



**Menntun þjálfara á unglingastigi í
handknattleik á Íslandi og viðhorf þeirra til
kvennaíþróttar**

Gunnar Ernir Birgisson

Lokaverkefni í íþróttافرæði BSc

2012

Gunnar Ernir Birgisson

160687-2159

Leiðbeinandi: Ásrún Matthíasdóttir

Tækni- og verkfræðideild

School of Science and Engineering

Útdráttur

Tilgangur og markmið þessarar rannsóknar var að skoða stöðu menntunar og reynslu handknattleiksþjálfara á unglíngastigi hér á landi. Einnig voru könnuð viðhorf þjálfara til kvennaíþróttta. Notast var við meginlega rannsóknaraðferð þar sem að sendur var út spurningalisti til þjálfara 5., 4. og 3. flokks karla og kvenna á landinu öllu. Spurningalistinn innihélt 26 spurningar þar sem spurt var aðallega um menntun og reynslu þjálfara ásamt ýmsum bakgrunnsspurningum. Sjö spurningar sneru að viðhorfi þjálfaranna til kvennaíþróttta og voru þeir metnir inná þrjú stig eftir því hvernig þeir svöruðu þeim spurningum.

Niðurstöður rannsóknarinnar leiddu í ljós að menntun þjálfara sem snýr að þjálfararéttindum og sérhæfðri íþróttamenntun er ögn meiri hjá þjálfurum drengja, en á móti kemur að þjálfarar stúlkna eru fleiri háskólagengnir þegar skoðuð var almenn menntun þeirra. Reynsla þjálfaranna af þjálfun og keppni var nokkuð jöfn en stúlknaþjálfarar voru samt sem áður með ögn meiri reynslu í flestum tilvikum. Viðhorf þjálfaranna til kvennaíþróttta kom nokkuð á óvart sökum þess hve margir þjálfarar voru hlutlausir gagnvart kvennaíþróttum. Það voru þó mun fleiri kvennaþjálfarar sem höfðu jákvætt viðhorf en flestir drengjaþjálfararnir voru hlutlausir. Niðurstöðurnar benda til þess að varla sé hægt að rekja almennt betra gengi karla í alþjóðlegri keppni, eða mikið brottfall stúlkna úr handbolta til menntunar og reynslu þjálfaranna.

Formáli

Ritgerð þessi er lokaverkefni mitt til fullnaðar B.Sc. gráðu í íþróttافرæðum við Tækni- og verkfræðideild Háskólans í Reykjavík. Ég hef verið að þjálfa bæði drengi og stúlkur í dagóðan tíma og hef lært mjög mikið í mínu námi í Háskólanum í Reykjavík og langaði þar af leiðandi að kanna hvaða menntun þjálfarar hafa almennt hér á landi þar sem hún er mikilvægur þáttur í því að ná árangri í starfi sínu sem þjálfari. Einnig vildi ég kanna hvaða reynslu þjálfarar hafa bæði af iðkun sinni sem leikmenn og þjálfarar.

Ég vil þakka leiðbeinendum mínum, Ásrúnu Matthíasdóttur fyrir hjálpina við lokaverkefnið. Ég vil einnig þakka Hafrúnu Kristjánsdóttur fyrir hjálpina með útfærslu á ýmsu í spurningalistanum. Þakkir frá einnig Birgir Guðmundsson og Rut Petersen fyrir yfirferð á verkefninu og ábendingar varðandi stafsetningu og málfar ásamt öðrum ábendingum við gerð verkefnisins. Ég vil einnig þakka Knattspyrnufélaginu Val fyrir afnot af skrifstofu á meðan vinna við verkefnið stóð.

Sú vinna sem ég lagði í þetta verkefni var mjög lærdómsrík og skemmtileg og gaf mér dýrmætar upplýsingar um það hvernig menntun og reynsla þjálfara er hér á landi eins og staðan er í dag.

Reykjavík, 14. desember 2012

Gunnar Ernir Birgisson

Efnisyfirlit

ÚTDRÁTTUR	1
FORMÁLI	2
EFNISYFIRLIT	3
TÖFLUSKRÁ	4
MYNDASKRÁ	4
1. INNGANGUR	5
2. HANDKNATTLEIKUR Á ÍSLANDI OG HANDKNATTLEIKSPJÁLFUN	7
2.1 SAGA HANDKNATTLEIKS Á ÍSLANDI.....	7
2.2 ÞJÁLFARINN	8
2.3 MENNTUN OG REYNSLA ÞJÁLFARA.....	10
2.4 ÞJÁLFARASTIG ÍSÍ OG HSÍ.....	14
2.4.1 Þjálfari 1.....	14
2.4.2 Þjálfari 2.....	15
2.4.3 Þjálfari 3.....	16
2.5 RANNSÓKNARSPURNINGAR.....	17
3. AÐFERÐ OG GÖGN	19
3.1 ÞÁTTTAKENDUR.....	19
3.2 MÆLITÆKI	19
3.3 FRAMKVÆMD.....	20
3.4 ÚRVINNSLA GAGNA	20
4. NIÐURSTÖÐUR	21
4.1 ÞJÁLFARARNIR.....	21
4.2 REYNSLA ÞJÁLFARANNA	24
4.3 MENNTUN ÞJÁLFARANNA.....	27
4.4 VIÐHORF ÞJÁLFARA TIL KVENNAÍÞRÓTTA.....	33
5. UMRÆÐUR	35
5.1 MENNTUN ÞJÁLFARA.....	35
5.2 REYNSLA ÞJÁLFARA	38
5.3 VIÐHORF ÞJÁLFARA TIL KVENNAÍÞRÓTTA.....	39
6 LOKAORÐ	40
7. HEIMILDASKRÁ	41
8 VIÐAUKI	44
8.1 VIÐAUKI 1 - SPURNINGALISTI.....	44
8.2 VIÐAUKI 2 - STIGAGJÖF VIÐHORFSSPURNINGA	47

Töfluskrá

TAFLA 1: MAT ÞJÁLFARANNA Á FRAMFÖRUM IÐKENDA SINNA SÍÐASTA TÍMABIL.....	23
TAFLA 2: SÉRHÆFÐ ÍÞRÓTTAMENNTUN ÞJÁLFARANNA. FJÖLDI ÞEIRRA SEM HÖFÐU LOKIÐ SÉRHÆFÐRI ÍÞRÓTTAMENNTUN.....	28

Myndaskrá

MYND 1: FJÖLDI ÞJÁLFARA FLOKKAÐUR EFTIR ÞVÍ HVENÆR ÞEIR ERU FÆDDIR.....	21
MYND 2: FJÖLDI ÞJÁLFARA EFTIR ÞVÍ HVAÐA FLOKK/A ÞEIR ÞJÁLFA.	22
MYND 3: KLUKKUSTUNDIR SEM ÞJÁLFARAR NOTA AÐ MEÐALTALI Á VIKU Í UNDIRBÚNING ÆFINGA.	22
MYND 4: LAUN ÞJÁLFARA, SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	24
MYND 5: FINNST ÞJÁLFURUM VERA NÆGT FRAMBOÐ AF NÁMSKEIÐUM HÉR Á LANDI FYRIR ÞJÁLFARA?	24
MYND 6: MEÐALTAL ÞESS HVE LENGI ÞJÁLFARARNIR STUNDUÐU HANDKNATTLEIK Í YNGRI FLOKKUM, SKIPT EFTIR FLOKKUM.....	25
MYND 7: MEÐALTAL ÞESS HVE LENGI ÞJÁLFARARNIR STUNDUÐU HANDKNATTLEIK Í MEISTARAFLOKKI, SKIPT EFTIR FLOKKUM.	26
MYND 8: MEÐALTAL ÞESS HVE LENGI ÞJÁLFARARNIR HAFU ÞJÁLFAÐ HANDKNATTLEIK, SKIPT EFTIR FLOKKUM.	26
MYND 9: HÆSTA MENNTUNARSTIG ÞJÁLFARANNA ÞAR SEM MIÐAÐ ER VIÐ ALMENNA MENNTUN. SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	27
MYND 10: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HAFU LOKIÐ ÞJÁLFARANÁMSKEIÐUM ÍSÍ, SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	28
MYND 11: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HEFUR ÞJÁLFARASTIG 1 A/B/C FRÁ HSÍ, SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	29
MYND 12: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HEFUR ÞJÁLFARASTIG 2 A/B/C FRÁ HSÍ, SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	30
MYND 13: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HEFUR ÞJÁLFARASTIG 3 A/B/C FRÁ HSÍ, SKIPT NIÐUR EFTIR FLOKKUM.	30
MYND 14: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HAFU SÓTT ÖNNUR NÁMSKEIÐ HÉRLendis SEM NÝTAST Í ÞEIRRA ÞJÁLFUN.	32
MYND 15: FJÖLDI ÞJÁLFARA SEM HAFU SÓTT ÖNNUR NÁMSKEIÐ ERLendis SEM NÝTAST Í ÞEIRRA ÞJÁLFUN.	33
MYND 16: VIÐHORF UNGLINGAÞJÁLFARA TIL KVENNAHANDBOLTA.....	34
MYND 17: VIÐHORF ÞJÁLFARA SKIPT NIÐUR EFTIR ÞVÍ HVORT ÞEIR ÞJÁLFA STÚLKUR EÐA DRENGI.	34

1. Inngangur

Íslenskur handknattleikur hefur tekið miklum framförum með árunum og sést það á fjölda þeirra leikmanna sem leika í góðum deildum, jafnvel þeim bestu úti í heimi. Þetta á þó aðallega við um handknattleik karla en flestir þeir leikmenn sem leika með og hafa leikið með karlalandsliði Íslands á undanförunum árum leika með félagsliðum erlendis (Ásbjörn Friðriksson og Grétar Þór Eypórsson, 2011). Þannig má e.t.v. rekja gott gengi karlalandsliðsins til þess að leikmennirnir eru að etja kappi við erfiðari andstæðinga heldur en þeir myndu annars gera hér heima, þar sem það er meira leikjaálag erlendis og fleiri ungir leikmenn að koma upp hér heima sem eru þá ekki eins öflugir og þeir sem spila í atvinnumannadeildum erlendis. Dæmi um hversu gott karlalandslið Íslands er má sjá á heimslista Alþjóða handknattleikssambandsins en þar er liðið í 12. sæti (International handball federation, e.d.-a).

Annað er hins vegar uppi á teningnum þegar kemur að kvennahandboltanum á Íslandi. Mjög fáir leikmenn kvennalandsliðs Íslands leika með erlendum liðum og er nánast hægt að telja þá á fingrum annarrar handar. Kvennalandslið Íslands hefur heldur ekki átt góðu gengi að fagna á stórmótum fyrr en þær náðu sínum besta árangri á heimsmeistaramótinu 2011 þar sem þær lentu í 12. sæti, en það var annað stórmótið sem kvennalandslið Íslands kemst á. Nú í sumar fór kvennalandsliðið inná sitt 3. stórmót í röð þegar þær komust inná Evrópumótið í Serbíu. Árangur liðsins á mótinu var ekki sá sem búist var við en liðið tapaði öllum viðureignum sínum og komst ekki áfram í milliriðla og endaði í 15. og jafnframt næstsíðasta sæti. Samt sem áður er íslenska kvennalandsliðið í 35. sæti á heimslistanum (International handball federation, e.d.-b). Af þessum sökum vakna spurningar af hverju kvennaliðið hefur ekki náð betri árangri en raun ber vitni? Hver er ástæðan fyrir því að svo fáar stúlkur fara að leika erlendis? Það eru örugglega margar flóknar ástæður fyrir því að fleiri karlmenn fara frekar erlendis að spila í atvinnumennsku, bæði félagslegar og menningarlegar. Er það vegna þess að þjálfunin hefur ekki verið nægilega góð í yngri flokkum hjá stelpunum og þær séu hreinlega ekki í stakk búnar til að takast á við að leika erlendis þegar þær eru loks komnar í meistaraflokk? Ein hugsanleg skýring á

Þessu gæti verið mismunandi þjálfun drengja og stúlkna sem rekja má til ólíkrar reynslu og menntunar þjálfaranna.

Mörg lönd í Evrópu hafa þróað með sér ákveðna menntunarstefnu varðandi handknattleiksþjálfun og þar hefur Ísland dregst afturúr og ekki tekið þetta skref, t.d. í samstarfi við hin Norðurlöndin. Það sérsamband hér á Íslandi sem er komið hvað lengst í þessu er Knattspyrnusamband Íslands [KSÍ]. Handknattleikssamband Íslands hóf nýverið að samræma menntunarstefnu sína stefnu evrópska handknattleikssambandsins [EHF] og hefur þar tekið stórt skref í menntunarmálum. Sendir verða út spurningalistar sem þjálfarar verða svo metnir útfrá inn á ákveðin stig þjálfaramenntunarkerfis EHF. Ástæðan fyrir breytingunni á menntunarstefnu HSÍ í þjálfaramálum er sú að samræma á kerfið evrópskum staðli sem mörg lönd eru með, þannig að íslenskir þjálfarar ættu möguleika á því að taka lokastigið frá EHF, sem er kallað "Master Coach". Einnig var gamla kerfið sem hefur verið notast við undanfarin ár frekar ófullkomið og því tilvalið að breyta (Árni Stefánsson, 2012).

Í þessari ritgerð verður fjallað um menntun handknattleiksþjálfara hér á Íslandi á unglíngastigi, þ.e. 3., 4., og 5 flokki bæði karla og kvenna. Lagður var spurningalisti fyrir alla þjálfara þessarra flokka þar sem þeir voru spurðir um menntun og reynslu bæði sem leikmenn og þjálfarar. Einnig var skoðað viðhorf þjálfara til kvennaíþróttamiðað við karlaíþróttamiðað.

2. Handknattleikur á Íslandi og handknattleiksþjálfun

Í þessum kafla verður fjallað stuttlega um þjálfarann og mikilvægi þjálfaramenntunar hans og reynslu. Einnig verður kannað hvernig Íþrótt- og ólympíusamband Íslands [ÍSÍ] hefur þróað stefnu sína í málum er varða þjálfara, hæfni þeirra og menntun. Í kjölfar þess verður skoðuð þjálfunarstefna KSÍ, þar sem sú stefna virðist um margt vera þróaðri en stefna ÍSÍ og athugað hvort sú sé raunin. Þessar stefnur verða síðan notaðar til viðmiðunar um stefnumótun og stöðu hjá HSÍ. Að lokum verður stuttlega farið yfir sögu handknattleiks á Íslandi, hvenær hann byrjaði, þróunina frá upphafi héraendis, fyrstu mótin og hvenær HSÍ var stofnað.

2.1 Saga handknattleiks á Íslandi

Handknattleikur barst til Íslands upp úr 1920 og hefur verið stundaður hér á landi síðan. Fyrstu leikirnir fóru fram um 1925 og voru nokkrir kappleikir leiknir í greininni á þessum árum. Þó liðu frekar mörg ár þar til keppt var á fyrsta Íslandsmótinu en það var ekki fyrr en 1940. Þegar keppt var á fyrsta Íslandsmeistaramótinu var keppt í bæði karla- og kvennaflokki og er það ein af fáum greinum hér á landi þar sem byrjað var að keppa á sama tíma í karla- og kvennaflokki. Leikirnir voru 30 mínútur og skiptust niður í tvo 15 mínútna hálfleiki. Mótið fór fram í íþróttahúsi Jóns Þorsteinssonar og var það lið Ármanns sem bar sigur úr býtum í kvennaflokki en Valur sigraði í karlaflokki. Ári síðar fór fram fyrsta Íslandsmótið þar sem leikið var utanhúss og var það í kvennaflokki. Árið 1942 var fyrst leikið í karlaflokki utanhúss. Fyrstu landsleikir Íslenska landsliðsins voru árin 1950 við Svíþjóð í karlaflokki og 1956 við Noreg í kvennaflokki. Handknattleikssamband Íslands (HSÍ) var stofnað 11. júní árið 1957 (Steinar J. Lúðvíksson, 2012).

Íslenska kvennalandsliðið náði þeim frábæra árangri árið 1964 að sigra á Norðurlandameistaramótinu og var þetta fyrsti titill sem landslið Íslands vann í handknattleik. Íslenska liðið fékk gríðarlega mikla athygli og urðu leikmenn eins konar þjóðhetjur, líkt og karlalandslið Íslendinga hefur verið undanfarin ár. Í kjölfar þessa var fyrirliði liðsins Sigríður Sigurðardóttir valinn íþróttamaður

ársins. Var hún fyrsta konan til að hljóta þann titil og auk þess fyrsti handknattleiksmaðurinn (Steinar J. Lúðvíksson, 2012).

Bikarkeppni HSÍ var fyrst haldin árið 1974, þá einungis í karlaflokki. Tveimur árum síðar var keppnin haldin í kvennaflokki, árið 1976. Fyrstu úrslitaleikir þessarar keppni voru á milli Vals og Fram í karlaflokki þar sem Valur sigraði en á milli Ármanns og Fram í kvennaflokki þar sem Ármann sigraði. Frá því að bikarkeppnin var sett á laggirnar hefur Valur unnið þennan titil oftast, alls átta sinnum í karlaflokki, en Fram hefur sigrað oftast í kvennaflokki, alls 14 sinnum (Steinar J. Lúðvíksson, 2012).

Íslenska karlalandsliðið náði síðan góðum árangri árið 1989 þegar þeir sigruðu heimsmeistarakeppni B-liða, þar unnu þeir Pólverja í úrslitaleik en keppnin var haldin í Frakklandi. Þarna var Alfreð Gíslason uppá sitt besta og var valinn í heimsliðið og einnig valinn maður keppninnar. Ísland hefur náð tvisvar að leika um verðlaunasæti á ólympíuleikum og spiluðu þeir um bronsið á leikunum í Barcelona árið 1992 og svo léku þeir um gullverðlaunin árið 2008 í Peking, sem er besti árangur Íslands frá upphafi á stórmóti. Í bæði skiptin tapaði lið Íslands á móti Frökkum. Ísland lék um bronsverðlaun árið 2002, nú á Evrópumeistaramótinu, en tapaði þeim leik á móti Dönum og hafnaði í 4. sæti (Steinar J. Lúðvíksson, 2012). Árið 2010 náði Ísland svo að sigra bronsleikinn við Pólverja og lentu í 3. sæti og náði þ.a.l. sínum besta árangri á Evrópumeistaramóti frá upphafi (Óskar Ófeigur Jónsson, 2010).

Það vekur mikla athygli hvað kvennahandbolti byrjaði sterkur hér á landi og að leikmenn kvennalandsliðsins voru orðnar hetjur á landsvísu eftir að þær unnu fyrsta titil landsliðs í handbolta á Íslandi. Kvennahandboltinn þróaðist samhliða karlaboltanum í fyrstu en smátt og smátt hefur kvennahandboltinn fallið í skuggann af karlaboltanum og hann virðist ekki þykja eins áhugaverður og í upphafi úti í samfélaginu.

2.2 Þjálfarinn

Eins og við má búast þá hvílir mikil ábyrgð á þjálfurum. Þeir þurfa að kunna skil á virkni líkamans ásamt því að vita hvernig hann er uppbyggður og hvernig hann starfar. Líkaminn bregst einnig mismunandi við ýmsu áreiti og mismunandi æfingum. Þetta þarf þjálfari að hafa í huga þegar hann byggir upp æfingar og

hann þarf að vita hvað og hverja hann er að þjálfra hverju sinni og miða æfingar við það. Þjálfarar þurfa líka að kunna skil á íþróttgreininum sjálfum og hafa leikfræði greinanna á sínu valdi og vita hvað þarf að gera til að bæta ákveðna þætti iðkenda hverju sinni. Félagslegi þátturinn þarf líka að vera góður hjá þjálfurum þar sem þeir þurfa að vera góðir í að útskýra fyrir iðkendum og skilja félagslegar aðstæður íþróttafólksins sem þeir þjálfra (Gjerset, Haugen og Holmstad, 1998).

Mikill munur er á því að þjálfra börn og unglunga annars vegar og svo að þjálfra keppnisfólk í íþróttum hins vegar. Þannig skiptir ekki einvörðungu máli hinn gjörólíki líkamlegi styrkur og hæfni, einnig eru allt aðrar forsendur fyrir því af hverju börn og unglingar æfa en keppnisíþróttafólk. Meginmarkmið barna og unglunga er að hafa gaman og þurfa þá æfingarnar að vera fjölbreyttar og skemmtilegar. Þjálfarar barna og unglunga þurfa að setja markmið og skipuleggja sig þannig að þau markmið náist. Þó þurfa þjálfararnir að passa sig á því að þarfir barnanna falli ekki í skuggann af þessum markmiðum (Svali H. Björgvinsson og Torfi Magnússon, 1994).

Þegar verið er að þjálfra börn og unglunga þurfa þjálfarar að gæta þess að leggja rækt við þá þætti sem henta hverjum og einum á þeim tíma. Börn sem eru jafn gömul geta verið komin mjög misjafnlega langt í þroska, bæði andlegum og líkamlegum og að því þarf að huga þegar þjálfunaraðferðir eru ákveðnar (Cole, Cole og Lightfoot 2005). Samkvæmt þeirri stefnu sem ÍSÍ hefur gefið út varðandi þjálfun barna og unglunga þurfa öll börn að geta stundað íþróttir á jafnréttisgrundvelli. Í því jafnrétti felst ekki að þau eigi öll að fá eins þjálfun, heldur þjálfun sem hentar þeirra getu og þroska (Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

Samkvæmt þessari stefnu hefur ÍSÍ sett þjálfun á börnum og unglungum upp í fjögur skeið. Fyrsta skeiðið telur til barna 8 ára og yngri, annað skeiðið til barna 9 - 12 ára, þriðja skeiðið til unglunga 13 - 16 ára og síðasta skeiðið til unglunga 17 - 19 ára (Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

Á fyrsta skeiðinu er aðal áherslan lögð á leiki og að auka hreyfifærni og hreyfiþroska iðkandans. Börnin þurfa á þessu skeiði að upplifa jákvæð kynni af íþróttum þar sem æfingarnar eru skemmtilegar og fjölbreyttar ásamt því að allir fá að vera með og því eru íþróttirnar á þessu skeiði ekki háðar keppni (Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

Á öðru skeiði, sem kallað er grunntækniskeið eru megináherslur þær sömu og á fyrsta stiginu. Á þessum aldri þurfa iðkendurnir samt sem áður að leggja áherslu á að bæta þol, kraft og liðleika ásamt því að tæknileg færni er bætt líka. Þegar kemur að keppni er mikilvægt að allir fái að vera með og að hún sé miðuð að þroska og getu iðkendanna (Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

Á þriðja skeiðinu er meiri áhersla en áður lögð á að bæta líkamlega færni iðkendanna í þol, styrk, hraða og liðleika. Tæknilegri færni er einnig viðhaldið og haldið áfram að byggja á þeim grunni sem hefur náðst á fyrri stigum. Á þessu stigi er einnig byrjað að huga að keppnis- og afreksíþróttamennsku þar sem reynt er að kenna þann hugsunarhátt, sem þarf til þess að ná árangri. Félagsandinn þarf þó að vera góður því á þessum aldri eru ekki allir að iðka íþróttir á sömu forsendum og þurfa þjálfarar að virða það og þ.a.l. kynna þá möguleika fyrir þeim sem vilja stunda íþróttir sér til heilsubótar eða út af félagskapnum (Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

Fjórða og síðasta skeiðið er eins konar keppniskeið, þar sem allir þjálfunarþættir eru teknir fyrir og einstaklingarnir stunda alhliða og fjölpættar æfingar með tilliti til stöðu og hæfileika þeirra sem stunda greinina. Á þessu stigi er þjálfunarálagið aukið verulega og því þurfa þeir iðkendur sem stunda fleiri en eina íþróttagrein fljótlega að velja á milli hafi þeir áhuga á að sérhæfa sig í ákveðinni grein. Þjálfarar þurfa að innleiða afrekshugsunarhátt hjá iðkendum sínum sem ætla sér þátttöku í afreks- og keppnisíþróttum. Fyrir þá sem eru enn í íþróttinni á öðrum forsendum, s.s. vegna félagskaps eða hreyfingarinnar þarf þjálfarinn að skapa möguleika í samráði við þá einstaklinga (Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands, e.d.-e).

2.3 Menntun og reynsla þjálfara

Menntun er mikilvæg þegar kemur að þjálfun íþrótta hvort sem hún er sérhæfð eða almenns eðlis. Þeir sem vilja verða góðir þjálfarar þurfa að hafa grunnþekkingu á íþróttum almennt og sér í lagi sinni grein. Þeir þurfa einnig að hafa þekkingu í líffærafræði, lífeðlisfræði, lífefnafræði, hreyfingarfræði, sálfræði, lyfjafræði, félagsfræði, uppeldisfræði og fleiru (Gjerset, 1993). Það er því mikilvægt að þjálfarar mennti sig til þess að geta uppfyllt þessa þætti. Almenn

menntun þjálfara skiptir því miklu máli, rétt eins og sérhæfða menntunin. Þó það sé erfitt að öðlast þekkingu á öllum þeim þáttum sem Gjerset telur upp þá eru samt sem áður til námsbrautir í háskólum hér á landi sem eru sniðnar fyrir þjálfara og hægt er að öðlast grunnþekkingu á flestum ef ekki öllum þáttum í íþróttافرæðinámi hvort sem það er í Háskóla Íslands við Laugarvatn (Háskóli Íslands, e.d.) eða Háskólanum í Reykjavík (Háskólinn í Reykjavík, e.d.).

Freyja Másdóttir og Haraldur Þorvarðarson (2006) gerðu rannsókn sem allir þjálfarar meistaraflokks karla og kvenna í handknattleik hér á landi tóku þátt í, en alls tóku 24 þjálfarar þátt (14 hjá körlum og 10 hjá konum). Rannsóknin snýr að menntun og reynslu handknattleiksþjálfara í meistaraflokki karla og kvenna. Þar kemur fram að HSÍ hafi síður en svo staðið sig undanfarin ár í að fræða og mennta þjálfara með ofangreindum námskeiðum sem og annars konar fræðsluefni, hvort sem það eru fyrirlestrar eða tilfallandi sérhæfð námskeið. Ekki er ljóst hvaða ástæða er fyrir því að ekki hafa verið haldin fleiri námskeið en raun ber vitni. Ein hugsanleg skýring gæti hreinlega verið að HSÍ er undirmannað samband með örfáa launaða starfsmenn svo þessir hlutir gætu hafa orðið útundan sökum anna hjá starfsmönnum. Slíkt eru þó einungis getgátur og þessi staða er slæm fyrir sambandið enda gengur hún þvert gegn þeirri stefnuýfirlýsingu sem ÍSÍ setti fram árið 1999. Þar kom fram m.a. að ÍSÍ og sérsamböndin ætli að fjölga menntuðum þjálfurum á landinu (Íþróttá- og ólympíusamband Íslands, e.d.-a).

Innan veggja HSÍ er starfandi nefnd sem kallast Fræðslu- og útbreiðslunefnd. Eins og kom fram í rannsókn Freyju Másdóttur og Haraldar Þorvarðarsonar (2006) hafa ekki verið mörg námskeið á vegum HSÍ undanfarin ár. Þetta er ólíkt því sem tíðkast hjá KSÍ, en þar eru mörg námskeið haldin ár hvert (Knattspyrnusamband Íslands, e.d.). KSÍ er með skýrar reglum um það hvaða menntun viðkomandi þjálfari þarf að hafa til þess að geta þjálfað hvern flokk fyrir sig (Knattspyrnusamband Íslands, 2009). Engar menntunarkröfur þarf að uppfylla hjá HSÍ til þess að þjálfar handknattleik. Ef lög HSÍ eru skoðuð þá er ekkert minnst á hvaða menntun þarf til að þjálfar, ekki einu sinni í meistaraflokkum (Handknattleikssamband Íslands, e.d.).

Ýmsar rannsóknir hafa verið gerðar á menntun knattspyrnuþjálfara hér á Íslandi og séu þær skoðar virðist ekki mikill munur á milli þeirra sem þjálfar karla og þeirra sem þjálfar konur. Árið 2004 var gerð rannsókn á knattspyrnuþjálfurum á

Íslandi í öllum flokkum. Séu niðurstöður þeirrar rannsóknar skoðaðar varðandi elstu flokkana, meistaraflokka, þá sést að þeir sem eru að þjálfva kvennaflokka eru hlutfallslega betur menntaðir. Af þeim sem þjálfva karlaflokka eru 19% án menntunar á mótí 11% þeirra sem þjálfva konur. Einnig eru miklu mun fleiri þjálfarar sem þjálfva konur með UEFA-B stig eða 28% á mótí 6% þeirra sem þjálfva karla. Þeir sem þjálfva karla eru flestir með E-stig þjálfunar, eða 19%, en einungis 7% þeirra sem þjálfva konur hafa það stig. E-stigið var hæsta þjálfunarstig á þessum tíma sem rannsóknin var gerð (Eyþór Guðnason, Kristinn V. Jóhannsson og Óskar Atli Rúnarsson, 2005). Svipaðar niðurstöður er að finna í annarri rannsókn, en þá eru hlutfallslega fleiri þjálfarar sem þjálfva karla án réttinda, 25,71% á mótí 16,67% þeirra sem þjálfva konur. Langflestir þjálfarar hafa þó KSÍ-A gráðuna eða 41,43% þeirra sem þjálfva karla og 29,17% þeirra sem þjálfva konur (Jón Steindór Þorsteinsson og Ríkhart Bjarni Snorrason, 2007). Sérstaka athygli vekur hvað þjálfarar sem þjálfva konur eru vel menntaðir og svipar menntun þeirra til menntunar þeirra sem þjálfva karla. Þetta gæti stafað af því að KSÍ hefur þróað góða stefnu í menntun þjálfara á Íslandi.

Mikilvægt er því að skoða hvernig þetta er í handknattleiknum, þar sem menntunarstefna HSÍ er hefur ekki verið jafn skýr og stefna KSÍ. Ætla mætti af almennri umræðu að þjálfarar karla í handknattleik séu með betri menntun og reynslu en þeir sem þjálfva konur. En ef skoðuð er rannsókn sem gerð var á menntun handknattleiksþjálfara í meistaraflokki karla og kvenna þá eru niðurstöðurnar alls ekki á þann veg. Eins og kom fram í rannsókn Freyju Másdóttur og Haraldar Þorvarðarsonar (2006) þá eru færri þjálfarar sem þjálfva konur háskólagengnir (33%) en þeir sem þjálfva karla (38%). En þrátt fyrir það þá eru færri þjálfarar sem þjálfva konur með „litla“ menntun heldur en þeir sem þjálfva karla og er það öfugt við fullyrðingar sem stundum heyrast úti í samfélaginu um að karlmenn njóti góðs af kyni sínu og fái þ.a.l. menntaðri og reynslumeiri þjálfara (Ólafsson o.fl 2006). Reynsla þjálfaranna var líka mjög svipuð eða að meðaltali rúmlega 13 ár hjá öllum, en þeir sem þjálfuðu karla höfðu þjálfað meistaraflokk að meðaltali í 8 ár á mótí 5,7 árum að meðaltali hjá þeim sem þjálfva konur. Þjálfaranámskeið á vegum ÍSÍ voru ekki vel sótt hjá þessum þjálfurum, en 54% þeirra sem þjálfva karla og 78% þeirra sem þjálfva konur höfðu ekki sótt nein námskeið sem koma að þjálfun barna og unglunga. Þjálfaranámskeið á vegum HSÍ voru hinsvegar mun betur sótt af þeim sem þjálfva konur, eða 88% á mótí 69%

þeirra sem þjálfar karla (Freyja Másdóttir og Haraldur Þorvarðarson, 2006). Eins og sést á þessari rannsókn þá er alls ekki svo mikill munur á þjálfurum í meistaraflokki karla og kvenna í handknattleik hvað menntun og reynslu varðar. Það er mjög jákvætt út frá sjónarhóli jafnréttis að munurinn skuli ekki vera meiri en þetta milli kynjanna. Þrátt fyrir að þessi rannsókn hafi veitt góða innsýn í hvernig munur milli þjálfara kvenna og þjálfara karla er almennt, þá þarf samt að kanna hvernig og hvort þessi munur sé meiri eða jafnvel minni þegar skoðaðir eru flokkar á unglingsstigi.

Ýmsar rannsóknir sýna fram á að þjálfarar læra mjög mikið af reynslu sinni sem þjálfarar. Því lengur sem þjálfarar hafa verið að þjálfar því meiri þekking skapast hjá þeim í þeirri grein sem þeir þjálfar og vilji þeir skara fram úr þá verða þeir að skoða æfingar og aðferðir hjá öðrum þjálfurum og þannig verður þekking þeirra og kunnátta á þjálfun meiri (Cushion, Armour og Jones, 2003). Einnig hefur verið sýnt fram á að unglingsþjálfarar öðlast þekkingu á fjölbreyttu sviði formlegrar þjálfunar, en segjast læra best af beinni reynslu sinni sem þjálfarar og að þessi reynsla þeirra verði til þess að þekking þeirra sé meiri á greininni sem þeir þjálfar (Gilbert og Trudel, 1999).

Þjálfun er því margslungið viðfangsefni sem kallar á þekkingu á mögum sviðum og viðhorf þjálfaranna sjálfra til þjálfunar og þess hvernig vinnubrögðum og aðferðum er beitt getur ráðið miklu um árangur. Þetta á ekki hvað síst við þegar um yngri flokkana er að ræða þar sem ýmis konar félagslegar, líkamlegar og sálrænar breytingar gelgjuskeiðsins geta haft áhrif ekki síður en líkamleg færni eða hæfileiki í íþróttinni.

Í greiningu Mesquita o.fl (2011) á viðhorfum portúgalskra handknattleiksþjálfara til þess hvaða eiginleikar skiptu mestu máli í fari þjálfara við þjálfun kom greinilega fram mikill munur á áherslum eftir því hversu mikla reynslu og menntun þjálfarar hafa. Þeir þjálfarar sem hafa mikla reynslu og góða menntun virtust þannig leggja mun meiri áherslu á heildstætt viðhorf til þjálfunar, og voru mun meðvitaðri um félagsleg, menningarleg og stjórnunarleg atriði í daglegri þjálfun og í keppni, en þeir þjálfarar sem höfðu minni menntun og reynslu. Niðurstaða þessarar rannsóknar var talin styðja það sjónarmið að heppilegt væri að breikka grunninn í námskrá portúgalskra handboltaþjálfara og taka tillit til fleiri hlutverka þjálfarans en sem snerta íþróttina sjálfa í þröngum skilningi.

2.4 Þjálfarastig ÍSÍ og HSÍ

Í ágúst árið 1999 var nýrri stefnu í þjálfunarmálum hjá ÍSÍ hrint í framkvæmd. Nú er þjálfaramenntun ÍSÍ skipt niður í áfanga. Þetta eru alls fimm áfangar þar sem gerðar eru kröfur um menntun þjálfara og gilda þessir áfangar um allar íþróttagreinar. Það eru Samtök frjálsra íþróttasamtaka í Evrópu sem byrjuðu á þessu vegna þess að þau vildu fá fleiri menntaða og hæfa þjálfara, leiðbeinendur og leiðtoga innan barna- og unglingastarfsins (Íþrótt- og ólympíusamband Íslands, e.d.-a).

Í stefnuyfirlýsingunni um þjálfaramenntun sem var gerð 1999 var m.a. talað um að koma fræðslustarfi á laggirnar sem mundi snúast um að mennta þjálfarana og bjóða upp á þjálfaranámskeið þar sem farið yrði í almenna þætti þjálfunar sem geta nýst öllum íþróttgreinum. En hvað varðar sérhæfða þjálfun í ákveðnum íþróttgreinum þá á hún að vera á vegum sérsambandanna og er staðan þar mjög misjöfn milli sambanda. KSÍ er komið langt með þróun á sínu fræðslukerfi. Það er mjög öflugt, þrepaskipt, kerfi sem verður farið betur í síðar í þessari ritgerð. Mörg sambönd önnur eru komin langt með að þróa stefnu í þessum málum, en mörg sambönd bjóða þó enn upp á litla sem enga menntun fyrir þjálfara sína, sem er mjög slæmt og alvarlegt mál sem þarfnast úrbóta (Íþrótt- og ólympíusamband Íslands, e.d.-a).

Þjálfaramenntunin er, eins og áður segir, í fimm stigum. Fyrstu þrjú stigin kallast hreinlega Þjálfari 1, 2 og 3 og fara fram innan íþróttahreyfingarinnar en þjálfarastig fjögur og fimm eru á háskólastigi (Íþrótt- og ólympíusamband Íslands, e.d.-a).

Þjálfaramenntun HSÍ hefur verið flokkuð með sama hætti og ÍSÍ flokkar sína menntunarstefnu og er einnig skipt niður í fimm stig. Hér verður fjallað um fyrstu þrjú stigin hjá HSÍ, en eins og segir hér á undan þá eru stig 4 og 5 á háskólastigi.

2.4.1 Þjálfari 1

Forsenda þess að geta lært að verða Þjálfari 1 er grunnskólapróf og er því aldurstakmarkið 16 ár. Að námskeiðinu loknu á viðkomandi þjálfari að geta stjórnað og skipulagt æfingátíma hjá börnum og unglingum á byrjendastigi. Til þess þarf hann að hafa þekkingu á þroska iðkendanna bæði líkamlegum þroska

sem og andlegum. Þjálfarinn þarf að þekkja starfsemi líkamans auk þess þarf hann að standa klár á helstu kennsluaðferðum sem gagnlegt er að nýta sér í þjálfun. Þjálfarinn þarf líka að kunna grunnatriði í tækni, leikfræði og reglum í sinni íþróttagrein. Námskeiðið er 120 kennslustundir og skiptist niður í almennan hluta (50%) og sérgreinahluta (50%). Almenni hlutinn er haldinn af ÍSÍ og kenndur af einstaklingum innan þess sambands. Sérgreinahlutinn kemur svo frá sérsambandinu, sem er í þessu tilfelli HSÍ. Í almenna hlutanum er umfjöllunarefnið: Hlutverk þjálfarans, kennslufræði, þroski, starfsemi líkamans, heilsufræði og íþróttameiðsl. Aftur á móti er svo farið í tækni, leikfræði, skipulagningu æfingatíma, reglur og mótafyrirkomulag í sérgreinahlutanum. Mikill breytileiki er á hvernig 120 kennslustundunum er skipt niður, stundum yfir helgi, stundum á 15 daga námskeiði, stundum á kvöldnámskeiði og svo mætti áfram telja. Þjálfari 1 skiptist svo niður í þrjá hluta: Þjálfari 1-a, Þjálfari 1-b og Þjálfari 1-c. Námskeiðunum er svo lokið með skriflegu prófi sem og verklegu prófi (Íþrótt- og ólympíusamband Íslands, e.d.-b).

2.4.2 Þjálfari 2

Til þess að geta fengið þjálfarastig tvö þarf viðkomandi að hafa lokið fyrra námskeiði (Þjálfari 1). Auk þess þarf einstaklingurinn að hafa náð 18 ára aldri og að hafa sex mánaða starfsreynslu á milli námskeiða. Að loknu þjálfaranámskeiði tvö á viðkomandi þjálfari að geta þjálfað unglinga og fullorðna einstaklinga sem æfa með það að markmiði að ná árangri í keppni. Til þess að þetta gangi upp þarf þjálfarinn að hafa góða þekkingu á því hvernig líkaminn starfar ásamt skipulagi þjálfunar hvort sem það er til skamms eða langs tíma. Þjálfarinn þarf einnig að vera með grunn í íþróttasálfræði og hreyfingafræði. Viðkomandi þarf líka að hafa fengið þjálfun í því að koma fram fyrir framan hóp af fólki. Þetta stig þjálfunar gerir auknar kröfur til sérgreinahlutans og að þjálfarinn hafi þá góða þekkingu á tækni, leikfræði og reglum greinarinnar auk þess að standa klár á helstu þjálfunaraðferðum greinarinnar. Námskeiðið er 120 kennslustundir og er skipt niður í almennan hluta (33,3%) og sérgreinahluta (67,7%). Í almenna hlutanum er kennt um starfsemi líkamans, skipulag þjálfunar, sálfræði, siðfræði íþróttar og íþróttameiðsl. Almenni hlutinn er aðallega kenndur í formi fyrirlestra. Sérgreinahlutinn er svo aðallega verklegur og er farið í tækni, leikfræði,

þjálfunaraðferðir, skipulag, reglur og mótafyrirkomulag. Eins og með námskeið Þjáflari 1 er mjög misjafnt hvernig skipulag námsins er. Þetta stig þjálfunar skiptist niður í þrjá hluta, líkt og Þjálfari 1: Þjálfari 2-a, 2-b og 2-c og til að ljúka námskeiðinu þarf að klára, líkt og í fyrsta stiginu, skriflegt og verklegt próf ásamt verkefnavinnu (Íþróttá- og ólympíusamband Íslands, e.d.-c).

2.4.3 Þjálfari 3

Forsenda fyrir því að taka þjálfunarnámskeið þrjú er að hafa lokið þjálfunarstigi tvö (og þ.a.l stigi eitt líka) ásamt því að hafa eins árs starfsreynslu frá því að stigi tvö lauk. Aldursskilyrði til þess að fá að taka þriðja stigið er 20 ár. Að loknu námskeiðinu á viðkomandi að geta skipulagt eða útfært þjálfun hjá félagi eða deild. Auk þess á hann að geta tekið að sér að þjálfra yngri landslið og kennt á námskeiðum bæði hjá ÍSÍ og sérsambandi sínu. Líkt og með hin námskeiðin þá skiptist þetta niður í almennan hluta (33,3%) og sérgreinahluta (67,7%) og getur skipulag námskeiðsins verið með ýmsum hætti líkt og á við um hin námskeiðin. Umfjöllunarefni í almenna hlutanum eru: Starfsemi líkamans, sálfræði, kennslu- og aðferðafræði, samhæfing, tækni og íþróttameiðsli. Í sérgreinahlutanum er farið ítarlega í leikfræði, þjálfunaraðferðir, hreyfingafræði, reglur og mótafyrirkomulag. Eins og með hin námskeiðin tvö þá skiptist þetta niður í þrjá hluta. Þjálfari 3-a, 3-b og 3-c. Hvert sérsamband getur séð um allt námskeiðið eða þá verið í samstarfi við önnur sérsambönd. Með því geta samböndin farið út í nákvæma þjálfingfræði og þjálfararnir gætu þar af leiðandi unnið verkefni sem tengjast þeirra íþrótt. Eftir þennan hluta þarf að klára skriflegt og verklegt próf en einnig er verkefnavinna nauðsynleg til að ljúka þriðja stiginu (Íþróttá- og ólympíusamband Íslands, e.d.-d).

Eins og kom fram hér á undan þá eru skv. ÍSÍ fimm stig þjálfaramenntunar þar sem stig 4 og 5 eru á háskólastigi. Það er lítið hægt að fjalla um þessi stig hér þar sem þau eru í raun ekki til. Samkvæmt Viðari Sigurjónssyni, starfsmanns þróunar- og fræðsluviðs ÍSÍ þá er verið að setja þessi stig þjálfaramenntunar upp í Háskólanum á Laugavatni, þar sem ÍSÍ telur sig ekki vera í stakk búið til að kenna menntun á háskólastigi, og verður farið í að skipuleggja þetta nám af ÍSÍ og háskólanum núna í byrjun árs 2013. Þegar þetta verður tilbúið þá mun vera hægt að útskrifa þjálfara með „diploma“ gráðu í einstaka íþróttagreinum.

Verið er að þróa fleiri þjálfunarstefnur en nú á haustmisseri ársins 2012 hefur HSÍ ákveðið að samræma þjálfunarstefnu sína þjálfarastefnu EHF, þar sem allir þjálfarar verða metnir út frá reynslu þeirra og menntun inn á ákveðin stig. Í heildina eru þetta fjögur stig sem EHF er með. Stig 1-3 og að lokum er það “EHF Master coach”. Stigin eru mismunandi eftir því hve gamlir einstaklingarnir eru, hve lengi þeir hafa þjálfað handknattleik og hve margar klukkustundir námskeiðið er. Því hærra stig sem einstaklingur kemst á, því lengra verður námskeiðið, ólíkt hinum námskeiðunum sem öll voru jafn löng. Hægt er að ljúka við þessi stig eftir háskólagöngu þar sem sérhæfing á sviði íþróttar er í forgrunni (Handknattleikssamband Íslands, 2012).

Eins og komið hefur fram þá er mikilvægt að þjálfarar hafi menntun sem tengist starfi þeirra sem þjálfarar. Þeir þurfa að kunna á það hvernig líkaminn virkar og hvaða þætti er mikilvægt að þjálfa á hverjum tíma, þá skiptir það sérstaklega máli á barna- og unglingsstigi þegar iðkendurnir eru sem móttækilegastir fyrir ákveðnum þáttum þjálfunar og séu þjálfararnir með menntun við hæfi þá ná iðkendurnir framförum sem leiðir til árangurs. Karlahandbolti hér á landi hefur náð lengra á alþjóðlegum mælikvarða miðað við kvennahandbolta og því mætti tengja það við menntun og reynslu þjálfara. Því var varpað fram í inngangi að tengsl gætu verið milli þessara atriða og að lakari árangur kvenna væri hugsanlega skýranlegur með menntun og reynslu þjálfara. KSÍ er með betri þjálfunarmál en HSÍ sem er svolítið á eftir og hjá KSÍ er kvennaboltinn betur settur eins og má sjá á lista Alþjóða knattspyrnusambandsins er kvennalandslið Íslands í 15. sæti á þeim lista (FIFA, 2012).

2.5 Rannsóknarspurningar

Þessi rannsókn var byggð á megindlegri rannsóknaraðferð þar sem spurningalisti var notaður. Megindleg aðferð er álitlegust við rannsóknir af þessu tagi þar sem unnið er með töluleg gögn. Notaður var spurningalisti til að afla upplýsinga hjá þjálfurunum þar sem hann var talinn besta mælitækið til þess að afla mælanlegra gagna varðandi menntun og reynslu þjálfaranna.

Rannsóknarspurningarnar sem stuðst var við í þessari rannsókn voru fjórar talsins:

1. Hver er menntun þjálfara í yngri flokkum í handknattleik á Íslandi?
2. Hver er reynsla þjálfara í yngri flokkum af þjálfun og keppni?
3. Er munur á menntun og reynslu þjálfara sem þjálfar stúlkur og drengi?
4. Eru viðhorf þeirra sem þjálfar drengi til kvennaíþróttar önnur en þeirra sem þjálfar stúlkur?

Settar voru fram tilgátur um þau vandamál sem þetta verkefni dregur fram í dagsljósið og byggja á þeirri umræðu sem reifuð var í kaflanum hér á undan. Tilgáturnar voru á þessa leið:

1. Menntun yngriflokkþjálfara er almennt séð ekki mikil.
2. Menntun þeirra þjálfara sem þjálfar drengi er almennt meiri en þeirra sem þjálfar stúlkur.
3. Reynsla þeirra þjálfara sem þjálfar drengi er almennt meiri en þeirra sem þjálfar stúlkur.
4. Þeir sem þjálfar kvennaflokka hafa almennt meiri áhuga á kvennaíþróttum en þeir sem þjálfar drengi.

3. Aðferð og gögn

Í þessum kafla verður fjallað um þá aðferðafræði sem notuð var í þessari rannsókn.

3.1 Þátttakendur

Ekki var um úrtaksrannsókn að ræða heldur voru þátttakendur allt þýðið sem rannsóknin beinist að, þ.e.a.s. allir þjálfarar í öllum félagsliðum á Íslandi sem þjálfarar 5., 4. og 3. flokk bæði karla og kvenna. Alls var spurningalistinn sendur út til þjálfara hjá 21 félagi og voru þjálfararnir 83 talsins. Ástæðan fyrir því að þjálfararnir voru ekki fleiri var sú að margir eru að þjálfarar fleiri en einn flokk og einhver félagsliðanna standa í uppbyggingu og hafa því ekki alla þá flokka sem verið var að kanna. Fjöldi þjálfara sem svöruðu könnuninni voru 58 sem er um 70% svarhlutfall, kynjahlutfall var ekki jafnt en alls svöruðu 48 (82,8%) karlar og 10 (17,2%) konur.

3.2 Mælitæki

Spurningalisti var unninn með hjálp leiðbeinanda ásamt því að spurningalistar annarra rannsókna voru skoðaðir og notaðar voru einhverjar spurningar þaðan sem tengjast þessu verkefni beint. Fengnar voru nokkrar spurningar að láni frá Freyju Másdóttur og Haraldi Þorvarðarsyni, 2006 en þær spurningar eru nr. 8 - 13 í spurningalistanum (sjá viðauka).

Spurningalistinn samanstóð af 26 spurningum en fyrst var spurning um kyn, aldur og hvaða flokka viðkomandi þjálfar. Því næst komu 9 spurningar um menntun þjálfaranna og reynslu. Spurt var um viðhorf til HSÍ og fjöldi æfinga í þeim flokki sem þátttakandi miðaði svör sín við og um undirbúningstíma fyrir æfingar. Einnig var spurt um það hvort starfandi verktaki væri hjá félaginu sem viðkomandi starfar hjá og hvort hann væri verktaki eða launþegi, þá var spurt um hver laun viðkomandi væru. Þjálfarar voru svo beðnir um að meta störf sín frá síðasta tímabili hve miklum framförum iðkendur hans tóku. Hægt var að gefa -10, sem er eins mikil afturför og þjálfari telur mögulega á einu tímabili, alveg upp í 10 sem eru eins miklar framfarir og þjálfari telur mögulegar á einu tímabili. Ef

Þjálfari gaf einkunnina 0 þá eru iðkendur að standa í stað, þ.e. engin afturför né framför.

Í spurningalistanum voru sjö spurningar sem sneru að viðhorfi þjálfaranna til kvennaíþróttar miðað við karlaíþróttir. Gefin voru svo stig fyrir það hverju þjálfararnir svöruðu. Stigagjöfin var frá 1 - 5 stigum og voru þjálfararnir flokkaðir niður í þrjá flokka eftir því hve mörg stig þeir fengu. Minnst var hægt að fá sjö stig en mest 35 stig, en hægt er að nálgast það hvernig stig voru gefin í viðaukanum. Flokkarnir voru eftirfarandi:

1. Þjálfari sem er mikill áhugamaður og jákvæður gagnvart kvannahandbolta = 7 – 15 stig.
2. Þjálfari sem er ekki með sérstaklega afgerandi viðhorf gagnvart kvannahandbolta = 16 - 24 stig
3. Þjálfari sem hefur sterk neikvæð viðhorf gagnvart kvannahandbolta = 25 - 35 stig

Hægt er að nálgast spurningalistann í viðaukanum.

3.3 Framkvæmd

Framkvæmd rannsóknarinnar var þannig háttað að unninn var spurningalisti í könnunarforritinu SurveyMonkey.com og var hann sendur út til allra þjálfaranna í tölvupósti þann 9. nóvember 2012. Póstföng þjálfaranna voru fengin með hjálp HSÍ, en þar eru netföng allra þjálfara skráð. Þjálfararnir höfðu tvær vikur til þess að svara listanum og var send ítrekun í tölvupósti fjórum sinnum á þeim tíma til þess að fá sem flesta til að svara. Eftir tvær vikur voru 58 þjálfarar búnir að svara listanum þ.e. 70%.

3.4 Úrvinnsla gagna

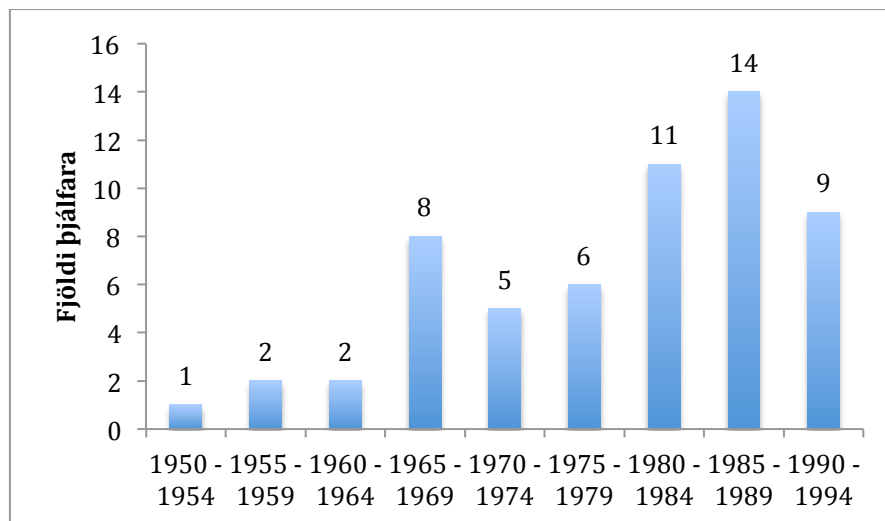
Öll þau gögn sem fengin voru í þessari rannsókn voru sett inn í Excel forritið þar sem búnar voru til töflur og myndir. Niðurstöðurnar eru svo útskýrðar með lýsandi tölfræði og er þar hægt að sjá hvernig gögnin skiptast niður og hvort munur sé á þeim hópum sem verið er að skoða.

4. Niðurstöður

Hér verður fjallað um þær niðurstöður sem komu úr rannsókninni við úrvinnslu gagnanna. Fyrst eru skoðaðar niðurstöður sem tengjast fyrstu tveimur rannsóknarspurningunum sem snerta reynslu þjálfara og menntun. Því næst verður farið í að skoða hvort munur sé á þeim þjálfurum sem þjálfra drengi og stúlkur varðandi ýmsa þætti sem spurt var í spurningalistanum og að lokum verður fjallað um viðhorf þjálfaranna, hvort munur sé á viðhorfi þeirra til kvennaíþróttar eftir því hvort þeir þjálfu stúlkur eða drengi.

4.1 Þjálfararnir

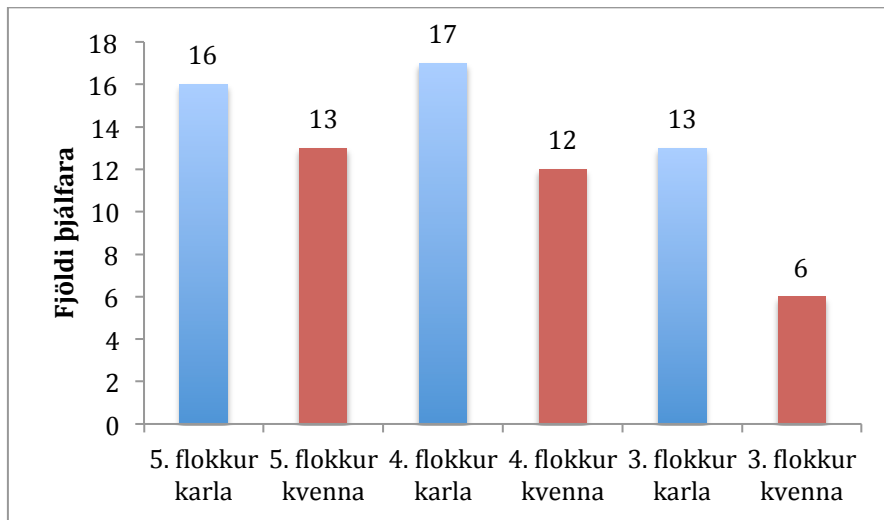
Mynd 1 sýnir aldersdreifingu þátttakenda. Það kom á óvart er hve fáir þjálfarar eru fæddir á billinu 1950 - 1964 en einungis 5 (8,6%) af þeim 58 sem tóku þátt eru á því bili. Flestir þjálfaranna eru fæddir á bilinu 1980 - 1994 eða 34 (58,6%) talsins.



Mynd 1: Fjöldi þjálfara flokkaður eftir því hvenær þeir eru fæddir.

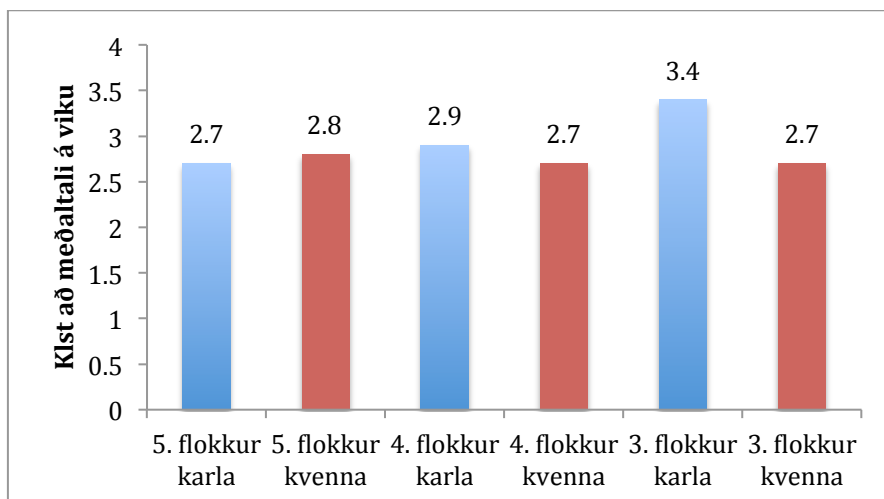
Mynd 2 sýnir hvaða flokk eða flokka þeir þátttakendur þjálfra sem svöruðu könnuninni. Á myndinni má sjá að flestir þeir sem svöruðu þjálfu 4. flokk karla eða 17 (22%) þjálfarar. Næstflestir þjálfuðu 5. flokk karla eða 16 (20,8%) þjálfarar. Fæstir sem svöruðu þjálfuðu 3. flokk kvenna eða alls 6 (7,8%) þjálfarar. Eins og sagt var frá áðan þá svöruðu 58 þjálfarar könnuninni og líkt og mynd 3 gefur til kynna eru fleiri en 58 þjálfarar þarna inni. Ástæðan fyrir því er að margir

Þjálfarar þjálfu fleiri en einn flokk í þessum aldurshópi. Þrír þjálfarar gáfu ekki upp hvaða flokk þeir þjálfu.



Mynd 2: Fjöldi þjálfara eftir því hvaða flokk/a þeir þjálfu.

Undirbúningur æfinga, talið er í klukkustundum að meðaltali á viku má sjá niðurstöðuna á mynd 3. Þar sést að undirbúningur þjálfara er jafn milli flokka en það skeikar ekki nema einhverjum mínútum milli flokka og kynja. Þó eru það þjálfarar 3. flokks karla sem nota mestan tíma í undirbúning æfinga sinna eða 3,4 klst. (3 klst. og 24 mín.) að meðaltali á viku. En lægsta gildið var 2,7 klst. (2 klst. og 42 mín.) og var það hjá 5. flokki karla, 4. flokki kvenna og 3. flokki kvenna.



Mynd 3: Klukkustundir sem þjálfarar nota að meðaltali á viku í undirbúning æfinga.

Talfa 1 sýnir mat þjálfara á sínum eigin störf á síðasta tímabili og gefa því einkunn hvað iðkendur þeirra náðu miklum framförum. Einkunnaskalinn var frá

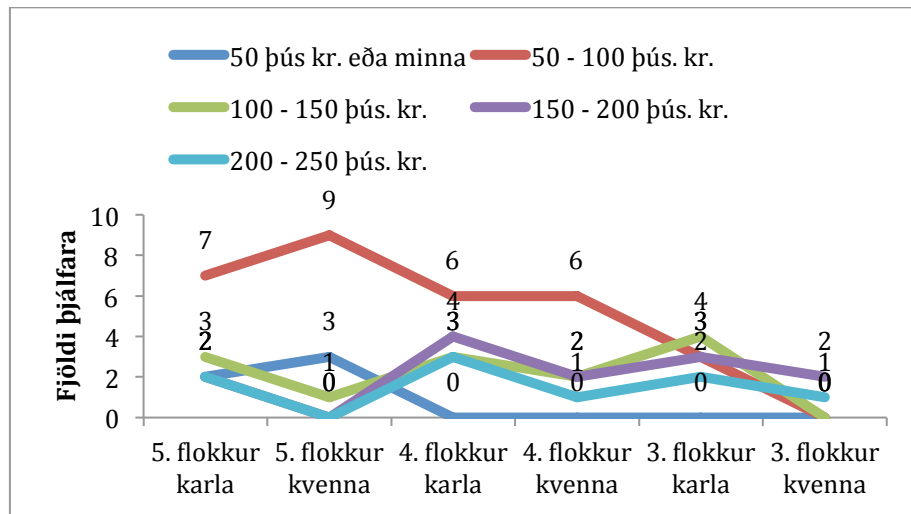
-10, sem þýðir eins mikil afturför á iðkendum og þjálfari telur mögulega á einu tímabili, upp í 10, sem þýðir eins mikil framför og þjálfari telur mögulega á einu tímabili. Núll þýðir að leikmaður hefur staðið í stað. Enginn valdi -9 og -10 og er þeim því sleppt í töflunni, sama er um 2 til -7, enginn valdi þau gildi og eru þau því sett í einn dálk. Vitanlega sjá þjálfarar alltaf framfarir á leikmönnum sínum og virtist það vera tilfellið hjá öllum nema einum þjálfara í 4. flokki karla og 5. flokki karla, sem sá talsvert mikla afturför á sínum iðkendum. Það sést annars að flestir þjálfarar sáu framfarir á iðkendum og virðist ekki vera að drengjaþjálfarar meti það að sínir leikmenn hafi náð meiri framförum en þeir sem þjálfá stúlkur. Dreifingin virðist vera tiltölulega jöfn bæði hjá drengjum og stúlkum.

Tafla 1: Mat þjálfaranna á framförum iðkenda sinna síðasta tímabil.

	-8	-7 - 2	3	4	5	6	7	8	9	10	Alls
5. flokkur karla	1	0	0	2	3	4	1	1	1	2	15
5. flokkur kvenna	0	0	0	1	2	2	1	1	1	3	11
4. flokkur karla	1	0	0	2	5	1	1	2	1	1	14
4. flokkur kvenna	0	0	0	1	1	3	4	0	2	1	12
3. flokkur karla	0	0	1	2	2	2	3	2	1	0	13
3. flokkur kvenna	0	0	0	0	1	0	2	2	1	0	6

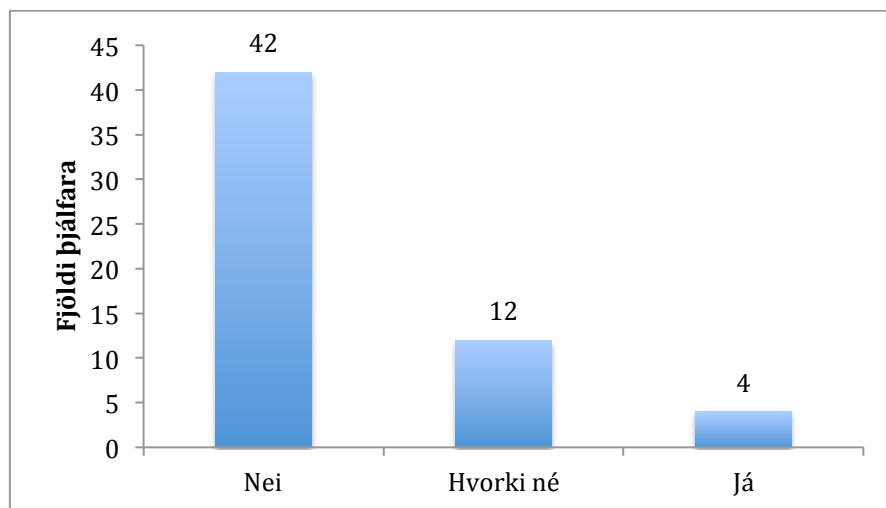
Þegar kom að launamálum þjálfara voru flestir opnir fyrir því að svara en einungis fjórir gáfu ekki upp mánaðarlegar tekjur sínar. Mynd 4 sýnir niðurstöðurnar og þar má sjá mun milli kynja þó hann sé ekki mjög mikill. Af þeim sem eru með 150 þúsund eða meira eru þeir sem þjálfá karlaflokka í miklum meirihluta eða 72,7%, en skiptingin er hins vegar jafnari hjá þeim sem eru með undir 150 þúsundum í laun. Í 5. flokki þá eru fleiri þjálfarar kvenna með laun undir 100 þúsund krónum eða tólf kvennaþjálfarar á móti níu karlaþjálfurum. Þeir sem hafa svo laun yfir 100 þúsund kr. eru sjö karlaþjálfarar á móti einum kvennaþjálfara. Ef 4. flokkur er skoðaður þá eru jafn margir þjálfarar með laun undir 100 þúsund krónum en svo þegar kemur að þjálfurum sem eru með tekjur yfir 100 þúsund krónum þá eru karlaþjálfararnir helmingi fleiri, eða tíu á móti fimm kvennaþjálfurum. Í 3. flokki voru einungis þrjár kvennaþjálfarar sem svöruðu þessari spurningu. Þeir þjálfarar 3. flokks kvenna sem svöruðu þessari spurningu eru þó með frekar há laun, eða á bilinu 150 - 250 þúsund krónur en það eru fleiri þjálfarar sem hafa svo há laun í 3. flokki karla. Niðurstöðurnar gefa þó ekki

heildræna mynd á mun kynjanna þar sem einhverjir þjálfarar eru að þjálf fleiri en einn flokk og jafnvel að þjálf drengja-og stúlknaflokk.



Mynd 4: Laun þjálfara, skipt niður eftir flokkum.

Mynd 5 sýnir svör um framboð á námskeiðum fyrir þjálfara. Alls voru 42 (72,4%) þjálfarar sem töldu ekki vera nægt framboð af námskeiðum í boði en 12 (20,7%) merktu við hvorki né og fæstum fannst vera nægt framboð eða einungis 4 (6,9%) þjálfurum.

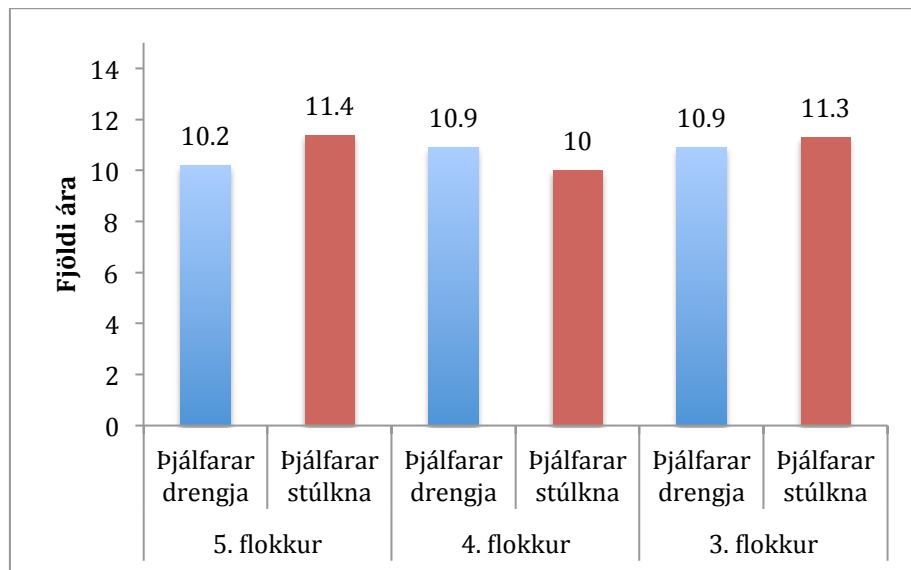


Mynd 5: Finnst þjálfurum vera nægt framboð af námskeiðum hér á landi fyrir þjálfara?

4.2 Reynsla þjálfaranna

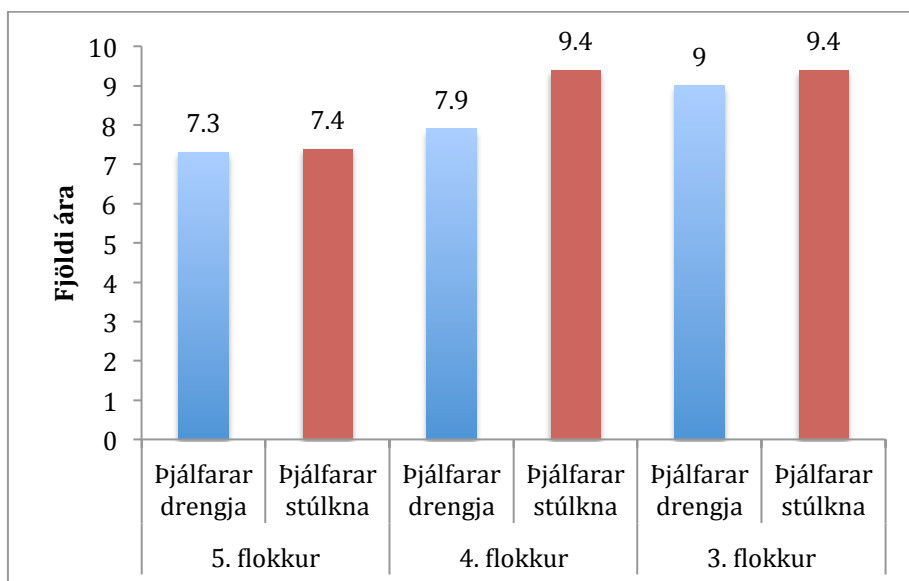
Spurt var um reynslu þjálfaranna, bæði varðandi hve lengi þeir stunduðu handknattleik í yngri flokkum og meistaraflokkum ásamt því hve lengi þeir höfðu lagt stund á þjálfun í greininni.

Mynd 6 sýnir niðurstöðurnar á reynslu þjálfaranna úr yngri flokkum og er tiltölulega jöfn skiptingin á því hve lengi þjálfararnir stunduðu handknattleik í yngri flokkum. Þeir þjálfarar sem hafa að meðaltali stundað greinina lengst eru þjálfarar stúlkna í 5. og 3. flokki en jafnframt eru það þjálfarar stúlkna í 4. flokki sem hafa að meðaltali stundað greinina minnst í yngri flokkum. Munurinn á milli flokka og kynja er samt sem áður heilt yfir mjög lítill.



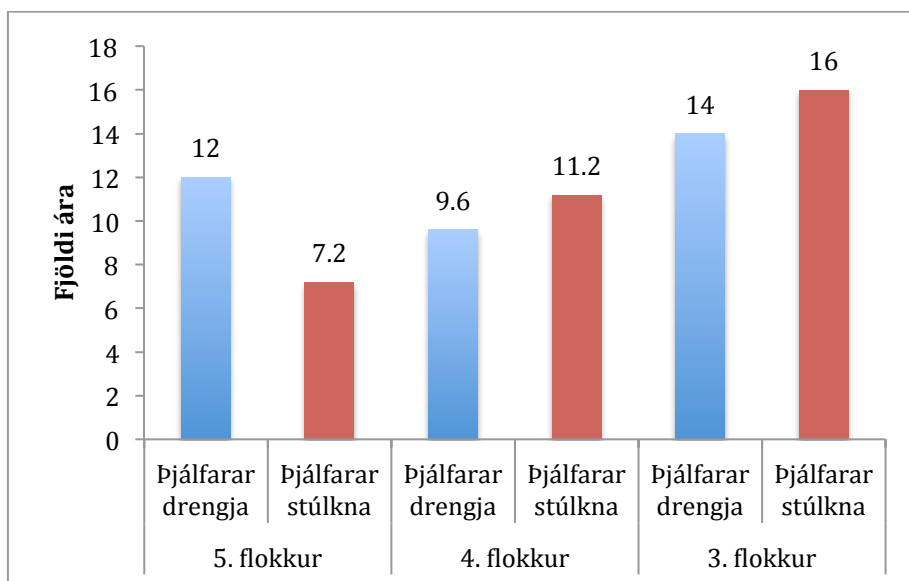
Mynd 6: Meðaltal þess hve lengi þjálfararnir stunduðu handknattleik í yngri flokkum, skipt eftir flokkum.

Mynd 7 sýnir mun á meðaltali yfir leikreynslu þjálfaranna úr meistaraflokki. Munur milli kynja og flokka er ekki mikil en þó meiri en úr yngri flokkunum. Eins og mynd 7 sýnir þá er meðaltalið ögn lægra en á mynd 6, en munur milli flokka og kynja töluvert meiri. Þjálfarar 5. flokks eru nokkurn veginn jafnir milli kynjanna en þjálfarar 4. flokks kvenna hafa mun meiri reynslu úr meistaraflokki en þjálfarar 4. flokks karla. Munurinn er svo töluvert minni í 3. flokki. Það kemur svolítið á óvart að þjálfarar kvennaflokkanna eru með meiri leikreynslu en þjálfarar karlaflokkanna.



Mynd 7: Meðaltal þess hve lengi þjálfararnir stunduðu handknattleik í meistaraflokki, skipt eftir flokkum.

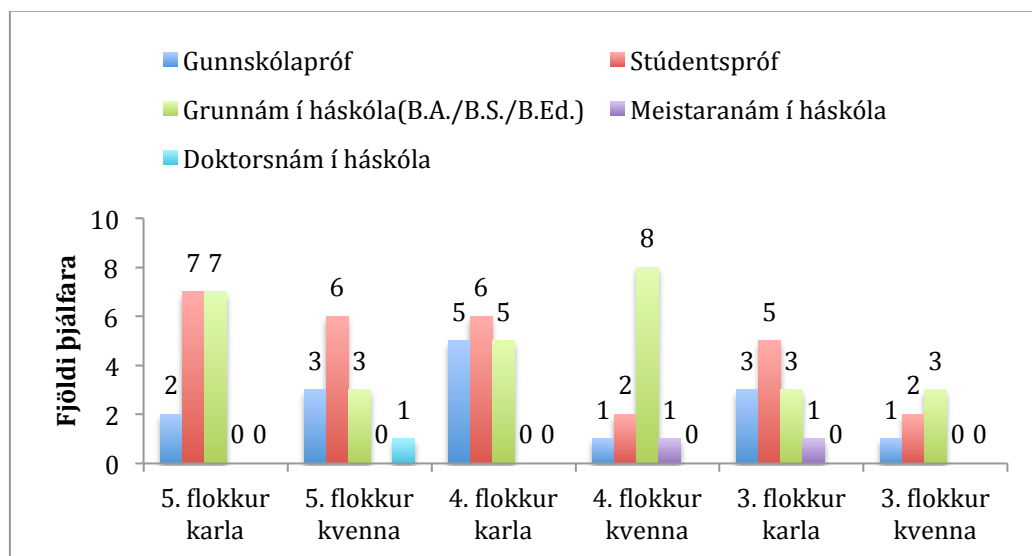
Á mynd 8 sést hve lengi þjálfararnir hafa að meðaltali stundað þjálfun á handknattleik. Bilið milli flokkanna eykst eftir því sem ofar er komið í flokkum og reynsla af þjálfun greinilega mjög misjöfn. Mesti munurinn er á milli 5. flokks karla og 5. flokks kvenna en 4,8 árum munar á meðaltali þessara flokka. Þess utan er bilið milli kynja í sama flokki í kringum tvö ár. Í elstu flokkunum eru þjálfararnir með reyndastir en samt sem áður eru kvennaþjálfararnir með ögn meiri reynslu af þjálfun, að undanskildum 5. flokki.



Mynd 8: Meðaltal þess hve lengi þjálfararnir hafa þjálfað handknattleik, skipt eftir flokkum.

4.3 Menntun þjálfaranna

Mynd 9 sýnir svör um menntun þjálfara og þar sést að þjálfararnir sem svöruðu könnuninni hafa misjafna menntun. Á myndinni er sýnt hvaða almennu menntun þjálfararnir hafa. Þar má sjá að þjálfarar 4. flokks kvenna eru flestir háskólagengnir eða níu talsins. Þjálfarar 4. flokks karla eru hinsvegar flestir eingöngu með grunnskóla- eða stúdentspróf. Einungis tveir þjálfarar höfðu lokið meistaranámi og einn hefur lokið doktorsnámi. Það sést einnig á myndinni að einungis sex þjálfarar 3. flokks kvenna svöruðu þessari spurningu þannig niðurstöður þessarar spurningar verða ekki alveg réttar í þeim flokkum þar sem svörunin var lítil. Niðurstöður þessarar spurningar koma hinsvegar töluvert á óvart sökum þess að hve margir þjálfarar eru ekki háskólagengnir. Einhverjir þjálfarar eru hinsvegar í námi en hafa ekki klárað.



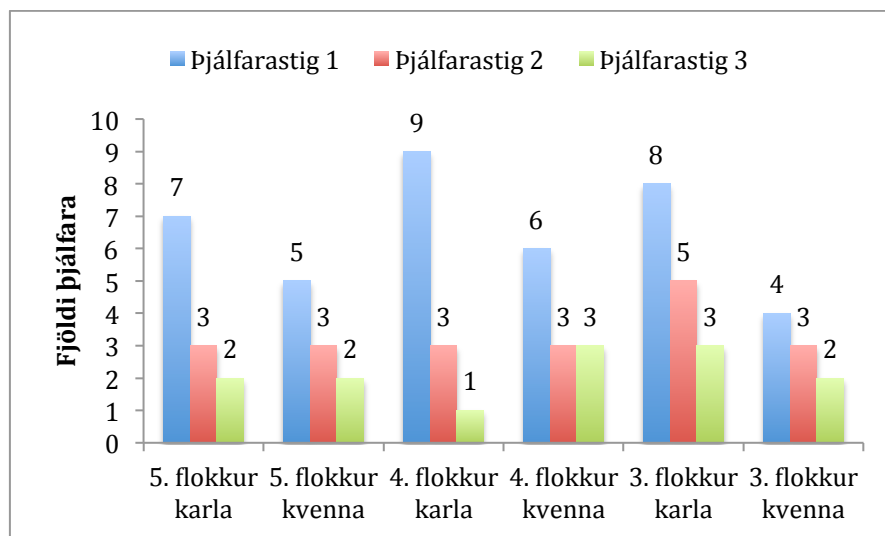
Mynd 9: Hæsta menntunarstig þjálfaranna þar sem miðað er við almenna menntun. Skipt niður eftir flokkum.

Tafla 2 sýnir sérhæfða íþróttamenntun þjálfara og þar sést að þjálfararnir sem tóku þátt í þessari könnun eru fæstir með einhverja sérhæfða íþróttamenntun. Enginn þjálfari hafði lokið meistaranámi í námi sem er sérhæft íþróttanám. Taflan sýnir að mjög lítil munur er á þeim sem þjálfar karla og kvennaflokka en þó eru karlaflokkarnir með ögn fleiri íþróttamenntaða þjálfara, en munurinn er lítil. Það má þó geta þess að þó nokkrir þjálfarar stunda nú þegar íþróttfræðinám en hafa ekki klárað og hafa því ekki enn þau réttindi sem hér er spurt um.

Tafla 2: Sérhæfð íþróttamenntun þjálfaranna. Fjöldi þeirra sem höfðu lokið sérhæfðri íþróttamenntun.

	Hef ekki sérhæfða íþróttamenntun	Íþróttfræðingur með kennsluréttindi	Íþróttfræðingur án kennsluréttinda (3 ár)	Alls
5. flokkur karla	6	2	2	10
5. flokkur kvenna	10	0	1	11
4. flokkur karla	10	1	2	13
4. flokkur kvenna	8	1	2	12
3. flokkur karla	9	2	1	12
3. flokkur kvenna	3	0	1	4

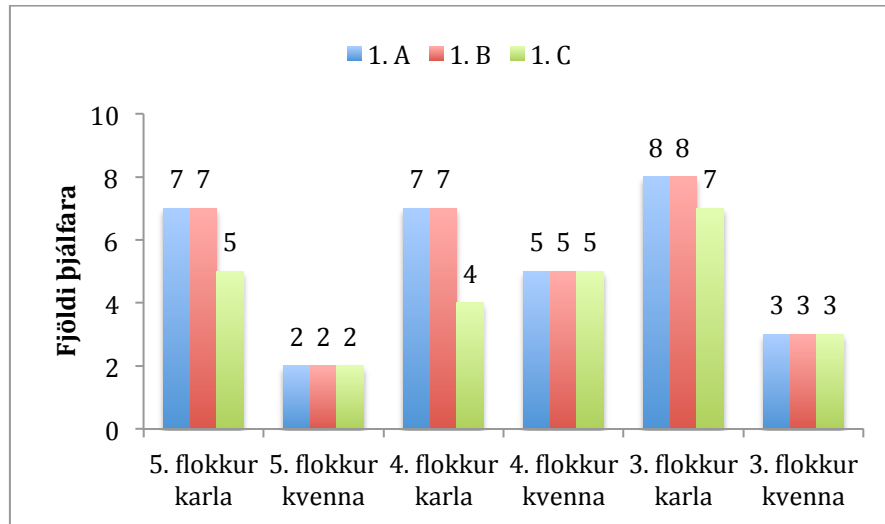
Mynd 10 sýnir að langflestir þjálfararnir búnir að ljúka þjálfarastigi 1 frá ÍSÍ en fæstir hafa lokið þjálfarastigi 3. Þessar niðurstöður koma líklegast fæstum á óvart en auðveldasta aðgengið er að þjálfarastigi 1 þar sem hægt er að klára það sem valfag í vel flestum framhaldskólum landsins. Það samt sem áður kemur talsvert á óvart hve fáir þjálfarar hafa klárað þjálfarastig 2 og 3. Munur milli kynja er samt mjög lítill og sést að þjálfarar drengja og stúlkna eru frekar jafnir hvað varðar þjálfaramenntun frá ÍSÍ.



Mynd 10: Fjöldi þjálfara sem hafa lokið þjálfaranámskeiðum ÍSÍ, skipt niður eftir flokkum.

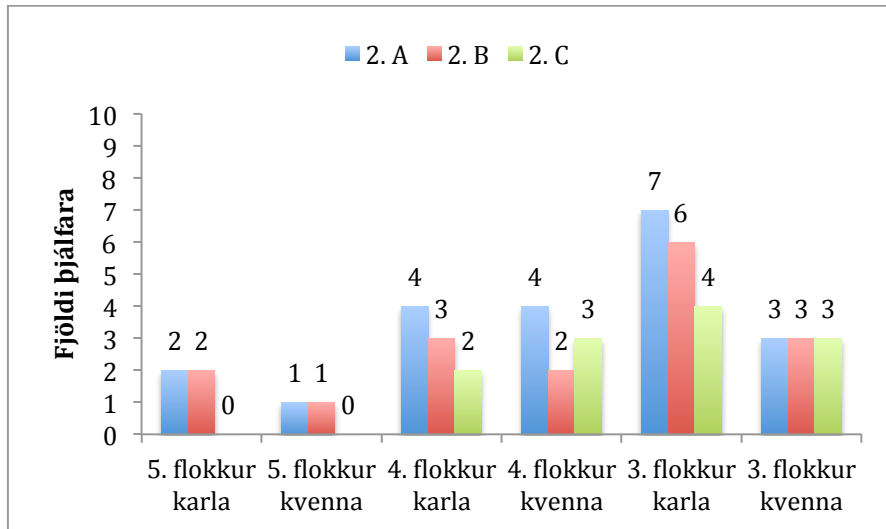
Mynd 11 sýnir fjölda þjálfara sem hefur Þjálfarastig 1 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum. Það voru þjálfarar sem svöruðu þessari spurningu búnir að öðlast þjálfararéttindi 1 frá HSÍ og eins og mynd 11 gefur til kynna þá er munur milli þeirra sem þjálfu stúlkur og drengi mjög mikill hér. Í öllum flokkum eru þeir sem þjálfu drengi mun fleiri sem hafa lokið við þessi réttindi, hvort sem það er 1 A eða 1 B en í einu tilfalli eru fleiri kvennaþjálfarar með réttindi 1 C (4. flokkur kvenna) annars eru karlaflokkarnir með fleiri þjálfara með þessi réttindi. Flestir þjálfarar

sem hafa lokið við þessi réttindi eru að þjálfa 3. flokk karla á meðan fæstir eru að þjálfa 5. flokk kvenna. Færri stúlknaþjálfarar svöruðu þessari spurningu en drengjaþjálfarar svo myndin gæti gefið ranga mynd á hvernig staðan er á landinu.



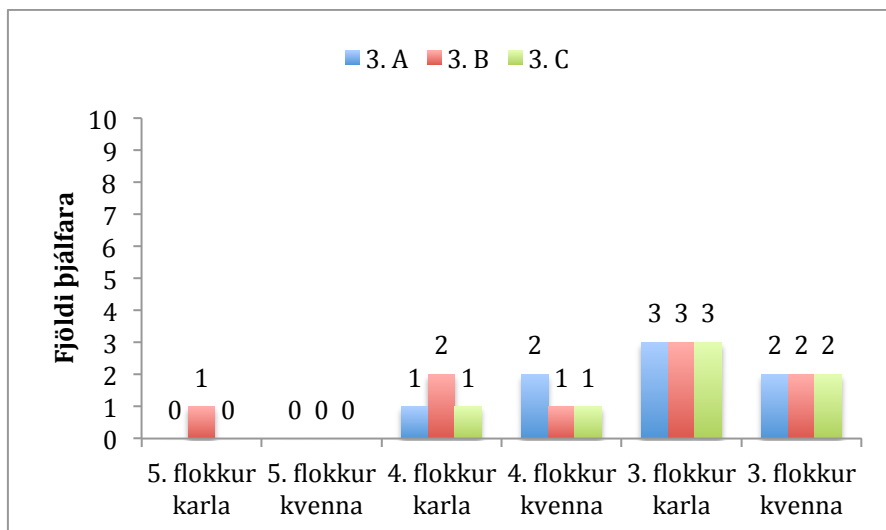
Mynd 11: Fjöldi þjálfara sem hefur Þjálfarastig 1 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum.

Mynd 12 sýnir fjöldi þjálfara sem hefur Þjálfarastig 2 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum. Færri þjálfarar hafa lokið við þjálfararéttindi 2 frá HSÍ en töluvert minni munur er á milli kynja hér eins og sjá má á mynd 12. Minnstur er munurinn á milli þjálfara 4. flokks karla og kvenna þar sem flokkarnir eru með jafnmarga menntaða þjálfara frá stigi 2. Mestur er munurinn í 3. flokki karla og kvenna en þar eru drengirnir með töluvert fleiri þjálfara sem hafa lokið við þessi stig. Lítil sem enginn munur var á 5. flokki en þar eru samt sem áður tveir þjálfarar sem hafa lokið við stig A og B hjá drengjunum en einn þjálfari lokið þeim stigum hjá stúlkunum. Rétt eins og við mynd 11 þá svöruðu fleiri drengjaþjálfarar þessari spurningu í könnuninni þannig að niðurstöðurnar gefa ekki heildræna mynd hvernig ástandið er á landinu öllu.



Mynd 12: Fjöldi þjálfara sem hefur Þjálfarastig 2 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum.

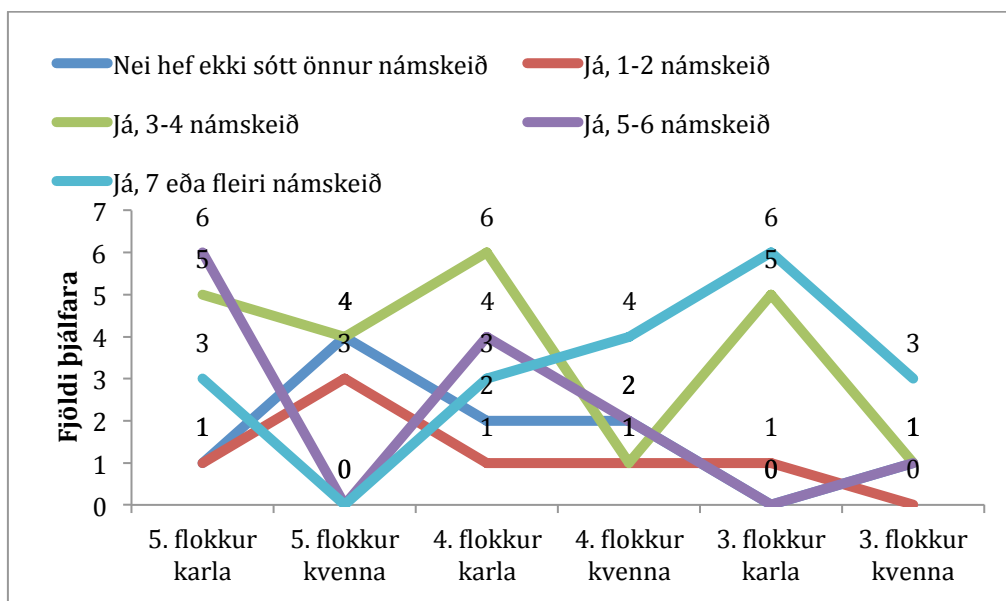
Mynd 13 sýnir fjöldi þjálfara sem hefur Þjálfarastig 3 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum. Mjög fáir þjálfarar höfðu öðlast réttindi af þjálfarastigi 3 frá HSÍ eins og mynd 13 gefur til kynna. Munurinn milli flokka helst í hendur milli stiga en þjálfarar yngstu flokkanna eru jafnan með minni réttindi en þeir sem þjálfar eldri iðkendur. Enn og aftur eru það þjálfarar 3. flokks karla sem eru flestir með öll þessi réttindi en lítill munur er á 3. flokki karla og kvenna. Lítill munur er svo á 4. flokki karla og kvenna en hjá 5. flokki er einungis einn þjálfari sem hefur réttindi á 3. þjálfunarstigi frá HSÍ, hann þjálfar 5. flokk karla.



Mynd 13: Fjöldi þjálfara sem hefur Þjálfarastig 3 A/B/C frá HSÍ, skipt niður eftir flokkum.

Á mynd 14 má sjá fjölda þjálfara sem hafa sótt önnur námskeið en þjálfarastigin sem geta nýst þeim í sínu starfi sem þjálfarar. Þeir sem ekki hafa sótt nein námskeið eru þó fleiri að þjálfarar kvennaflokka eða sjö á móti þrem sem þjálfarar

karlaflokka. Munurinn milli flokka er þó alls ekki mikill en hann er mestur í 5. flokki. Munurinn á drengjaflokkum og stúlknaflokkum er ekki jafn mikill þegar skoðaðir eru þeir þjálfarar sem hafa sótt 1 - 2 námskeið. En munurinn er einnig mestur í 5. flokki en þar hafa fleiri þjálfarar stúlkna sótt námskeið en þjálfarar drengja. Jafnmargir þjálfarar í 4. flokki hafa sótt 1 - 2 námskeið og munurinn er lítill sem enginn í 3. flokki, en þar er einn þjálfari drengja sem hefur sótt námskeið á móti engum hjá stúlkunum. Munurinn eykst talsvert hjá þeim þjálfurum sem hafa sótt 3 - 4 námskeið en þar eru 16 þjálfarar drengja á móti sex þjálfurum stúlkna. Munurinn er mestur í 4. flokki en þar hafa sex þjálfarar drengja farið á þennan fjölda af námskeiðum á móti einum þjálfara stúlkna. Í 3. flokki er munurinn svipaður en þar eru fimm þjálfarar drengja á móti einum hjá stúlkunum. Munurinn er svo minnstur í 5. flokki þar sem eru fimm drengjaþjálfarar á mót fjórum stúlknaþjálfurum. Þegar skoðað er dálkurinn þar sem fjöldi þjálfara sem hafa sótt 5 - 6 námskeið eru, þá er munurinn enn mikill milli kynjanna en 10 þjálfarar drengja eru í þeim hópi á móti þrem þjálfurum stúlkna. Mestur er munurinn þar í 5. flokki en sex þjálfarar eru í 5. flokki karla en enginn í 5. flokki kvenna. Í 4. flokki eru þjálfararnir einnig fleiri í drengjaflokki en í 3. flokki er munurinn mjög lítill en þar er enginn karlaþjálfari á móti einum kvennaþjálfara. Að lokum eru það þjálfarar sem hafa sótt 7 námskeið eða fleiri og er þar engin breyting á milli þjálfara kynjanna. Tólf þjálfarar drengja hafa sótt sjö námskeið eða fleiri á móti sjö þjálfurum stúlkna. Minnstur er munurinn í 4. flokki en þar hafa samt sem áður fleiri þjálfarar stúlkna sótt svona mörg námskeið, eða fjórir á móti þrem þjálfurum drengja. Munurinn er svo jafn í 5. flokki og 3. flokki.

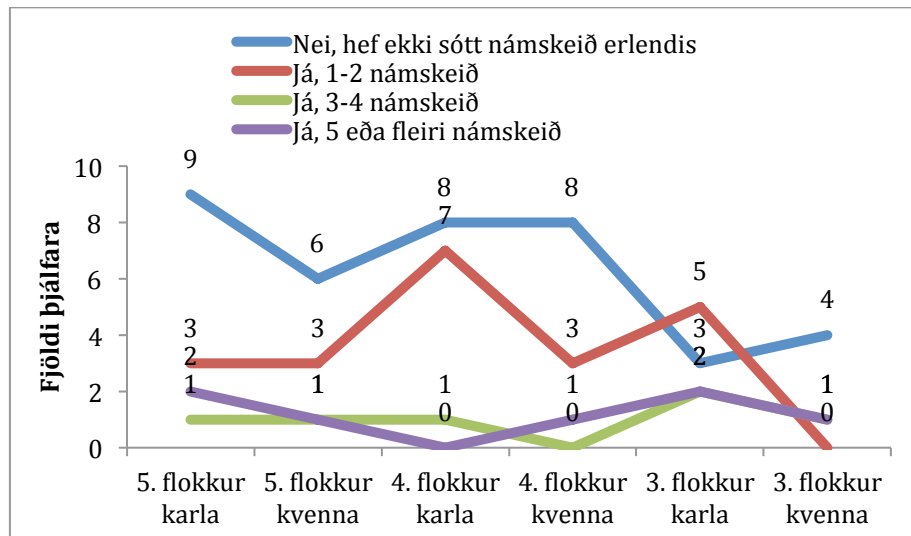


Mynd 14: Fjöldi þjálfara sem hafa sótt önnur námskeið hérlendis sem nýtast í þeirra þjálfun.

Þegar mynd 14 er skoðuð nánar þá er ekki hægt að sjá að þeir sem þjálfra eldri flokkana hafi sótt fleiri námskeið en þeir sem þjálfra yngri flokkana. Þannig má ætla að þjálfararnir sækji þessi námskeið af sjálfsdáðum en ekki sökum þess að félögin sendi þá á ákveðin námskeið til þess að geta þjálfað eldri iðkendum.

Á mynd 15 má sjá fjölda þjálfara sem hafa farið erlendis og sótt námskeið þar sem nýtast þeim í þeirra þjálfun. Það eru mun færri þjálfarar sem hafa sótt námskeið erlendis enda ekki greið leið að þeim námskeiðum, miðað við hér á landi. Ef skoðaður er 5. flokkur þá er mikið jafnræði milli þjálfara drengja og stúlkna, þó eru fleiri drengjaþjálfarar sem hafa ekki sótt námskeið erlendis en að öðru leyti er hlutfallið mjög jafnt milli drengjaþjálfara og stúlknaþjálfara. Hjá 4. flokki eru jafn margir hjá drengjum og stúlkum sem hafa ekki sótt námskeið erlendis en þegar kemur að þeim sem hafa sótt námskeið á erlendra grundu eru drengjaþjálfararnir fleiri. Það eru sjö þjálfarar drengja sem sótt hafa 1 - 2 námskeið á mótum þjálfurum stúlkna. Þegar skoðaðir eru þeir sem hafa sótt 3 - 4 námskeið eru það einn drengjaþjálfari á mótum engum stúlknaþjálfara, en dæmið snýst svo við þegar námskeiðin eru orðin 5 eða fleiri, þá er enginn drengjaþjálfari á mótum einum stúlknaþjálfara. Í 3. flokki eru þrjú drengjaþjálfarar sem ekki hafa sótt nein námskeið erlendis á mótum fjórum stúlknaþjálfurum. Þeir þjálfarar í 3. flokki sem sótt hafa námskeið erlendis eru mun fleiri þjálfarar drengja en stúlkna. Þeir sem hafa sótt 1 - 2 námskeið eru fimm drengjaþjálfarar á

móti engum stúlknáþjálfara. Þeir sem hafa sótt 3 - 4 námskeið og 5 eða fleiri eru tveir drengjaþjálfarar á móti einum stúlknáþjálfara.

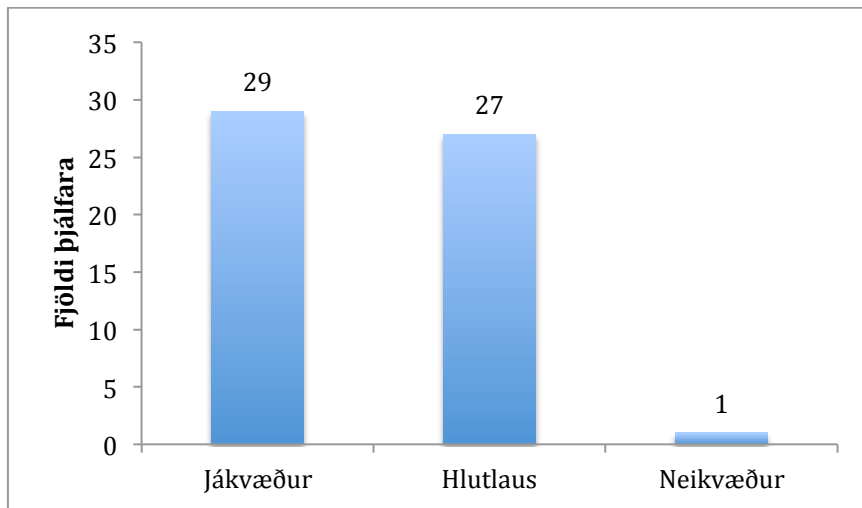


Mynd 15: Fjöldi þjálfara sem hafa sótt önnur námskeið erlendis sem nýtast í þeirra þjálfun.

Það verður að koma fram hér að fleiri drengjaþjálfarar svöruðu spurningunni um það hvort þeir hafi sótt námskeið erlendis en stúlknáþjálfarar svo munurinn gefur kannski ekki alveg rétta mynd á hvernig staðan er.

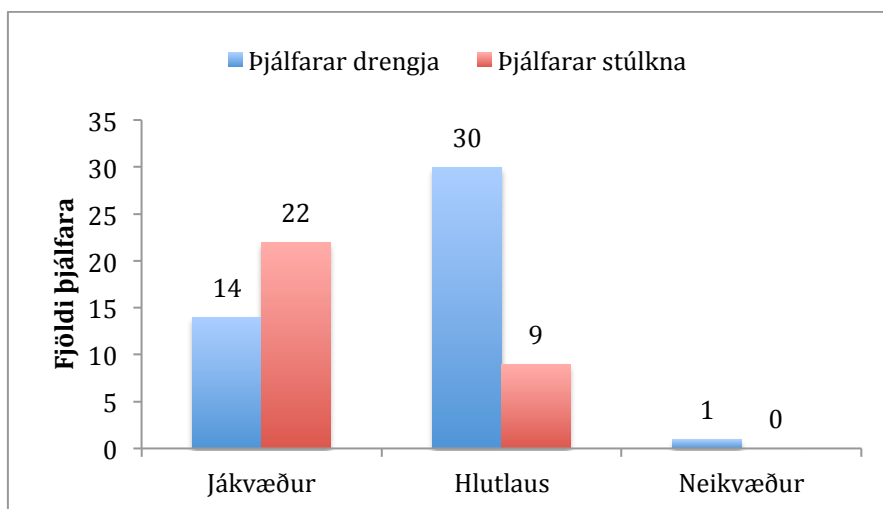
4.4 Viðhorf þjálfara til kvennaíþróttar

Mynd 16 sýnir viðhorf unglingsþjálfara til kvannahandbolta en flokkarnir eru þrír, 1) mikill áhugi, 7-15 stig, 2) hlutlaus, 16-24 stig og 3) neikvæð viðhorf, 25-35 stig. Mynd 16 sýnir að rúmur helmingur, 29 (51%) þjálfarar eru jákvæðir og miklir áhugamenn gagnvart kvannahandbolta og flokkast í flokk 1. Tæplega helmingur þjálfara flokkast í annan flokkinn sem hlutlaus viðhorf til kvannahandboltans og einungis einn þjálfari hefur sterk neikvæð viðhorf gagnvart kvannahandbolta.



Mynd 16: Viðhorf unglingsþjálfara til kvennahandbolta.

Mynd 17 sýnir viðhorf þjálfara skipt niður eftir því hvort þeir þjálfar stúlkur eða drengi og þar kemur fram að meirihluti þeirra sem þjálfar stúlkur eru með jákvætt viðhorf gagnvart kvennabolta. Þá má einnig sjá að miklu mun fleiri drengjaþjálfarar eru hlutlausir, gagnvart kvennahandbolta. Eini þjálfarinn sem er með sterk neikvæð viðhorf er þjálfari drengja. Þjálfararnir eru hér fleiri en 57 sökum þess að sumir eru að þjálfar fleiri en einn flokk og sumir eru að þjálfar bæði drengi og stúlkur.



Mynd 17: Viðhorf þjálfara skipt niður eftir því hvort þeir þjálfar stúlkur eða drengi.

5. Umræður

Í rannsókninni sem gerð var fyrir þetta B.Sc. verkefni var fjallað um menntun þjálfara á unglíngastigi í handknattleik. Menntun og reynsla þjálfaranna var skoðuð og borin saman og athugað var hvort mikill munur væri á milli flokka ásamt því hvort það væri munur milli þeirra sem þjálfu drengi og þeirra sem þjálfu stúlkur. Viðhorf þjálfaranna til kvennaíþróttu voru líka skoðuð þar sem kannað var hvort þau væru mismunandi milli þeirra sem þjálfu drengi og stúlkur. Rannsóknarspurningunum verður svarað í þessum kafla, en þær spurningar sem lágu fyrir í upphafi voru fjórar:

1. Hver er menntun þjálfara í yngri flokkum í handknattleik á Íslandi?
2. Hver er reynsla þjálfara í yngri flokkum af þjálfun og keppni?
3. Er munur á menntun og reynslu þjálfara sem þjálfu stúlkur og drengi?
4. Eru viðhorf þeirra sem þjálfu drengi til kvennaíþróttu önnur en þeirra sem þjálfu stúlkur?

Þær tilgátur sem settar voru í kjölfar spurninganna voru þessar:

5. Menntun yngriflokkþjálfara er almennt séð ekki mikil.
6. Menntun þeirra þjálfara sem þjálfu drengi er almennt meiri en þeirra sem þjálfu stúlkur.
7. Reynsla þeirra þjálfara sem þjálfu drengi er almennt meiri en þeirra sem þjálfu stúlkur, bæði af þjálfun og keppni.
8. Þeir sem þjálfu kvennaflokka hafa almennt meiri áhuga á kvennaíþróttum en þeir sem þjálfu drengi.

5.1 Menntun þjálfara

Fyrsta spurningin sem reynt er að svara eftir að niðurstöður rannsóknarinnar eru komnar í ljós snýr að menntun þjálfaranna. Þegar horft er til menntunar þjálfara er ekki alls ekki mikill munur milli þeirra sem þjálfu drengi eða stúlkur. Það sem kom þó örlítið á óvart varðandi almenna menntun er hversu fáir þjálfarar eru háskólagengnir. Þegar á heildina er litið þá eru einungis 26 þjálfarar með háskólamenntun, eða 45,6%. Það má þó nefna það að margir þjálfarar stunda nám

í dag á háskólastigi en hafa ekki lokið við það svo þeir hafa ekki öðlast réttindin sem fylgja náminu.

Hvað varðar sérhæfða íþróttamenntun, þá hafa hana tiltölulega fáir. Það kom á óvart hve fáir þjálfarar voru með sérhæfða íþróttamenntun en einungis 11 þjálfarar voru með menntun á því sviði eða einungis 23,4% þeirra þjálfara sem tóku þátt í könnuninni. Enginn þjálfari hafði meistaraþráðu í sérhæfðri íþróttamenntun. Ekki var mikill munur á milli þeirra sem þjálfu drengi og stúlkur þó svo að ögn fleiri drengjaþjálfarar en stúlknaþjálfarar séu með sérhæfða íþróttamenntun. Það sama gildir hér og varðandi almennu menntunina að einhverjir þjálfarar leggja stund á nám í dag í íþróttáfræði en hafa ekki lokið við námið og þ.a.l. ekki öðlast réttindin enn. Það er mjög jákvætt þar sem við munum þá eiga fleiri þjálfara í framtíðinni sem starfa í yngri flokkum með sérhæfða íþróttamenntun að baki.

Sú þjálfaramenntun frá ÍSÍ sem þjálfararnir hafa lokið skiptist niður í þrjú stig, eins og kom fram í inngangskaflanum þá eru stig fjögur og fimm ekki til ennþá, en eru í mótun. Það kom ekki mikið á óvart að flestir þjálfarar höfðu lokið við Þjálfarastigi 1 frá ÍSÍ en aftur á móti voru mun færri en búist var við í fyrstu búnir með Þjálfarastig 2 og 3. Eins og kom fram hér að framan hefur munur milli kynja verið tiltölulega lítill hingað til en þegar kemur að þessum þjálfarastigum frá ÍSÍ þá eru mun fleiri þjálfarar drengja með þessi réttindi heldur en þjálfarar stúlkna. Það kom í sjálfu sér ekki mikið á óvart miðað við þær tilgátur sem settar voru fram í upphafi verkefnisins. Samt sem áður, í ljósi þess að þjálfarar stúlkna hafa svipaða ef ekki meiri reynslu af þjálfun en þjálfarar drengja þá hefði mátt búast við jafnari niðurstöðum úr þessari spurningu. Það þarf þó að koma fram að færri stúlknaþjálfarar svöruðu spurningunni en drengjaþjálfarar svo niðurstöðurnar eru líklega ekki lýsandi fyrir stöðuna á þjálfurum landsins.

Þegar skoðuð er sú þjálfaramenntun sem hægt er að fá hjá HSÍ skiptist hún niður í stig 1, 2 og 3 þar sem hvert stig skiptist niður í hluta A, B og C. Eins og gefur að skilja voru flestir þjálfarar með stig 1A og 1B en ögn færri með 1C. Það var lítið sem kom á óvart við niðurstöðurnar í þessari spurningu og var sama sagan varðandi mun milli kynjanna. Þar voru þjálfarar stúlkna mun færri í öllum flokkum sem höfðu lokið við þessi stig þjálfaramenntunar HSÍ. Það verður þó að koma fram aftur að færri stúlknaþjálfarar svöruðu þessari spurningu en

drengjaþjálfarar svo niðurstöðurnar gefa líklega ekki rétta mynd á því hvernig staðan er á landinu öllu.

Þó nokkur munur var á fjölda þeirra sem lokið höfðu þjálfarastigi 1 og 2 frá HSÍ, en mun færri þjálfarar höfðu sótt þjálfarastig 2. Það sama er uppi á teningnum hér varðandi mun milli kynja, en færri stúlknþjálfarar hafa öðlast þessi réttindi. Það sem kom á óvart varðandi niðurstöður af þjálfarastigi 2 er það að munur milli flokka eykst þegar komið er á þetta stig. Á stigi 1 var skipting þjálfaranna tiltölulega jöfn sama hvaða flokka um var að ræða, en á stigi 2 eru mun fleiri þjálfarar sem þjálfar 3. flokk miðað við 4. flokk og 5. Flokk sem hafa lokið því stigi.

Fáir þjálfarar höfðu lokið þjálfarastigi 3 frá HSÍ, en hæsta gildi í þeim flokki voru þrjár þjálfarar. Það var ekkert sem kom á óvart við niðurstöður frá þessu stigi. Færri þjálfarar höfðu lokið þessu 3. stigi en 2. stigi og færri stúlknþjálfarar en drengjaþjálfarar höfðu lokið því. Munurinn milli flokka var þó svipaður og á stigi 2. Fleiri þjálfarar 3. flokks höfðu öðlast þessi réttindi heldur en þjálfarar 4. og 5. flokks.

Þjálfarar sækja gjarnan námskeið, önnur en þau sem gefa þjálfararéttindi, til að auka þekkingu sína á greininni sem þeir þjálfar til þess að bæta sig í sínu starfi sem þjálfarar. Það kom í ljós að mun fleiri þjálfarar hafa sótt einhver slík námskeið heldur en þeir sem ekki hafa sótt nein námskeið af því tagi. Það hljóta að teljast mjög jákvæðar niðurstöður. Aftur á móti eru mun fleiri þjálfarar drengja sem hafa sótt námskeið aukalega heldur en þjálfarar stúlkna. Það kom ekki mikið á óvart í ljósi þess hvernig niðurstöður varðandi önnur þjálfararéttindi voru. Það virðist aftur á móti ekki vera þannig að þjálfarar eldri flokkanna hafi sótt fleiri námskeið en þeir sem þjálfar yngri flokkana. Skoðaða var hvort þjálfararnir hafi sótt námskeið erlendis. Niðurstöðurnar sýna að minnihluti þjálfara hafði sótt námskeið á erlenda grundu, enda ferðalög dýr og þau eru yfirleitt á kostnað þjálfaranna sjálfra. Munurinn milli þess hvort þjálfararnir voru að þjálfar drengi eða stúlkur er aðeins minni hér en þegar námskeið hérlendis voru skoðuð, en þó eru fleiri þjálfarar drengja sem hafa sótt námskeið erlendis. Rétt eins og í niðurstöðunum varðandi þjálfarastigin bæði hjá ÍSÍ og HSÍ, þá voru fleiri sem þjálfar drengi sem svöruðu þessum spurningum um námskeið sem þeir hafa sótt, bæði hérlendis og erlendis og því gefa niðurstöðurnar líklega ekki alveg rétta mynd á hvernig staðan er í raun og veru.

Segja má að tilgátan um menntun þjálfara hafi staðist sökum þess að þjálfarar sem lokið hafa háskólamenntun eru töluvert færri en þeir sem ekki hafa lokið háskólamenntun. Einnig eru mjög fáir þjálfarar með sérhæfða íþróttamenntun. Tilgátan sem sett var fram um að munur sé á menntun þjálfara drengja og stúlkna stenst einnig. Þó fleiri stúlknaþjálfarar séu háskólagengnir þá eru fleiri drengjaþjálfararnir með sérhæfða íþróttamenntun og til viðbótar eru fleiri drengjaþjálfarar með þjálfararéttindin frá ÍSÍ og HSÍ.

Það væri því fróðlegt að sjá fleiri rannsóknir á þessum vettvangi gerðar í framtíðinni til þess að sjá hvort fleiri þjálfarar sækir sér menntun sem tengist íþróttum og íþróttþjálfun. Það eru heilt yfir þjálfarar drengja sem hafa meiri þjálfararéttindi en þjálfarar stúlkna. Hugsanlegt er því að það gæti verið meðvirkandi orsök þess að þjálfun drengja sé ívið betri og þ.a.l. skili fleiri körlum í atvinnumennsku en konum.

5.2 Reynsla þjálfara

Þegar reynsla þjálfaranna af keppni og þjálfun er skoðuð má sjá að lítil munur er á þjálfurum eftir því hvort þeir eru að þjálfra eldri eða yngri iðkendur og munurinn er líka lítil milli þeirra sem þjálfra drengi og stúlkur. Reynsla þjálfara úr yngri flokkum er mjög jöfn. Þeir sem stunda handknattleik í yngri flokkum stunda hann að jafnaði upp flesta yngri flokkana, eða í um 10 ár. Það er svo þegar komið er upp í eldri flokkana þegar samkeppnin verður meiri að brottfall á sér stað. Þá hætta flestir sökum áhugaleysis, óánægju með þjálfara o.fl. (Brynja Kristjánsdóttir og Kristín Brynja Gunnarsdóttir, 2008). Reynsla þjálfaranna af því að leika með meistaraflokki var að meðaltali minni en reynsla úr yngri flokkum eins og við var að búast. Það vekur sérstaka athygli við niðurstöður úr þessari spurningu að þjálfarar allra stúlknaflokkanna voru með meiri leikreynslu úr meistaraflokki en þjálfarar drengjanna.

Niðurstöðurnar af reynslu þjálfaranna af þjálfun handknattleiks komu einnig töluvert á óvart, en fyrirfram var búist við að þeir sem þjálfra drengi væru með meiri reynslu en þeir sem þjálfra stúlkur. Annað kom á daginn og voru þjálfarar stúlkna með meiri reynslu af þjálfun bæði í 4. og 3. flokki, en í 5. flokki voru þjálfarar drengja með meiri reynslu.

Reynsla handknattleiksþjálfara á unglingastigi hér á landi var heilt yfir mjög svipuð í stúlkna- og drengjaflokkum og jafnari en fram kom um menntun þeirra. Tilgátan sem sett var fram varðandi það að reynsla drengjaþjálfara sé meiri en stúlknaþjálfara bæði af reynslu og keppni stenst ekki þar sem reynsla stúlknaþjálfara er í flestum tilfellum ögn meiri en reynsla drengjaþjálfara. Þetta svarar þá þriðju spurningunni sem sett var fram í upphafi um það hvort það sé munur á menntun og reynslu þjálfaranna. Hér að framan kom fram að menntun þjálfaranna væri meiri hjá drengjaþjálfurum en hvað reynslu af þjálfun varðar þá eru stúlknaþjálfarar með yfirhöndina.

5.3 Viðhorf þjálfara til kvennaíþróttar

Niðurstöður þessa hluta rannsóknarinnar komu talsvert á óvart. Fyrirfram var búist við að afgerandi meirihluti þjálfara væru jákvæðir gagnvart kvennaíþróttum. En niðurstöðurnar leiddu í ljós að rétt rúmur helmingur (51%) þjálfara sem tóku þátt í þessari rannsókn voru með jákvætt viðhorf til kvennaíþróttar. Þá voru tæplega helmingur (47%) hlutlausir og einn (2%) þjálfari með neikvætt viðhorf til kvennaíþróttar.

Til að svara spurningu 4 sem sett var fram í upphafi, um hvort viðhorf þeirra sem þjálfar drengi séu önnur en þeirra sem þjálfar stúlkur þá leyna niðurstöðurnar sér ekki. Þjálfarar stúlkna hafa mun frekar jákvætt viðhorf gagnvart kvennaíþróttum en þeir sem þjálfar drengi. Þær niðurstöður eru í samræmi við þá tilgátu sem sett var fram um þetta efni. Þeir þjálfarar sem þjálfar drengi eru mun fleiri hlutlausir gagnvart kvennaíþróttum almennt. Einungis einn þjálfari sýndi sterk neikvæð viðhorf gagnvart kvennaíþróttum og var sá að þjálfar drengi.

6 Lokaorð

Handknattleikur er í stöðugri þróun og breytist ár frá ári. Því tel ég mikilvægt að þeir sem ætli sér að starfa við þjálfun handknattleiks mennti sig og fylgist með þróuninni ásamt því að tileinka sér bestu aðferðirnar hverju sinni til þess að standa undir þeim kröfum sem greinin gerir til þeirra.

Markmiðið með þessu verkefni var að finna út stöðu menntunar og reynslu þjálfara á unglíngastigi í handknattleik á Íslandi ásamt því að kanna viðhorf þjálfara til kvennaíþróttanna. Niðurstöður rannsóknarinnar leiddu í ljós að munur milli kynja er ekki jafn mikill og búist var við í upphafi, en samt sem áður eru þjálfarar drengja með yfirhöndina hvað varðar menntun sem tengist íþróttum og íþróttþjálfun en þeir þjálfarar sem þjálfar stúlkur eru ögn fleiri búnir að ljúka hærra menntunarstigi hvað almenna menntun varðar. Reynsla þjálfaranna var mjög jöfn milli þess hvort þeir voru að þjálfar drengi eða stúlkur en að jafnaði höfðu stúlknþjálfarar ögn meiri reynslu, bæði af keppni og þjálfun.

Þessar niðurstöður gefa ekki tilefni til að ætla að ólík reynsla eða menntun þjálfara sé megin skýringarbreyta varðandi mun sem er milli árangurs, ástundunar og brottfalls úr karlahandbolta annars vegar og kvannahandbolta hins vegar, þó líklegt sé að þessi atriði skipti máli. Framhaldsrannsóknir er því þörf þar sem sérstakri athygli yrði beint að öðrum atriðum, þar á meðal félagslegum, menningarlegum og sálfræðilegum þáttum, til að skýra til hlítar þann mun sem til staðar er milli kynjanna í handknattleik.

7. Heimildaskrá

Ásbjörn Friðriksson og Grétar Þór Eyþórsson. (2011). „*Stórasta land í heimi*“.
Óbirt BS-ritgerð: Háskólinn í Reykjavík, Íþróttافرæði.

Brynja Kristjánsdóttir og Kristín Brynja Gunnarsdóttir. (2008). *Brottfall stúlkna úr íþróttum*. Óbirt BS-ritgerð: Kennaraháskóli Íslands, Íþróttabraut.

Cole, M., Cole, S. R. og Lightfoot, C. (2005). *The Development of Children* (5. útgáfa). New York: Worth Publishers.

Cushion, C. J., Armour, K. M. og Jones, R. L. (2003). Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach [rafræn útgáfa]. *Quest*, 55. 215-230.

Eyþór Guðnason, Kristinn V. Jóhannsson og Óskar Atli Rúnarsson. (2005). *Menntun knattspyrnuþjálfara á Íslandi 2004*. Óbirt BS-ritgerð: Kennaraháskóli Íslands, Íþróttabraut.

Fédération Internationale de Football Association [FIFA]. (2012). *FIFA/Coca-Cola Women's World Ranking*. Sótt 3. desember 2012 af <http://www.fifa.com/worldranking/rankingtable/women/index.html>.

Freyja Másdóttir og Haraldur Þorvarðarson. (2006). *Er munur á menntun og reynslu þjálfara í handknattleik?: meistaraflokkur karla og kvenna*. Óbirt BS-ritgerð: Kennaraháskóli Íslands, Íþróttabraut.

Gilbert, W. og Trudel, P. (1999). Framing the construction of coaching knowledge in experiential learning theory. *Sociology of sport online*. Sótt 1. nóvember 2012 af <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i1/v2i1s2.htm>.

Gjerset, A., Haugen, K. og Holmstad P. (1998). *Þjálfifræði* (Anna Dóra Antonsdóttir þýddi). Reykjavík: Iðnú og Íþrótt- og Ólympíusamban Íslands.

Handknattleikssamband Íslands. (2012). *Uppbygging þjálfaramenntunar*. Reykjavík. Höfundur.

Handknattleikssamband Íslands. (e.d.). *Lög Handknattleikssambands Íslands*. Sótt 15. apríl 2012 af <http://www.hsi.is/files/3303-0.pdf>.

Háskóli Íslands. (e.d.). *Íþróttá- og heilsufræði*. Sótt 10. maí 2012 af http://vefsetur.hi.is/laugarvatn/sites/files/laugarvatn/namsframbood_hops_innri_tad_2012%28uppf%C3%A6rt2012%29.pdf

Háskólinn í Reykjavík (e.d.). *BS-Nám í Íþróttáfræði*. Sótt 10. maí 2012 af <http://www.ru.is/lisalib/getfile.aspx?itemid=4149>

International Handball Federation. (e.d.-a). *Ranking Table - Men*. Sótt 15. nóvember 2012 af <http://www.ihf.info/TheGame/RankingTable/tabid/98/Default.aspx?month=7&year=2010&teamCatID=2>.

International Handball Federation. (e.d.-b). *Ranking Table - Women*. Sótt 15. nóvember 2012 af <http://www.ihf.info/TheGame/RankingTable/tabid/98/Default.aspx?month=7&year=2010&teamCatID=3>.

Íþróttá- og Ólympíusamband Íslands. (e.d.-a). *Þjálfaramenntun*. Sótt 10. nóvember 2012 af <http://isi.is/fraedsla/thjalfaramenntun/>.

Íþróttá- og Ólympíusamband Íslands. (e.d.-b). *Þjálfari 1*. Sótt 10. nóvember 2012 af <http://isi.is/fraedsla/thjalfaramenntun/thjalfari-1/>.

Íþróttá- og Ólympíusamband Íslands. (e.d.-c). *Þjálfari 2*. Sótt 10. nóvember 2012 af <http://isi.is/fraedsla/thjalfaramenntun/thjalfari-2/>.

Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands. (e.d.-d). *Þjálfari 3*. Sótt 10. nóvember 2012 af <http://isi.is/fraedsla/thjalfaramentun/thjalfari-3/>.

Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands. (e.d.-e). *Íþróttir barna og unglunga*. Sótt 3. desember 2012 af <http://isi.is/fraedsla/ithrottir-barna-og-unglinga/>.

Jón Steindór Þorsteinsson og Ríkharð Bjarni Snorrason. (2007). *Menntun knattspyrnuþjálfara á Íslandi 2006*. Óbirt BS-ritgerð: Kennaraháskóli Íslands, Íþróttabraut.

Knattspyrnusamband Íslands. (e.d.). *Þjálfaranámskeið*. Sótt 9. apríl 2012 af <http://www.ksi.is/fraedsla/thjalfaranamskeid/>.

Mesquita, I., Boges, M., Rosado, A. og Souza, A. D. (2011). Handball coaches' perceptions about the value of working competences according to their coaching background [rafræn útgáfa]. *Journal of Sports Science and Medicine*, 10, 193-202.

Ólafsson K., Leiknisdóttir, A., Guðmundsson, B., Lippe, G., Oddsson, G., Jankauskaité, M. o.fl. (2006). *Sports, Media and Stereotypes: Women and Men in Sports and Media*. Akureyri: Jafnréttisstofa.

Óskar Ófeigur Jónsson. (2010, 31. janúar). Ísland vann Pólland og tryggði sér bronsið á EM. *Vísir.is*. Sótt 5. nóvember 2012 af <http://www.visir.is/island-vann-polland-og-tryggdi-ser-bronsid-a-em/article/2010903296718>.

Steinar J. Lúðvíksson. (2012). *Saga handknattleiks á Íslandi 1920 - 2010*. Óútgefið handrit.

Svali H. Björgvinsson og Torfi Magnússon. (1994). *Karfa góð! - grunnstig KKI*. Reykjavík: Körfuknattleikssamband Íslands.

8 Viðauki

Hér á næstu síðum eru viðaukar verkefnisins. Spurningalisti sem þjálfararnir svöruðu ásamt útskýringu á stigagjöf viðhorfsspurninga spurningalistans.

8.1 Viðauki 1 - Spurningalisti

1. Hvers kyns ert þú? KK KVK
2. Hvenær ert þú fædd/ur? _____
3. Hvaða flokk/a ert þú að þjálfra? (ATH: einungis átt við aðalþjálfara flokks) (Hér má krossa við fleiri en einn valmöguleika).
 5. flokk karla 5. flokk kvenna 4. flokk karla 4. flokk kvenna 3. flokk karla
 3. flokk kvenna
4. Hve lengi spilaðir þú handknattleik í yngri flokkum? _____
5. Hve lengi hefur þú spilað / spilaðir þú handknattleik í meistaraflokki? _____
6. Hve lengi hefur þú starfað sem handknattleiksþjálfari? _____
7. Hvert er hæsta menntunarstig sem þú hefur **lokið**?
 Grunnskólapróf Stúdentspróf Grunnám í háskóla (B.A / B.S / B.Ed)
 Meistaránám í háskóla Doktorsnám í háskóla Annað? _____
8. Hefur þú einhverja sérhæfða íþróttamenntun?
 Hef ekki sérhæfða íþróttamenntun
 Íþróttfræðingur með kennsluréttindi Íþróttfræðingur án kennsluréttinda
 Meistarapróf í íþróttfræði og kennslufræði (M.Ed nám)
 Meistarapróf í íþróttfræði (M.Sc nám) Annað? _____
9. Hvaða þjálfaranámskeið hefur þú sótt á vegum ÍSÍ? (hér má merkja við fleiri en einn valmöguleika). Þjálfarastig 1 Þjálfarastig 2 Þjálfarastig 3
 Annað? _____
10. Hvaða þjálfaranámskeið hefur þú sótt á vegum HSÍ? (hér má merkja við fleiri en einn valmöguleika).
 1a 1b 1c 2a 2b 2c
 3a 3b 3c Annað? _____

11. Hefur þú sótt önnur námskeið hér á landi sem nýtast þér í þínu starfi sem þjálfari (önnur en þau sem gefa þjálfarastigin)?

Nei, hef ekki sótt önnur námskeið

Já, 1 - 2 námskeið Já, 3 - 4 námskeið Já, 5 - 6 námskeið Já, 7 eða fleiri námskeið

12. Hefur þú sótt námskeið erlendis sem nýtast þér í þínu starfi sem þjálfari?

Nei, hef ekki sótt námskeið erlendis Já, 1 - 2 námskeið Já, 3 - 4 námskeið

Já, 5 eða fleiri námskeið

13. Finnst þér HSÍ vera með nægilega mikið framboð af námskeiðum fyrir handknattleiksþjálfara hér á landi? Nei Hvorki né Já

14. Hve margar æfingar eru á viku hjá þínum flokki / flokkum? (sem þú svarar hér fyrir) _____

15. Hve margar klukkustundir notar þú að meðaltali á viku í undirbúning æfinga? _____

16. Er starfandi yfirþjálfari hjá því félagi sem þú þjálfar hjá? Já Nei

17. Hvort ert þú verktaki eða launþegi? Verktaki Launþegi

18. Á hvaða bili eru mánaðarlegar tekjur þínar sem handknattleiksþjálfari?

50 þúsund kr. eða lægra 50 - 100 þúsund kr. 100 - 150 þúsund kr.

150 - 200 þúsund kr. 200 - 250 þúsund kr. 250 þúsund kr. eða hærra

19. Hve miklum framförum tóku þínir leikmenn að jafnaði á síðasta ári? (-10 eins mikil afturför og ég tel mögulega á einu tímabili, 0 hvorki framför né afturför, 10 eins mikil framför og ég tel mögulega á einu tímabili).

-10 -9 -8 -7 -6 -5

-4 -3 -2 -1 0 1

-2 3 4 5 6 7

8 9 10

Hversu sammála eða ósammála ertu eftirfarandi fullyrðingum?

20. Ég hef minni áhuga á efstu deild kvenna í handbolta en á efstu deild karla.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

21. Ef ég þyrfti að velja milli þess að horfa á úrslitaleik í bikarkeppni í meistaraflokki karla eða meistaraflokki kvenna, myndi ég velja kvennaleikinn.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

22. Það er mikilvægara fyrir íslenskan handbolta að landslið karla nái góðum árangri á stórmótum en að landslið kvenna nái góðum árangri.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

23. Það á að gera meiri kröfur til þjálfunar drengja en stúlkna í yngri flokkum.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

24. Það er eðlilegt að drengir fái fleiri æfingar í viku en stúlkur.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

25. Handknattleikur drengja/karla í eldri flokkum og meistaraflokki er mun meira krefjandi líkamlega og andlega en sá bolti sem stúlkurnar spila.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

26. Mikilvægt er að efla handknattleik kvenna til að byggja upp kvennalandsliðið í framtíðinni.

Mjög sammála Frekar sammála Hvorki né Frekar ósammála Mjög ósammála

8.2 Viðauki 2 - Stigagjöf viðhorfsspurninga

Svör:

Mjög sammála 5 stig (nema í sp. 21 og 26 þar er 1 stig)

Frekar sammála 4 stig (nema í sp. 21 og 26 er 2 stig)

Hvorki né 3 stig

Frekar ósammála 2 stig (nema í sp. 21 og 26 er 4 stig)

Mjög ósammála 1 stig (nema í sp. 21 og 26 er 5 stig)

Skilgreining á stigagjöf

1. Þjálfari sem er mikill áhugamaður og jákvæður gagnvart kvennahandbolta
= 7 – 15 stig
2. Þjálfari sem er ekki með sérstaklega afgerandi viðhorf gagnvar kvk. bolta
= 16 -24 stig
3. Þjálfari sem hefur sterk neikvæð viðhorf gagnvar kvk. handbolta= 25 - 35
stig