. Allerdings nehmen viele Eishockeytrainer und -trainerinnen im Kinder- und Jugendbereich dieses Potential nicht sehr Ernst.

Mit zunehmendem Alter bleiben vor allem jene jugendlichen Mitglieder in den Vereinen, deren Eltern sich für das Eishockey engagieren oder zumindest dem Eishockey wohlwollend gegenüberstehen (Kurz & Sonneck, 1995, S. 62).

Ein erfolgreiches Elterngespräch kann dabei hilfreich sein, die Dreiecksbeziehung Eltern – Coach/Trainer – Spieler/Spielerin in eine gemeinsame Richtung zu lenken. Dadurch wird auch das Verständnis der Eltern für den Sport, den ihr Sohn, ihre Tochter betreibt, entscheidend verbessert.

Elternabende werden zumeist am Beginn der Wettkampfsaison abgehalten. Zu diesem Zeitpunkt stehen alle vom ÖEHV bekannt gegebenen Informationen über die bevorstehende Meisterschaftsabwicklung zur Verfügung und können am Elternabend den Eltern berichtet werden.

6.7.2 Gestaltung eines Elternabends

Anschließend wird die mögliche Gestaltung eines Elternabends beschrieben, die vom Autor dieser Arbeit ausgearbeitet wurde.

Die Dauer des Elternabends sollte idealerweise zwischen 75 und 90 Minuten betragen. Der Abend sollte keinem Erfolgsdruck ausgesetzt sein, der Ablauf geplant und gut organisiert werden und die Räumlichkeiten sollten genügend Platz und eine angenehme Atmosphäre aufweisen.

Die Besprechung mit den Eltern soll so geplant sein, dass sie vor Saisonbeginn stattfindet, um in der laufenden Spielsaison unangenehme Überraschungen zu vermeiden.

Die Eltern werden schriftlich über die geplante Besprechung informiert. Das Schreiben beinhalten alle Informationen, die für die reibungslose Durchführung der Veranstaltung notwendig sind. Da die Datenbanken von Eishockeyvereinen mitunter veraltet sein kann, ist es erforderlich mit manchen Eltern den Termin telefonisch zu vereinbaren. Elternabende sollen keinesfalls in Form eines Frontalvortrags abgehalten werden. Idealerweise sollen die Eltern während eines Elternabends aktiv, mittels Diskussion und der Möglichkeit Fragen zu stellen, miteinbezogen werden. Nur so ist zu gewährleisten, dass sich die Eltern eingebunden und ernstgenommen fühlen und ihren Support als wichtig erachten.

Details zur möglichen Gestaltung eines Elternabends

Eröffnung (ca. 5 Min.)

- Vorstellen der eigenen Person
- Begrüßung der Eltern
- Wichtigkeit ihres Kommens betonen
- Bisherige eigene Erfahrungen im Sport kurz skizzieren
- Möglichkeiten der zukünftigen Informationsvermittlung darstellen
- Einladung zu den Trainings- und Wettkampfspielen aussprechen

Hauptaugenmerk im Jugendsport (ca. 10 Min.)

- Kurze Diskussion über die Hauptziele der kommenden Saison
- Erkennen der Elternwünsche bzw. ihre Ziele und auf diese gegebenenfalls eingehen

Details zum Programm (ca. 10 Min.)

- Detailinformationen über das geplant Jugendprogramm geben
- Eltern darlegen, welche Erwartungen an sie gestellt werden
- Eltern über die Möglichkeit der Gründung eines Elternrats informieren²⁷

Training- bzw. Coachingstile (ca. 10 Min.)

- Den Eltern Einblicke in die Trainings-Philosophie geben. Das kann die „sportliche“ Beziehung zwischen Eltern und ihren Kindern positiv beeinflussen.

Rolle der Eltern, ihre Verantwortung und Aufgaben (ca. 20 Min.)

- Einer der wesentlichsten Punkte ist, die Eltern über ihre Rolle im Trainings- bzw. Spielverlauf aufzuklären.
- Die Eltern darum ersuchen, dass sie die Trainer, die Trainerinnen über mögliche private Probleme mit ihren Kindern informieren, da dies die Zusammenarbeit zwischen Trainer/Trainerin und Kind unterstützt.

²⁷ Der Elternrat hat die Aufgabe, die Mitarbeit der Eltern zu koordinieren und verschiedene Aktivitäten während der Saison zu planen.

In diesem Kontext folgen nun einige wesentliche Fragen, die von den Eltern idealerweise mit „Ja“ beantwortet werden, damit eine tragfähige Dreiecksbeziehung entstehen kann. Die Beispiele können auch für sich als Diskussionsthema verwendet werden.

Frage 1: Können sie ihr Kind „aufgeben“

Können die Eltern ihr Kind mit ruhigem Gewissen in der Obhut des Trainers, der Trainerin lassen und vertrauen sie auf seine/ihre sportliche Erfahrung? Akzeptieren sie seine/ihre Autorität und erklären sie sich damit einverstanden, dass er/sie Entscheidungen trifft, die bisher nur ihnen gestattet waren?

Frage 2: Akzeptieren sie eine gewisse elterliche Zurückhaltung?

Ist es für die Eltern möglich, nicht alles auszudiskutieren, was ihr Sohn/ihre Tochter im Sport erlebt?

Frage 3: Können sie den Erfolg ihres Kindes akzeptieren?

Leider ist dies nicht immer der Fall. Manche Eltern, im Speziellen die Väter, konkurrieren oftmals mit ihren Söhnen. Das macht sich in der Form bemerkbar, dass, wenn in einem Wettkampfspiel beinahe alles gut geklappt hat bzw. sie den einen oder anderen kleinen Fehler „gefunden“ haben, nach Lösungsvorschlägen suchen, damit es das nächste Mal besser klappt.

Frage 4: Können sie akzeptieren, dass ihr Kind Enttäuschungen erleben wird und lernen muss mit diesen umzugehen?

Es ist nicht einfach mit anzusehen, wie traurig Kinder nach Niederlagen sein können. Eltern müssen ihr Kind jedoch dabei unterstützen, die Situation zu verstehen – auch wenn noch so viele Tränen fließen.

Frage 5: Sind sie ihrem Kind ein Vorbild, wenn es um die eigene Selbstkontrolle geht?

Die Eltern daran erinnern, dass sie für ihre Kinder eine Vorbildfunktion haben. Verlieren sie während eines Wettkampfspiels die Selbstkontrolle, ist es für den Coach sehr schwierig, die kleinen Spieler und Spielerinnen zur Selbstkontrolle aufzufordern.

Frage 6: Können sie sich für ihr Kind genügend Zeit nehmen?

Oft sind Erwachsene so sehr mit ihrer Arbeit beschäftigt, dass nur wenig Zeit für sportliche Aktivität ihres Kindes bleibt. Fragen sie ihr Kind nach seinen Sporterlebnissen und versuchen sie so oft wie möglich, bei Wettkampfspielen dabei zu sein. Das Kind fühlt sich dadurch unterstützt, sicher und bestärkt.

Frage 7: Kann ihr Kind eigene Entscheidungen treffen?

Das Treffen von Entscheidungen ist sehr wichtig für den erfolgreichen Sozialisierungsprozess, deshalb ist es erforderlich dem Kind nicht jede Entscheidung abzunehmen. Besonders Sport bietet den Kleinsten die Gelegenheit, auf eigenen Beinen zu stehen und auch eigenen Entscheidungen zu treffen.

Trainer/Trainerin – Eltern – Beziehung (ca. 5 Min.)

- Eltern darum ersuchen, mögliche Probleme, die das Kind betreffen mit dem Trainer, der Trainerin zu besprechen. Dafür den Eltern Gelegenheiten nennen.

Abschluss (ca. 20 – 30 Min.)

- Frage – Antwort – Diskussion

6.7.3 Fair Play – Grundregeln

Um den kleinen Spielern und Spielerinnen ein Miteinander zu erleichtern, werden ihnen Verhaltensregeln näher gebracht, die zur Orientierung gerne angenommen werden:

- 1 Eishockey soll Spaß machen! Komm mit einer positiven Einstellung zum Training und zu den Spielen.
- 2 Zeig immer vollen Einsatz, denn so wie das Training ist, ist auch das Spiel.
- 3 Komme immer pünktlich zum Training und zu den Spielen: Sei eine halbe Stunde vor dem Training bzw. eine Stunde vor dem Spiel in der Kabine.
- 4 Besuche alle Trainingseinheiten und Spiele regelmäßig – bei Verhinderung verständige deinen Trainer, deine Trainerin.
- 5 Du bist für deine Ausrüstung selbst verantwortlich. Erledige Reparaturen rechtzeitig und nicht erst kurz vor einem Training oder Match.
- 6 Kontrolliere deine Schlittschuhe vor jedem Training und Spiel.
- 7 Behandle deine Mitspieler und Mitspielerinnen so, wie du selbst behandelt werden möchtest.
- 8 Bringe deinen Mitspieler und Mitspielerinnen den Respekt entgegen, den du selbst erhalten möchtest.
- 9 Halte in der Kabine Ordnung und verhalte dich diszipliniert.
- 10 Wir können nicht immer gewinnen! Eishockey ist ein Mannschaftssport – es gewinnt oder verliert immer das ganze Team.
- 11 Überlege mögliche Fehler zuerst für dich selbst und schiebe sie nicht sofort auf andere.
- 12 Erfolg in der Schule bringt auch Erfolg beim Eishockey. Bedenke, ohne schulischen Erfolg gibt es keine Schulfreistellungen für Wettkampfspiele.
- 13 Zigaretten, Alkohol und Drogen sind selbstverständlich verboten.

- 14 Wir können nicht immer gewinnen, dennoch geben wir immer unser Bestes! (Maier, 2000).

Im empirischen Teil dieser Arbeit wurden konkrete Einblicke in das aktuelle Ausbildungswesen und den aktuellen Ausbildungsstand österreichischer Eishockeytrainer und –trainerinnen gegeben. Dieser vermittelte einen Überblick dazu, in welchen Bereichen konkrete Schwächen vorliegen. Möglicherweise konnte dadurch eine Anregung gegeben werden, zukünftig einen Beitrag zur Optimierung des Trainer- und Trainerinnenwesens im österreichischen Eishockey beizutragen.

Im theoretischen Teil dieser Arbeit wurde ein komplexer Überblick zu historischen, strukturellen und sportwissenschaftlichen Aspekten gegeben sowie auch zu Bedingungen im Nachwuchsbereich. Da die inhaltliche Erarbeitung des Themas Eishockey damit abgeschlossen ist, wird folgend im dritten großen Abschnitt dieser Arbeit das multimediale Lehr- und Lernmittel vorgestellt, welches Studierenden der Sportwissenschaft bzw. auch anderen Interessierten Personen aus dem Bereich des Eishockeys die Möglichkeit bieten soll, sich jederzeit sowohl theoretisch als auch praxisbezogen über die Sportart Eishockey zu informieren.

PRAXISBEZOGENER TEIL

7 MULTIMEDIALES LEHR- UND LERNMITTEL

Ziel dieser Diplomarbeit ist die Erstellung eines multimedialen Lehr- und Lernmittels, welches Studierenden der Sportwissenschaft die Möglichkeit bieten soll, konkrete Einblicke in die verschiedenen Themenbereiche des Eishockeysports zu erhalten. Gleichzeitig kann das multimediale Lehr- und Lernmittel auch anderen am Eishockeysport interessierten Personengruppen (wie z.B. Trainern, Trainerinnen, Eltern etc.) zugänglich gemacht werden.

Zudem wird durch die Erstellung des Lehr- und Lernmittels das Sportartenmodul von Sport Multimedial durch die Sportart Eishockey ergänzt.

Deshalb beschäftigt sich dieser praxisbezogene Teil der Arbeit mit den erforderlichen Bedingungen, ein Lehrmittel dieser Form herzustellen sowie mit dessen strukturellen Beschreibung.

7.1 Multimediale Lehr- und Lernmittel im Internet

Der Boom, den das World Wide Web (kurz www) seit ca. 1995 erlebt hat, ist unvorstellbar. Es gibt weltweit kaum mehr Orte, an denen diese neue Kommunikationstechnologie nicht verwendet wird.

Wie Abbildung 19, die vom Fessel Institut für Marktforschung (GfK)²⁸ 2008 erstellt wurde, zeigt, nutzen mittlerweile insgesamt 4,7 Millionen Österreicher und Österreicherinnen das Internet.

²⁸ <http://www.gfk.at> [Zugriff am 28. August 2008].

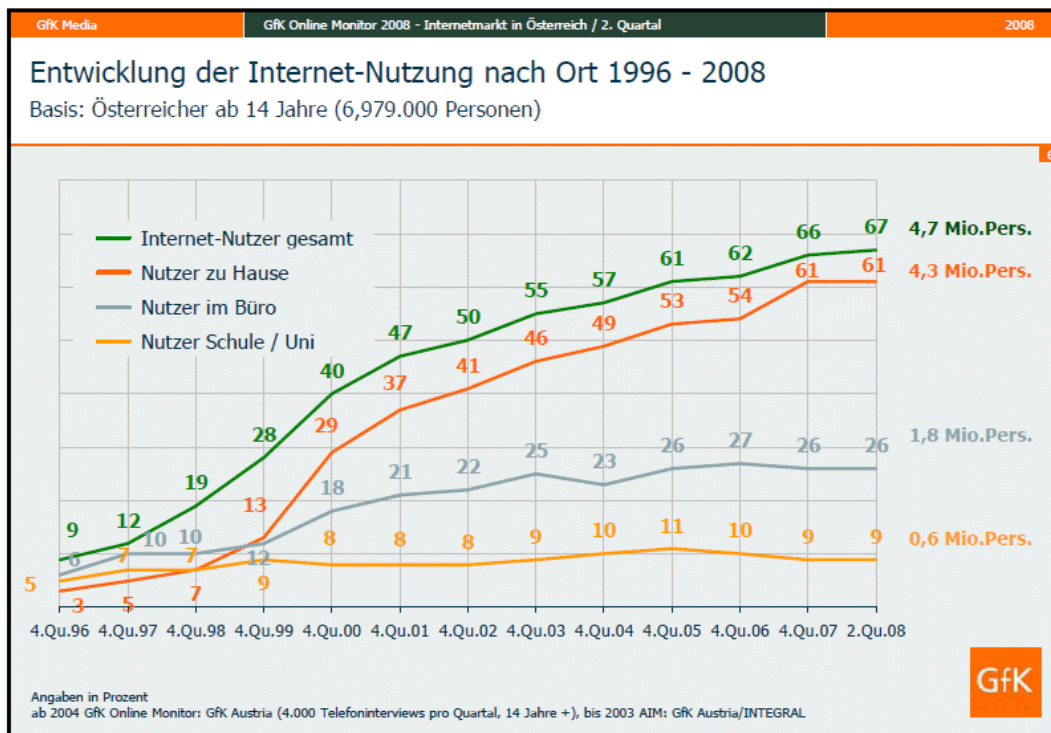


Abb. 19: Entwicklung der Internetnutzung nach Ort 1996-2008 (GfK, 2008)

Zu welchem Zweck User und Userinnen das Internet nutzen ist sehr unterschiedlich und betrifft Bereiche wie z.B. die Informationssuche zu Produkten, das Ansehen aktueller Nachrichten, oder auch die der Selbst- und Firmenpräsentation (Homepages). Immer beliebter ist es, das Internet als mögliche Lernplattform zu nutzen, sich hier Bildung anzueignen bzw. Informationen zu gewinnen, mittels derer unterschiedliche Dinge gelernt werden können. Die Möglichkeit sich mittels Internet neue Kenntnisse anzueignen soll mit dieser Arbeit entsprochen werden. Vor allem auch deshalb, weil bislang kein multimediales Lehr- und Lernmittels zum Thema Eishockey in Österreich online zur Verfügung stand.

Eine Plattform, die sich im sportwissenschaftlichen Bereich mit dieser Option des Lernens im Internet beschäftigt, hier Raum zur Verfügung stellt, ist die Plattform Sport Multimedial des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Wien. Diese Plattform wird im Rahmen dieser Arbeit als Medium verwendet und wird deshalb näher beschrieben.

7.2 Internetplattform – Sport Multimedial

Als Basis für das Arbeiten auf der Plattform „Sport Multimedial“ dient ein Strukturentwurf der Sportarten. Die Gliederung dieses Entwurfs bildet die Grundlage für das Erstellen von multimedialen Lehr- und Lernmitteln. Zu Beginn der Arbeit auf dieser Plattform werden Themen zum Strukturentwurf ausgewählt und anschließend erarbeitet. Derzeit umfasst die Plattform 24 Sportarten²⁹, wobei diese laufend erweitert werden.

7.2.1 Strukturelle Bedingungen

Es folgt die Strukturübersicht zur Internetplattform Sport Multimedial, um die dahinterstehende Komplexität, die systematische Vorgehensweise, mit der hier gearbeitet werden muss, entsprechend verdeutlichen zu können.

²⁹ Stand: September 2008.

ABSCHNITT A Sozial- und Kulturgeschichte der Sportart	• Historische Vorläufer und Entstehungsgeschichte der Sportart • Veränderung der Sportart im Laufe der Zeit • Moderne Varianten der Sportart
ABSCHNITT B Struktur, zentrale Fachbegriffe und Regeln der Sportart	• Struktur und Teildisziplinen der Sportart (Zielschuss-, Zielwurf-, Rückschlagspiele, Lauf, Sprung, Wurf, Freistil, Delphin, Rücken etc.) • Wesentliche Regeln der Sportart • Fachbegriffe der Sportart (Individual-, Gruppen-, Mannschaftstaktik etc.)
ABSCHNITT C Bewegungswissenschaftlich/biomechanische Aspekte der Sportart	• Bewegungsbilder • Biomechanische Beschreibung (Kinematik, Dynamik, Elektromyografie) • sportartspezifischer Techniken • Mechanische Prinzipien sportartspezifischer Techniken • Typische sportartspezifische Bewegungsfehler • Sportartspezifische biomechanische Belastung und Beanspruchung • Adäquate präventive Maßnahmen
ABSCHNITT D Methodisch-didaktische Vermittlungskonzepte der Sportart	• Allgemeine sportartspezifische Vermittlungskonzepte einschließlich der • Vermittlungswege sportartspezifischer Techniken sowie individual-, gruppen- und • mannschaftstaktischer Verhaltensweisen • Zielgruppenspezifische sportartspezifische Vermittlungskonzepte (Kinder, Jugendliche, Erwachsene, ältere Menschen, Frauen, Behinderte etc.) • Sportartspezifische Bewegungsfehler und Korrekturmöglichkeiten • Vermittlungskonzepte von Sportarten-Trendformen • Sportart in verschiedenen Bezugsfeldern (Schule, Verein, Leistungssport, Behindertensport, Gesundheitssport etc.) • Sicherheitsaspekte der Vermittlung der Sportart
ABSCHNITT E Sportmedizinische Aspekte der Sportart	• Physiologische und anatomische Leistungsfaktoren der Sportart • Leistungsdiagnostik der Sportart • Verletzungsrisiken der Sportart • Präventive Maßnahmen zur Verletzungsvermeidung

ABSCHNITT F Trainingswissenschaftliche Aspekte der Sportart	• Sportartspezifische Trainingsformen (Technik-, Taktik-, Konditions-, Komplextraining, psychologisches Training, mentales Training etc.) • Sportartspezifisches Anforderungsprofil und Analyseverfahren • Sportartspezifische altersgemäße Trainingsformen • Sportartspezifisches Coaching
ABSCHNITT G Sportinformatische und sportgerätetechnische Aspekte der Sportart	• Technische Aspekte der sportartspezifischen Sportgeräte • Sportartspezifische Modellbildung (Prozessmodelle von Training und Wettkampf etc.) • Sportartspezifische Informations- und Expertensysteme • Sportartspezifische Feedback- und Diagnosesysteme

7.2.2 Content Management System – CMS „Typo3“

Die Internet-Version dieser Arbeit wird unter Verwendung des Content Management Systems (CMS) „Typo3“ erstellt und steht frei zugänglich auf der Plattform des Instituts für Sportwissenschaft „Sport Multimedial“ unter folgender Adresse für Interessierte zur Verfügung: <http://www.iacss.org/~multi/test/> [Zugriff am 17. September 2008].

Typo3 ist ein Open Source Content Management System, welches den jeweiligen Bedürfnissen eines Unternehmens oder einer Privatperson angepasst werden kann. Ein CMS ist grundsätzlich eine Software, mit deren Hilfe Websites erstellt und verwaltet werden können. Das Browser-basierte CMS Typo3 ist mit den gängigen Betriebssystemen, wie z.B. Windows, Mac oder Linux kompatibel und ebenso mit den gängigen Browsern, wie z.B. Firefox, Internet Explorer, Opera, Safari etc.

Typo3 wird von vielen großen Konzernen, Unternehmen, wie z.B. Philips, EDS, Volkswagen, General Electric, Stanford University etc. erfolgreich verwendet.

Ein Vorteil ist, wie bei allen Autorenprogrammen, dass die Nutzung von Typo3 auch ohne Programmierkenntnisse möglich ist und Web- und Onlineanwendungen einfach erstellt werden können.

Die grafische Benutzeroberfläche erlaubt programmierunkundigen Autoren und Autorinnen, eigenständig und ohne großen Aufwand Texte zu schreiben, Bilder und Multimedia-Daten einzufügen. Ein einfacher Webbrowser ist dabei ausreichend. Das Editieren ist unabhängig vom Standort möglich. Die Inhalte werden in einer Datenbank gespeichert und können daher beliebig oft wieder verwendet werden.

Als Nachteil kann gesehen werden, dass keine Möglichkeit besteht, eine hier erstellte Arbeit auf CD-ROM zu speichern. Zudem ist ein Zugang zum Internet erforderlich (<http://typo3.com/Home.1850.0.html?&L=2> [Zugriff am 15. September 2008]).

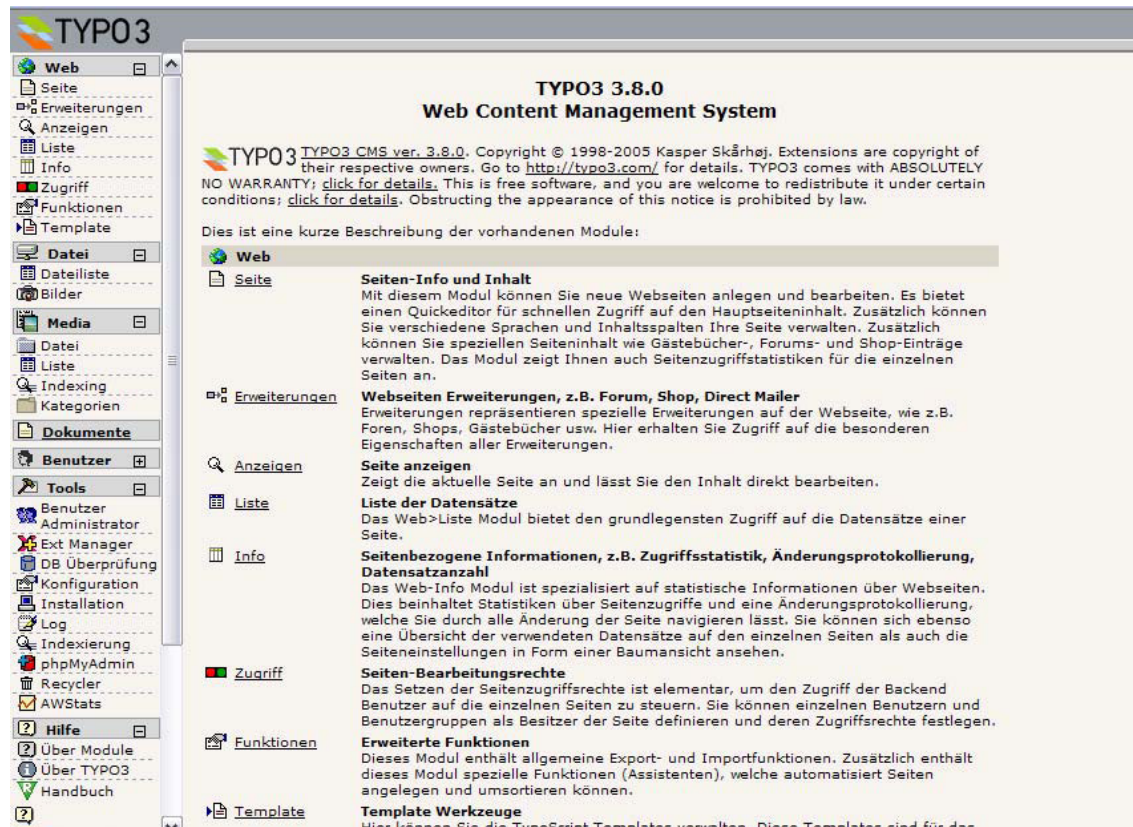


Abb. 20: Startseite von Typo 3

7.3 Verwendung von Videomaterial

Eishockey ist eine äußerst dynamische Sportart, deren Techniken mit Fotos nur schwer zu vermitteln sind. Da jedoch die Technologie des verwendeten CMS die Möglichkeit bietet, auch Videomaterial zu Verfügung zu stellen, werden speziell für diese Arbeit Videoaufnahmen gemacht und auf der Plattform präsentiert.

Die Aufnahmen werden mit einer Digitalkamera (Sony DSR 570 WSP) aufgenommen und die Sequenzen mit dem Programm Pinnacle Studio 9.0.0.® erstellt. Dieses Programm bietet ein ausreichend großes Schnittstudio und ermöglicht außerdem die Aufnahme von Einzelbildern. Zusätzlich wird ein leicht verständliches Tutorial zur Einschulung angeboten, was die Bearbeitung der digitalen Aufnahmen relativ einfach macht. Die Videoaufnahmen werden im Format MPEG-2 abgespeichert, als Speicherformat für die Bilder wird das JPEG Format gewählt.

Zur Verwendung in Typo3 müssen die Videoaufnahmen in einem FLV Format formatiert sein. Dazu kann kostenlos im Internet (<http://riva-flv-encoder.softonic.de>) der sogenannte „Riva FLV Encoder“ heruntergeladen werden. In einfachen Schritten können damit die Videoaufnahmen in das notwendige FLV Format, mit der Bildgröße 480:360 Pixel, umgewandelt und anschließend in Typo3 hochgeladen werden.

7.4 Erstellung des Videomaterials

Zur optimalen Darstellung der unterschiedlichen Eislauftechniken werden Videoaufnahmen gemacht, in denen letztlich die einzelnen Techniken exakt ausgeführt, angesehen werden können. Die Logistik für dieses Projekt erfordert eine genaue Planung, deshalb wird vor den jeweiligen Aufnahmen auf dem Eis ein Drehbuch erstellt, welches den genauen Ablauf festlegt. Diese Vorgehensweise ist deshalb zu empfehlen, da die vorhandene Zeit auf dem Eis für die Filmaufnahmen begrenzt ist. Eiszeiten in einer Eishalle sind während der regulären Öffnungszeiten meist nur sehr schwer zu bekommen.

Weiters ist hier zu beachten, dass der/die mögliche Kameramann, Kamerafrau ein guter Eisläufer, eine gute Eisläuferin sein sollten, um die notwendigen Positionswechsel rasch umsetzen zu können. Bei der Belichtungseinstellung muss darüber hinaus das helle Eis berücksichtigt werden.

Zur Erstellung der Videoaufnahmen werden insgesamt drei Eishockeyspieler um Teilnahme gebeten. Die Kriterien zur Auswahl der Eishockeyspieler ergeben sich daraus, dass ausschließlich professionelle Eishockespieler, die die unterschiedlichen und für das Eishockey erforderlichen Eislauftechniken bis in die Endpositionen perfekt beherrschen, teilnehmen können.

Um Teilnahme werden die österreichischen Profi-Eishockeyspieler: Christoph Brandner (33, Stürmer), Dieter Kalt (34, Stürmer) und Emanuel Viveiros (42, ehemaliger Verteidiger, Cheftrainer) angefragt, worauf diese sofort zusagen.

Die Videoaufnahmen von Dieter Kalt und Emanuel Viveiros werden in der Eishalle Klagenfurt (Sportzentrum, Stadion) aufgenommen, die von Christoph Brandner in der Aichfeldhalle im Sportzentrum von Zeltweg.

Anschließend sind die Karriere-Daten der drei ausgesuchten Eishockeyspieler angeführt, denn alle drei sind ein wesentlicher Teil der österreichischen Eishockeygeschichte. Ihre Erfolge bzw. die Positionen, welche sie in Ihrer Eishockey-Karriere erreicht haben, zeigen dies auf besonders eindrucksvolle Weise.

CHRISTOPH BRANDNER (Stürmer)³⁰

Geboren: 5. Juli 1975, Bruck an der Mur/Steiermark

Christoph Brandner ist der erste österreichische Feldspieler, der ein NHL-Spiel bestreitet und zugleich der erste, der dabei einen Torerfolg erzielt.

Karriere-Daten

2008/09: EC Klagenfurt AC
2007/08: Hamburg Freezers – DEL
2006/07: Hamburg Freezers – DEL
2005/06: Södertälje SK – Schweden
2004/05: Houston Aeros – AHL
2003/04: Minnesota Wild – NHL (35 Spiele, 4 Tore, 5 Assists)
2003/04: Houston Aeros – AHL
2002: Minnesota Wild (Ziehung NHL Entry Draft 237. Stelle)
Ausstieg aus Vertrag für Kölner Sharks
2002/03: Krefelder Pinguine – Deutscher Meister, Torschützenkönig, DEL-Spieler des Jahres
2001/02: Krefelder Pinguine – DEL
2000/01: Krefelder Pinguine – DEL
2000/01: Klagenfurt AC
1996/00: EC Klagenfurt AC – Österreichischer Meister
1994/96: Kapfenberger SV



Österreichisches Nationalteam – 100 Spiele

³⁰ Foto: www.eishockey.info

DIETER KALT (Stürmer)³¹

Geboren: 26. Juni 1974, Klagenfurt/Kärnten

**Karriere-Daten**

2008/09: EC Red Bulls Salzburg – Österr. Meistertitel
 2007/08: EC Red Bulls Salzburg – Österr. Meistertitel
 2006/07: EC Red Bulls Salzburg
 2005/06: EC Red Bulls Salzburg
 2004/05: Vienna Capitals – Österr. Meister
 2003/04: Färjestad SK – Schweden
 2002/03: Färjestad SK – Schweden
 2001/02: Färjestad SK – Schweden
 2000/01: Kölner Sharks – DEL
 1999/00: Long Beach Ice Dogs – IHL
 1998/99: EC Klagenfurt AC
 1997/98: Mannheim Eagles – DEL, Deutscher Meistertitel
 1996/97: Mannheim Eagles – DEL, Deutscher Meistertitel
 1995/96: EC Klagenfurt AC
 1994/95: EC Klagenfurt AC
 1993/94: EC Klagenfurt AC
 1992/93: EC Klagenfurt AC
 1990/91: EC Klagenfurt AC – Österr. Meistertitel

Österreichische Nationalmannschaft – Kapitän, 190 Spiele

EMANUEL VIVEIROS (ehemaliger Verteidiger, Cheftrainer)³²

Geboren: 8. Jänner 1966, St. Albert/Alberta/Kanada

Emanuel Viveiros ist ein ursprünglich kanadischer Eishockeyspieler, der 2005 die österreichische Staatsbürgerschaft erhielt.

Karriere-Daten

2007/08: EC Klagenfurt AC – Cheftrainer
 2006/07: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2005: Team AUSTRIA – WM
 2005: Team AUSTRIA – Olympia-Qualifikation
 2005/06: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2004/05: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2003/04: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2002/03: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2001/02: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 2000/01: EC Klagenfurt AC – ÖEL
 1999/00: Wiener EV – ÖEL
 1999/00: Wiener EV – International
 1998/99: WSV Sterzing – Alpenliga / Serie A
 1998/99: EC Graz – Alpenliga
 1997/98: Wild Wings – Villingen Schwenningen – DEL



³¹ Foto: www.sportlive.at

³² Foto: Archiv des KAC.

1996/97: Wild Wings – Villingen Schwenningen – DEL
1995/96: Lustenau EHC – Alpenliga / ÖEL
1993/94: Villach VSV – Alpenliga / ÖEL
1992/93: Villach VSV – Alpenliga / ÖEL
1991/92: Villach VSV – Alpenliga / ÖEL
1990/91: Springfield Indians – AHL
1990/91: Albany Choppers – IHL
1989/90: Kaufbeuren ESV – DEL – 2. BL
1988/89: Kalamazoo Wings – IHL
1987/88: Minnesota North Stars – NHL
1987/88: Kalamazoo Wings – IHL
1986: Team Canada – WM
1986/87: Springfield Indians – AHL
1986/87: Minnesota North Stars – NHL
1985/86: Prince Albert Raiders – WHL
1985/86: Minnesota North Stars – NHL
1984/85: Prince Albert Raiders – WHL
1983/84: Prince Albert Raiders – WHL
1982/83: Prince Albert Raiders – WHL
1981/82: St. Albert Saints – AJHL

7.5 Präsentation des multimedialen Lehrmittels

Im folgenden Abschnitt wird das für diese Arbeit erstellte multimediale Lehrmittel vorgestellt. Dazu werden die ausgewählten Bewegungsabläufe zu den unterschiedlichen Eislauft Techniken im Eishockey beschrieben. Durch das Einfügen von relevanten Screenshots aus der Arbeit, die auf der Plattform Sport Multimedial gemacht wurde, kann ein plastischer Einblick zum Lehrmittel ermöglicht werden. Das Lehrmittel steht unter: <http://iacss.org/~multi/test/index.php?id=6533> [Zugriff am 17. September] sowohl an Eishockey interessierten Personen, als auch den Trainern und Trainerinnen zur Verfügung.

Im Sportartenmodul „Eishockey“ sind die ausgewählten Themenbereiche angeführt, welche für diese Diplomarbeit erarbeitet wurden.

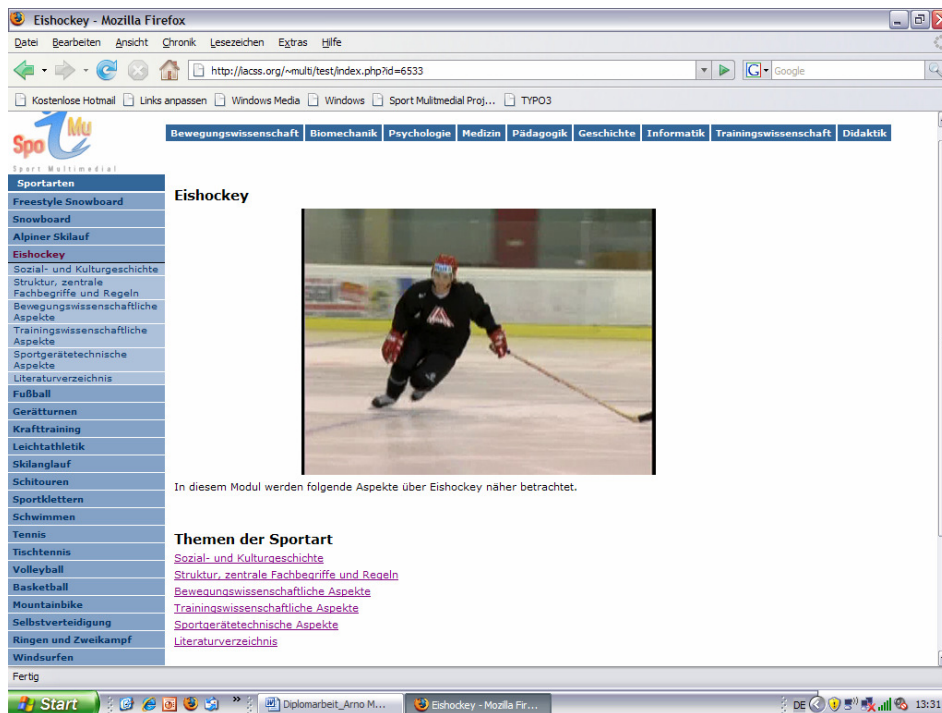


Abb. 21: Startseite zum multimedialen Lehr- und Lernmittel

Durch den Mausklick auf den Menüpunkt „Bewegungswissenschaftliche Aspekte“, öffnet sich das gewünschte Fenster. Durch Anklicken der hier angeführten Eislaufbewegungen, gelangt man zu den dazugehörigen Bewegungsbeschreibungen. Zur weiteren Beschreibung werden Videos angeboten. In der folgenden Beschreibung der Navigation durch den Menüpunkt „Bewegungswissenschaftliche Aspekte“ ist immer nur ein Screenshot als Beispiel angeführt.

Im Inhalt des Navigationspunkts „Bewegungswissenschaftliche Aspekte“ sind die Ausführungen des Vorwärts- und Rückwärtslaufes sowie die Drehung angeführt.

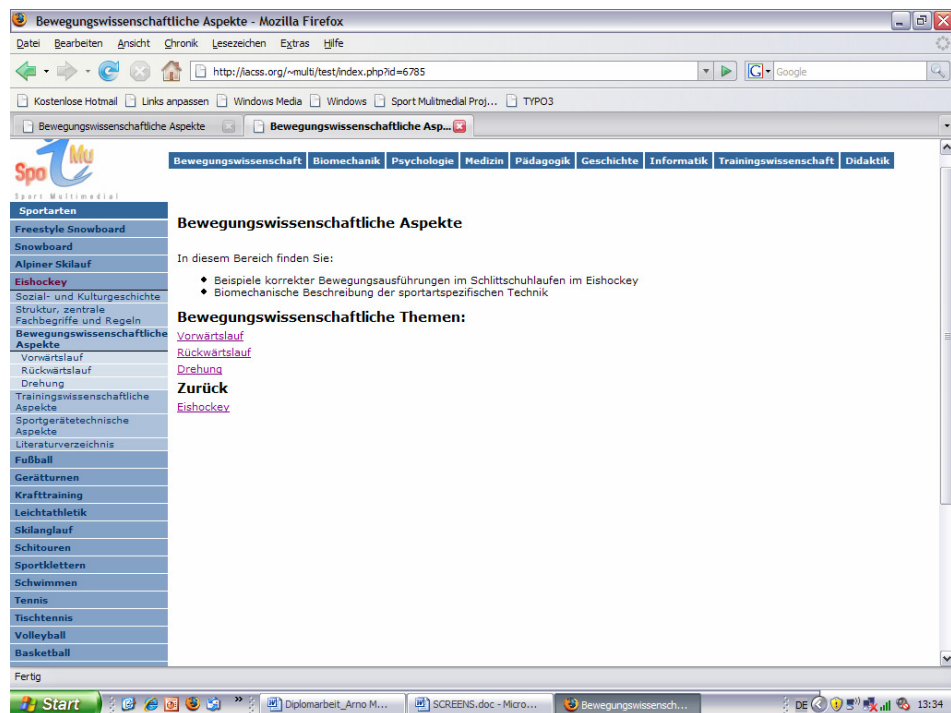


Abb. 22: Bewegungswissenschaftliche Aspekte

7.5.1 Eislauftechnik – Vorwärtslauf

Durch einen Mausklick werden im jeweiligen Submenü die gewünschten Eislauftechniken aufgerufen.

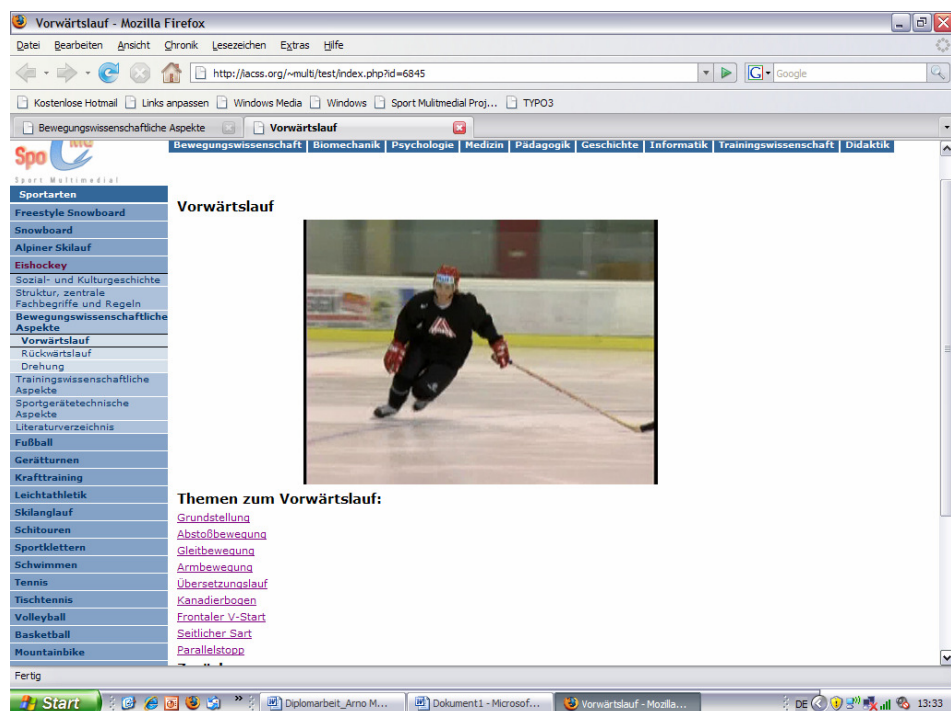


Abb. 23: Vorwärtslauf

Die Grundstellung ist die Ausgangsposition für alle Vorwärtsbewegungen und wird deshalb zu Beginn erklärt.

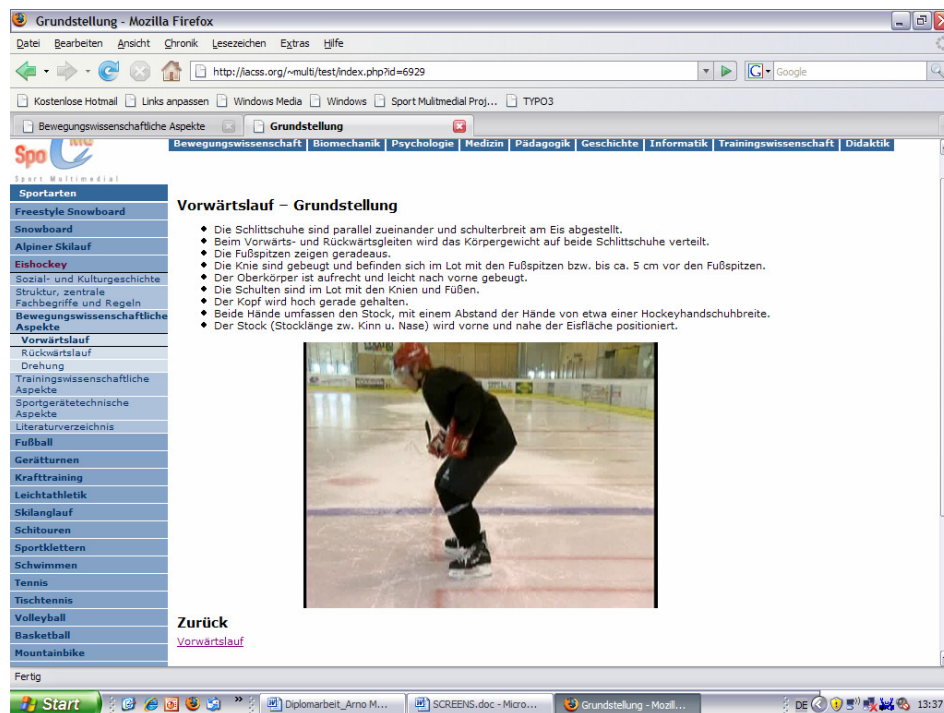


Abb. 24: Vorwärtslauf – Grundstellung

Der Vorwärtslauf ist jene Bewegungsform, die am Anfang jeder Eislaufschulung gelernt wird. Zu dessen Erklärung werden in Folge die Abstoßbewegung, die Gleitbewegung und die Armbewegung beschrieben. Zur Erklärung der Bewegungen kann das jeweilige Lehrvideo aufgerufen werden. Der Name des darauf zu sehenden Eishockeyspielers ist in der Fußnote angeführt.

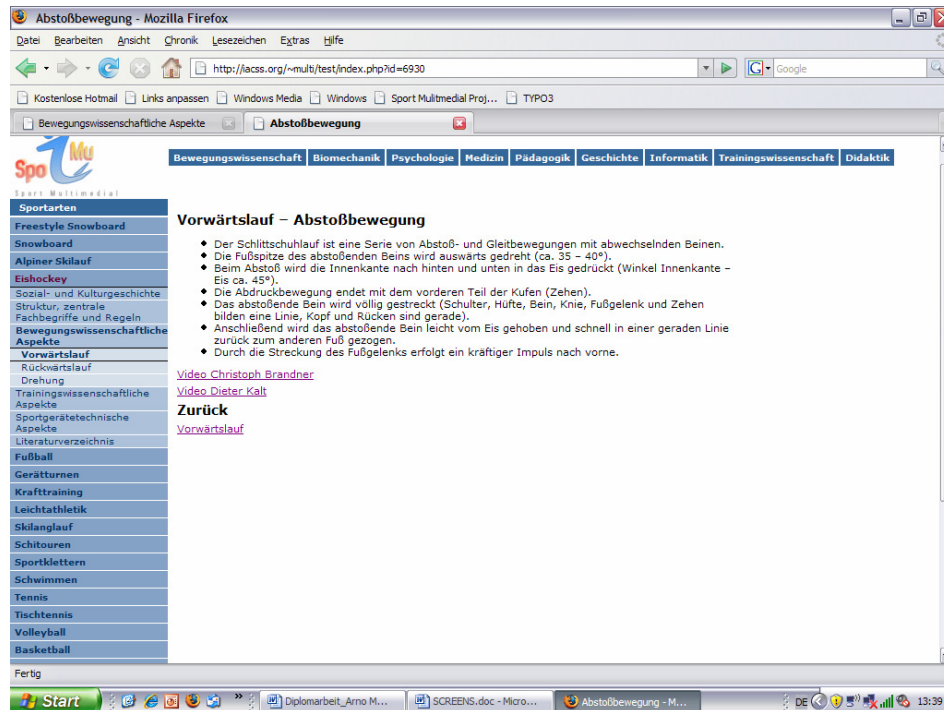


Abb. 25: Vorwärtslauf – Abstoßbewegung

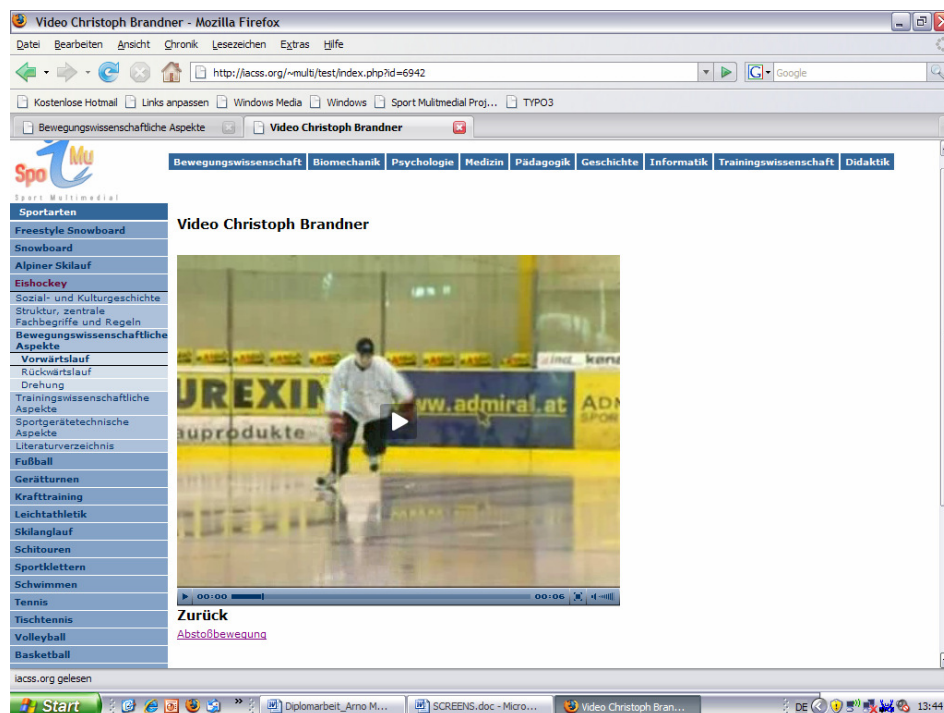


Abb. 26: Vorwärtslauf – Abstoßbewegung

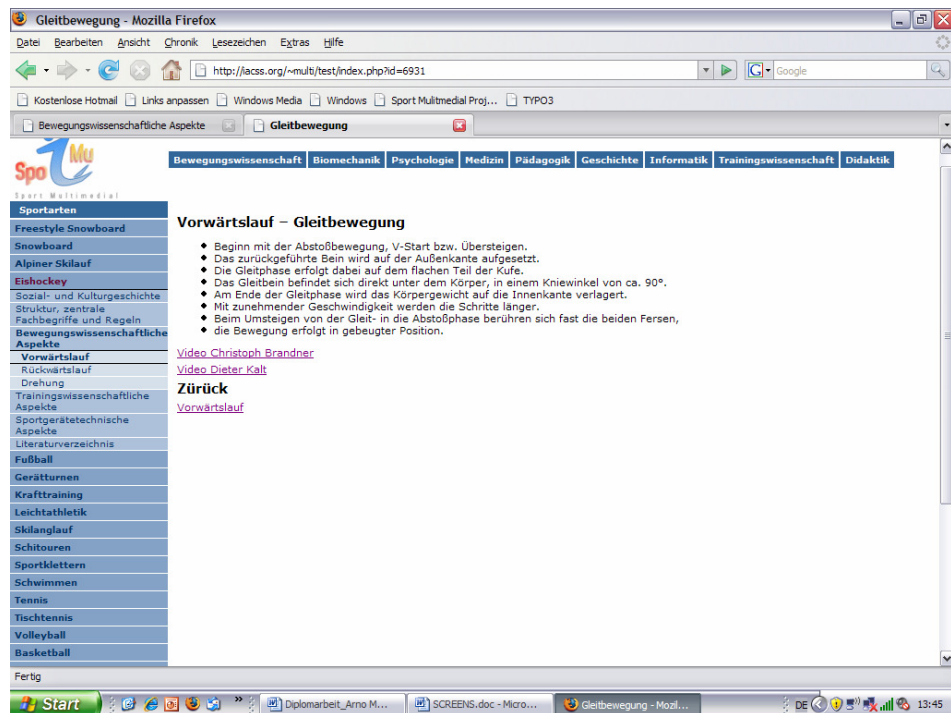


Abb. 27: Vorwärtslauf – Gleitbewegung

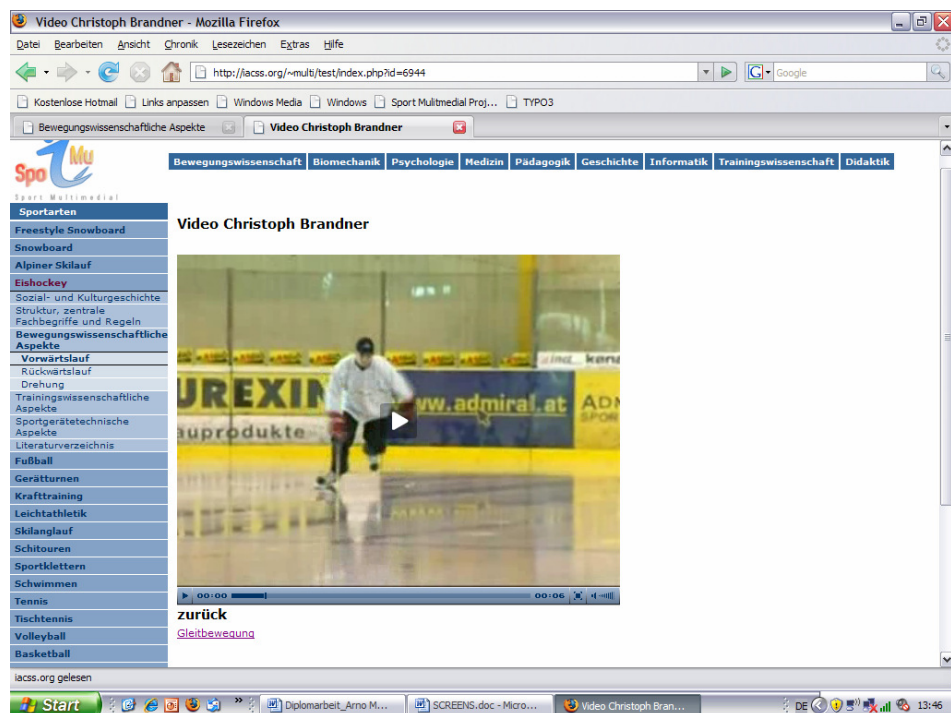


Abb. 28: Vorwärtslauf – Gleitbewegung (Lehrvideo)

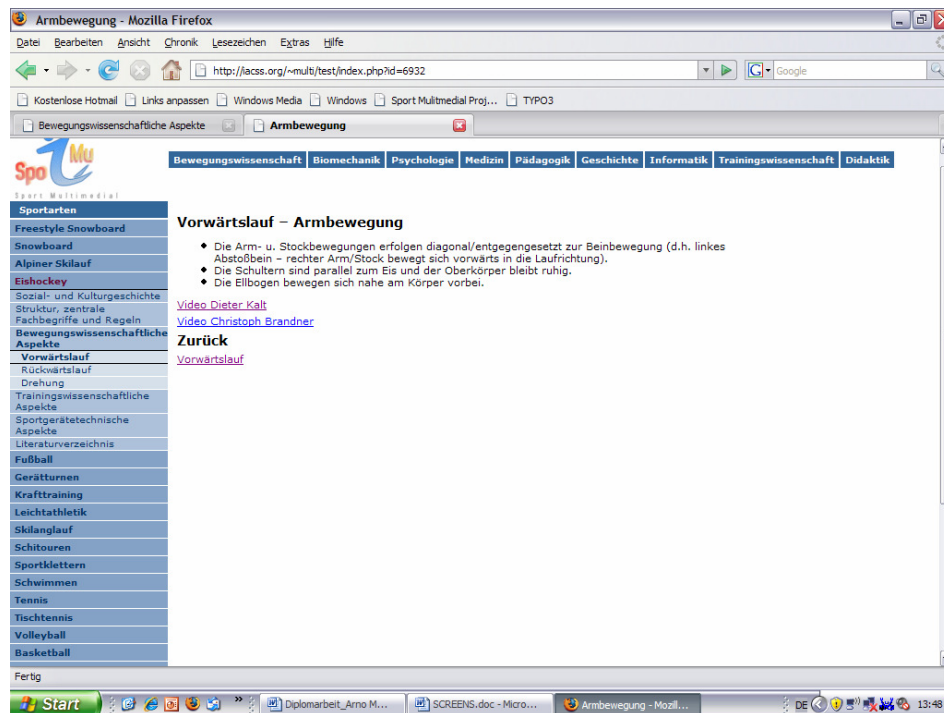


Abb. 29: Vorwärtslauf – Armbewegung

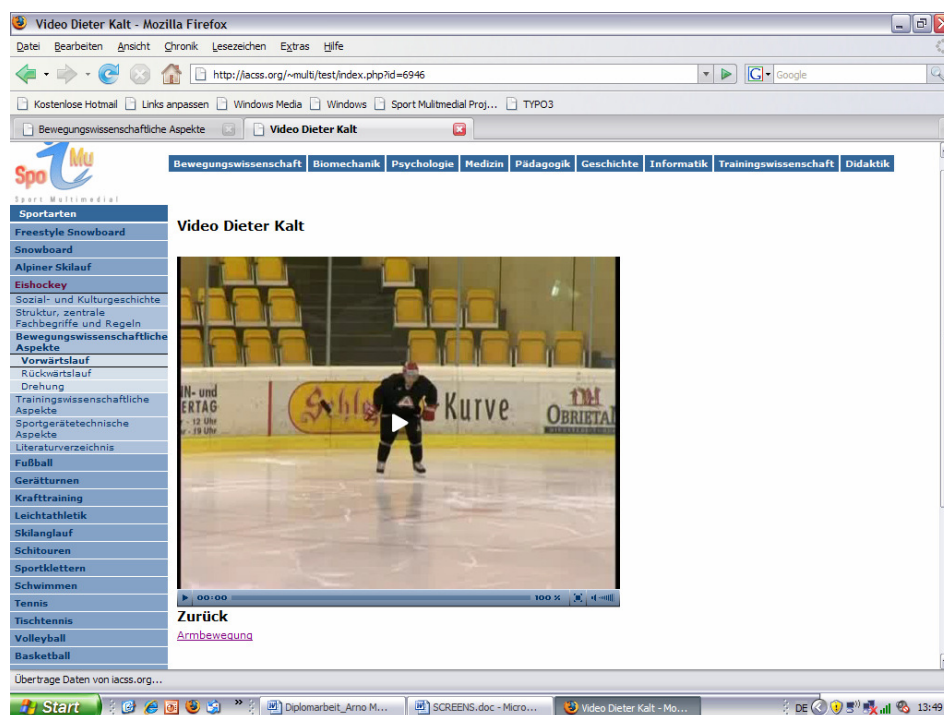


Abb. 30: Vorwärtslauf – Armbewegung (Lehrvideo)

Der Bogenlauf vorwärts wird am Beispiel des Übersetzungslaufs sowie dem des Kanadierbogens erklärt. Der Übersetzungslauf dient der Geschwindigkeitszunahme, der Kanadierbogen der schnellen Richtungsänderungen auf kleinem Raum.

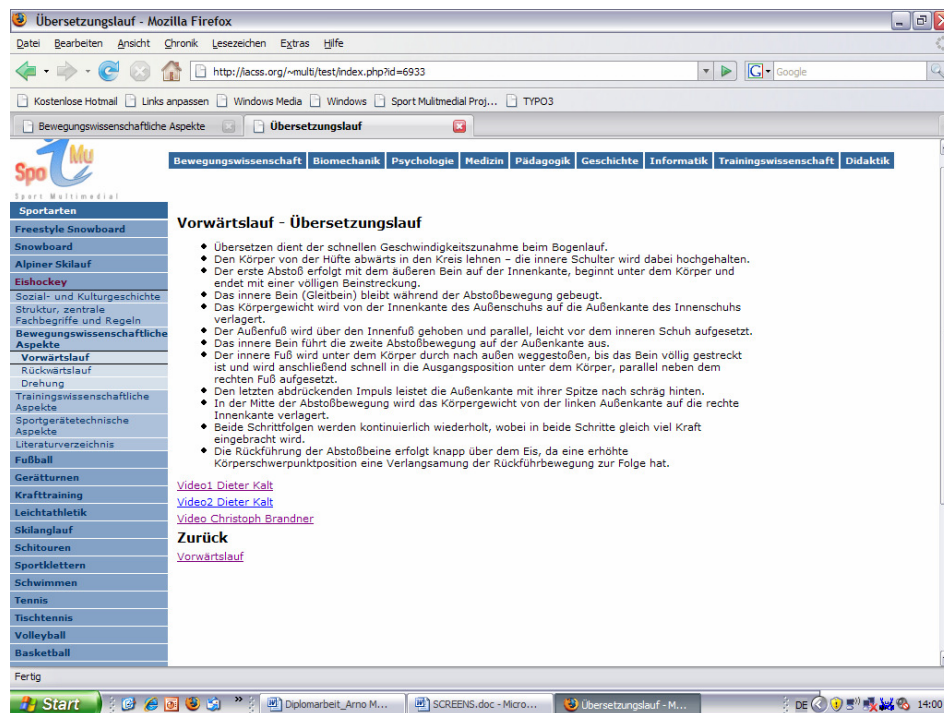


Abb. 31: Vorwärtslauf – Übersetzungslauf

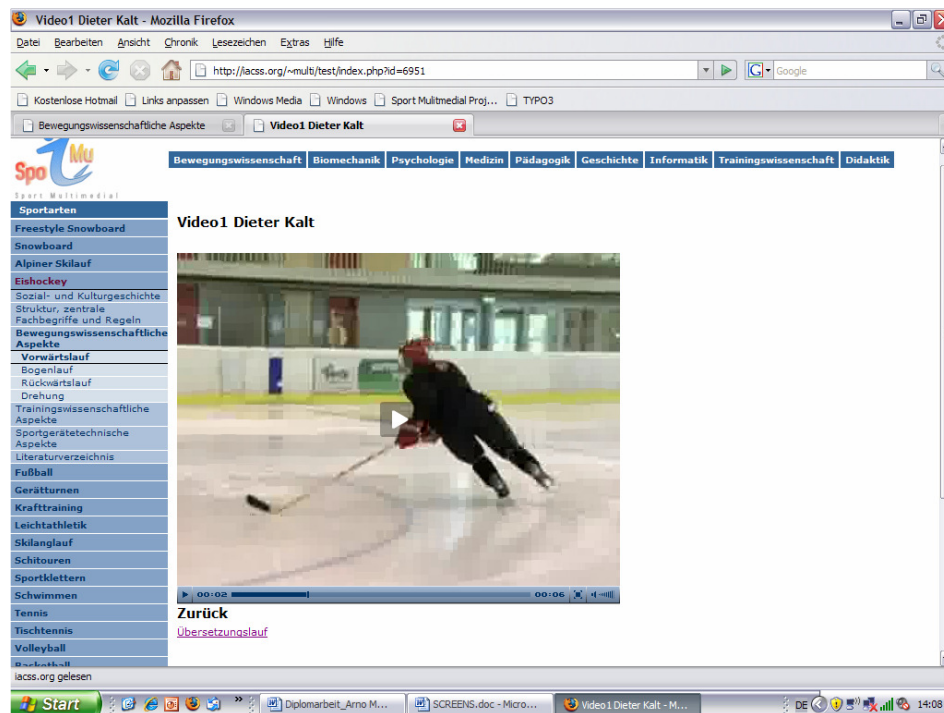


Abb. 32: Vorwärtslauf – Übersetzungslauf (Lehrvideo)

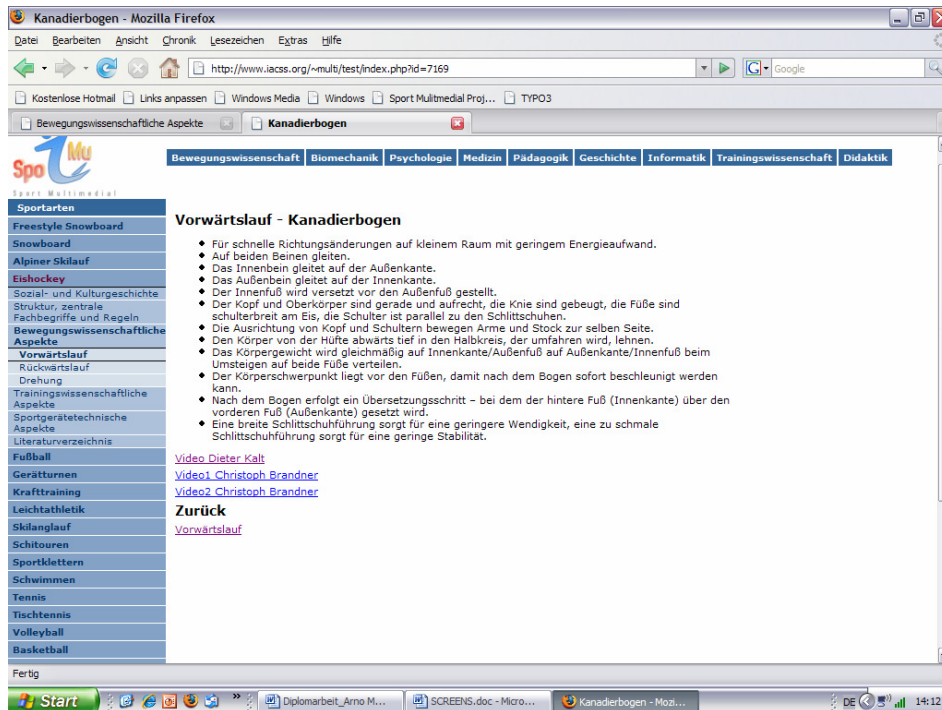


Abb. 32: Vorwärtslauf – Kanadierbogen

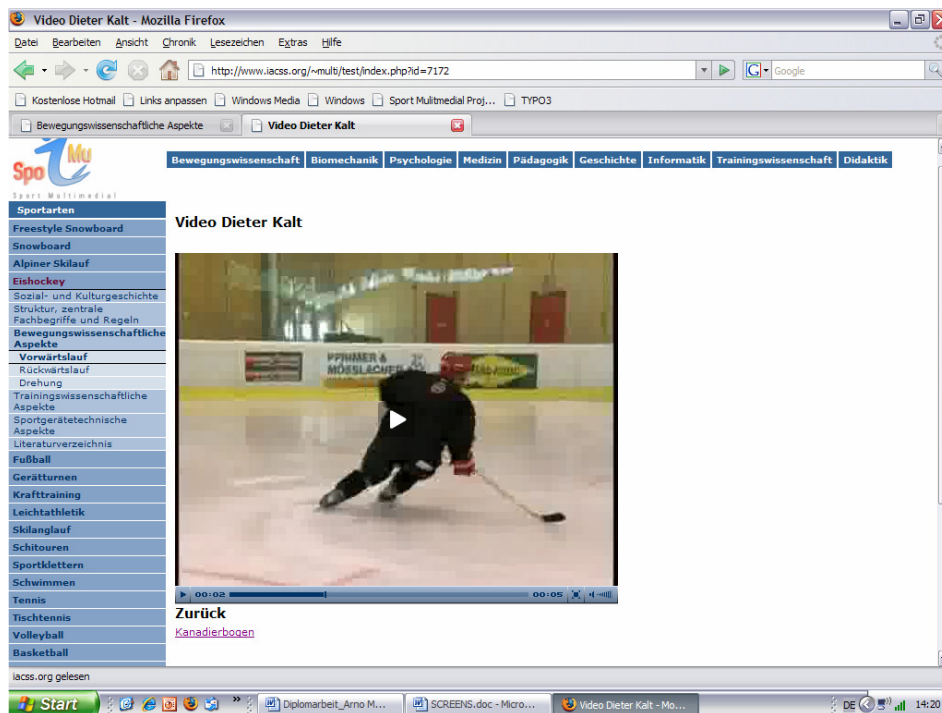


Abb. 33: Vorwärtslauf – Kanadierbogen (Lehrvideo)

Anschließend sind zwei Formen des Vorwärtsstarts, der frontale V-Start sowie der seitliche Start beschrieben.

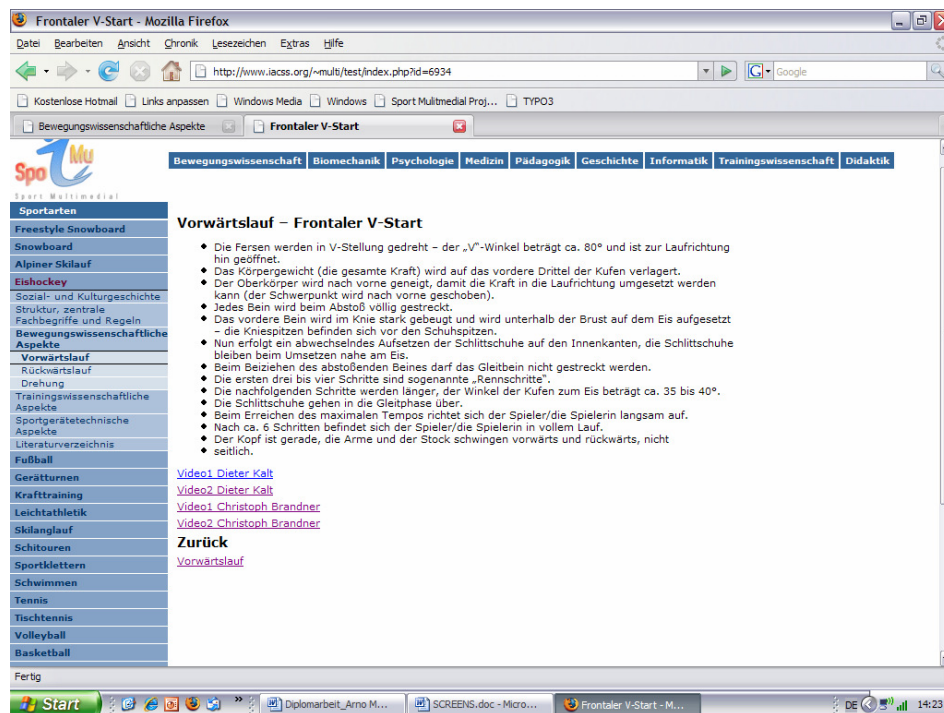


Abb. 34: Vorwärtslauf – Frontaler V-Start

Zur Erklärung des V-Starts stehen insgesamt vier Lehrvideos zur Auswahl. Die Eislauftechnik wird von Dieter Kalt ausgeführt.

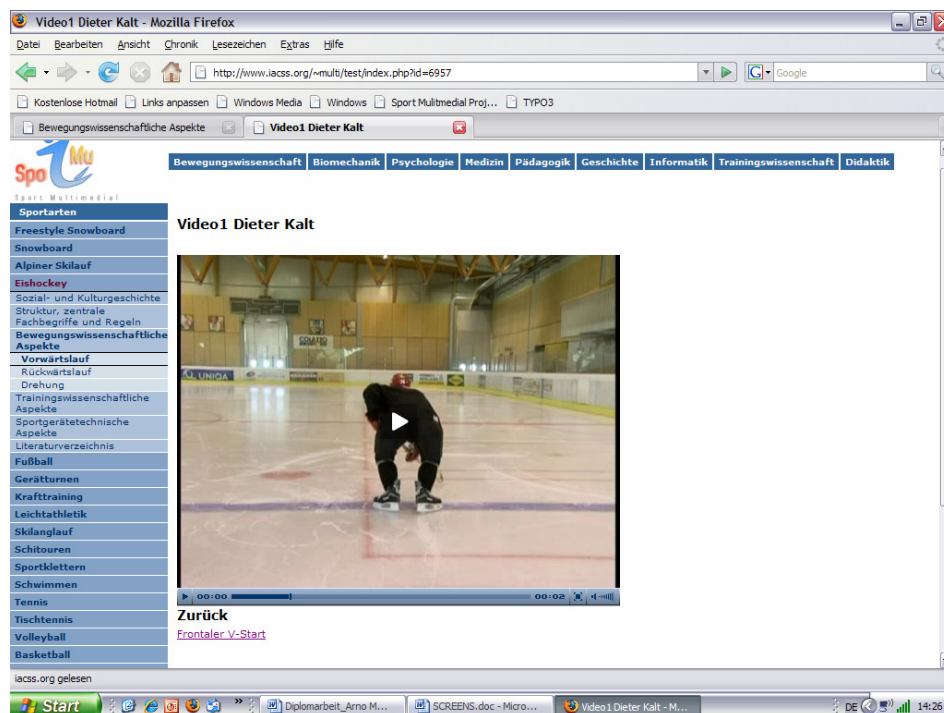


Abb. 35: Vorwärtslauf – Frontaler V-Start (Lehrvideo)

Der seitliche Start ist die zweite Startform im Vorwärtslauf.

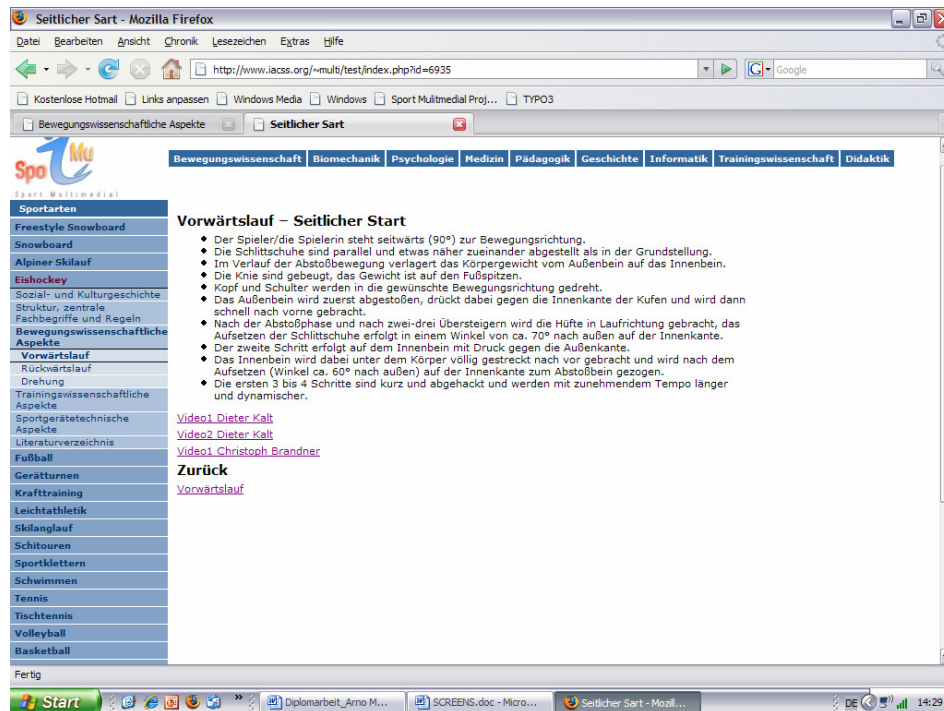


Abb. 36: Vorwärtslauf – Seitlicher Start

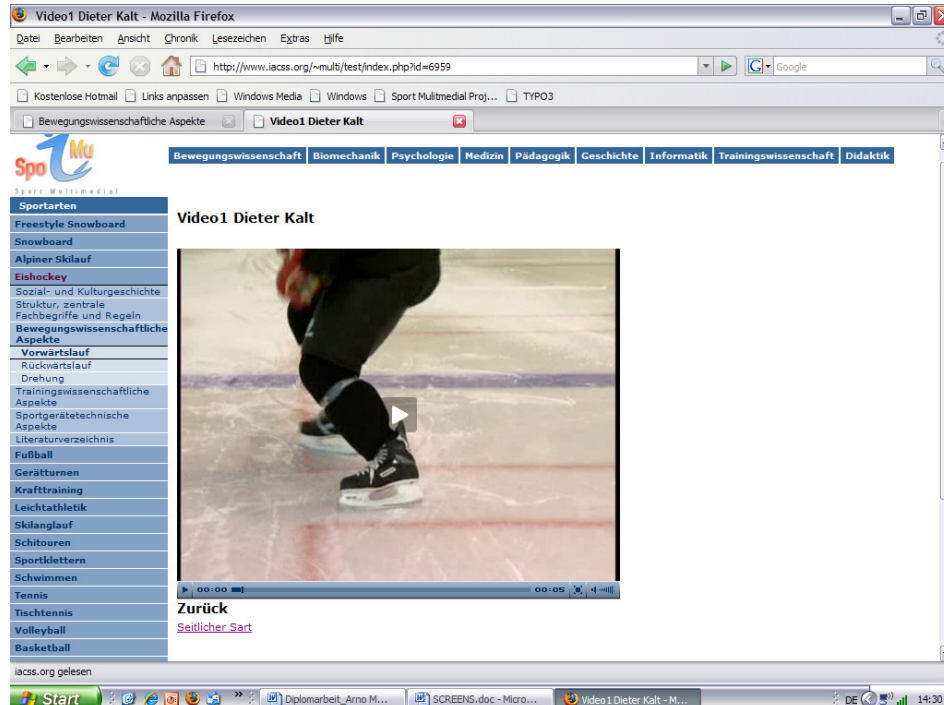


Abb. 37: Vorwärtslauf – Seitlicher Start (Lehrvideo)

Die Bewegungsbeschreibung zu Parallelstopps wird durch vier Lehrvideos ergänzt.

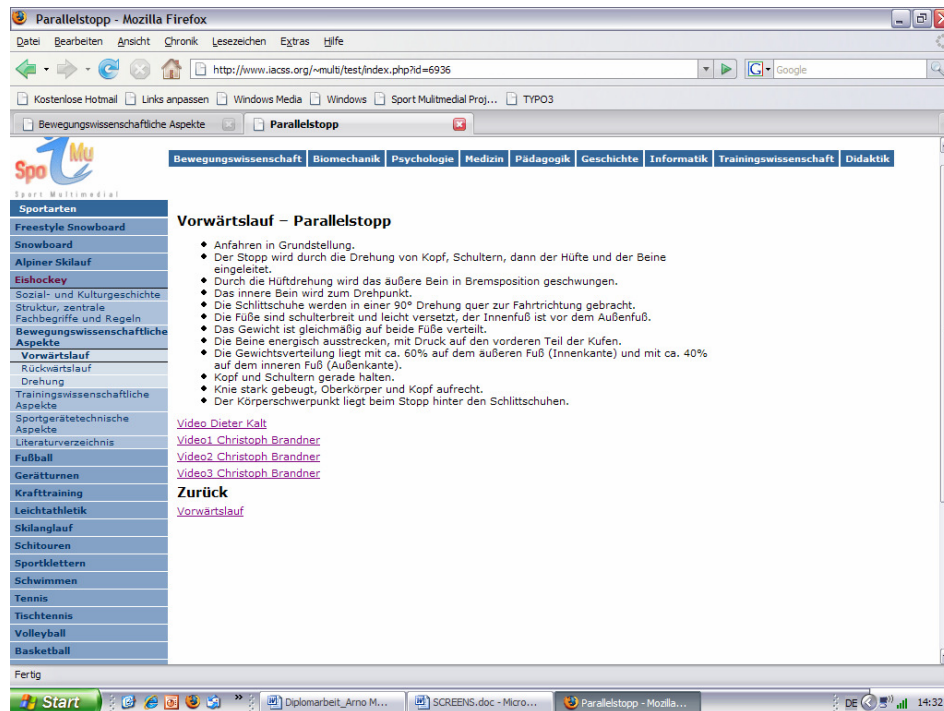


Abb. 38: Vorwärtslauf – Parallelstopp

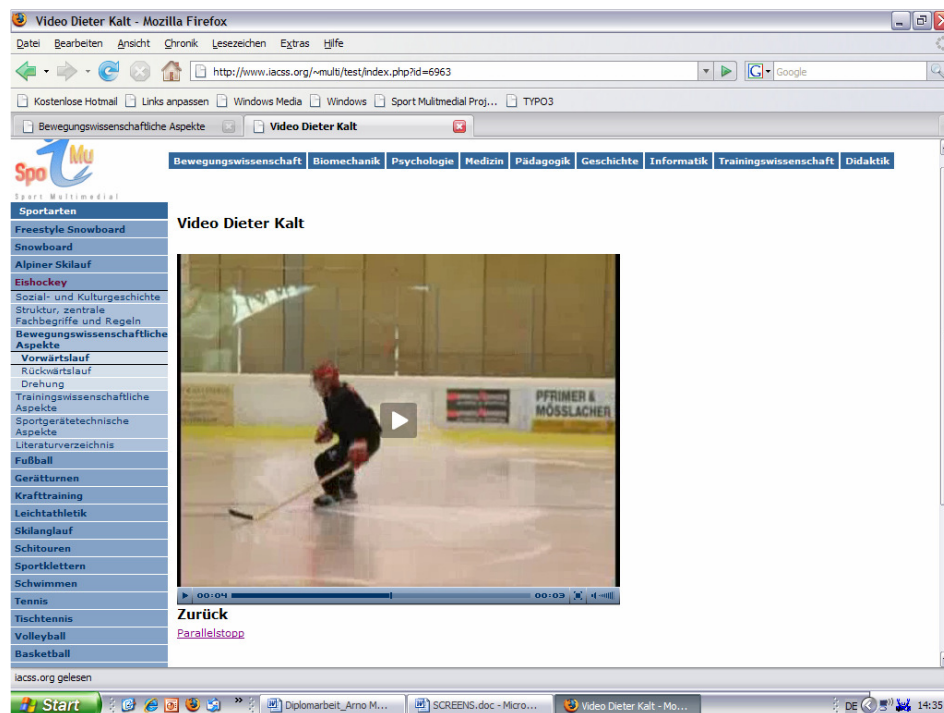


Abb. 39: Vorwärtslauf – Parallelstopp (Lehrvideo)

7.5.2 Eislauftechnik – Rückwärtslauf

Für die Beschreibung von Bewegungsabläufen des Rückwärtslaufs ist wie beim Vorwärtslauf, die Grundstellung, Start- und Stoppvarianten sowie der Übersetzungslauf beschrieben. Zu jeder Eislauftechnik kann ein Lehrvideo aufgerufen werden.

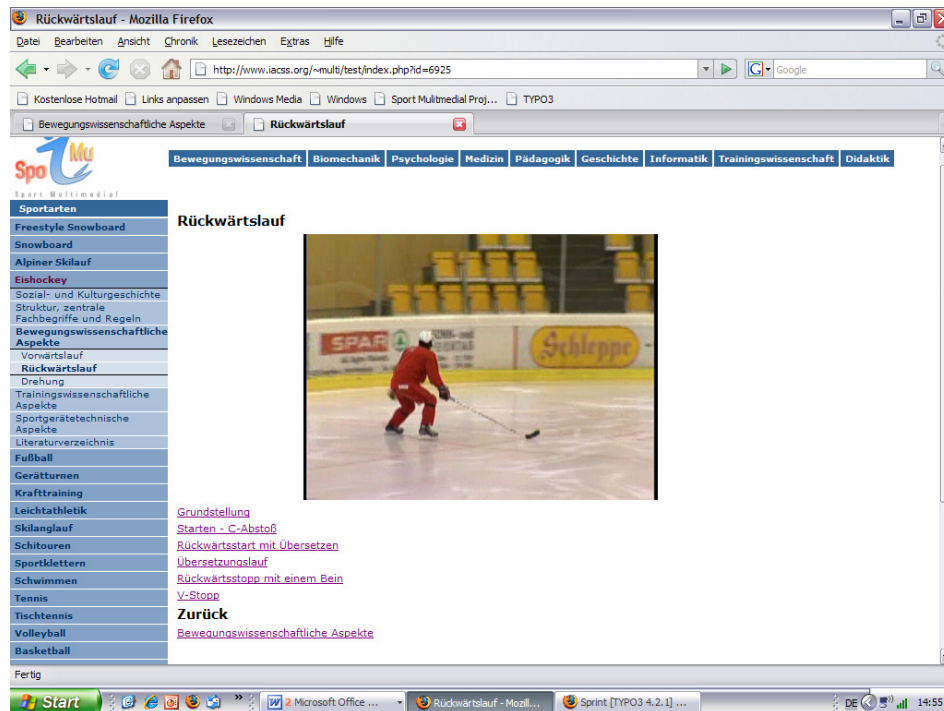


Abb. 40: Rückwärtslauf

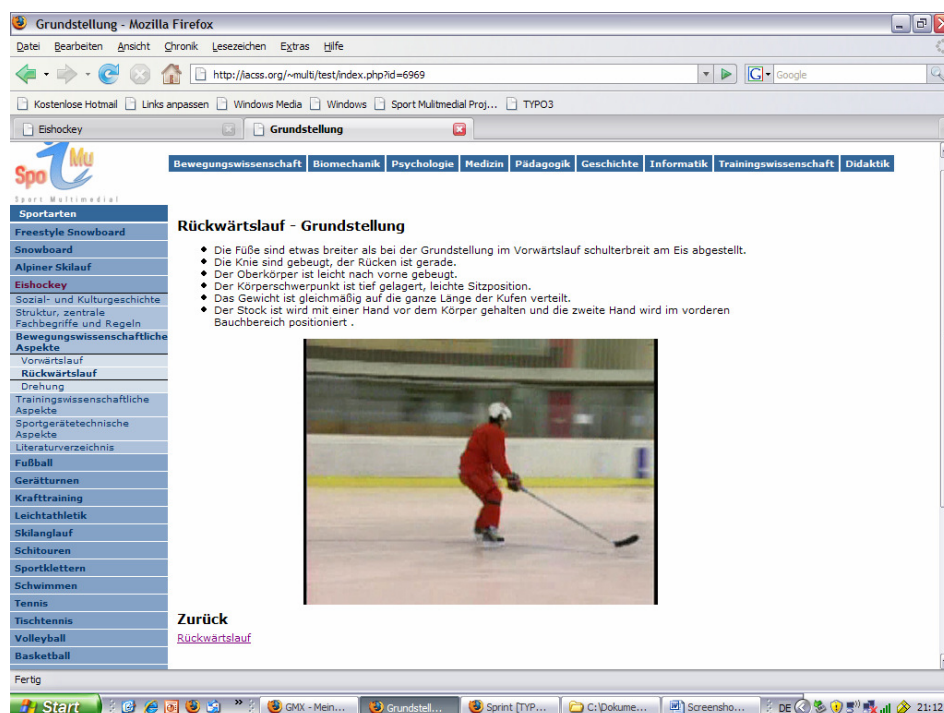


Abb. 41: Rückwärtslauf – Grundstellung

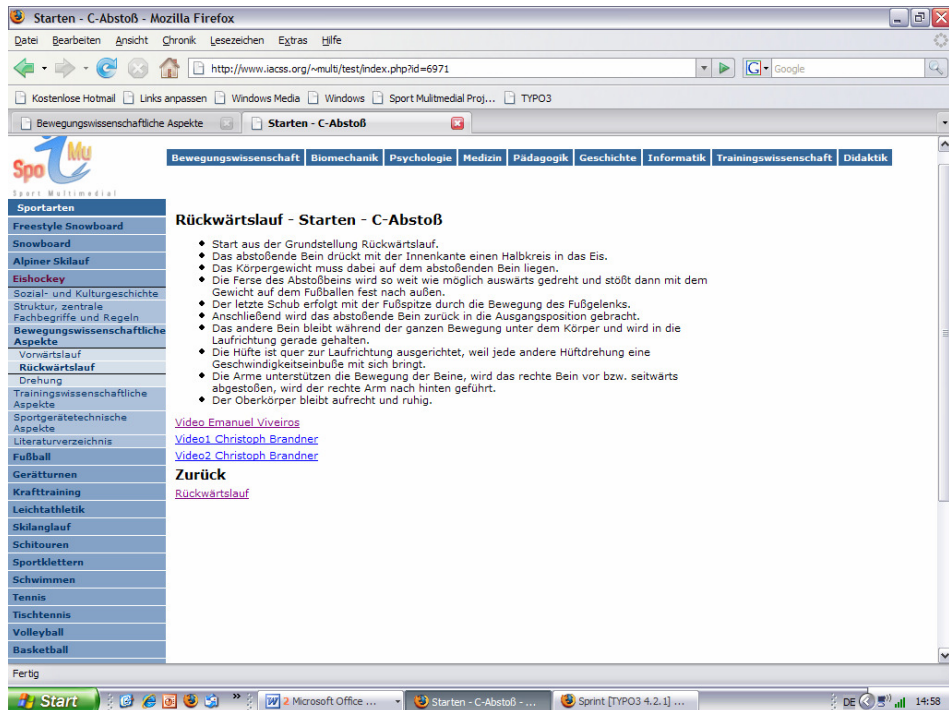


Abb. 42: Rückwärtslauf – Starten – C-Abstoß

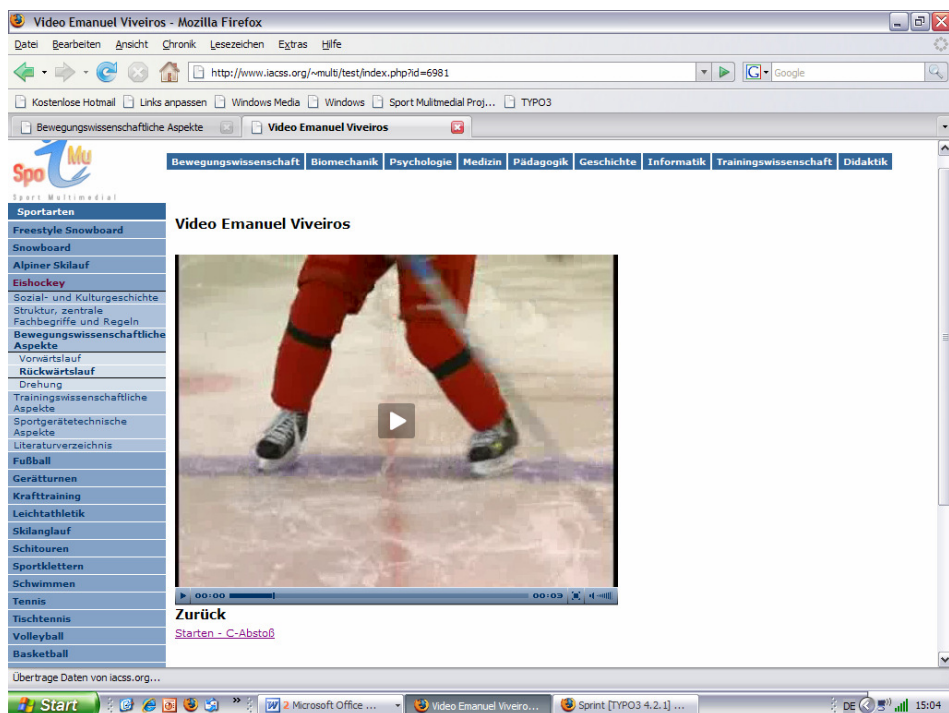


Abb. 43: Rückwärtslauf – Starten – C-Abstoß (Lehrvideo)

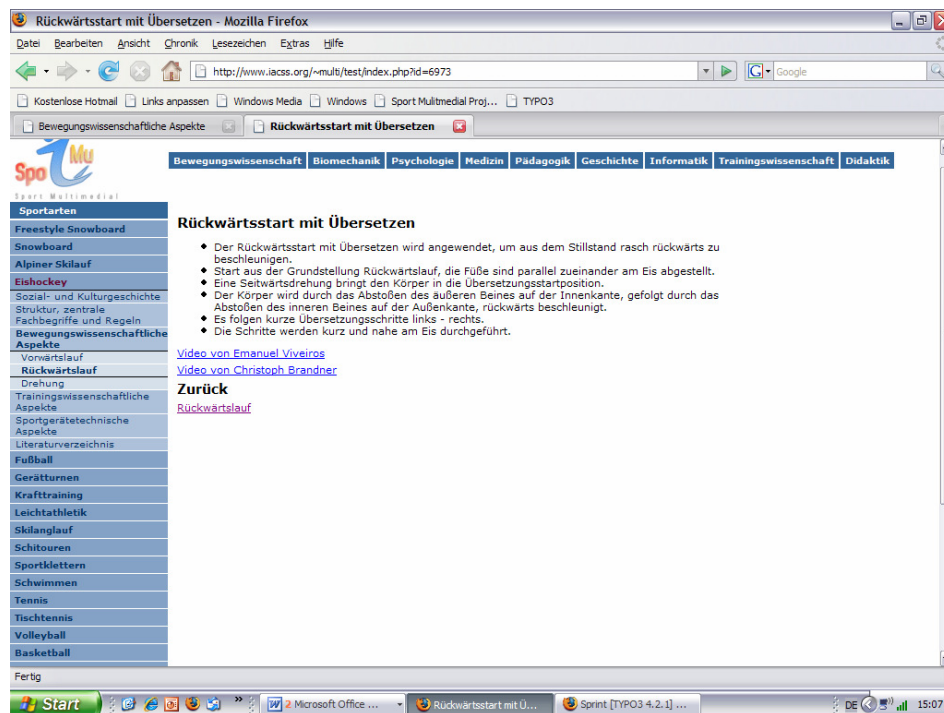


Abb. 44: Rückwärtslauf – Rückwärtsstart mit Übersetzen

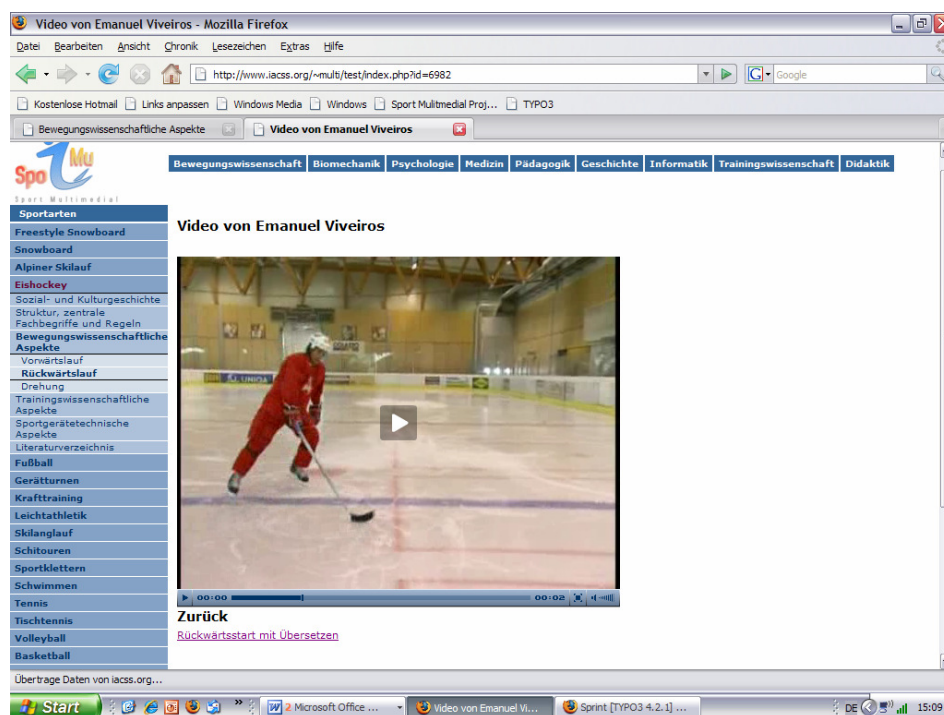


Abb. 45: Rückwärtslauf – Rückwärtsstart mit Übersetzen (Lehrvideo)

Die Eislaufttechnik des Übersetzungslaufs rückwärts wird in insgesamt drei Lehrvideos erklärt. Gezeigt werden diese Techniken von Emanuel Viveiros.

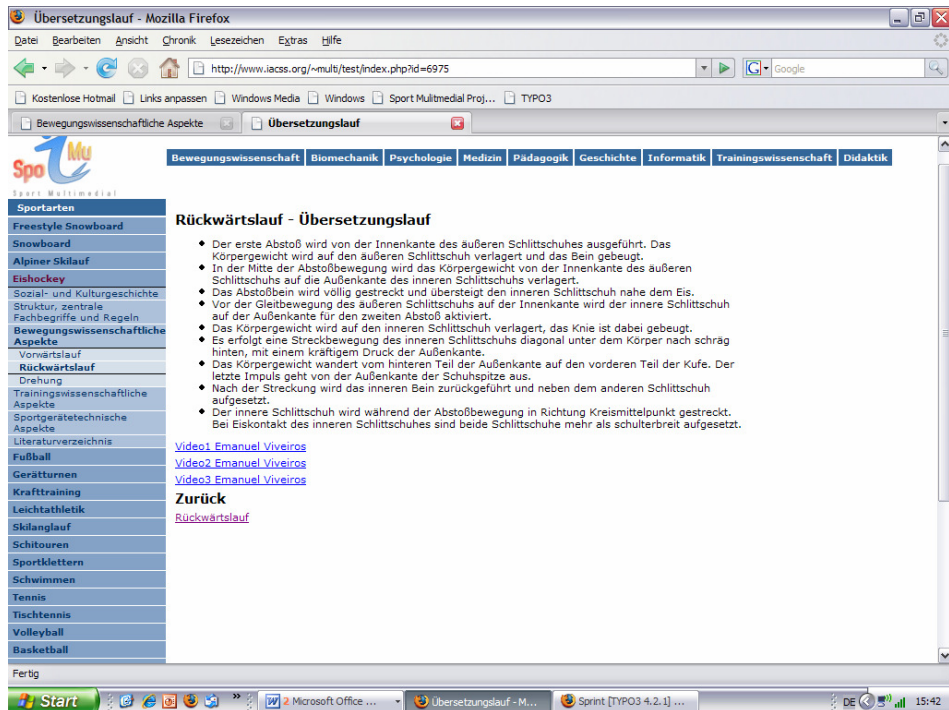


Abb. 46: Rückwärtslauf – Übersetzungslauf

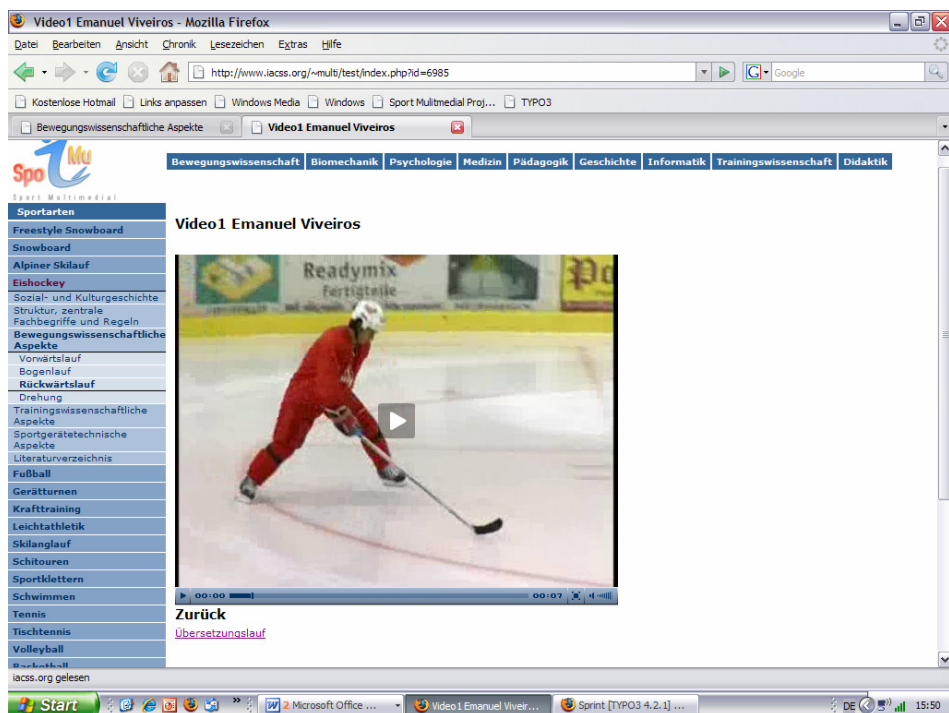


Abb. 47: Rückwärtslauf – Übersetzungslauf (Lehrvideo)

Die Menüpunkte „Rückwärtsstopp mit einem Bein“ und „V-Stopp“ erklären die Stoppbewegungen im Bereich des „Rückwärtseislaufs“.

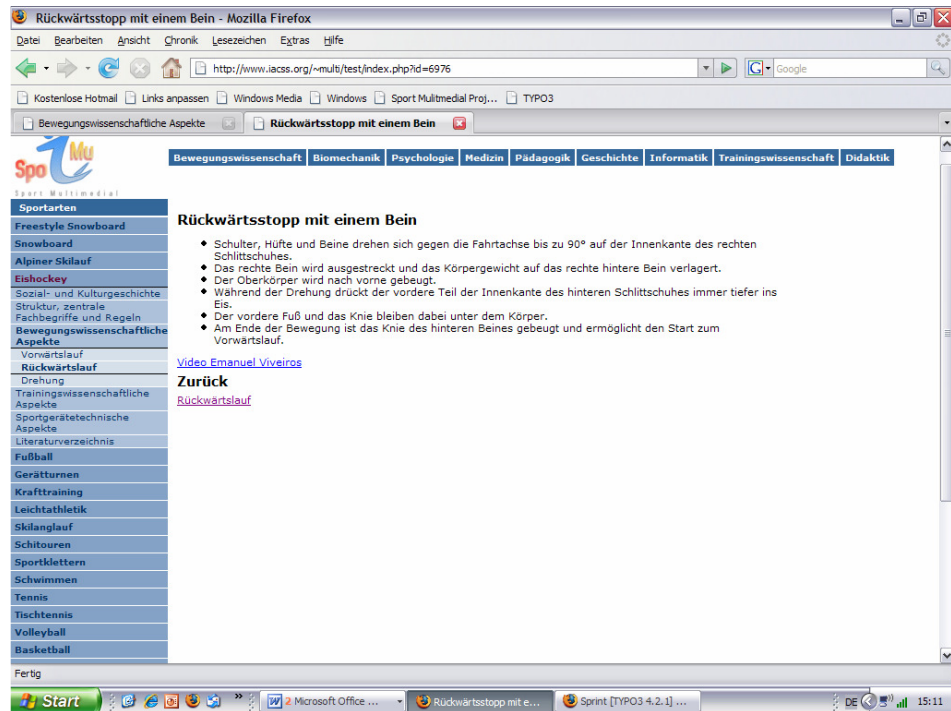


Abb. 48: Rückwärtslauf – Rückwärtsstopp mit einem Bein

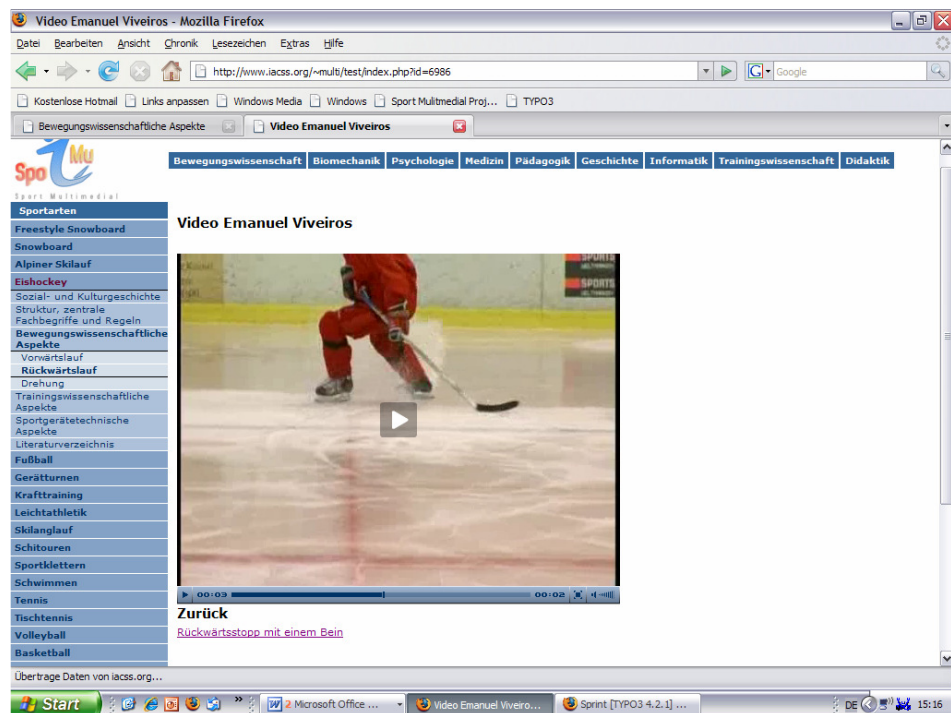


Abb. 49: Rückwärtslauf – Rückwärtsstopp mit einem Bein (Lehrvideo)

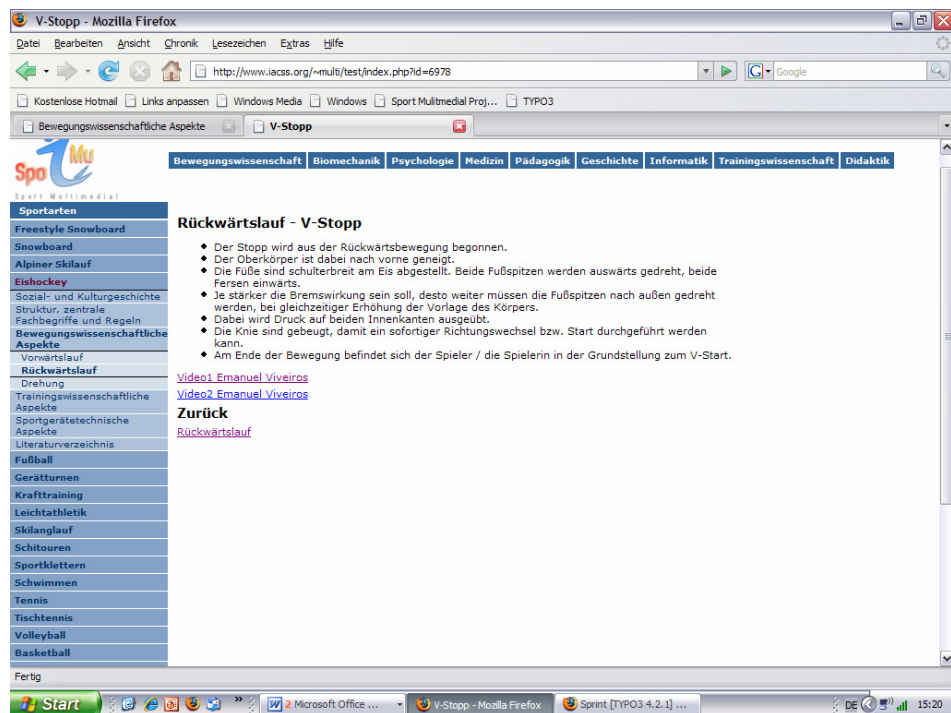


Abb. 50: Rückwärtslauf – V-Stopp

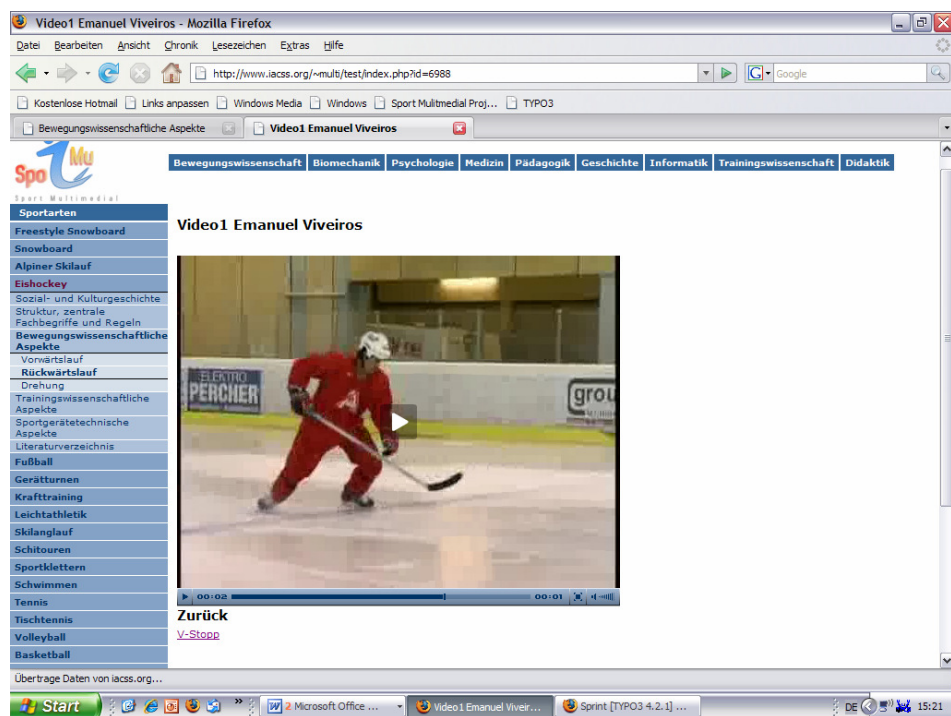


Abb. 51: Rückwärtslauf – V-Stopp (Lehrvideo)

7.5.3 Eislauftechnik – Drehungen

Die Menüpunkte zu den Drehungen „vorwärts auf rückwärts mit V-Schritt“ sowie „rückwärts auf vorwärts mit V-Schritt“ führen wiederum zu den Bewegungsbeschreibungen, als und den Lehrvideos.

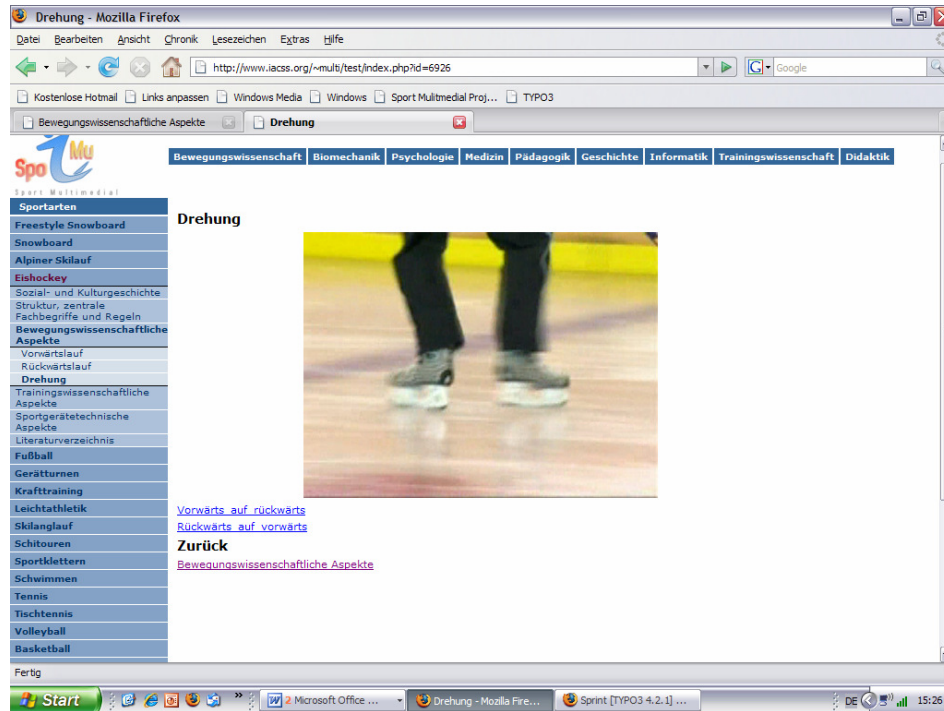


Abb. 52: Drehung

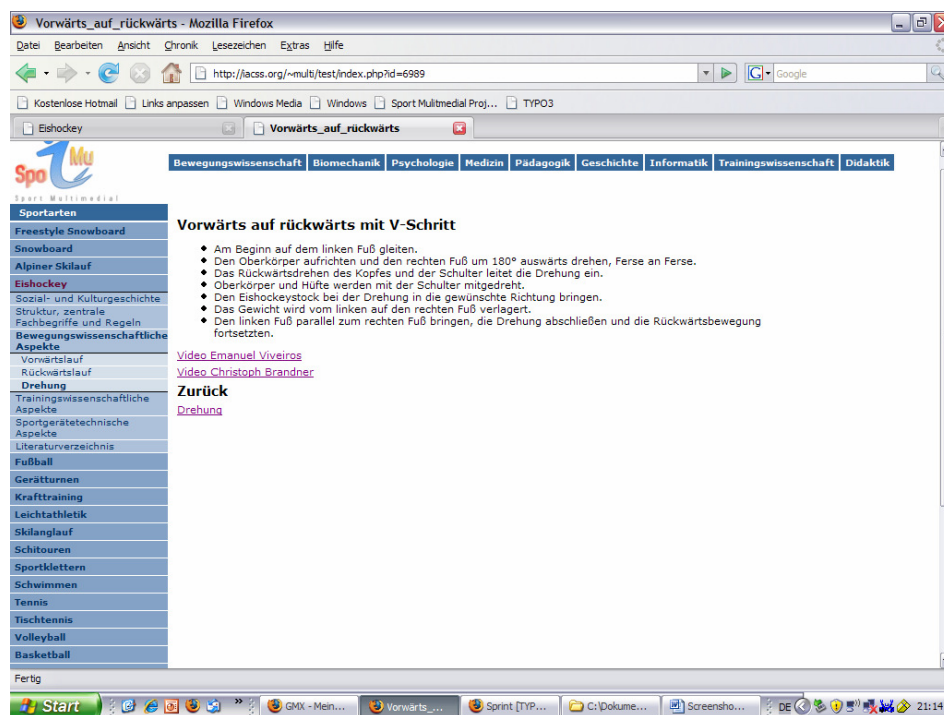


Abb. 53: Drehung – Vorwärts auf rückwärts mit V-Schritt

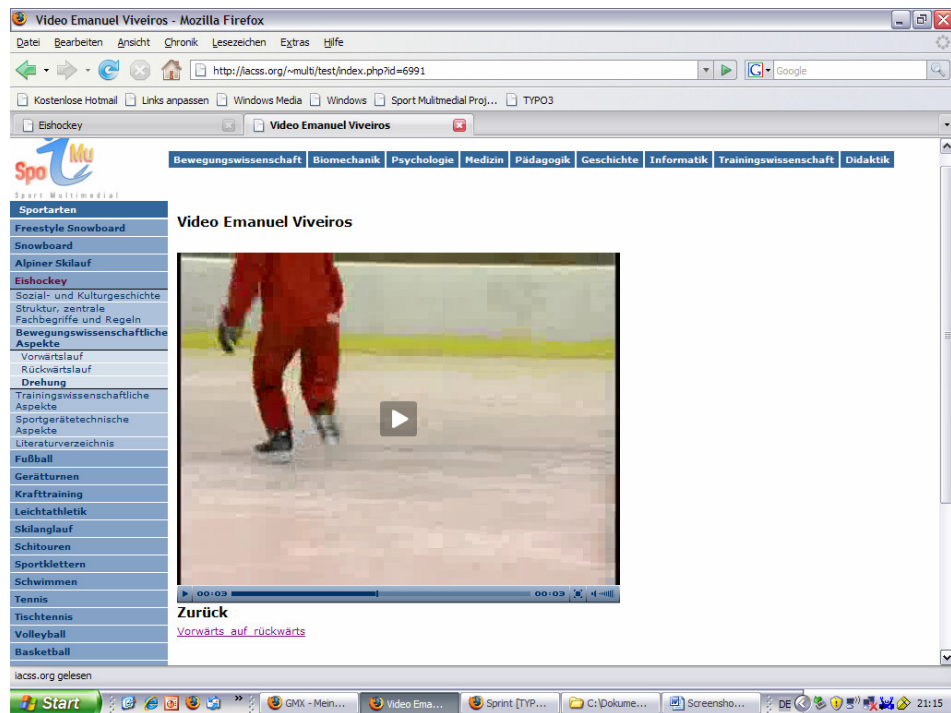


Abb. 54: Drehung – Vorwärts auf rückwärts mit V-Schritt (Lehrvideo)

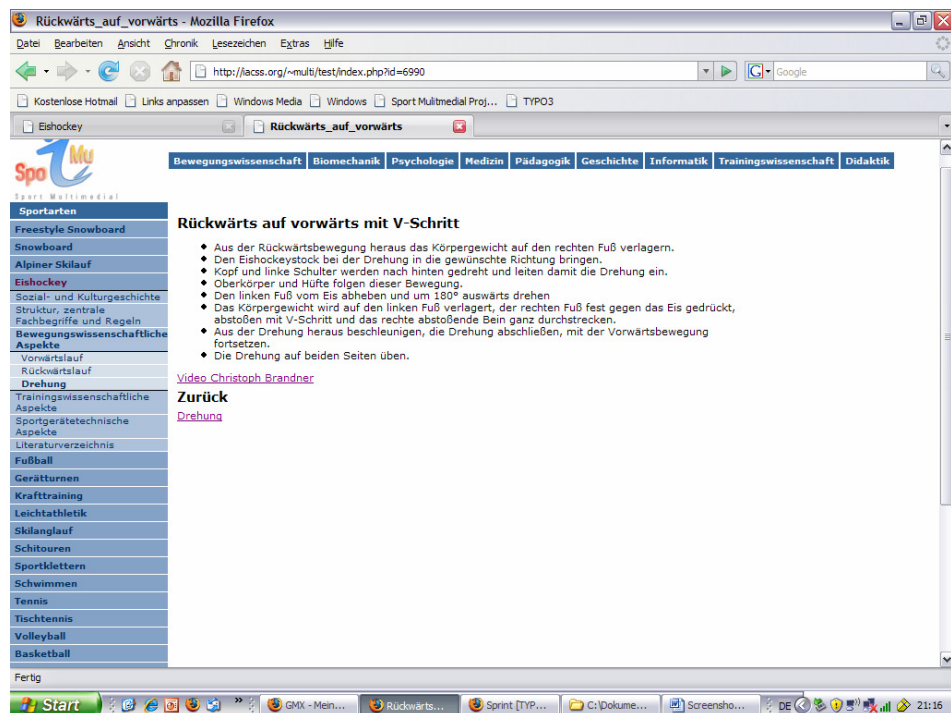


Abb. 55: Drehung – Rückwärts auf vorwärts mit V-Schritt

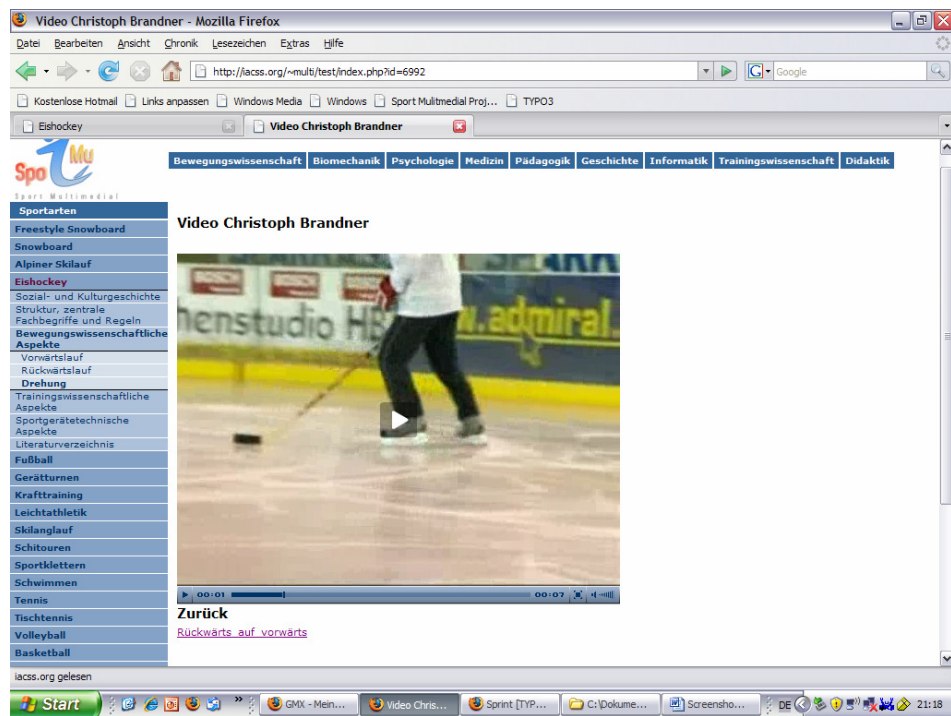


Abb. 56: Drehung – Rückwärts auf vorwärts mit V-Schritt (Lehrvideo)

8 ZUSAMMENFASSUNG

Die vorliegende Diplomarbeit beschäftigt sich mit der Erstellung eines multimedialen Lehr- und Lernmittels, welches vor allem Studierenden der Sportwissenschaft, jedoch auch anderen eishockeyinteressierten Personen (wie z.B. Trainern, Trainerinnen, Eltern etc.) die Möglichkeit bieten soll, konkrete Einblicke in verschiedene Themenbereiche des Eishockeysports zu gewinnen. Die Erarbeitung des Lehr- und Lernmittels ergänzt zudem das Sportartenmodul der verwendeten Internetplattform Sport Multimedial durch die Sportart Eishockey.

Zum Zweck der Erstellung des multimedialen Lehr- und Lernmittels wurden zunächst mittels einer quantitativen Datenerhebung unterschiedliche Aspekte im Ausbildungsbereich des österreichischen Eishockeysports untersucht, die den Studierenden Einblicke in den aktuellen Ausbildungsstand österreichischer Eishockeytrainer und -trainerinnen ermöglicht. Dies soll den Studierenden vorliegend Schwächen in diesem Bereich aufzeigen und sie vielleicht dazu anregen möglicherweise zukünftig einen sportwissenschaftlichen Beitrag, im Sinne einer fachübergreifenden Kooperation, zur Optimierung des österreichischen Eishockeysports zu leisten.

Der theoretische Teil der Arbeit beinhaltet relevante Grundlagen, die den Studierenden bzw. auch anderen interessierten Personen die Sportart Eishockey aus sportwissenschaftlicher Sicht näher bringen soll. Die Ergebnisse dieser Arbeit können folgend dargestellt werden.

TEIL A – Statusanalyse

Die auf einer deskriptivstatistischen Datenanalyse basierenden Ergebnisse resultieren aus einer edv-unterstützten Fragebogenerhebung an 49, männlichen, österreichischen Eishockeytrainern, die durchschnittlich 35 Jahre alt sind und ein relativ hohes Bildungsniveau aufweisen. Die Datenerhebung wurde mittels Mailaussendung im Schneeballverfahren durchgeführt, die Berechnung der Daten erfolgte mittels deskriptivstatistischer Methoden. Die Ergebnisse zeigen den Studierenden der Sportwissenschaft auf, welche Schwächen im Trainingsbereich vorliegen und wie mit, für den modernen Sport unerlässlichen multimedialen Methoden umgegangen wird. Multimediale Lehr- und Lernmittel werden von den Trainern und Trainerinnen zwar für sinnvoll erachtet, sowohl für den Ausbildungsbereich als auch als Informationsquelle, z.B. zur Verbesserung der eigenen Eislauftechnik, werden jedoch aus Raum-, Zeit- und Geldmangel eher selten für Trainings verwendet. Das technische Niveau der befragten Eis-

hockeytrainer ist grundsätzlich als relativ gut einzuschätzen, obwohl sich Schwächen vor allem in der exakten Ausführung von Rückwärtsbewegungen zeigen. Hinsichtlich didaktischer Kompetenzen zeigte sich, dass die Trainer hier weniger gut ausgebildet sind, als im technischen Bereich. Auch hier zeigten sich vor allem Schwächen hinsichtlich dem erklären Können von Rückwärtsbewegungen.

TEIL B – Theoretischer Teil

Die Beschäftigung mit der historischen Entwicklung von Eishockey hat gezeigt, dass die Grundlage von Eishockey, das Eislaufen wohl zu den ältesten Fortbewegungsarten der Menschheit gezählt werden kann, wie Knochenfunde aus der Steinzeit in wasserreichen und kühleren Gegenden vermuten lassen. Im Laufe der Zeit haben sich in den verschiedenen Ländern Europas und Nordamerikas unterschiedliche Techniken entwickelt, die als Vorläufer des modernen Eishockeys verstanden werden können. So zum Beispiel das aus Frankreich kommende Bandy. Das erste schriftlich belegte Eishockeyspiel fand am 3. März 1875 in Montreal (Kanada) statt, die erste Eishockey Europameisterschaft 1910 in der Schweiz. Ab Anfang des 20. Jahrhunderts kommt es auch zu einer allmählichen Angleichung des Regelwerks in den einzelnen europäischen Ländern. In Österreich wird 1912 der bis heute bestehende Österreichische Eishockeyverband (ÖEHV) gegründet. Die österreichische Eishockeygeschichte hat eine etwa 120-jährige Tradition und ist vom Entwicklungsverlauf her durch Hochs und Tiefs gekennzeichnet. Das österreichische Nationalteam hat in den letzten Jahren vor allem in der B-Gruppe gespielt, deshalb ist es besonders erfreulich, dass es bei der Weltmeisterschaft 2008 in Innsbruck wieder den Sprung in die A-Gruppe geschafft hat.

Die Struktur des österreichischen Eishockeysports ist relativ komplex und in internationale Systeme integriert. Es wird in insgesamt drei Ligen: Herren, Damen, Nachwuchs, mit zum Teil unterschiedlichem Regelwerk gespielt. Die Ausbildung zum Eishockeytrainer, zur Eishockeytrainerin ist durch unterschiedliche Institutionen geregelt und in insgesamt vier aufeinander aufbauende Stufen unterteilt.

Die Verbindung von Eishockey und der Sportwissenschaft ist unumgänglich, da nur so gewährleistet werden kann, dass die Spieler und Spielerinnen nach modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen von den Trainern und Trainerinnen betreut werden können. Es hat sich gezeigt, dass die gesamte Trainingssituation im Nachwuchsbereich ein fachliches Know-how erfordert, welches weit über das Vermitteln von exakt vorgeführten und erklärten Grundkenntnissen von für Eishockey relevanten Eislauftechniken hinausreicht. Die Erstellung eines altersgemäßen Trainingsplans muss nicht nur hinsichtlich verletzungspräventiver Aspekte zusammengestellt werden, sondern auch

nach Komponenten der Leistungsfähigkeit, von denen hier zwei große Bereiche beschrieben wurden: Dem Bereich der Kondition und dem Bereich der Technik. Ersteres beinhaltet Grundlagen zu den hochkomplexen Stoffwechselvorgängen im Körper, zu den unterschiedlichen Formen der Kraft, der Schnelligkeit und der Ausdauer. Zweiteres beinhaltet koordinative Fähigkeiten, wie z.B. der Gleichgewichtsfähigkeit, der Reaktionsfähigkeit, oder der Differenzierungsfähigkeit und die für das Eishockey spezifischen Bewegungsfertigkeiten, die mittels gezielter Dehnübungen geschult werden können.

Als ein wesentlicher Punkt kann die Ausrüstung gesehen werden. Sie vermindert nicht nur das Verletzungsrisiko, sondern trägt gleichzeitig zu einem erfolgreichen Eishockeyspiel bei. In diesem Zusammenhang sind besonders die Kufen des Schlittschuhs zu erwähnen. Sie ermöglichen nicht nur durch ein physikalisches Phänomen das perfekte Gleiten auf dem Eis, sondern auch ihr Schliff beeinflusst das Fahrverhalten nachhaltig. Ab wann Kinder mit dem Eishockeyspielen beginnen können, ist umstritten, manche gehen von einem Alter zwischen fünf bis sieben Jahren aus, andere wiederum sind der Ansicht, dass bei Interesse auch Kinder im Alter zwischen zwei und drei Jahren in spielerischer Form unterrichtet werden können. Der Nachwuchsbereich wird in insgesamt sechs Altersgruppen unterteilt: U8 (d.h. unter 8 Jahren), U10, U12, U14, U17 und U20. Jede dieser Altersgruppen bedarf anderer didaktischer Methoden, um den Kindern und Jugendlichen adäquates Know-how beizubringen. Der Aufbau von Trainings im Kindes- und Jugendalter ist 3-stufig und beinhaltet ein Grundlagentraining, ein Aufbautraining und ein Anschlusstraining. Die typische Periodisierung einer Eishockeysaison muss dabei mitberücksichtigt werden. Obwohl einsichtig ist, dass gerade bei Kindern die konstruktive Mitarbeit der Eltern nicht nur unumgänglich ist und zudem ein hohes Potenzial aufweist, wird dieser Ressource zum Teil nur wenig Beachtung geschenkt.

TEIL C – Praxisbezogener Teil

Den Abschluss dieser Arbeit stellte die Veröffentlichung von relevanten Teilen dieser Arbeit auf der Internetplattform Sport Multimedial dar, die vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien kostenlos zur Verfügung gestellt wird. Damit wurden auf dieser Plattform nicht nur erstmals theoretische Inputs zum Thema Eishockey gegeben, sondern auch praxisbezogene, denn drei österreichische Profieishockeyspieler zeigen in kurzen Lehrvideos die unterschiedlichen Eislauftechniken in hoher Präzision. Es wird an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass dem Autor bis dato keine Videoaufnahmen mit österreichischen Profieishockeyspielern bekannt sind, die für die Verwendung von Bewegungsbeschreibungen der Eislauftechniken im Eishockeysport geeignet

sind. Die Realisierung des Webauftritts wurde mit dem Content Management System (CMS) Typo3 durchgeführt.

9 LITERATUR- UND ONLINEVERZEICHNIS

- Alpers, H. J. & Ruge, P. (2002). Eishockey: Ein Wörterbuch für alle Spieler, Trainer, Sponsoren und Fans. München: Tomus Verlag.
- Barnett, J. & Behn, K. (1980). Eishockey für Übungsleiter, Lehrer und Trainer. Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Band 146. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- Biener, K. (1985). Sportmedizin, Profile der Einzelsportarten. Zürich: Habegger Verlag.
- Biener, K. (1992). Sportunfälle. Epidemiologie und Prävention. Bern-Göttingen-Toronto: Verlag Hans Huber.
- Bortz, J. (1999). Statistik für Sozialwissenschaftler. Berlin, Heidelberg, New York: Springer-Verlag.
- Capla, J. (1992). Eishockey. Lauf- und Stocktechnik, Körperspiel, Taktik, Ausrüstung und Regeln. Niedernhausen: Falken-Verlag.
- Capla, J. (2004). Vom Eislauf zum Eishockey. Grundlagen - Lehrmethoden - Übungsformen - Ratschläge - Erklärungen - Erzählungen. Wachenheim: Wero Press.
- Clauß, G., Finze, F.-R. & Partsch, L. (1994). Statistik. Für Soziologen, Pädagogen. Band. 1 Grundlagen. Psychologen und Mediziner. Thun, Frankfurt/Main: Verlag Harri Deutsch.
- Eckert, H. (Hrsg.). (1988). Eishockey Weltgeschichte. München: Copress.
- Grosser, M. (1989). Training der konditionellen Fähigkeiten. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- Harre, D. (1977). Trainingslehre. Ostberlin: Sportverlag.
- Horrigan, J. M. & Kreis, E. J. (2003). Strength, Conditioning, and Injury Prevention for Hockey. In M. Keil & J. Weineck (2005). Optimales Eishockeytraining. Das Konditionstraining des Eishockeyspielers. Balingen: Spitta Verlag.
- Horsch, U. & Capla, J. (1989). Eishockey, Training, Technik, Taktik. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt TB-V.
- International Ice Hockey Federation (IIHF) (2000). Learn To Play Program. Zürich: Handbuch.
- Internationaler Eishockeyverband (2007). Regelschwerpunkte 2006 – 2010 im Überblick. Präambel des Verbands. PDF.
- Keil, M. & Weineck, J. (2005). Optimales Eishockeytraining. Das Konditionstraining des Eishockeyspielers. Balingen: Spitta Verlag.
- Kostka, V. & Nickel, W. (1989). Eishockey. Köln: Sportverlag.

- Kränzler, P. & Brinke, M. (2006). Eishockey verständlich gemacht. Regeln, Ausrüstung, Stars. München: Copress Sport.
- Kurz, D. & Sonneck, P. (1995). Jugendsportstudie NRW 92. Die Vereinsmitglieder. Bielefeld: unveröffentlichtes Manuskript.
- Maier, A. (2000). Trainingsinformationsblatt. Kapfenberg: Aushang, Nachwuchsumkleidekabine.
- Margreiter, S., Haiszan, H. & Killias, R. (1987). Das große österreichische Eishockeybuch. Dornbirn: Buch Spezial.
- Martin, D. (1988). Training im Kindes- und Jugendalter. Schorndorf: Hofmann.
- Martin, D., Carl, K. & Lehnertz, K. (2001) Handbuch Trainingslehre. Schorndorf: Hofmann.
- Matveev, L. P. (1975). Periodisierung des sportlichen Trainings. Trainerbibliothek. Berlin: Bartels & Wernitz.
- Molloy, T. & Wahlsten, J. (1999). Hockey Coaching: The ABCs of International Hockey. Regina (CA): Centax Books & Distribution.
- Oberbeck, H. (1989). Seitigkeitsphänomene und Seitigkeitstypologien im Sport. Schorndorf: Hofmann.
- Österreichischer Eishockeyverband (2008). Offizielles Jahrbuch 2007/2008. Wien: ohne Verlagsangabe.
- Österreichischer Eishockeyverband (ÖEHV) (2004). Übungsleiter-Ausbildung. Handbuch. Bruck an der Mur, Kapfenberg: Creativ-Team.
- Österreichischer Eishockeyverband (ÖEHV) (2005). Lehrwarte-Ausbildung. Handbuch. Bruck an der Mur, Kapfenberg: Creativ-Team.
- Österreichischer Eishockeyverband (ÖEHV) (2005). Trainer-Ausbildung. Handbuch. Bruck an der Mur, Kapfenberg: Creativ-Team.
- Polednik, H. (1979). Sport und Spiel auf dem Eis. Eisschnelllauf, Eiskunstlauf, Eishockey, Curling, Eisschießen, Eissegeln. Wels: Verlag Welsermühl.
- Schafroth, J. (2006). 1007 Spiel- und Übungsformen im Eislaufen und Eishockey. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- Schmidt, W. (1998). Sportpädagogik des Kindesalters. Hamburg: Czwalina.
- Weineck, J. (2004). Optimales Training. Balingen: Spitta Verlag.
- Wolters, P., Ehni, H., Kretschmer, J., Scherler, K. & Weichert, W. (2000). Didaktik des Schulsports. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- Zdenek, P. (2003). Eishockey. Kindertraining. Aachen: Meyer & Meyer Sport.
- Zdenek, P. (2005). Eishockey. Aufbautraining für Kinder. Aachen: Meyer & Meyer Sport.
- Zdenek, P. (2007). Eishockey. Grundlagen. Aachen: Meyer & Meyer Sport.

ONLINEVERZEICHNIS

http://http://www.eishockeytabellen.at/bestimmungen/DOENAM_08-09.pdf [Zugriff am 8. Oktober 2008].

<http://typo3.com/Home.1850.0.html?&L=2> [Zugriff am 15. September 2008].

<http://www.burger-sport.at> [Zugriff am 20. Mai 2008].

<http://www.eisbahn-wallanlagen.de/Schlittschuhschleifen/schlittschuhschleifen.html> [Zugriff am 20. Mai 2008].

<http://www.eishockey.at> [Zugriff am 7. August, 2008].

<http://www.eishockey.org/default.aspx?SIId=455> [Zugriff am 15. Juli 2008].

<http://www.gfk.at> [Zugriff am 28. August 2008].

<http://www.iacss.org/~multi/test/> [Zugriff am 17. September 2008].

<http://www.nachwuchsmodell.at> [Zugriff am 2. September 2008].

<http://www.packeis.info/index.php?page=uber-eishockey> [Zugriff am 10. August 2008].

http://www.post.ch/de/index/uk-privatkunden/ph_home/ph-neuerscheinungen-08.htm [Zugriff am 7. Mai 2008].

<http://www.sportmuseum-leipzig.de> [Zugriff 26. August 2008].

<http://www.weltderphysik.de/de/6271.php> [Zugriff am 7. August 2008].

<http://www.zueridevils.ch/unterlagen/Hockey%20Geschichte.pdf> [Zugriff am 10. August 2008].

10 ABBILDUNGS- UND TABELLENVERZEICHNIS

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Ligen, in denen die befragten Trainer spielen	24
Abb. 2: Sinnhaftigkeit multimedialer Lehrmittel in der Eishockeysausbildung	25
Abb. 3: Allgemeine Fragen zur Eislauf- und Eishockeytechnik	26
Abb. 4: Eislauftechniken beherrschen	27
Abb. 5: Eislauftechniken erklären können	28
Abb. 6: Verwendung multimedialer Lehr- und Lernmittel	29
Abb. 7: Aufzeichnung von Teams und Spielerinnen zu Analyse Zwecken	30
Abb. 8: Technik und Erklären von Videoanalysen	31
Abb. 9: Bandyspieler auf dem Albertparkteich in Leipzig 1903 (Foto: www.sportmuseum-leipzig.de [Zugriff am 26. August 2008].	36
Abb. 10: Eishockeywettspiel im Viktoria-Rink in Montreal, 1901 (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987).	37
Abb. 11: Links: "WEV" gegen England am Heumarkt, 1927. Rechts: Eishockey-Jugendturnier, 1927 (Margreiter, Haiszan & Killias, 1987, S. 37).	41
Abb. 12: Komponenten der Leistungsfähigkeit des Eisläufers (Keil & Weineck, 2005, S. 17)	63
Abb. 13: Möglichkeiten der Energiebereitstellung (Keil & Weineck, 2004, S. 37)	65
Abb. 14: Schnellkraft-Parameter (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 105)	67
Abb. 15: Verlaufsformen von Schnelligkeitsleitungen (Martin, Carl & Lehnertz, 2001, S. 149)	69
Abb. 16: Unterschiedliche Hohlschliffarten (Capla, 2004, S. 279)	78
Abb. 17: Entwicklung der Kraftfähigkeit während einer Saison mit und ohne Erhaltungstraining (Horrigan & Kreis, 2003, in Keil & Weineck, 2005, S. 335).	90
Abb. 18: Modellvorstellung des Schulmodells des NWM Kapfenberg (http://www.nachwuchsmodell.at [Zugriff am 2. September 2008])	92
Abb. 20: Startseite von Typo 3	108
Abb. 21: Startseite zum multimedialen Lehr- und Lernmittel	113
Abb. 22: Bewegungswissenschaftliche Aspekte	114
Abb. 23: Vorwärtsslauf	114
Abb. 24: Vorwärtsslauf – Grundstellung	115
Abb. 25: Vorwärtsslauf – Abstoßbewegung	116
Abb. 26: Vorwärtsslauf – Abstoßbewegung	116
Abb. 27: Vorwärtsslauf – Gleitbewegung	117
Abb. 28: Vorwärtsslauf – Gleitbewegung (Lehrvideo)	117
Abb. 29: Vorwärtsslauf – Armbewegung	118
Abb. 30: Vorwärtsslauf – Armbewegung (Lehrvideo)	118
Abb. 31: Vorwärtsslauf – Übersetzungslauf	119
Abb. 32: Vorwärtsslauf – Kanadierbogen	120
Abb. 33: Vorwärtsslauf – Kanadierbogen (Lehrvideo)	120
Abb. 34: Vorwärtsslauf – Frontaler V-Start	121
Abb. 35: Vorwärtsslauf – Frontaler V-Start (Lehrvideo)	121
Abb. 36: Vorwärtsslauf – Seitlicher Start	122
Abb. 37: Vorwärtsslauf – Seitlicher Start (Lehrvideo)	122
Abb. 38: Vorwärtsslauf – Parallelstopp	123
Abb. 39: Vorwärtsslauf – Parallelstopp (Lehrvideo)	123
Abb. 40: Rückwärtsslauf	124
Abb. 41: Rückwärtsslauf – Grundstellung	124
Abb. 42: Rückwärtsslauf – Starten – C-Abstoß	125
Abb. 43: Rückwärtsslauf – Starten – C-Abstoß (Lehrvideo)	125
Abb. 44: Rückwärtsslauf – Rückwärtsstart mit Übersetzen	126
Abb. 45: Rückwärtsslauf – Rückwärtsstart mit Übersetzen (Lehrvideo)	126
Abb. 46: Rückwärtsslauf – Übersetzungslauf	127
Abb. 47: Rückwärtsslauf – Übersetzungslauf (Lehrvideo)	127
Abb. 48: Rückwärtsslauf – Rückwärtsstopp mit einem Bein	128
Abb. 49: Rückwärtsslauf – Rückwärtsstopp mit einem Bein (Lehrvideo)	128

Abb. 50: Rückwärtslauf – V-Stopp	129
Abb. 51: Rückwärtslauf – V-Stopp (Lehrvideo)	129
Abb. 52: Drehung	130
Abb. 53: Drehung – Vorwärts auf rückwärts mit V-Schritt	130
Abb. 54: Drehung – Vorwärts auf rückwärts mit V-Schritt (Lehrvideo)	131
Abb. 55: Drehung – Rückwärts auf vorwärts mit V-Schritt	131
Abb. 56: Drehung – Rückwärts auf vorwärts mit V-Schritt (Lehrvideo)	132

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: Nennungen österreichischer Eishockeyspieler	24
Tab. 2: Eishockeyvereine in Österreich	56
Tab. 3: Kunsteisbahnen und Eishallen in Österreich	57
Tab. 4: Eishockeytrainer- und Trainerinnenwesen in Österreich	57
Tab. 5: Nachwuchsspieler- und spielerinnen in Österreich	57
Tab. 6: Alterstufen nach dem kalendarischen Alter (Weineck, 2004)	64

ANHANG

Abstract (Deutsch)

Die vorliegende Diplomarbeit beschäftigt sich mit der Erstellung eines multimedialen Lehr- und Lernmittels für Eishockey, im Speziellen mit den Eislauftechiken, die dafür erforderlich sind, welches auf der Internetplattform Sport Multimedial Studierenden der Sportwissenschaft und anderen interessierten Personen zugänglich gemacht wird.

Die auf einer deskriptivstatistischen Datenanalyse basierenden Ergebnisse, welche aus einer Fragebogenerhebung an 49, männlichen, österreichischen Eishockeytrainern resultieren, zeigen einerseits die Legitimation der Erstellung des Lehrmittels. Andererseits zeigen sie, dass die Trainer eislauftechnisch und didaktisch grundsätzlich relativ gut qualifiziert sind. Kleine Schwächen zeigen sich hier vor allem im Bereich von Rückwärtsbewegungen. Multimediale Lehr- und Lernmittel werden für sinnvoll gehalten, jedoch aus Raum-, Zeit- und Geldmangel eher selten für Trainings verwendet.

Die Beschäftigung mit der historischen Entwicklung von Eishockey zeigt, dass die Grundlage von Eishockey, das Eislaufen wohl zu den ältesten Fortbewegungsarten der Menschheit gezählt werden kann, wie Knochenfunde in wasserreichen, kühleren Gegenden vermuten lassen. Gesichert ist hingegen, dass das erste Eishockeyspiel der Welt am 3. März 1875 in Montreal/Kanada stattgefunden hat.

Die Struktur des österreichischen Eishockeys ist relativ komplex und in internationale Systeme eingebunden. Die Ausbildungssituation ist qualitativ sehr gut und ermöglicht den Erwerb von theoretischem und praktischem Wissen. Die Verbindung von Eishockey und der Sportwissenschaft ist unumgänglich, da nur so gewährleistet werden kann, dass die Spieler und Spielerinnen nach modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen von den Trainer und Trainerinnen betreut werden können.

Schwächen lassen sich im Nachwuchsbereich erkennen. Hier fehlt es einerseits an entsprechenden finanziellen Mitteln, um dem Nachwuchs entsprechende Bedingungen bieten zu können, andererseits ist es erforderlich dem Nachwuchs die erforderliche Aufmerksamkeit entgegen zu bringen.

Den Abschluss bildet die Veröffentlichung von Teilen dieser Arbeit auf der Internetplattform Sport Multimedial. Auf dieser Plattform werden damit theoretische Inputs zum Thema Eishockey und auch praxisbezogene, denn drei österreichische Profieishockeyspieler zeigen in kurzen Lehrvideos die unterschiedlichen Eislauftechiken in hoher Präzision. Es wird an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass dem Autor der vorliegenden Diplomarbeit bis dato keine Videoaufnahmen mit österreichischen Profieishockeyspielern bekannt sind, die für die Verwendung von Bewegungsbeschreibungen der Eislauftechiken im Eishockeysport geeignet sind.

Abstract (English)

This thesis deals with the creation of a multimedia teaching learning tool for ice hockey – in particular the required ice skating techniques – which is made accessible to students of sports science and other people interested in sports and ice hockey on the Internet platform Sport Multimedia.

The statistical findings, which result from an EDP-supported questionnaire for a survey, carried out with 49 male Austrian ice hockey coaches, show, on the one hand, the justification of the production of the multimedia teaching material since there is a demand for easily accessible information. On the other hand, it shows that, basically, the coaches are relatively well qualified in regard to skating techniques and didactics. Minor weaknesses show up particularly within the range of skating backwards. Multimedia learning and teaching materials, while considered useful, are rather rarely used for training, due to a shortage of money, space and time.

Looking into the historical development of ice hockey reveals that the basis of ice hockey is probably among the oldest kinds of progressive movement of mankind. This assumption is supported by bones found in water-rich, cooler areas. The fact is, however, that the first ice hockey match in the world took place in Montreal, Canada, on 3rd of March 1875.

The structure of Austrian ice hockey is relatively complex and strongly connected with international systems. The training situation is qualitatively very good, allowing the acquisition of broad theoretical and practical knowledge. The connection of ice hockey and sport science is inevitable, in order to ensure that players can be cared for by coaches using the most modern scientific techniques.

Weaknesses became apparent among junior players. While, on the one hand, it is necessary to give attention to the junior teams, missing are the appropriate budgets to offer juniors the age-appropriate training. The publication of relevant parts of this work on the Sport Multimedial Internet platform represents the conclusion of this thesis. On this platform, not only theoretical inputs are given concerning ice hockey, but also very practical ones, because three Austrian professional ice hockey players demonstrate, in short training videos, the perfect different ice skating techniques. At this point, it should be noted that, to date, the author of this thesis is unaware of any video recordings with Austrian professional ice hockey players, which are suitable for the descriptions of movements of the ice skating technique in the ice hockey sport.

Erklärung

Ich erkläre, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst habe und nur die ausgewiesenen Hilfsmittel verwendet habe. Diese Arbeit wurde daher weder an einer anderen Stelle eingereicht (z.B. für andere Lehrveranstaltungen) noch von anderen Personen (z.B. Arbeiten von anderen Personen aus dem Internet) vorgelegt.

Wien, November 2008

Arno Maier

Fragebogen

**Sehr geehrte Untersuchungsteilnehmerin,
sehr geehrter Untersuchungsteilnehmer!**

Mit diesem Fragebogen möchte ich Sie gerne zu Themen befragen, die sich mit der Ausbildung, dem Trainingswesen sowie mit unterschiedlichen Eislauft Techniken im österreichischen Eishockey beschäftigen.

Kreuzen Sie bitte entsprechend Ihrer spontanen Einschätzung eine der zur Verfügung stehenden Antwortmöglichkeiten an. Achten Sie bitte darauf den Fragebogen vollständig auszufüllen.

Diese Untersuchung dient rein wissenschaftlichen Zwecken im Rahmen meiner Diplomarbeit an der Uni Wien und Ihre Antworten werden ausnahmslos anonym und vertraulich behandelt.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung und mit lieben Grüßen!

Arno Maier

Bruck/Mur, August 2008

Bearbeitungszeit: ca. 10 bis 15 Minuten

FRAGEN ZUR PERSON

1 Geschlecht ☐ weiblich ☐ männlich

2 Alter _____ (in Jahren, z.B. 32)

3 Höchste abgeschlossene Schulbildung

☐ Pflichtschule ☐ Fachhochschule

☐ Lehrabschluss ☐ Universität

☐ Matura

☐ Anderes: _____

4 Derzeit ausgeübter Beruf _____

5 Spielen Sie aktiv Eishockey? ☐ ja ☐ nein

6 Seit wann spielen Sie Eishockey? _____ (z.B. seit 1994)

7 Spielen Sie Eishockey in einem Verein? ☐ ja ☐ nein

8 In welcher Liga spielen Sie bzw. haben sie Eishockey gespielt?

- | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ Hobbyliga | ☐ 2. Liga |
| ☐ Landesliga | ☐ 1. Liga |
| ☐ Oberliga | |

9 Wie viele Stunden in der Woche wenden Sie ca. für das Spielen von Eishockey bzw. fürs Training auf?

ca. _____ (Stunden je Woche)

10 Welchen österreichischen Eishockeyspieler bzw. welche Eishockeyspielerin erachten Sie für erwähnenswert, weil er/sie Ihrer Meinung nach sehr gutes Eishockey spielt? (Sie können auch mehrere Namen nennen)

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

ODER ☐ Ich habe keine Vorbilder im österreichischen Eishockey

FRAGEN ZUR AUSBILDUNG

11 Ihre derzeit höchste abgeschlossene Eishockey-Ausbildung ist ...

- | | |
|---|---|
| ☐ keine Ausbildung | ☐ A-Lizenz Trainer |
| ☐ Übungsleiter | ☐ Diplom Trainer |
| ☐ Lehrwart | |

- 12 Sind multimediale Lehr- und Lernmittel in Ihrer Ausbildung bzw. in Trainings gezeigt worden, in denen Sie genau nachvollziehen konnten, wie bestimmte Eislauftechniken und Bewegungsabläufe ausgeführt und erklärt werden?**

☐ ja (↳ weiter zu Frage 12a)

☐ nein (↳ weiter zu Frage 14)

- 12a Wenn Ja, welches Medium ist verwendet worden?**

☐ Video, VHS

☐ Internet

☐ DVD

☐ Anderes: _____

-
- 13 Konnten Sie durch die Verwendung eines multimedialen Lehrmittels in Ihrer Ausbildung bzw. in Trainings über Bewegungsabläufe bzw. Eislauftechniken und deren Erklärung etwas lernen?** (Bitte Zutreffendes ankreuzen. Mehrfachantworten möglich!)

☐ Ich konnte dadurch vieles lernen

☐ Ich konnte dadurch kaum etwas lernen

☐ Ich kann nun Eislauftechniken besser verstehen und erklären

☐ Ich kann Eislauftechniken nun auch nicht besser verstehen bzw. erklären

-
- 14 Für wie sinnvoll erachten Sie es, in Ausbildungen bzw. in Trainings multimediale Lehrmittel, die Eislauftechniken und Bewegungsabläufe zeigen und erklären, zu verwenden?** (Kreuzen Sie bitte jenes Kästchen an, das Ihrer Einschätzung am besten entspricht)

sehr sinnvoll

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

überhaupt nicht sinnvoll

FRAGEN ZUR TECHNIK

15 In wie fern treffen folgende Aussagen auf Sie zu? (Bitte Zutreffendes ankreuzen)

	trifft zu	trifft eher zu	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
Ich denke, dass ich sehr gut Eislaufen kann.	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich technisch sehr gut Eishockey spiele.	☐	☐	☐	☐
Ich beherrsche die Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen.	☐	☐	☐	☐
Ich kann die Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen erklären.	☐	☐	☐	☐
Ich kenne das Regelwerk für Wettkampfspiele.	☐	☐	☐	☐
Ich kenne verschiedene taktische Varianten für mögliche Spielzüge.	☐	☐	☐	☐
Ich kann verschiedene taktische Varianten für mögliche Spielzüge erklären.	☐	☐	☐	☐

16 Wie gut beherrschen Sie folgende Eislauftechniken? (Bitte Zutreffendes ankreuzen)

1 = sehr gut ... BIS ... 5 = überhaupt nicht gut

	1	2	3	4	5
Drehung rückwärts auf vorwärts	☐	☐	☐	☐	☐
Drehung vorwärts auf rückwärts	☐	☐	☐	☐	☐
Kanadierbogen	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärtsfahren	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Start	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Stopp	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Übersetzen	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Übersteigen	☐	☐	☐	☐	☐
Übersetzen im Vorwärtslauf	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärtsfahren	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärts-Start	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärts-Übersteigen	☐	☐	☐	☐	☐
mehrere Formen von Rückwärts-Stopps	☐	☐	☐	☐	☐
mehrere Formen von Vorwärts-Stopps	☐	☐	☐	☐	☐

17 Wie gut können Sie anderen folgende Eislauft Techniken erklären?

1 = sehr gut ... BIS ... 5 = gar nicht gut

	1	2	3	4	5
Drehung rückwärts auf vorwärts	☐	☐	☐	☐	☐
Drehung vorwärts auf rückwärts	☐	☐	☐	☐	☐
Kanadierbogen	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärtsfahren	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Start	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Stopp	☐	☐	☐	☐	☐
Rückwärts-Übersteigen	☐	☐	☐	☐	☐
Übersetzen im Vorwärtslauf	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärtsfahren	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärts-Start	☐	☐	☐	☐	☐
Vorwärts-Übersteigen	☐	☐	☐	☐	☐
mehrere Formen eines Rückwärts-Stopps	☐	☐	☐	☐	☐
mehrere Formen von Vorwärts-Stopps	☐	☐	☐	☐	☐

FRAGEN ZUM TRAINERINNEN-WESEN**18 Ich habe bereits Trainings geleitet ... (Mehrfachantworten möglich)**

- ☐ für den Nachwuchs ☐ für Erwachsene und für Kinder
☐ für Erwachsene ☐ Ich habe noch nie ein Training geleitet

19 Sind Sie ☐ regelmäßig ODER ☐ gelegentlich als Trainer, Trainerin tätig?**20 Wie viele Stunden in der Woche wenden Sie ca. für Ihre Trainer/in-Aktivität (Vorbereitungen, Gespräche, Planung etc.) auf?**

_____ (Stunden je Woche)

21 Wie lange im Vorhinein planen Sie ca. Ihre Trainings? (Bitte zutreffende Zeitangabe eintragen)

ca. _____ Wochen im Vorhinein

ODER

ca. _____ Monate im Vorhinein

- 23 Wenn Sie bereits multimediale Lehr- bzw. Lernhilfen verwendet haben, welches Medium war das?
(Bitte Zutreffendes ankreuzen)

- 24 Was spricht gegen die Verwendung eines multimedialen Lehrmittels? (Bitte Zutreffendes ankreuzen. Mehrfachantworten möglich!)

- 25 Ich habe bereits ein Eishockey-Spiel meines Teams auf Video aufgezeichnet, um anschließend die Eislauftechniken bzw. die taktischen Spielzüge analysieren zu können.

- 26 Ich habe bereits einen Spieler, eine Spielerin (einzeln) auf Video aufgezeichnet, um seine/ihre Eislauf-technik analysieren zu können.

- 27 Für wie nützlich erachten Sie im Allgemeinen die Analyse von Spielen bzw. Eislauftechniken, die auf Video aufgezeichnet wurden?

- [illegible]

28 Ich bin mit der Technik der Analyse von auf Video aufgezeichneten Eislauftechniken vertraut.

- ☐ ja ☐ nein ☐ nein, möchte es jedoch gerne lernen
-

29 Ich kann anderen, die durchgeführte Eislauftechnik eines/einer auf Video aufgezeichneten Spielers, Spielerin erklären.

- ☐ ja ☐ ja, so ungefähr ☐ nein
-

30 Wenn ich bei einer Eislauftechnik unsicher bin, wie sie exakt ausgeführt wird bzw. erklärt werden kann ...

- ☐ sehe ich mir ein multimediales Lehr- und Lernmittel an, welche diese zeigt.

Frage ich ... (Mehrfachantworten möglich)

- ☐ einen Kollegen, eine Kollegin
☐ den Trainer, die Trainerin der Kampfmannschaft meines Vereins
☐ einen/eine mir bekannten Profi-Spieler, Profi-Spielerin
☐ den Cheftrainer/die Cheftrainerin im Nachwuchsbereich
☐ Andere Person _____

HERZLICHEN DANK FÜR IHRE UNTERSTÜTZUNG!

Bitte senden Sie den abgespeicherten und ausgefüllten Fragebogen an:

ArnoMaier@gmx.at

Auswertungstabellen

Beschreibung der Stichprobe

Anzahl der UntersuchungsteilnehmerInnen		n = 49		
Geschlecht	Frauen	0 (0%)	Männer	49 (100%)
Alter (Range)	Minimum 22 Jahre		Maximum 58 Jahre	
Altersgruppen	20 bis 29 Jahre		13 (26,5%)	
	30 bis 39 Jahre		21 (42,9%)	
	40 bis 49 Jahre		11 (22,4%)	
	50 bis 58 Jahre		4 (8,2%)	
Altersdurchschnitt³³	$\bar{x}$ = 35,7 Jahre		s = 9,01	
Bildung	Pflichtschule		4 (8,2 %)	
	Lehre		8 (16,3%)	
	Matura		12 (24,5%)	
	Fachhochschule		6 (12,2%)	
	Universität		17 (34,7%)	
	Anderes		2 (4,1%)	
Beschäftigungsverhältnis	Angestellte		23 (46,9%)	
	Selbständige		8 (16,3%)	
	Eishockeytrainer		7 (14,3%)	
	Studenten		7 (14,3%)	
	Beamte		4 (8,2%)	
aktiv Eishockey spielen	Ja	42 (85,7%)		
	Nein	7 (14,3%)		
Eishockey gespielte Zeit	Minimum 5 Jahre		Maximum 47 Jahre	
	5 bis 9 Jahre		7 (14,3%)	
	10 bis 19 Jahre		16 (32,7%)	
	20 bis 29 Jahre		13 (26,5%)	
	30 bis 39 Jahre		11 (22,4%)	
	40 bis 47 Jahre		2 (4,1%)	
Spielzeitdurchschnitt	$\bar{x}$ = 21,47		s = 10,16	
spielen im Eishockeyverein	Ja	42 (85,7%)		
	Nein	7 (14,3%)		
gespielte Liga	Hobbyliga		18 (36,7%)	
	Landesliga		15 (30,6%)	
	Oberliga		4 (8,2%)	

³³ $\bar{x}$ = Mittelwert, s = Standardabweichung.

	2. Liga	3 (6,1%)
	1. Liga	9 (18,4%)
Trainingsstunden/Woche	1 bis 4 Stunden	20 (43,5%)
	5 bis 9 Stunden	22 (47,8%)
	10 bis 14 Stunden	1 (2,2%)
	15 bis 20 Stunde	3 (6,5%)
Trainingsstunden/Woche Durchschnitt	$\bar{x} = 5,59$	s = 4,15
Österreichische Eishockeyspieler, die von den Trainern für erwähnenswert erachtet werden	1. Thomas Vanek (33 Nennungen, 67,3%) 2. Dieter Kalt jun. (11 Nennungen, 22,4%) 3. Oliver Setzinger (7 Nennungen, 14,3%) 5 bis 1 Nennung: Christoph Brandner, Bernd Brückler, Reinhard Divis, Robin Doyle, Michael Grabner, Herbert Hohenberger, Roland Kaspitz, Thomas Koch, Wolfgang Kromp, Eddy Lebler, Philipp Lukas, Harald Ofner, Markus Peintner, Thomas Pöck, Thomas Raffl, Gerald Ressmann, Rafael Rotter, David Schuller, <u>Eva-Maria Schwärzler</u> , Thomas Vanek, Matthias Trattnik, <u>Claudia Weidinger</u>	

Multimediale Lehrmittel in der Trainer- und Trainerinnenausbildung

Eishockey-Ausbildungsniveau	Übungsleiter	15 (30,6%)
	Lehrwart	22 (44,9%)
	A-Lizenz Trainer	12 (24,5%)
Verwendung multimedialer Lehrmitteln in der Ausbildung	Ja	19 (38,8%)
	Nein	30 (61,2%)
Form des multimedialen Lehrmittels	Video, VHS	12 (24,5%)
	DVD	13 (26,5%)
	Internet	2 (4,1%)
Lerneffekt durch Verwendung eines multimediales Lernmittel	vielen gelernt	18 (94,7%)
	kaum etwas gelernt	1 (5,3%)
	kann Eislauftchniken besser erklären	18 (94,7%)
	kann Eislauftchniken nicht besser erklären	1 (5,3%)
Sinnhaftigkeit multimedialer Lehrmittel in der Ausbildung	sehr sinnvoll	30 (61,2%)
	Sinnvoll	12 (24,5%)
	eher sinnvoll	7 (14,3%)
	eher nicht sinnvoll	0 (0%)

	nicht sinnvoll	0 (0%)
	überhaupt nicht sinnvoll	0 (0%)

Technischer Standard der Trainer und Trainerinnen

Allgemeine Fragen zur Technik		trifft zu bis trifft eher zu	trifft eher nicht bis trifft nicht zu
	sehr gut Eislaufen können	41 (83,7%)	8 (16,3%)
	technisch sehr gut Eishockeyspiele	32 (65,3%)	17 (34,7%)
	Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen beherrschen	38 (77,6%)	11 (22,4%)
	Grundformen des Eislaufens bis in die Endpositionen erklären können	33 (67,3%)	16 (32,7%)
	Regelwerk für Wettkampfspiele kennen	45 (91,8%)	4 (8,2%)

Eislauftechniken beherrschen		sehr gut bis gut	mittelmäßig bis überhaupt nicht gut
	Rückwärtsfahren	44 (89,8%)	5 (10,2%)
	Vorwärts-Start	49 (100%)	0 (0%)
	Rückwärts-Übersteigen	35 (71,4%)	14 (28,6%)
	Übersetzen im Vorwärtslauf	43 (87,8%)	6 (12,2%)
	Vorwärtsfahren	49 (100%)	0 (0%)
	Vorwärts-Übersteigen	49 (100%)	0 (0%)
	Kanadierbogen	37 (75,5%)	12 (24,5%)
	Rückwärts-Start	33 (67,3%)	16 (32,7%)
	Rückwärts-Stopp	40 (81,6%)	9 (18,4%)
	Drehung rückwärts auf vorwärts	39 (79,6%)	10 (20,4%)
	Drehung vorwärts auf rückwärts	39 (79,6%)	10 (20,4%)
	mehrere Formen von Rückwärts-Stopps	31 (63,3%)	18 (36,7%)
	mehrere Formen von Vorwärts-Stopps	40 (81,6%)	9 (18,4%)

Eislauftechniken erklären können		sehr gut bis gut	mittelmäßig bis überhaupt nicht gut
	Rückwärtsfahren	34 (69,4%)	15 (30,6%)
	Vorwärts-Start	34 (69,4%)	15 (30,6%)
	Rückwärts-Übersteigen	34 (69,4%)	15 (30,6%)
	Übersetzen im Vorwärtslauf	36 (73,5%)	13 (26,5%)

	Vorwärtsfahren	39 (79,6%)	10 (20,4%)
	Vorwärts-Übersteigen	39 (79,6%)	10 (20,4%)
	Kanadierbogen	36 (73,5%)	13 (26,5%)
	Rückwärts-Start	31 (63,3%)	18 (36,7%)
	Rückwärts-Stopp	32 (65,3%)	17 (34,7%)
	Drehung rückwärts auf vorwärts	39 (79,6%)	10 (20,4%)
	Drehung vorwärts auf rückwärts	34 (69,4%)	15 (30,6%)
	mehrere Formen von Rückwärts-Stopps	27 (55,1%)	22 (44,9%)
	mehrere Formen von Vorwärts-Stopps	30 (61,2%)	19 (38,8%)
	Grundformen des Eislaufens	33 (67,3%)	16 (32,7%)
	Taktische Varianten von Spielzügen	30 (61,2%)	19 (38,8%)

Trainer- und Trainerinnenwesen

Trainings geleitet für ...	Nachwuchs	15 (30,6%)
	Erwachsene	11 (22,4%)
	Nachwuchs und Erwachsene	23 (46,9%)
Ausmaß Trainertätigkeit	Regelmäßig	31 (63,3%)
	Gelegentlich	18 (36,7%)
Stunden/Woche für Trainertätigkeit	0,5 bis 4 Stunden	32 (65,3%)
	5 bis 10 Stunden	10 (20,4%)
	20 bis 50 Stunden	7 (14,3%)
Stundendurchschnitt für Traineraktivität	Md ³⁴ = 3, $\bar{x}$ = 6,357	s = 9,33
Zeitraum der Trainingsplanung	Keine Vorbereitung	6 (12,2%)
	Halbe bis 2 Wochen im Vorhinein	34 (69,4%)
	3 bis 5 Wochen im Vorhinein	8 (16,3%)
	12 Monate im Vorhinein	1 (2,0%)
Verwendung multimedialer Lehr-mittel in Trainings	zur Trainingsvorbereitung	17 (34,7%)
	didaktische Gründe im Training	10 (20,4%)
	zum Nachsehen von Eislauf-techniken	18 (36,7%)
	noch nicht verwendet	24 (49,0%)
	kein geeignetes Lehrmittel	5 (10,2%)

³⁴ Md = Median

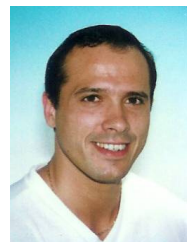
	bisher gefunden	
Form des verwendeten Lehrmittels	Video, VHS	10 (20,4%)
	DVD	19 (38,8%)
	Internet	9 (18,4%)
	Anderes	1 (2,0%)
Multimediale Lehrmittel nicht verwendet weil ...	keine Zeit	15 (30,6%)
	kein Raum	19 (38,8%)
	Verein kein Geld dafür aus gibt	22 (44,9%)
	für sinnlos halten	..0 (0%)
Aufzeichnung für Bewegungsanalysen des Teams	Ja	24 (49,0%)
	Nein	9 (18,4%)
	Nein, möchte es gerne machen	16 (32,7%)
Aufzeichnung für Bewegungsanalysen von Spielern und Spielerinnen	Ja	13 (26,5%)
	Nein	19 (38,8%)
	Nein, möchte es gerne machen	17 (34,7%)
Mit der Videoanalysetechnik vertraut	Ja	15 (30,6%)
	Nein	14 (28,6%)
	Nein, möchte es gerne lernen	20 (40,8%)
Techniken bei Videoanalysen erklären können	Ja	16 (32,7%)
	so ungefähr	24 (49,0%)
	Nein, möchte es gerne lernen	9 (18,4%)
Nützlichkeit von Videoanalysen	sehr nützlich	33 (67,3%)
	Nützlich	12 (24,5%)
	eher nützlich	4 (8,2%)
	eher nicht nützlich	0 (0%)
	nicht nützlich	0 (0%)
	überhaupt nicht nützlich	0 (0%)
Informationsgewinn bei Unsicherheit in Eislaufttechnik	Multimediales Lehrmittel	26 (51,3%)
	Kollegen, Kollegin	23 (46,9%)
	Trainer, Trainerin Kampfmannschaft	25 (51,0%)
	Profispieler, -spielerin	15 (30,6%)

	Cheftrainer, -trainerin Nachwuchs	11 (22,4%)
	Andere Person(en)	3 (6,1%)

Curriculum Vitae

ZUR PERSON

Name	Arno Maier
Geburtstag, -ort	9. Jänner 1969, Feldkirch/Vorarlberg
Familienstand	verheiratet mit Margit Maier 2 Kinder, Zwillinge, Marie und Philipp



SCHULBILDUNG

1995 bis dato	Universität Wien Studium der Sportwissenschaften / Sportmanagement
1991 – 1992	Universität Wien Studium der Rechtswissenschaften
1987	Oberstufenrealgymnasium, Feldkirch Matura
1983 – 1987	Oberstufenrealgymnasium, Feldkirch
1979 – 1983	Hauptschule Tisis, Feldkirch
1975 – 1979	Volksschule Tisis, Feldkirch

BERUFS- UND TRAINER-LAUFBAHN

seit August 2005	Woche Obersteiermark, Bruck an der Mur Der Obersteirer ZeitungsgesmbH & CoKG Angestellter, Assistent der Geschäftsführung
2004 - 2005	KSV Ictigers Kapfenberg Profieishockeyspieler
1988 – 2003	Profieishockeyspieler Vereine: VEU Feldkirch, WEV VJV Wien, EC Ottakringer Graz, CE Wien, EC Wien, WEV, EC Pewag Kapfenberg, Graz 99ers
2000 – 2002	EC Pewag, Tigers Kapfenberg Nachwuchskoordinator, Nachwuchsmodell Kapfenberg

1995 – 1999	Nachwuchstrainer Tätigkeiten 1998/1999 EC Pewag Tigers Kapfenberg (U20) 1997/1998 EAC Pinguin, Wien (U16) 1995/1996 EAC Pinguin, Wien (U10)
1990 – 1991	Rechtsanwaltskanzlei Dr. Reinhard Pitschmann, Feldkirch Kanzleileitung
1988 – 1989	Firma Delacher & Co, Feldkirch Speditionsangestellter

SPIELER-LAUFBAHN

2004 – 2005	KSV Ictigers, Kapfenberg	
2002 – 2003	EC Graz 99ers	
2000 – 2002	EC Pewag Tigers Kapfenberg	
1999 – 2000	Wiener Eishockey Verein (WEV) Wien, Österr. Bundesligameisterschaft – 3. Platz	
1999	Österr. Dameneishockeynationalteam, Graz Trainerassistent	
1998 – 1999	EC Pewag Tigers, Kapfenberg Österr. Meistertitel – 2. Division	
1997 – 1998	EHC Fischerbräu, Wien Wiener Landesmeistertitel	
1994 – 1997	CEW – Club Eissport Wien Kampfmannschaft	
1993 – 1994	CEW – Club Eissport Wien Kampfmannschaft Österr. Nationalliga – Finale	
1992 – 1993	EC Ottakringer Graz Kampfmannschaft Österr. Bundesligameisterschaft – Finale Österr. Nationalteam – Einberufung Torerofolg als Debütant beim 1:4 gegen Kanada (Graz)	
1991 – 1992	WEV-VJV Wien Kampfmannschaft	

1988 – 1991	VEU Feldkirch Kampfmannschaft Österr. Bundesligameistertitel 1989/90
1989	WM – Junioren, England Auszeichnung – bester Spieler der österreichischen Mannschaft
1988	WM – Junioren, Japan
1986 – 1987	Österr. Jugendmeistertitel
1986	EM – Schüler, Italien Auszeichnung – bester Spieler der österreichischen Mannschaft
1978 – 1988	VEU Feldkirch Nachwuchs

WEITERBILDUNG

2008	Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAfL), Graz, Villach Ausbildung zum staatlich geprüften Trainer für Eishockey (Auszeichnung)
2001	Bundessportorganisation (BSO), Graz BSO Sportmanager-Basis-Lizenz
1998	Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAfL), Graz, Kapfenberg Ausbildung zum Lehrwart (Auszeichnung)