

## Analyse

### Einhändiges Fangen - eine spektakuläre Technik setzt sich durch

VON DIETRICH SPÄTE UND RENATE SCHUBERT

6

## Angriff

### Die dänische Angriffsphilosophie Teil II

VON OLE NØRGAARD

16

## Athletik

### Handballspezifisches Krafttraining mit der Langhantel

VON JÜRGEN HOFMANN

26

## Übungssammlung

### Komplexübungen mit Rollenwechsel Teil I

VON HELMUT MARTIN

33

## Psychologie

### Coaching hat immer Saison Teil IV

VON PETER FEDDERN

36

## Qualitative Spielbeobachtung in China

Während der Frauen-WM in China setzte Bundestrainer Rainer Osmann bei der Spielanalyse auf professionelle Unterstützung. Dr. Christoph Dreckmann, Sportwissenschaftler der TU München (in Kooperation mit dem OSP Rhein-Neckar), der zusammen mit seinem Kollegen Dr. Karsten Görsdorf in den vergangenen vier Jahren männliche Jugend- und Junioren-Nationalmannschaften des DHB bei großen Turnieren und Lehrgangsmassnahmen betreute, oblag die videobasierte Betreuung der DHB-Frauen.

### Schwerpunkt Gegneranalyse

Vorwiegend Spiele gegnerischer Teams wurden aufgenommen und zeitnah analysiert, so dass direkt nach Abpfiff eine erste quantitative Vorstrukturierung vorlag. So konnte das Trainergespann Osmann, Schwabe und Blacha aus einem Pool die wichtigsten Szenen für die Mannschaftsvideoanalyse filtern sowie die Moderation derselben optimal aufeinander abstim-



Foto: Christof Dreckmann

men. Die Dauer der Videoanalysen betrug zwischen sieben und zwölf Minuten. Die komplette Mannschaftsvideoanalyse und Einstellung auf kommende Partien dauerten insgesamt nie mehr als 30 Minuten. Innerhalb der Analysen wurde strikt dieselbe Ordnung eingehalten. Alle Szenen wurden zunächst in Echtzeit und einer sich anschließenden Zeitlupensequenz abgespielt. Vor dem Auftaktspiel gegen Dänemark wurde die Videoanalyse aufgrund ihres Umfangs in zwei Teile gesplittet. Am Vormittag wurde speziell die Abwehr der Däninnen gezeigt, während am Nachmittag auf den Angriff eingegangen wurde. Diese Form der zweigeteilten Videoanalyse wurde bereits im männlichen Bereich durchgeführt und hat sich ebenfalls bewährt, da sich die Mannschaft ganz konkret auf jeweils eine Facette des nächsten Gegners konzentrieren kann. Konstruktive Ergänzungen waren Darstellungen auf einer Flipchart.

### 1. Angriff:

Es wurden erfolgreiche Auslösehandlungen und taktische Spielkonzeptionen des Gegnerteams gezeigt und im Dialog mit der Mannschaft Gegenmaßnahmen erarbeitet.

### 2. Gegenstoß und 2. Welle:

Das Tempospiel insbesondere der skandinavischen Mannschaften wurde erörtert, was mit dem eigenen geordneten und strukturierten Rückzugsverhalten einhergeht, bei dem Zuordnungsfragen geklärt wurden.

### 3. Abwehr:

Prägnante gegnerische Defensivszenen wurden ebenfalls thematisiert. Besonders Mannschaften wie Congo, Frankreich