Unfallprävention
EISHOCKEY

Allgemeines
Trainerinnen und Trainer

- sorgen dafür, dass die Regeln sowohl im Training als auch im Wettkampf eingehalten werden.
- sorgen dafür, dass die Sicherheit in den Garderoben gewährleistet wird (klare Regeln).
- sensibilisieren Teilnehmende, Funktionäre und Eltern für einen kontrollierten Umgang mit Emotionen und fördern faires Verhalten im Eishockey.

Persönliche Schutzausrüstung
Trainerinnen und Trainer

- sorgen dafür, dass alle Teilnehmenden in den Trainings und in den Spielen die vollständige und intakte Ausrüstung korrekt montiert und gemäß den Weisungen tragen.
- kontrollieren, dass der Helm richtig sitzt.
- tragen während den Eistrainings einen Helm.
- prüfen den Einsatz von Gelenksorthesen, insbesondere nach Knieverletzungen.

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- sorgen dafür, dass keine Teilnehmenden auf dem Eis sind, wenn sich die Eismaschine darauf befindet.
- schließen vor Trainingsbeginn alle Bandentore des Eisfeldes.
- führen das Körper- und Bandenspiel schrittweise ein, weisen die Spieler:innen ständig darauf hin, den Kopf aufrecht zu halten („head up“) und das Körperspiel zum Gewinn des Pucks einzusetzen.
- sorgen für ein gezieltes Training der Knie-, Rumpf-, Nacken- und Schultergelenksmuskulatur.
- nehmen Verletzungen ernst – führen sofort Erste Hilfe Maßnahmen durch und nehmen den Spieler / die Spielerin im Zweifel aus dem Spiel.
- sorgen für einen schrittweisen Wiedereinstieg nach Verletzungen oder Krankheiten – insbesondere „Return to Play“ nach Gehirnerschütterungen.
- kontrollieren die Emotionen auch in hektischen Phasen oder gegen Ende des Spiels.
- sorgen für eine angepasste Trainings- und Wettkampfintensität.
- dulden kein unfaires Verhalten, stützen die Entscheide der Schiedsrichter:innen und fordern die Spieler:innen auf, Verantwortung für die Gesundheit des Gegenspielers zu übernehmen.
- kennen die Notfallnummern, insbesondere 144 für die Rettung (ein spezieller Erste-Hilfe-Kurs wird empfohlen).

Kindersport
Trainerinnen und Trainer

- fördern bei den Teilnehmenden das Vertrauen in den eigenen Körper und führen das Körperspeil sowie den angepassten Umgang mit Aggressivität früh und altersgerecht ein.
- vermitteln eine gute Grundtechnik, die es den Teilnehmenden erlaubt, so früh wie möglich den Fokus weg vom Puck auf das Spiel zu richten („head up“).