

# INHALTSVERZEICHNIS

## Vorworte

<b>1</b>	<b>Zielsetzung der Rahmentrainingskonzeption .....</b>	<b>19</b>
<b>2</b>	<b>Eingliederung der Rahmentrainingskonzeption in den sportpolitischen Rahmen zur Nachwuchsförderung und deren Umsetzung am Beispiel des nordrhein-westfälischen Landesprogramms "Talentsuche und Talentförderung..." .....</b>	<b>21</b>
<b>3</b>	<b>Anforderungsprofile der Sportart Eishockey .....</b>	<b>25</b>
	3.1 Motorisches Anforderungsprofil im Eishockey .....	25
	3.2 Anforderungsprofile im technisch-taktischen Bereich.....	28
<b>4</b>	<b>Grundstandpunkte .....</b>	<b>31</b>
	4.1 Das Prinzip der Vielseitigkeit und Kindgemäßheit im Nachwuchstraining .....	31
	4.2 Coaching.....	33
	4.3 Methodische Grundlagen.....	45
	4.4 Kindgerechtes Material .....	47
<b>5</b>	<b>Modell der Talentsuche und Talentförderung im Eishockey .....</b>	<b>50</b>
	5.1 Problemlage und Maßnahmen .....	50
	5.2 Sportmotorischer Test für den Anfängerbereich .....	53
	5.3 System des langfristigen Leistungsaufbaus im Eishockey.....	55
<b>6</b>	<b>Das Training in den einzelnen Ausbildungsstufen.....</b>	<b>60</b>
	6.1 Die langfristige Ausbildung 6-8 jähriger Eishockeyspieler .....	60
	6.1.1 Einordnung der Ausbildungsetappe .....	60
	6.1.2 Die sportliche Ausbildung.....	66
	6.1.2.1 Das Training der koordinativen Fähigkeiten .....	66
	6.1.2.2 Das Training der konditionellen Fähigkeiten.....	68
	6.1.2.3 Die technische und taktische Ausbildung .....	73
	6.1.3 Periodisierung .....	88
	6.2 Die langfristige Ausbildung 8-12 jähriger Eishockeyspieler .....	89
	6.2.1 Einordnung der Ausbildungsetappe .....	89
	6.2.2 Die sportliche Ausbildung.....	91
	6.2.2.1 Das Training der koordinativen Fähigkeiten .....	91
	6.2.2.2 Das Training der konditionellen Fähigkeiten.....	93
	6.2.2.3 Die technische und taktische Ausbildung .....	94
	6.2.3 Periodisierung .....	101
	6.3 Die langfristige Ausbildung 12-14 jähriger Eishockeyspieler.....	102
	6.3.1 Einordnung der Ausbildungsetappe .....	102
	6.3.2 Die sportliche Ausbildung.....	102
	6.3.2.1 Das Training der konditionellen Fähigkeiten.....	102
	6.3.2.2 Die technische und taktische Ausbildung .....	108
	6.3.3 Periodisierung .....	118
	6.4 Die langfristige Ausbildung 14-16 jähriger Eishockeyspieler.....	120
	6.4.1 Einordnung der Ausbildungsetappe .....	120
	6.4.2 Die sportliche Ausbildung.....	124
	6.4.2.1 Das Training der koordinativen Fähigkeiten .....	124
	6.4.2.2 Das Training der konditionellen Fähigkeiten in der Vorbereitungsperiode.....	125
	6.4.2.3 Die technische und taktische Ausbildung .....	132
	6.4.3 Periodisierung .....	139

6.5	Die langfristige Ausbildung 16-19 jähriger Eishockeyspieler .....	142
6.5.1	Einordnung der Ausbildungsetappe .....	142
6.5.2	Die sportliche Ausbildung.....	144
6.5.2.1	Das Training der konditionellen Fähigkeiten.....	144
6.5.2.2	Die technische und taktische Ausbildung .....	153
6.5.3	Periodisierung .....	158
<b>7</b>	<b>Begleitende Maßnahmen .....</b>	<b>161</b>
7.1	Pädagogische Betreuung.....	161
7.2	Soziale Betreuung.....	162
7.3	Medizinische Betreuung .....	162
7.4	Leistungsdiagnostik .....	164
7.5	Fortbildungsmaßnahmen.....	167
<b>8</b>	<b>Kindgemäßer Wettkampf.....</b>	<b>169</b>
	Literaturverzeichnis.....	170
	Anhang .....	172
	Anlage I - Erlernen der Schlittschuhtechnik für das Eishockey -Power Skating-.....	173
	Anlage II - Beispiele für die Durchführung physiotherapeutischer Maßnahmen .....	228
	Anlage III - Das Sportabzeichen des DEB .....	232
	Anlage IV - Eishockey-Symbole .....	237