

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S1

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

- 1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen

Der Gewinn der Meisterschaft zählt bisher mit zu meinen größten Erfolgen, weil ich nie gedacht hätte, dass wir das Turniergewinnen. Daneben zählen natürlich auch alle Länderspiele mit rein.

- 2.** Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?

Ja total. Meine Eltern fahren mich fast immer ins Training. Das sind nämlich immer zehn Kilometer Distanz. Auch sonst stehen meine Eltern voll dahinter. Sie sind immer bei den Spielen. Auf der anderen Seite sagen Sie aber auch immer wieder, dass die Schule genauso wichtig ist.

- 3.** Wie verbindest Du Schule und Leistungssport?

Ich muss sagen, dass mir die Schule im Vergleich zu anderen ziemlich leicht fällt. Ich lerne nicht sehr viel. Trotzdem schaffe ich es locker, dass die schulischen Leistungen einigermaßen gut sind. Ich kann mir das eigentlich auch nicht erklären. Es ist aber auch nicht so, dass ich gar nichts machen muss, aber es fällt mir eben etwas leichter. Wenn ich höre, was andere in meiner Klasse lernen und dann für Noten schreiben, ist das für mich schon ziemlich amüsant. Am Tag vor der Arbeit hat einer drei Stunden gelernt und ich zwei Stunden Krafttraining gemacht. Insgesamt liege ich im Mittelfeld, so bei 2,3 oder 2,4 im Durchschnitt. Wenn ich weiß, dass eine wichtige Klausur ansteht, setze ich mich schon mal länger hin. Aber das Argument einiger, dass Sie den ganzen Tag lernen müssen und nicht ins Training können, nehme ich ihnen nicht ab. Man kann nicht nach Haus kommen und sechs Stunden lernen, dass geht einfach nicht. Also ich lerne maximal zwei, höchstens drei Stunden am Tag und dann will ich auch gar nicht mehr.

**4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertreten sie?**

Mein jetziger Trainer in der A-Jugend heißt J. V., B. J. und D. K. trainieren die Männermannschaft, bei der ich auch mittrainiere. Mein Landestrainer heißt T2.

Im Heimatverein spielen wir in etwa dieselben Dinge wie in der Nationalmannschaft, aber es gibt natürlich einige kleine Unterschiede. Beispielsweise wird bei der Nationalmannschaft beim Übergang in der 3:2:1 Abwehr im System geblieben, während wir im Heimatverein dann auf 6:0 zurückgehen. Ursprünglich wollten wir auch im System bleiben, aber bei einem Spiel hat uns eine Mannschaft damit total auseinander genommen. In der ersten Mannschaft wird zu großen Teilen eine 6:0 gedeckt, aber auch teilweise 3:2:1. Wenn wir offensiv verteidigen, dann schon auch so wie bei der Nationalmannschaft. Der einzige Unterschied ist der, dass wir nach einem Übergang auf 6:0 zurückgehen. Ich hatte keine Umstellungsschwierigkeiten von Heimatverein und Nationalmannschaft diesbezüglich. Anders herum hatte ich eher Probleme. Dort fiel es mir schwer, nach einem Übergang der Gegner auf 6:0 zurückzugehen. Aber speziell durch den letzten Monat, in dem die Deutsche Meisterschaft und damit zusammenhängend viele Trainingseinheiten waren, habe ich mich daran gewöhnt. Insgesamt fällt mir die Umstellung nicht sehr schwer, weil nicht viele Sachen umzustellen sind.

Wir arbeiten in unserem Verein mit Videoanalysen. Allerdings läuft das nicht so intensiv wie bei der Nationalmannschaft ab. Natürlich werden auch mal Szenen von Spielzügen der Gegner zusammengeschnitten. Unser Trainer schneidet dann von einem Spiel was zusammen, aber es ist bei weitem nicht so effektiv wie hier. Es wird nicht auf Details eingegangen, sondern sehr grob analysiert. Ich denke, dass die Analysen, die der Trainer mit uns macht einfach zeigen sollen, dass die Mannschaft schlagbar ist. Vor kurzem, als das Final Four stattfand, haben wir uns ein Video von Eisenach drei Mal angesehen. Immer etappenweise in Abständen so um die 20 Minuten. Auch von Minden im Viertelfinale haben wir uns zwei, drei Mal zusammengesetzt und Video geguckt. Die Videoanalysen waren also nicht zur eigenen Analyse gedacht, sondern gegnerorientiert.

5. Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?

Ich bin ein Spieler, der eigentlich versucht, ruhig zu bleiben. Aber wenn man merkt, dass der Schiedsrichter gegen einen pfeift, raubt einem das schon ein bisschen das Selbstbewusstsein. Wenn du vorher schon weißt, dass er dir bei der Körperfinte Schritte abpfeift, ist das schon demotivierend. Es gibt solche Schiedsrichter. Du machst deine Körperfinten in 100 Spielen und immer bei denselben Schiedsrichtern ist das dann Schrittfehler. Wenn man dann wieder zwei oder drei Erfolgserlebnisse hat, dann geht's schon wieder. Aber insgesamt besitzen Schiedsrichter schon ein hohes Beeinflussungspotential.

Vor dem Spiel finde ich es richtig geil, wenn die Halle voll ist. Es macht Spaß, sich warm zu laufen, man ist motiviert und will den anderen richtig zeigen, wer hier der Bessere ist. Im Spiel selbst hat man eher einen Tunnelblick. Natürlich jubelt man nach einem Tor, beziehungsweise wird bejubelt. Aber eigentlich bekommt man von dem drum herum gar nichts mit, weil man eben konzentriert ist. Beim Final Four hatten Fans von uns ein Megaphon dabei und fragten, ob wir gehört hätten, was sie reingerufen haben. Aber wegen der hohen Konzentration habe ich nichts gehört. Generell finde ich aber schon sehr wichtig, dass Zuschauer da sind. Es spornt erheblich an.

Also wenn wir vor Gegnerpublikum spielen, dann gibt mir das eher einen Schub nach vorne. Mir ist es noch nicht passiert, dass mich die Zuschauer ausgepiffen haben, dazu kann ich nichts sagen. Aber wenn das Publikum für ihre Mannschaft ist und man in fremder Halle spielt, ist das schon auch beflügelnd. In der eigenen Halle macht es aber am meisten Spaß.

Man kann immer nur so gut spielen, wie gut der Gegner ist. Wenn ich weiß, dass mein direkter Gegenspieler richtig stark ist, dann beeinflusst mich das schon. Ich bin dann viel konzentrierter und fokussiere mich sehr stark auf ihn. Ich konzentriere mich dann wahrscheinlich weniger um den Gegnerverbund als ganze Mannschaft, sondern isoliere mein Gegenüber und konzentriere mich nur auf ihn. Ich habe dann auch mehr Respekt vor meinem Gegner, weil ich weiß. Dass er eine gute Körperfinte, einen guten Wurf hat oder andere Qualitäten besitzt. Man geht dann auch vorsichtiger zu Werke, weil man jede Sekunde aufpassen muss. Es ist einfach

so, dass sich bei einem starken Gegenspieler Angst und Aufmerksamkeit vermischen. Angst davor, auf bestimmte Spielaktionen hereinzufallen. Aufmerksamkeit dafür, die Angst zu minimieren, weil man konzentriert und fokussiert ist.

Wenn meine Eltern im Publikum sitzen, motiviert mich das schon. Ich schaue im Spiel zwei, drei Mal zu meinem Vater hoch – das habe ich mir so angewöhnt. Er gibt mir dann eine Rückmeldung, dass ich mehr allein gehen soll, oder das etwas gut oder nicht so gut war. Es hilft mir schon sehr, wenn ich weiß, dass meine Eltern da sind. Bei Spielunterbrechungen nehmen wir dann kurz Kontakt auf und kommunizieren, so weit es denn geht.

**6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen?**

Ich denke, dass das Verhältnis unter allen in der Mannschaft fast nicht besser sein kann. Wie die Trainer sich uns gegenüber verhalten, ist schon ziemlich kollegial. Das wir sie zum Beispiel duzen dürfen, ist auch nicht üblich, so wie ich das sonst kenne. Ich finde das schon klasse, wie T2 und T1 das machen. Auch die Arbeit mit Euch bringt glaube ich viel. Es sind ja auch alles junge Leute, das macht schon Spaß.

## *II. Medium*

**1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein?**

Hier sehe ich große Unterschiede zwischen Bundestrainern und Heimtrainer, vor allem dahingehend, was einem individuell gezeigt wird. Wenn T1 mir zeigt, auf welche Arten und Weisen man den Kreisläufer anspielen kann, dann ist das schon toll. Das machen wir im Verein so gut wie gar nicht. Also im Kleingruppenverhalten tut sich da sehr viel bei der Nationalmannschaft. Im Verbund wird einem gezeigt, mit welchen ganz einfachen Auslösehandlungen, wenn man sie richtig spielt, zum Erfolg

kommen kann. Das ist schon um einiges besser als im Verein. Man lernt auch viel mehr als einzelner Spieler als im Verein.

**2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein?**

Die Ansprachen sind laut und verständlich. Probleme gab es bei mir und vielleicht auch bei anderen Spielern in der Nummerierung der Positionen von eins bis sechs in Angriff und Abwehr. Das war anfangs ein bisschen unverständlich. Meistens fragen die Trainer uns ja auch, ob wir alles verstanden haben oder noch Fragen sind. Das finde ich auch gut, dass man als Spieler die Möglichkeit hat, eventuell nachzuhaken.

Im Großen und Ganzen verarbeite ich die Videoanalysen für mich selber. Ab und zu kommt es schon mal vor, dass ich kleine Absprachen mit dem Kreisläufer treffe. Er soll die Sperre länger halten oder sich auf einen eventuellen Pass gefasst machen.

**3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben?**

Es gibt bestimmt manche Spieler, für die die Videoanalysen langweilig sind. Ich glaube nicht, dass es viele sind. Für mich speziell als Mittelfeldspieler ist es sehr wichtig zu sehen, was geklappt hat und nicht. Einigen Spielern ist die Videoanalyse aber auch ein bisschen lästig. Sie sagen es nicht offen

**Nachfrage:** Was ist Taktik?

Taktische Inhalte sind für mich die Anweisungen vom Trainer, wie man ins Spiel zu gehen hat und welche Mittel man im Angriff anwendet, um den Gegner zu überwinden.

Bei der Unterscheidung von Technik, Taktik und Kondition kommt es meiner Meinung nach auf die Position an, auf der du spielst. Grundsätzlich ist Technik aber die wichtigste Voraussetzung, um Handball spielen zu können. An zweiter Stelle kommt für mich die Taktik, speziell die gruppentaktischen Maßnahmen. An dritter Stelle sehe

ich die Kondition, wobei das nicht heißen soll, dass Kondition unwichtig ist. Ein gewisses Maß an Kondition reicht aus. Aber ohne Technik kann man keine Taktik machen.

### III. Aussagen

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen? (Wann das eine wann das andere? Kombinationen?)

Ich finde es besser, ausgewählte Szenen zu zeigen. Bei einem kompletten Spiel gibt es viele Längen, weil irgendwann mal eine Szene kommt, bei der man etwas sieht und dann wieder drei, vier andere Szenen kommen, bei denen man wieder nichts sieht. Darunter leidet ja auch die Konzentration. Bei Videoanalysen sollte man auswählen, welche Szenen man zeigt. Vor dem Spiel sollte man eigentlich gute, positive Szenen zeigen. Nach einem Wettkampf sollte man auch auf die Schwächen eingehen. Mir ist es auch schon passiert, dass ich während des Zeigens eines kompletten Spiels eingenickt bin, da der Raum auch entsprechend abgedunkelt wurde. Aber ich glaube, dass ich da nicht der einzige bin. Wenn man 40 und mehr Minuten Video zeigt, ist das nach meinem Ermessen zu viel.

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen? (wovon hängt das ab?)

Ich würde vielleicht fünf oder sechs Abwehrszenen zeigen und im Angriff auf jeden Fall mehr, zehn bis 15 Szenen in etwa. Ich denke, dass es hier einfach mehr Auslösehandlungen gibt und man mit Hilfe des Videos noch mehr verbessern kann. In der Abwehr würde ich nur so wenige Szenen zeigen, weil in der Regel das gleiche System gespielt wird und man sieht nach wenigen Szenen, wo die Stärken und Schwächen einer Gegnermannschaft oder von einem selbst liegen.

- 3.** Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser? (oder 2 bzw. mehrere? Was hältst Du von Standbildern?)

Mit Zeitlupen arbeitet sich es um einiges leichter. Ich finde es gut, eine Szene zunächst in Echtzeit ablaufen zu lassen, dann eine Zeitlupe hinterher und die Szene noch mal in Echtzeit. Das reicht zum Verständnis aus. Standbilder finde ich weniger geeignet, da man hier die Bewegung der einzelnen Spieler gar nicht erkennen kann. Als Alternative dazu würde ich eine langsame Zeitlupe bevorzugen.

- 4.** An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern? (verändert sich das in den Kleingruppen und Einzelanalysen?)

Es geht bestimmt etwas von den Informationen verloren. Alles kann man nicht behalten. Insbesondere die Informationen, die einen selber betreffen, an die kann man sich erinnern. Spielszenen, an denen ich völlig unbeteiligt bin, gehen an mir vorbei. Aber Instruktionen und Szenen, die die gesamte Mannschaft betreffen, kann ich besser behalten, zum Beispiel das Rückzugsverhalten.

Hier ist es noch ein bisschen intensiver als bei der Mannschaftsanalyse, weil man die Szenen ja kommentieren und bewerten muss.

- 5.** Kannst Du Dich an Informationen aus den Spielanalysen im Spiel erinnern/ bestimmte Dinge wieder erkennen? (Erläuterung Timing, Abstände, Stellungsspiel, Handlungsketten, Beschreib das mal!)

Ich versuche mir bereits vor dem Wettkampf ein Konzept im Kopf bereit zu legen, wie man gegen den Gegner agiert, was gut klappen könnte und was weniger. Außerdem bekommt man auch permanent Hilfe vom Trainer, der entsprechende Instruktionen während des Wettkampfes gibt. Man merkt im Wettkampf schon, wenn das Timing nicht stimmt, man selber zu früh ist oder seine Nebenspieler günstig oder ungünstig stehen. Da kann man durch Videotraining schon viel verändern.



6. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen? (Trainer sagt: Die Spitze bei 3:2:1 bleibt im System, aber...)

Ob man die Vorgaben des Trainers umgesetzt hat oder nicht, kann man in der Abwehr an der Anzahl der Gegentore erkennen. Also nimmt man da schon wahr, dass die Vorgaben so erfüllt wurden, dass es dem Gegner nur schwer oder gar nicht gelungen ist, Tore zu werfen. Im Angriff nimmt man auch umgesetzte Vorgaben wahr, eben dadurch ob ein Spielzug gelungen ist oder nicht. Es hängt zum einen eben immer vom Gegner ab. Wenn der Gegner richtig gut spielt, kann man gar nicht alles umsetzen. Auch können einige Vorgaben im Spiel vergessen werden. Es ist und bleibt nun mal ein Handballspiel, da geht es ums Gewinnen. Ich bin mir nicht sicher, ob man über die 60 Minuten alle Vorgaben im Kopf hat. Es ist dann eben gut, wenn man in der Halbzeit wieder an die Vorgaben und Ziele erinnert wird, weil man im Spiel zu konzentriert auf die einzelne Situation ist.

#### IV. Interne Faktoren

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Die Motivation hier ist schon ganz anders. Bei einem Länderspiel will man natürlich immer sein Bestes geben. Ich sage mir immer, gebe dein Bestes, mehr geht nicht. Du hast gut trainiert, bist vorbereitet auf die Situation, konzentriert und hast nichts zu verlieren. In der Saison haben wir auch keine Gegner gehabt. Da geht man völlig emotionslos ins Spiel hinein, ohne Motivation. Man fragt sich dann nur, ob man mit zehn oder 20 Toren gewinnt. Es ist auch deswegen etwas anderes bei der Nationalmannschaft, weil hier Konkurrenz da ist und man ja auch unbedingt dabei bleiben will.

**2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?**

Ich denke, dass ich bei der Technik ziemlich weit vorne bin. Ähnlich sieht es auch bei der Taktik aus, wo ich mich vorne sehe, wenn ich das so sagen darf. Auch bei der Kondition bin ich im oberen Drittel, aber bei der Kraft muss ich Abstriche machen – da bin ich eher unten.

**3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann? (Weitere Elemente: 3:2:1-Abwehr, Auslösehandlungen: SWE, DEN, FRA, Vespren, Alt und Neu, Sperren, Verlagern links und rechts)**

Bei der 5:1 habe ich die Aufgabe, das Spiel der anderen zu stören, schnelle Querpässe wegzunehmen, aber dabei immer meinen Mann im Blick zu behalten. In der 3:2:1 soll ich weniger aushelfen, sondern eher verschieben und verdichten im Abwehldreieck. Daneben soll ich dem Halben beim Verteidigen aushelfen, so dass wir eher einen Wurf des Gegners von Außen riskieren.

Vor jedem Spielzug muss ich als Mittelman den Spielzug ansagen, damit jeder bescheid weiß, wo er zu stehen hat, was er zu machen hat.

Dänemark – verlagern, Platz für Außen schaffen

Schweden – Halb durch Kreuzung in Position bringen, auflösen, sperren

Stützpunkt – gehen oder Druck weiterleiten

Doppelkreuzen – erste Kreuzung vorbereiten

Alt/Neu – Verlagern, Platz für Halb schaffen, Kreuzung einleiten, eigene Chance suchen

Frankreich – Platz für Kreisläufer schaffen, evtl. Pass zum Kreis, auflösen

Vespre – von Halb agieren mit Kreis auf Pos. 4,

Norwegen – Spiel verzögern und für Einlaufenden Außen arbeiten

Yugo – Torgefahr und für Halben Druck machen

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern? (Nachfrage: viel oder weniger oder gar nicht?)

Es hat mir auf jeden Fall geholfen. Gerade die Kooperation in der Kleingruppe kannte ich aus meinem Heimatverein nicht so. Durch die Analysen sieht man es eben auch, wie einfach es ist, Tore zu erzielen. Auch die Trainerkritik ist berechtigter geworden, weil man es ja hinterher auf dem Video genau sieht.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?  
z.B.:

Konnten Dich die gezeigten Videos vor den Spielen in Biberach motivieren?  
(Nachfrage: Halbzeitintervention – Sinn oder Unsinn?)

Die Szenen vor dem Spiel spornen mich enorm an, gerade Spielzüge und Individualaktionen. Man ist zwar schon konzentriert auf das Spiel, aber geht mit einem guten Gefühl raus in die Halle. Von Halbzeitinterventionen halte ich nicht so viel. Das wäre mir dann zuviel an Informationen. Ich brauche die Halbzeit, um zu verschlafen und etwas zu trinken in den ersten fünf Minuten. In den zweiten fünf Minuten sollten die Trainer etwas zu uns sagen. Dann auch noch Beamer und Video ist hinderlich.

**Wir danken Dir für dieses Gespräch.**

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig und entspannt

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S2

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

- 1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen (Nachfragen: Was sind Deine größten Erfolge und wo willst Du sportlich mal hin?)

Ja, also es hat ziemlich früh schon angefangen. Mein Vater hat in unserem Verein im Dorf den Trainer gemacht, mein Bruder hat dort gespielt, meine Mutter. Die ganze Familie hat gespielt und da war es dann automatisch, dass ich auch gespielt habe. Ab so zweieinhalb Jahren bin ich schon immer in die Halle mitgenommen worden und dann, ab, ich denke, mit vier Jahren habe ich dann richtig im Verein angefangen. In der Halle war ich aber schon immer mit dabei. Man kann sagen, dass ich in der Halle groß geworden bin.

Also auf jeden Fall sehe ich als großen Erfolg, dass ich jetzt hier bei der Nationalmannschaft sein darf. Es ist auch schon der vierte Lehrgang hintereinander und mit der badischen Auswahl wurde ich auch Länderpokalsieger. Im Verein wurden wir jetzt auch dritter bei der Deutschen Meisterschaft. Ich hoffe, dass noch weitere Erfolge kommen werden.

- 2. Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?**

Also sie fahren mich überall hin, also ins Training. Mein Vater ist ja auch Trainer bei mir in der A-Jugend nächstes Jahr, also kommende Saison. Er hilft mir auch immer weiter und gibt mir Tipps mich zu verbessern. Es ist natürlich, also, weil mein Vater auch mein Trainer ist, ich finds gut auf jeden Fall. Manchmal ist es so, wenn Vater einen anmotzt, dann denkt man, dass er einen oft anders behandelt als andere, obwohl das eigentlich ja gar nicht so ist. Also so ist es jedenfalls bei meinem Vater. Es könnte aus Sicht meiner Mannschaftskollegen so sein, dass ich nur spiele, weil der Trainer mein Vater ist. Also ich denke aber, dass es bei uns, also mein Vater ist ja nicht allein. Also in der A-Jugend haben wir zwei Trainer und ich denke, dass dort auf jeden Fall nach Leistung gegangen wird. Meine Geschwister freuen sich auf jeden Fall für mich.

3. Wie verbindest Du Schule und Leistungssport? (Nachfrage: Werden Deine schulischen Leistungen durch den Leistungssport beeinflusst oder/und anders herum)?

Also ich denke, dass ich für die Schule auf jeden Fall zu faul bin, dass ich dort zu wenig tue. Also meine Freizeit ist ja nicht viel, wo ich hab. Dass ich die auf jeden Fall noch besser nutzen könnte für die Schule. Das ich dort ein bisschen mehr tun kann. Im Vergleich zum letzten Jahr war ich in der Schule jetzt schlecht. Da muss ich auf jeden Fall mehr tun in der nächsten Zeit. Ich will Abitur machen und komme jetzt von Klasse 10 in die Klasse 11. Meine Lehrerin findet es gut, dass ich Leistungssport mache, aber ich muss halt alles nacharbeiten.

4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertritt er? (Nachfrage: Wird in Eurem Heimatverein/Landesverband mit Videoanalysen gearbeitet – welche Erfahrungen hast Du damit gesammelt?)

Heimtrainer Andreas Intze, mein Vater und Chris Armbruster

Landestrainer Andreas Intze

Also in der Abwehr, also unser Trainer, der Andreas Intze, der macht, also der hat da auch, also wir decken eigentlich immer 3:2:1 und da ist eher mannbezogen, nicht so wie beim Pitti, dass man also immer auf eine Seite verschiebt und da dicht gemacht wird und das ist bei unserem Trainer, der mag das anders. Also ich bevorzuge auch eigentlich das, was wir hier spielen, mehr, also die jugoslawische Abwehr, die finde ich eigentlich auch, die mag lieber. Ja im Angriff ist es, ... ja also.. da unterscheidet sich das Spiel nicht so, also nicht groß. Wir spielen auch viele Auslösehandlungen. Es bereitet mir keine Probleme. Wir arbeiten auch mit Video. Ja, unser Trainer arbeitet auch mit Video. Wenn wir jetzt zum Beispiel im Training Abwehr-Angriff spielen, da hat er immer seine Videokamera mit dabei, dann filmt er das und dann schauen wir uns das nach dem Training meistens auf dem Laptop an. Und da können wir unser Wurfverhalten von den Außenpositionen und den anderen angucken. Auch den Torhütern nutzt das ziemlich viel. Insgesamt nutzt es eben viel. Er macht Trainingsaufnahmen und filmt immer selber. Also diese Saison haben wir

die Videoanalyse gemacht und dann meistens Gegner beobachtet, ab dem Zeitpunkt, wo die Deutsche Meisterschaft losging. Wir haben aber auch uns selber gesehen, aber meistens Gegner, gegen die wir dann gespielt haben. Da haben wir dann 20-25 Minuten geguckt oder auch mal eine ganze Halbzeit.

5. Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?

Schiedsrichter:

Ich probiere die Entscheidungen des Schiedsrichters nicht zu kommentieren. Wenn er etwas pfeift, dann hat er es halt gepfiffen. Die Entscheidungen lassen sich ja nicht mehr rückgängig machen. Daher würde ich sagen, lasse ich mich eigentlich nicht beeinflussen. Das gilt auch, wenn er halt gegen uns pfeifen würde. Auch hier kann man nichts mehr rückgängig machen.

Zuschauer:

Wenn die heimische Halle richtig voll ist, dann ist man beim Warmlaufen schon aufgeregt. Aber wenn das Spiel beginnt, dann nehme ich das nicht mehr so arg wahr. In Gegnerhallen ist es ähnlich, auch dort nehme ich es nicht mehr so stark wahr. Ich probiere mich generell auf das Spiel zu konzentrieren, egal ob Heim oder Auswärts. Ich nehme Zuschauer und Stimmung ab Spielbeginn kaum wahr. Zum Beispiel haben wir im Viertelfinale dieses Jahres gegen den VFL Gummersbach gespielt. In Gummersbach waren um die 1000 Zuschauer und es war halt eine richtig gute Stimmung. Von unseren Fans aus Kronau waren vielleicht 30 Leute da. Die ganze Halle war gegen uns und es war schon ein gutes Spiel, was wir leider mit einem Tor verloren haben. Daheim haben wir dann wiederum mit acht Toren gewonnen und sind ins Halbfinale gekommen.

Freunde/Familie:

Ich nehme unter dem Spiel keinen Blickkontakt zu ihnen auf. Natürlich freue ich mich, wenn Freunde zum Spiel kommen. Einige Freunde kamen schon mal zum Spiel, aber Blickkontakt nehme ich dann während des Spiels nicht auf.

Gegner:

Also ich finde, dass es irgendwie automatisch ist. Wenn man weiß, man spielt gegen einen richtig großen und starken Gegner, dann ist man viel motivierter, als gegen einen schwachen Gegner. Aber trotzdem finde ich, muss man in beiden Spielen Vollgas geben. Es kann ja auch passieren, dass der schlechtere Gegner einen guten Tag erwischt. Also mir ist es schon passiert, dass ich ins Spiel gegangen bin und dachte – passieren kann da eigentlich nichts. Es wurde dann aber doch schwerer als erwartet.

6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen? (Wie ist das Verhältnis zwischen den einzelnen?)

Ich denke, dass wir Spieler auf jeden Fall ziemlichen Respekt vor den Trainern haben. So viel reden tun wir ja eigentlich nicht mit den Trainern, wenn es um persönliche Sachen geht. Bei den Spielern untereinander fand ich, dass das Verhältnis von Lehrgang zu Lehrgang immer besser wurde. Also in Glinde, wo mein erster Lehrgang war, wie für viele andere auch – hier waren alle ruhig und so weiter, wenige haben etwas gesagt. Aber dann wurde es immer besser und jetzt versteht sich eigentlich jeder mit jedem, das ist super. Die Trainer gehen gut mit uns um. Da sie uns immer weiter bringen wollen, sowohl sportlich als auch menschlich. Das Verhältnis zu Euch Spielbeobachtern finde ich auch gut. Ihr zeigt uns ja auch immer, was wir besser machen können bei den Spielanalysen.

## II. Medium

1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein? (Warum?)

Ich denke, dass die Trainer auf jeden Fall sehr viel taktisches Wissen haben. Der Pitti hat glaube ich bei 300 Länderspielen und damit hat er auf jeden Fall einige Erfahrung. Dazu kommt, dass er auch viel mit Svonimir Serdarusic vom THW Kiel



zusammenarbeitet. Deswegen kann man von ihm noch viel lernen und hat bereits auch schon ein gutes taktisches Verständnis. Chris war ja auch gut als Spieler. Ich denke, beim Spielen selbst bekommt man die größte taktische Erfahrung und deswegen ist sein Wissen auch auf jeden Fall gut.

2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein? (z. B. variabel genug, Sind alle Aussagen der Trainer verständlich? Nachfrage: Worin liegen Probleme? Sprichst Du danach noch mit anderen Spielern über die Inhalte? Gibt es Schwierigkeiten zwischen den Auffassungen der Heimtrainer/Landestrainer und den Bundestrainern?)

Ich finde auf jeden Fall gut, wie das zurzeit abläuft, wie die Trainer das machen. Der Pitti macht das auch manchmal noch vor. Ich finde das gut. Ich verstehe auch inhaltlich das, was sie den Spielern zu sagen versuchen. Nach den Spielanalysen gehe ich unterschiedlich damit um. Manche Spieler reden noch miteinander, manche verarbeiten es für sich selbst. Ich persönlich rede gerne mit anderen, vor allem über vergangene Spiele. Da suche ich meistens von mir aus das Gespräch. Ich wechsel da die Gesprächspartner, es gibt keine direkte Ansprechperson.

3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben? (Was bedeutet allgemein Taktik für Dich, Verhältnis zwischen Technik, Kondition, Taktik? Wird z.B. zuviel über den Rückraum oder ähnliches gesprochen?)

Das kann ich jetzt so nicht sagen, ob alle Lust haben. Ich habe Lust darauf, weil man ja was besser machen kann. Da kann man ja immer etwas sehen und das finde ich auch gut. Sich selber zu sehen, ist jetzt normal.

Taktik ist für mich, welche Spielabläufe man zum Beispiel gegen welche Abwehr spielt, also 6:0, 5:1, 3:2:1. Es ist wichtig, dass man gegen die die richtigen Angriffsmittel findet. Auch in der Abwehr zum Beispiel beim Verschieben ist es wichtig zu wissen, wie und wo man steht.

Vergleich Technik, Taktik, Kondition/Kraft

Ich würde sagen, dass alles drei gleich wichtig ist. Ohne Technik und Kraft hat man, je höher es geht, immer weniger Chancen. Taktik braucht man natürlich auch, weil es wird ja immer mehr mit Videoanalysen im Sport und da braucht man halt alles drei. Ich persönlich denke, dass das Spielverständnis, also das Einschätzen von Situationen, nämlich richtige Entscheidungen zu treffen, ist vielleicht doch am wichtigsten. Das Spielverständnis ist für mich auch eng mit Technik verbunden.

### III. Aussagen

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen? (Wann das eine wann das andere? Kombinationen?)

Ich würde eher Szenen zeigen als das gesamte Spiel. Hier würde ich ein paar gute Szenen zeigen, in denen schön gespielt wurde. Dann würde ich aber danach mehr schlechte Szenen aus Angriff und Abwehr zeigen. Die Szenen würde ich gemischt hintereinander zeigen, also mal eine gute, mal eine schlechte. Ich habe keine Ahnung, warum ich das so machen würde, einfach vom Gefühl her.

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen? (wovon hängt das ab?)

Ich würde insgesamt höchstens 20 Szenen zeigen. Die würde ich nicht in Angriff und Abwehr teilen, also nicht grad Hälfte-Hälfte, sondern vom Spiel abhängig. Vielleicht mehr Angriffsszenen, vielleicht mehr Abwehrszenen, das hängt vom Spiel ab.

3. Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser? (oder 2 bzw. mehrere? Was hältst Du von Standbildern?)

Bei Zeitlupen ist auf jeden Fall gut, dass man das noch mal langsam sieht. Auch das mehrmalige vor- und zurückspulen finde ich sehr gut, weil man da alles sehr genau

sieht. Wenn das Bild angehalten wird, sieht man auch sehr gut, wo man steht und was man richtig oder falsch gemacht hat.

4. An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern? (verändert sich das in den Kleingruppen und Einzelanalysen?)

Ich denke nicht, dass ich mich an alles erinnere. Aber an das meiste aus der Analyse kann ich mich gut erinnern, da wir es ja im Training auch wieder trainieren. Deswegen ist es das meiste. Verloren geht am ehesten das, wo ich gar nicht dabei bin. Wenn ich an etwas bestimmten beteiligt bin, kann ich mir das viel eher merken. Ich denke, dass das Erinnerungsvermögen in einer Kleingruppe viel intensiver ist. Das ist wie in der Schule. In einer kleineren Klasse lernt es sich besser, als in einer großen Klasse. So ähnlich könnte es auch hier sein, also bei den Spielern.

5. Kannst Du Dich an Informationen aus den Spielanalysen im Spiel erinnern/ bestimmte Dinge wieder erkennen? (Erläuterung Timing, Abstände, Stellungsspiel, Handlungsketten, Beschreib das mal!)

Wenn man sich mit der Videoanalyse eines Wettkampfes beschäftigt hat, kann das auf jeden Fall für den nächsten Wettkampf helfen. Wenn man aber nach einer solchen Analyse nicht weiter drauf eingeht, also wenn die Analyse beendet ist, nicht weiter daran denkt, dann hat sie eben auch einen kleineren oder gar keinen Einfluss. Wenn man sich aber wirklich damit beschäftigt und auch im Training konzentriert übt, was man gehört und gesehen hat, dann kann das einen gewissen Einfluss haben. Bei mir ist es zum Beispiel das Gegenstoßverhalten, dort das Anlaufen, die Sprunghaltung und das Warten beim Wurf. Dann z.B. das Einlaufen von Außen und meine Stellung am Kreis, die Sperrstellung selbst. Das habe ich bis jetzt verbessern können. Im Spiel laufen die Dinge dann automatisch ab.

6. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen? (Trainer sagt: Die Spitze bei 3:2:1 bleibt im System, aber...)

Eine Möglichkeit könnte sein, dass man im Heimatverein ganz anders spielt, ganz andere Systeme hat, als hier in der Nationalmannschaft. Im Verein spielt man ja auch viel öfter, dass man das irgendwie gewohnt ist. Darin könnte die Schwierigkeit liegen dass die Umsetzung schwer fällt. Je stärker natürlich auch der Gegner ist, desto schwerer wird es zu verteidigen oder anzugreifen.

#### *IV. Interne Faktoren*

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Ich hoffe nach jedem Lehrgang, dass ich mich erneut empfohlen habe und eine weitere Einladung bekomme. Wenn ich eingeladen werde ist das auf jeden Fall eine große Motivation noch mehr Gas zu geben. Ich trainiere aber trotzdem auf einem Level mit oder ohne Einladung. Wenn man immer engagiert ist, kann man sich weiterentwickeln. Die DHB-Einladungen unterstützen zusätzlich dabei. Bei der Nationalmannschaft hat man einen deutschlandweiten Positionsvergleich, bei mit Links Außen, und sieht wie gut die anderen sind. Da will man schon eigentlich der Beste von allen sein. Man muss motiviert sein, Gas geben und immer weiter an seinen Schwächen arbeiten.

2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?

Bei Schnelligkeit und Kondition bin ich vorne dabei. Auch beim taktischen Verständnis ordne ich mich vorn ein. Bei Kraft liege ich eher im Mittelfeld. Bei der Technik wiederum eher vorne.

3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann? (Weitere Elemente: 3:2:1-Abwehr, Auslösehandlungen: SWE, DEN, FRA, Vespren, Alt und Neu, Sperren, Verlagern links und rechts)

Als Außen muss ich bei breiter Kreisläuferstellung viel nach innen reinschieben bei einer 3:2:1-Abwehr. Damit helfe ich dem Mittelspieler, der dann nicht so weite Wege gehen muss. Auch bei zwei Kreisläufern muss ich intensiv nach innen arbeiten. Weiterhin wichtig ist das antizipative Abwehrverhalten. Also wenn der Mittelfeldmann im Angriff auf meine Seite stößt und der Halbe zu dicht an der Abwehr dran ist, dazwischen zu gehen und den Ball abzufangen. Das Antizipieren passiert automatisch, es ist aber nicht immer richtig. Daran muss ich noch arbeiten.

Bei einer 5:1-Abwehr sind die Aufgaben ähnlich verteilt. Hier muss ich meinem Halb-Abwehrspieler helfen, wenn sein Gegenspieler nach außen versucht durchzustößen, indem ich voll einschiebe nach innen und die Lücke schließe. Im letzten Spiel habe ich das nicht so gut gelöst. Da war ich manchmal zu spät und manchmal zu früh

Stützpunkt:

Da spielt der Halbe zum breiten Kreis. Dann komme ich im kleinen Bogen und probiere mit ihm Sperre absetzen zu spielen. Wenn das nicht geht, dann spiele ich nach rechts weiter.

Kreisel:

Hier werde ich vom HL geholt, spiele zum Mittelfeldmann und laufe diagonal zum Kreis. Dann wird im Rückraum weitergespielt und geguckt, mit wem man am Kreis spielen kann. Entweder mit dem Kreisläufer oder mit mir als eingelaufenem Außen.

Norwegen:

Hier laufe ich im großen Bogen auf die gegenüberliegende Halbposition zwischen dortigem Halb und Außen. Wir versuchen dann dort eine Überzahl hinzukriegen und nach Außen durchzustößen.

Alt/Neu:

Einlaufen auf die gegenüberliegende Seite aus der Vorwärtsbewegung. Ich stell mich bei beiden Auslösehandlungen auf die fünf. Die Sperre kann man unterschiedlich

sperren. Wenn man zwei Mal eine Innensperre gestellt hat, kann man beim dritten Mal eine Außensperre stellen, so dass man sich nicht so arg auf den Spieler einstellen kann. Das ist wichtig für die Variabilität. Bis jetzt haben wir, also die Halbspieler und die Außen noch nicht abgesprochen, auf welcher Seite wir die Sperre stellen. Das sollten wir aber eigentlich tun.

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern? (Nachfrage: viel oder weniger oder gar nicht?)

Ich habe auf jeden Fall durch das ganze Training, Eure Analysen und Tipps und durch Pitti und Chris viel dazugelernt.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?  
z.B.:

Konnten Dich die gezeigten Videos vor den Spielen in Biberach motivieren?  
(Nachfrage: Halbzeitintervention – Sinn oder Unsinn?)

Ich fand das gut, ihr habt gute Szenen herausgesucht. Das motiviert schon ein Stückchen mehr. In der Halbzeit finde ich es schwieriger Bilder anzusehen. Besser wäre vielleicht eine Taktiktafel, aber mit Videos finde ich es eher schwierig.

**Wir danken Dir für dieses Gespräch.**

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig und entspannt

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S3

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

- 1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen (Nachfragen: Was sind Deine größten Erfolge und wo willst Du sportlich mal hin?)

Ja also zum Handball bin durch meine Familie gekommen. Mein Vater, mein Onkel, meine Mutter haben alle Handball gespielt. Es war quasi schon vorbestimmt, dass ich zum Handball komme. Nebenbei habe ich lange Jahre auch noch Fußball gespielt parallel. Mit Handball habe ich im Alter von fünf Jahren angefangen. Später habe ich mich dann vom Fußball aufgrund der fehlenden Zeit abgekehrt. Einer meiner größten Erfolge ist die Tatsache, dass ich hier in der Nationalmannschaft drin bin. Dann zählt dazu, dass ich dieses Jahr in die Handball-Akademie nach Gummersbach gekommen bin. In einer mit vielen Spielern neu besetzten Mannschaft haben wir es unter die besten acht Mannschaften Deutschlands in dieser Saison geschafft. Das war es eigentlich soweit. So viele Erfolge hatte ich bis jetzt noch nicht. Ich hoffe aber, dass sie in den folgenden Jahren noch kommen.

- 2. Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?**

Meine Familie unterstützt mich wirklich sehr. Früher, als ich noch in Burgdorf gespielt hatte, wurde ich täglich mit Auto ins Training gefahren. Zu der jetzigen DHB-Maßnahme werden sie zusammen mit meinen Großeltern herkommen und sich unsere Länderspiele gegen Frankreich angucken. Sie werden hier zwei Tage übernachten. In Gummersbach werde ich ebenfalls von ihnen unterstützt. Da läuft die Unterstützung aber eher hinter den Kulissen ab, nämlich in finanzieller Hinsicht.

- 3. Wie verbindest Du Schule und Leistungssport? (Nachfrage: Werden Deine schulischen Leistungen durch den Leistungssport beeinflusst oder/und anders herum)?**



Zu Hause in Burgdorf war das mit der Schule deutlich schwieriger überein zu bringen. Da hatte ich nämlich längere Fahrten zum Training. Da ergaben sich schon ein paar Probleme. Jetzt in Gummersbach haben wir jeden Tag eineinhalb Stunden Hausaufgabenbetreuung. Seitdem hat sich das bei mir ziemlich gebessert. Es ist in Gummersbach für mich schon einfacher geworden. Ich konnte mich in meinen Problemfächern, Latein und Englisch, also Fremdsprachen schon steigern – vor allem in Englisch. Als nächstes komme ich in die 11. Klasse bei einem Schnitt von 2,25.

4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertritt er? (Nachfrage: Wird in Eurem Heimatverein/Landesverband mit Videoanalysen gearbeitet – welche Erfahrungen hast Du damit gesammelt?)

Heimtrainer: Axel Renner

Landestrainer: Reiner Jeckel

Ja also bei uns im Verein haben wir diese Saison offensiv gespielt, weil es beim Handballverband im Mittelrhein so vorgeschrieben ist. Das finde ich totalen Schwachsinn. Deswegen mussten wir in der Abwehr eine 3:2:1 spielen, haben aber versucht, möglichst defensiv zu decken. Aber wie das halt so ist, manchmal hat es geklappt, manchmal nicht, manchmal haben die Schiedsrichter gesagt, dass wir offensiver spielen sollen. Als es dann in die Deutsche Meisterschaft ging, haben wir eine 5:1 gespielt. In der Landesauswahl spielen wir auch eine 3:2:1, dort aber ziemlich offensiv. Also wegen dem Schwachsinn noch mal – es ist nicht Schwachsinn so zu decken, sondern eher, dass das in der B-Jugend noch vorgeschrieben wird, dass man offensiv decken muss. Eigentlich ist es bis zur C-Jugend vorgeschrieben und ab der B-Jugend kann man das mehr frei machen. Und das ist meiner Meinung nach besser. Im Angriff spielen wir im Verein ziemlich viele Auslösehandlungen. Das ist eigentlich sehr gut durchgeplant. In der Landesauswahl, da spielen wir etwas freier. Wir haben auch schon die eine oder andere Auslösehandlung, spielen die aber nicht bei jedem Angriff. Hier spielen wir etwas freier mit einfachem Durchstoßen bis zur Lücke. Ich spiele überall am Kreis oder im Rückraum. Das ich irgendwo auf

einer Position lieber spiele, kann ich aber so nicht sagen. Beide Positionen haben ihre Vor- und Nachteile.

Unser Heimtrainer setzt Videoanalysen ein. Jetzt zur Deutschen Meisterschaft haben wir uns mit der Mannschaft getroffen. Herr Renner hat ein paar Szenen zusammengeschnitten, die wir uns ansehen sollten. Dazu hat er uns dann etwas erklärt. Es kam darauf an – manchmal haben wir unsere eigenen Spiele angesehen, manchmal die zukünftiger Gegner. In der Landesauswahl haben wir eigentlich keine Videoanalysen gemacht, jedenfalls habe ich davon nichts mitbekommen.

5. Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?

Schiedsrichter:

Es kommt ganz darauf an. Wenn ich bis dahin ein sehr gutes Spiel gemacht habe, dann beeinflusst mich der Schiri sicherlich weniger. Wenn ich ein schlechtes Spiel mache, dann kann mich das schon stark beeinflussen. Da staut sich schon ein bisschen Wut in einem auf, vor allem, wenn die Entscheidung ungerechtfertigt ist. Wenn es gerechtfertigt ist, dann ist das so eine Sache. Trotzdem wird man bei Fehlentscheidungen meistens ein bisschen sauer. Das kann einen dann schon beeinflussen, weil man dann im Kopf nicht richtig frei ist. Das habe ich dieses Jahr in Gummersbach gemerkt, dass das ganz schön was ausmacht. Der Schiri kann einen mit Fehlentscheidungen schon ganz schön an einem guten Spiel hindern.

Zuschauer:

Wenn viele Zuschauer in der Halle sind, dann pusht mich das auf jeden Fall. Mehr Druck macht mir das nicht. Es pusht mich, weil dadurch wird ein bisschen die Motivation gestärkt. Man steht da, die Nationalhymne wird gespielt, Gänsehaut-Feeling und dann geht das Spiel los. Manchmal ist es sogar so, dass man die Zuschauer zum Ende des Spiels gar nicht mehr so richtig hört, weil man zu konzentriert ist. Aber insgesamt peitscht einen das schon nach vorne. Wenn Zuschauer gegen uns sind, ist das aus meiner Sicht eigentlich auch

motivationsfördernd. Vor allen Dingen dann, wenn man auch noch gut spielt und die Gegner richtig kaputt spielt. Wenn die dann immer ruhiger werden, also das Publikum, das ist schon ganz lustig. Aber generell ist das schon motivationssteigernd, wenn die einen ausbuhen und auspfeifen. Dann konzentriert man sich mehr auf das, was man vor hat und so. Sicherlich kann es in gewissen Fällen, wenn man im Spiel nicht gut spielt und dann noch ausgepfeifen wird auch negative Folgen haben, aber das kann halt immer mal wieder passieren. Bei mir ist das jetzt eigentlich nicht so häufig.

Familie/Freunde:

Vor der Familie ist es schon etwas anderes, als vor neutralem Publikum zu spielen. Also Publikum, das ich persönlich nicht so gut kenne. Also wenn meine Familie da sitzt, versuche ich schon ein- bis zwei Mal hochzugucken, aber nicht zu häufig.

Gegner:

Ja, also, wenn man weiß, dass der Gegner stark ist, und man richtig drauf eingestellt ist, dann ist man super motiviert und so. Ich denke, wenn man in einer Außenseiterrolle ist, dann spielt man auch stärker, weil man nicht so viel zu verlieren hat. Da spielt man halt stärker, als wenn man weiß, dass der Gegner schwach ist und sagt, das wird ein ganz leichtes Spiel. Dann sollte man sie trotzdem nicht unterschätzen. Aber ich denke, da kann man eigentlich gar nicht so gut spielen, als wenn man richtig motiviert ist und noch gegen einen superstarken Gegner spielt. Das ist halt immer so eine Sache wenn man gegen einen schwächeren Gegner spielt. Es ist mir auf jeden Fall schon mal passiert, dass ich einen Gegner unterschätzt habe, aber es passiert mir nicht so häufig. Es ist uns mal mit unserer ganzen Mannschaft passiert, das Spiel haben wir dann auch verloren.

6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen? (Wie ist das Verhältnis zwischen den einzelnen?)

Ich würde sagen, dass ist ein gutes Verhältnis. Es gibt ja auch viele Nationalmannschaften, wo das Verhältnis lange nicht so gut ist wie hier. Da sind die

Trainer die Trainer und die Spieler die Spieler. Die halten immer viel Abstand. Das finde ich, ist hier gar nicht so. Mit den Trainern jetzt zusammen, wie soll ich das jetzt sagen, ist es ein kollegiales Verhältnis. Und das ist schon eigentlich ein sehr gutes Verhältnis finde ich. Das kannte ich schon aus Burgdorf, da war das auch so. In Gummersbach ist das jetzt nicht so, wo wir da Herrn Renner sietzen müssen. Das ist dann schon wieder etwas anderes. Wenn man alle dutzen kann und so, dann finde ich das auch besser, weil das dann, wie gesagt, kollegialer ist. Das Verhältnis zwischen Euch und uns ist auch gut. Wir unterhalten uns auch viel. Wir gehen auf jeden Fall gut miteinander um. Alle versuchen möglichst freundlich miteinander um und das finde ich sehr gut. Auch innerhalb der Mannschaft herrscht ein gutes Klima. Wir machen viele Witze, lachen viel miteinander. Die Mannschaft ist ziemlich geschlossen und das macht schon Spaß. Es ist auch eine gute Abwechslung zum Heimatverein.

## II. Medium

1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein? (Warum?)

Also es ist auf jeden Fall so, dass sowohl mein Heimtrainer Renner als auch Pitti und Chris hier ein sehr sehr hohe Handballwissen besitzen. Sie können einem alles erklären. Bei Pitti ist es speziell so, dass er einem am Kreis alles erklären kann. Genau so sieht es bei ihm in der Abwehr aus. Chris besitzt ein noch spezifischeres Wissen. Wenn man z.B. wirft, gibt er Hinweise zum richtigen Wurfverhalten. Pitti erklärt verstärkt, was richtig und falsch bei Auslösehandlungen war. Er kümmert sich mehr um die Grundaufstellungen. Das finde ich auch gut, wenn man weiß, welche Hinweise von wem kommen. Ich finde es auf jeden Fall gut, dass es zwei Trainer sind. Einer allein kann ja gar nicht auf alles achten. Das isz zu Zweit schon einfacher.

2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein? (z. B. variabel genug, Sind alle Aussagen der Trainer verständlich? Nachfrage: Worin liegen Probleme? Sprichst Du danach noch mit anderen Spielern über die Inhalte? Gibt es Schwierigkeiten zwischen den Auffassungen der Heimtrainer/Landestrainer und den Bundestrainern?)

In den Analysen ist alles wirklich leicht zu verstehen, vor allem, wenn man schon vorher so gearbeitet hat. So schwer ist es ja auch nicht, was die Trainer erzählen. Von daher denke ich, ist das alles schon verständlich, für mich persönlich auch. Also nach den Spielanalysen verarbeitet man das für sich selbst. Falls es mal Unstimmigkeiten gibt, dann spricht man schon mal mit dem einen oder anderen Spieler, aber ansonsten macht man das eigentlich für sich allein. Die unterschiedlichen Auffassungen der Trainer zwischen Heimatverein und Nationalmannschaft sind mir eigentlich wurst. Bei uns im Verein ist das Spiel komplett durchgeplant. Das ist hier eigentlich auch noch freier, hier hat man eben noch mehr Freiheiten. Mit der Umstellung komme ich aber gut klar. So lange ich das alles im Kopf habe, ist auch alles klar.

3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben? (Was bedeutet allgemein Taktik für Dich, Verhältnis zwischen Technik, Kondition, Taktik? Wird z.B. zuviel über den Rückraum oder ähnliches gesprochen?)

Sicherlich ist es auch mal so, dass man mal keine Lust auf Taktikbesprechungen hat. Generell muss man aber auch Lust darauf haben, weil man beim DHB spielt. Und dann gehören solche Besprechungen ja auch einfach dazu. Das kann man halt nicht weglassen. Auch wenn mal einer sagt, dass er keine Lust hat. Trotzdem hört er dann aufmerksam zu.

Taktik sind für mich irgendwelche, naja es ist schwer. Es ist vielleicht das, was passieren könnte, wenn ich ein Kreuzen ansetze und wie die Abwehr darauf reagiert. Auch was dann die Folgehandlungen des Kreuzens sein können. Dann noch was ich am besten auf welche Abwehrformation anwenden könnte, also welche Spielzüge. Im gewissen Sinne ist es auch das Vorausahnen, was nach welchen Spielzügen passiert oder passieren kann. Generell zur Taktik im Spiel finde ich, sind das

irgendwelche Vorgaben, naja weniger Vorgaben, eher eine Planung für das Spiel. Wie das Spiel eben laufen soll.

Für mich ist auf jeden Fall die Taktik auch sehr wichtig, weil ohne Taktik gar nichts geht. Dann steht man auf dem Spielfeld und weiß gar nicht was passiert. Dann würde ich auch am Kreis stehen und keinen Ball kriegen. Dann könnten keine hohen Pässe an den Kreis erfolgen. Dann würde eben gar nichts mehr funktionieren. Technik ist natürlich auch sehr wichtig. Wer keine Technik hat, wer nicht richtig prellen kann, der verliert halt beim Pellen den Ball. Auch wenn man beim Sperren nicht die richtige Technik hat, wird sie einem abgepfiffen. Auch Kondition und Kraft sind nicht wegzudenken. Ohne Kondition sind alle nach zehn Minuten am Pumpen und müssten ausgewechselt werden – das geht halt nicht. Also sind alle drei Faktoren irgendwie gleich wichtig, das eine geht ohne das andere nicht.

### III. Aussagen

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen? (Wann das eine wann das andere? Kombinationen?)

Ich würde auf jeden Fall ein paar Szenen herausschneiden. Beim ganzen Spiel lässt die Konzentration irgendwann nach. Bei einzelnen Szenen, auch wenn mal eine lustige Szene dabei ist, finde ich das viel abwechslungsreicher, als ein ganzes Spiel herunterzurattern.

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen? (wovon hängt das ab?)

Also zuerst kommt es ganz darauf an, wie gut bzw. wie schlecht man gespielt hat. Generell würde ich es auch so machen, wie ihr es macht, also so ca. 20 Minuten. Wenn es im Angriff mehr zu analysieren gibt, dann natürlich mehr Szenen von dort und andersherum.

3. Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser? (oder 2 bzw. mehrere? Was hältst Du von Standbildern?)

Hier finde ich es auch ganz gut, wie ihr es macht. Eine Echtzeitszene und eine Zeitlupe, zwei wären auch gut, je nach Szene. Weil auch bei der zweiten Zeitlupe kann man noch zusätzlich dazu sprechen und noch mal sehen, was gut oder schlecht war. Das würde ich bei längeren oder komplexeren Szenen so machen. Bei kürzeren Szenen würde ich mit einer Zeitlupe arbeiten. Standbilder sind auch sehr wichtig. Wenn man vor dem Spiel in der Kabine sitzt, dann hat man da ja auch nur so ein Taktikbrett. Das sind ja auch irgendwie Standbilder. Dabei kommt ja dann das gleiche heraus. Deswegen ist das auch ein wichtiger Bestandteil.

4. An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern? (verändert sich das in den Kleingruppen und Einzelanalysen?)

An alles kann ich mich nicht erinnern. Ich habe mich ab dem Zeitpunkt richtig konzentriert, ab dem Szenen der Kreisläufer gezeigt wurden. Da kann ich mich auf jeden Fall gut dran erinnern. Ein paar Sachen aus dem Rückraum kann ich mich auch noch erinnern. Die Sachen, die mich betreffen, an die kann ich mich immer und vollständig erinnern. Bei Kleingruppenanalysen verstärkt sich das noch mal mehr, weil ich da mit zwei, drei Spielern und Euch zusammensitze und nicht mit der ganzen Mannschaft. Da bekommt man noch mehr Information. Dann kann man sich meiner Meinung nach noch mehr merken und weiß hinterher noch mehr.

5. Kannst Du Dich an Informationen aus den Spielanalysen im Spiel erinnern/ bestimmte Dinge wieder erkennen? (Erläuterung Timing, Abstände, Stellungsspiel, Handlungsketten, Beschreib das mal!)

Die Videoanalyse ist für mich eine Hilfestellung. Man bekommt aber kein anderes Gefühl. Das muss man sich nämlich beim Training erarbeiten. Die Videoanalyse bedeutet nicht gleich, dass ich alles so umsetze, was ich an Schwächen gesehen

habe. Die Videoanalyse als Hilfestellung ist für mich etwas, auf das ich mich stützen, berufen kann. Das ist wie beim Turnen. Wenn ich da einen Salto machen soll und der Lehrer gibt mir eine Hilfestellung, dann weiß ich, da steht jemand und dann schaffe ich das auch. Bei der Videoanalyse ist das so, dass ich die Bilder im Hinterkopf habe und weiß, wie ich es machen kann oder wie es funktioniert. Im Training kann ich es dann so oft trainieren, bis es funktioniert, bis ich es quasi ins Unterbewusstsein eingespeichert habe.

6. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen? (Trainer sagt: Die Spitze bei 3:2:1 bleibt im System, aber...)

Es ist erstmal deswegen schwierig, weil der Gegner das gar nicht zulassen will. Es geht irgendwie auch einfach nicht. Man kann nicht ein ganzes Spiel so spielen, wie es der Trainer vorher gesagt hat. Irgendwie funktioniert das nicht. Das beeinflusst der Gegner, die Mitspieler, also wenn die irgendetwas Unvorhergesehenes machen oder man selber. Auch Spieler, die gerade frisch eingewechselt wurden, die müssen ja erstmal wieder richtig warm werden. Meistens ist es bei mir so, dass wenn die Konzentration nachlässt, bin ich stark auf mich konzentriert und vergesse die Vorgaben des Trainers schon mal.

#### *IV. Interne Faktoren*

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Ich freue mich dann, dass ich wieder dabei bin. Manchmal ist es so, dass ich beim Training in Gummersbach mehr motiviert bin. Ich versuche oft beim Training zu sein, so dass ich weiß, dass bei mir dann für den DHB-Lehrgang alles rund läuft.



**2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?**

Vom taktischen Wissen bin ich schon recht gut, weil ich alles verstehe. Da gehöre ich zu den Besten. Bei der Technik bin ich im Mittelfeld. Da kann man noch dran arbeiten. An der Kondition kann man auch noch dran arbeiten. Die ist bei mir nicht so gut. Meine Kraft ist schon gut ausgeprägt. Da sehe ich mich wieder weiter vorne.

**3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann? (Weitere Elemente: 3:2:1-Abwehr, Auslösehandlungen: SWE, DEN, FRA, Vesprem, Alt und Neu, Sperren, Verlagern links und rechts)**

In der 5:1 Abwehr, wo ich hinten Mitte stehe, bin ich dafür verantwortlich, den gegnerischen Kreisläufer zu decken. Hier habe ich die Aufgabe, den Kreis immer im Rücken zu haben und zu wissen wo er steht. Da muss man auch reden und eventuelle Lücken zu machen und halt eingreifen. In der 3:2:1-Abwehr habe ich eindeutig mehr Aufgaben. Hier muss ich auf den Kreisläufer aufpassen, alle Sperren ansagen usw. Bei Einlaufbewegungen des Mittelmannes muss ich rechtzeitig raustreten. Weiterhin muss ich auch ein gutes Spielverständnis für meine Mitspieler und dem Torwart haben, wenn es ums Blocken geht, wer tritt heraus, welche Ecke blocken wir. Ich muss halt immer auf Ballhöhe sein. Das ist sehr anstrengend und auch schwierig immer einzuhalten.

Im Angriff gibt es z.B. Dänemark. Da stehe ich auf der rechten Seite, wo der HR einlaufen müsste. Der HL macht Druck und da müsste ich eine Sperre stellen. Wenn ich frei stehe, müsste ich halt einen Pass bekommen. Das ist ja das, worauf wir bei diesem Spielzug hinaus wollen durch Diagonalpässe. Beim Stützpunkt sperre ich den Außen. Hier ist meine Aufgabe, dass ich den Sperre und nachlaufe. Da gibt es eventuell die Möglichkeit, mich anzuspielen. Auf jeden Fall muss ich den Außen sperren. Bei Kolding links z.B. stehe ich glaube ich auch auf der rechten Seite. Jochen macht Druck nach links, spielt zum HR und der hat dann die Möglichkeit auf mich abzulegen. Generell bei allen Spielzügen ist meine Aufgabe eigentlich immer entweder die Abwehr zu teilen oder mir halt Freiraum zu verschaffen. So kann ich

angespielt werden. Bei Frankreich muss ich in wieder der Sperre stehen und wenn der HL anstößt, steh ich da dann in der Sperre und kann mit ihm spielen.

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern? (Nachfrage: viel oder weniger oder gar nicht?)

Ich weiß definitiv mehr als vorher, allein schon durch das Video. Im Verein haben wir das erst zur Deutschen Meisterschaft eingeführt. Da sieht man schon alles und lernt dadurch natürlich auch. Wenn man hört und sieht, dann weiß man hinterher auch mehr. Es wird ja alles erklärt bis ins kleinste Detail und sieht es auch. Ohne den Videobeweis denkt man bei Kritik von Außen vielleicht, dass man das doch aber richtig gemacht hat. Deswegen ist es mit Videomaterial wesentlich einfacher etwas zu lernen als ohne.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?  
z.B.: Konnten Dich die gezeigten Videos vor den Spielen in Biberach motivieren? (Nachfrage: Halbzeitintervention – Sinn oder Unsinn?)

Das stört mich eigentlich nicht. Es motiviert mich, es lockert mich auf. Wenn es mich motiviert, dann macht es mich auch heiß auf das Spiel. Wenn ich hier noch eine lustige Szene sehe, dann lockert mich das schon auf. Videobilder aus der ersten Halbzeit würde ich ungünstig finden. Da bin ich nicht aufnahmefähig. Ich möchte da eigentlich nur rumsitzen und auf das hören, was der Trainer sagt. Zusätzlich noch Video sehen könnte ich glaube ich nicht.

**Wir danken Dir für dieses Gespräch.**

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig und entspannt

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S4

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

- 1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen

Meine Schwestern haben Handball gespielt. Dann bin ich mal mit zum Training gegangen und seitdem spiele ich. Da war ich 10. Zwei Mal mit der Schule Landesmeister. Das war bislang der größte Erfolg.

- 2.** Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?

Meine Eltern unterstützen mich sehr viel. Die fahren mich überall hin, zu jedem Lehrgang. Das finde ich richtig gut. Bei meinen Schwestern habe ich das Gefühl, dass die damit nicht umgehen können, dass ich schon so weit gekommen bin. Die sind eifersüchtig. Die erzählen immer: 'Du glaubst auch, Du bist der Tollste, nur weil Du DHB spielst.' Eine ist älter, eine jünger. Aber es ist eigentlich nur die Ältere, die eifersüchtig ist.

**Nachfrage:** Beeinflusst Dich das?

Nein, mir ist das egal. Sie ist damals nicht hingegangen zur Landesmeisterschaft, weil sie Angst hatte.

- 3.** Wie verbindest Du Schule und Leistungssport?

Die schulischen Leistungen haben etwas gelitten. Ich habe zwar die Klasse geschafft, aber Handball stand dieses Jahr im Vordergrund. Ich habe Motivationsprobleme mich für die Schule zu begeistern. Obwohl mich meine Lehrer schon unterstützen. Ich soll eben alle Inhalte nachholen, wenn ich nicht da war und

mich auf den Hosenboden setzen. Ich mache dann die 10. Klasse und will eigentlich zurzeit kein Abi machen.

**4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertreten sie?**

Maik Wetzels heißt mein Heimtrainer und der Landestrainer heißt Gert Adamski. Im Heimatverein spielen wir auch 6:0. Im Landesverband 3:2:1. Da spiele ich meistens vorne auf der Spitze, weil ich so eine große Reichweite habe. Außerdem haben wir das mit den 90ern im Länderpokal auch so gespielt und das hatte auch gleich gut gefallen. Im Angriff haben wir in der Landesauswahl nicht so viele Spielzüge. Im Heimatverein spiele ich jetzt seit vier bzw. fünf Monaten. Da haben wir auch nur zwei oder so gemacht. Ich spiele da im Rückraum und am Kreis.

**Nachfrage:** Umstellungsschwierigkeiten bei der Nationalmannschaft?

Mir fällt die Umstellung leicht. Ich weiß nicht genau warum, aber ich kann mir das einfach sehr schnell einprägen.

**Nachfrage:** Wird im Heimatverein/Landesverband mit Videoanalysen gearbeitet?

Unsere Trainer im Heimatverein nehmen die Spiele auf und zeigen uns die dann. Die sind dann auch geschnitten. Also die Szenen, die wichtig sind. Aber im Landesverband gar nicht.

**Nachfrage:** Bringt Dir das was?

Ja, also ich weiß halt die Spielzüge von den Gegnern. Oder ich weiß wie die Gegenspieler im 1:1 reagieren. Ob sie zur Hand gehen, gegen die Hand.

5. Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?

a) Also, wenn Sachen abgepfiffen werden, die eigentlich gar nicht waren, dann nervt mich das schon. Da werde ich dann auch aggressiv drauf.

**Nachfrage:** Reguliert sich das wieder?

Wenn er das ganze Spiel verpfeift, dann nicht. Aber wenn er den Anfang verpfeift, dann ist das in der 2. Halbzeit wieder o.k.

b) Das beeinflusst mich positiv. Das pusht.

**Nachfrage:** Einfluss durch gegnerische Zuschauer?

Da ist auch gut. Dann will man zeigen, dass man noch mehr kann.

c) Ich spiele ja für mich, nicht für die. Ich guck ab und zu mal auf die Tribüne.

d) Wenn eine Granate auf mich zukommt, dann stelle ich mich anders ein. Wenn ich weiß, dass der eine Flasche ist, dann gehe ich nicht mit 100 Prozent da rein.

**Nachfrage:** Hast Du auch schon einmal Spieler unterschätzt oder überschätzt?

Ist mir beides schon passiert, aber mir fallen jetzt keine Beispiele ein. Gestern zum Beispiel den 15er, den habe ich unterschätzt. Der war nämlich sauschnell. Damit habe ich nicht gerechnet.

6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen?

Ich habe das Gefühl, dass Chris die Spieler aus dem Süden bevorzugt und Pitti die aus dem Norden. Die Trainer wollen ja das Beste aus uns raus holen. Deshalb sind sie auch manchmal etwas strenger. Ich fand aber zum Beispiel gut, dass wir gestern bis um 12 draußen bleiben durften. Mit euch haben wir nur was zu tun, wenn es um Videoanalysen und so was hier geht. Sonst haben wir mit euch wenig zu tun. Ihr seid nie unfreundlich zu uns, immer nett. Das finde ich gut. Das Verhältnis unter den Spielern finde ich eigentlich ganz gut. Am Anfang habe ich eigentlich mit gar keinem geredet, jetzt kann ich mit jedem reden.

## II. Medium

1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein?

Pitti erzählt mir viel über das Verhalten am Kreis, weil er auch selber Kreisspieler war. Und Chris hat eher Erfahrungen im Rückraum. Mein Trainer zu Hause erzählt mir auch viel über das Kreisverhalten. Der hat auch höherklassig gespielt. Der weiß auch viel. Aber zwei Trainer haben mehr Ahnung als einer.

2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein?

Ich verstehe eigentlich meistens was Pitti sagt. Bei Chris habe ich Probleme, wegen der Sprache. Da muss ich zweimal überlegen, bis ich das verstehe.

**Nachfrage:** Sprecht ihr nach den Videotrainingseinheiten untereinander?

Ich spreche nicht mit den anderen darüber. Ich lasse das sacken.

3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben?

Ich glaube, wenn das zu oft vorkommt, dann haben die meisten da keine Lust mehr drauf. Aber wenn es ein-, zweimal ist, dann ist es o.k.

**Nachfrage:** Hattest Du persönlich auch mal keine Lust?

Ich kann noch nicht alle Spielzüge, da habe ich mich dann gefreut, wenn wir das alles noch mal wiederholen. Dann weiß ich wieder wie es geht.

**Nachfrage:** Was bedeutet für Dich der Begriff Taktik?

Das sind Spielzüge, die wir im Spiel durchführen.

**Nachfrage:** Wie würdest Du die drei Komponenten der sportlichen Leistungsfähigkeit Technik, Taktik Kondition gewichten?

Spielerisches Vermögen würde ich ganz oben ansetzen, dann Kondition und Kraft und dann Spielzüge.

### III. Aussagen

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen?



Ich würde auf keinen Fall das ganze Spiel zeigen, weil das voll langweilig ist und es sehr schwer fällt, dort die ganze Zeit aufzupassen.

**Nachfrage:** Wie lang kannst Du Dich konzentrieren?

Ich denke, so ungefähr 20 Minuten. Wenn es langweilig wird, schalte ich ab.

**Nachfrage:** Wie viele Szenen würdest Du in Angriff und Abwehr zeigen?

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen?

Fünf Angriff und fünf Abwehr.

3. Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser?

Ich würde eine Zeitlupe nutzen, um das Gezeigte, wenn die Spieler Fehler gemacht haben zu verdeutlichen.

**Nachfrage:** Was hältst Du von Standbildern.

Ja, die sind gut, weil man sieht, ob die Abwehr gut stand, ob man rausgerückt ist. Pitti spricht ja auch immer dazu. Das hilft mir schon.

4. An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern?

Ich denke, dass viel hängen bleibt, was zu mir persönlich, weniger was über andere gesagt wurde.

**Nachfrage:** Wie ist es bei den Einzelvideotrainungseinheiten?

Ich glaube da bleibt mehr hängen, weil man da noch mal spezieller auf einige Dinge eingehen kann.

5. Kannst Du Dich an Informationen aus den Spielanalysen im Spiel erinnern/ bestimmte Dinge wieder erkennen?

Daran denke ich schon. Dann überlege ich zweimal, wie ich es machen muss: Wo ich mich hinstellen oder die Sperre stellen muss.

**Nachfrage:** Ist das auf Spielzüge beschränkt?

Nein, auch in der Abwehr. Gestern sollte ich zum Beispiel nicht über neun Meter raus gehen. Ist aber trotzdem zwei Mal passiert. Und darüber denke ich dann nach.

**Nachfrage:** Ist es ein Denken oder ein Fühlen: Oh, jetzt bin ich über neun Meter raus gegangen.

Es ist eher Denken.

6. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen?

Wenn man sich etwas vornimmt, dann passiert das eben nicht immer so wie man sich das gedacht hat. Der Gegner zum Beispiel einen guten Tag hat. Dann ist es auch von der eigenen Einstellung abhängig.

**Nachfrage:** Was meinst Du mit Einstellung?

Wenn man sich nicht richtig warm macht, sich nicht vor dem Spiel konzentriert.

**Nachfrage:** Ist es für Dich leichter, wenn Du von Anfang an spielst oder ist es auch gut, wenn Du von der Bank kommst?

Ich spiele lieber von Anfang an. Wenn ich kalt bin, bin ich nicht richtig drin im Spiel.

**Nachfrage:** Wenn Du gespielt hast und wieder rauf kommst, ist das ein Problem?

Das ist kein Problem, da kenne ich das Spiel schon.

#### *IV. Interne Faktoren*

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Ich freu mich über eine Einladung, trainiere dann auch härter. So trainiere ich öfter im Studio, als wenn ich keine Einladung erhalte. Sonst gehe ich drei Mal die Woche, wenn ich eine Einladung bekomme, gehe ich zwei Mal mehr.

2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?

Kondition bin ich nicht der Beste. Ist eher nicht so gut. Technik geht so. Kraft bin ganz gut. Und Taktik auch. Das verstehe ich schon alles.

3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann?

Bei der 5:1-Abwehr muss ich, wenn ich in der Mitte stehe, den Mittelman nehmen, ich muss René, der neben mir steht, den Kreis abnehmen und decken. Bei der 3:2:1 bin ich ballorientiert, ich muss immer von links nach rechts laufen und der Halbe muss dann immer mit nachschieben.

**Nachfrage:** Wo siehst Du Probleme oder was gelingt Dir auch schon gut?

Für die 3:2:1 kann ich mich nicht so richtig motivieren, weil ich keinen Gegner habe, auf den ich rauf gehen kann. Das gefällt mir bei 5:1 schon eher. Da hat man auch einen Gegenspieler, bei dem man mal richtig zupacken kann.

**Nachfrage:** Sag mal im Angriff den Codenamen und Deine Aufgabe.

Alt rechts zum Beispiel, da muss ich die Sperre zwischen fünf und sechs stellen. Also an sechs. Der Außen läuft ein und ich spiele dann Sperre absetzen mit dem Halbrechten. Neu rechts stehe ich zwischen vier und fünf. Erst an vier, dann läuft der Außen ein, Jochen geht dann drauf, dann können wir Sperre absetzen spielen. Wenn das nicht funktioniert, dann drehe ich mich um und stelle die Sperre an fünf und versuche dann mit René zu spielen. Dänemark rechts: Da stehe ich an zwei, René holt Kai und Kai geht wieder nach Außen und René spielt den Pass auf Jochen, der verlagert hat und dann spiele ich mit dem weiter. Schweden rechts: Da stehe ich links zwischen zwei und drei, der Jochen spielt den Ball auf René, verlagert dann auf links, wo ich stand und ich komme rum und dann spielen wir zu zweit weiter. Frankreich: Ich glaube, da spielt Jochen das Kreuz mit René und löst dann auf. Stützpunkt links: Da bekomme ich den Ball von Tom, spiele den Ball auf Atze

und stelle eine Sperre an der eins. Druck links. Da bekommt Jochen den Ball, verlagert ein bisschen nach links und spielt dann den Ball auf René, ich stehe zwischen vier und fünf. Vecprem links: Ich glaube, da muss ich zwischen vier und fünf stehen und warten bis Jochen auf die Lücke geht zwischen zwei und drei und dann werde ich angespielt oder nicht. Kolding links: Das fällt mir grad nicht ein. Ich glaube, Jochen und Tom spielen ein Kreuz und dann muss ich mit René Sperre absetzen spielen. Bei den Kreuzungen: Wenn Jochen Tom holt, dann muss ich mich rechts an vier stellen, glaube ich, damit Tom zwischen zwei und drei spielen kann. Bei Halbhalb-Kreuzungen muss zwischen zwei und drei stehen. Norwegisch links: Da läuft Atze ein, also außen rum. Ich stehe zwischen eins und zwei und versuche mit Tom Sperre absetzen zu spielen.

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern? (Nachfrage: viel oder weniger oder gar nicht?)

Ja, ich denke schon, dass ich mich verbessert habe. Man bekommt einfach zu sehen, wo man stehen muss. Das hat mich weiter gebracht.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?  
z.B.:

Konnten Dich die gezeigten Videos vor den Spielen in Biberach motivieren?

Das hat mich motiviert. Weil man das gesehen hat, was geklappt hat. Und das will man dann auch wieder auf dem Spielfeld umsetzen.

**Nachfrage:** Was hältst Du davon, wenn wir in der Halbzeit Videobilder zeigen würden?

Ich würde es gut finden, wenn man eine Szene zeigt, die der Hauptfehler war in der Abwehr. Dann sieht man das noch mal in Bildern. Und im Angriff eine gute Aktion. Ich würde erst das Schlechte zeigen und dann das Gute.

**Danke.**

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig und entspannt

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S5

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

- 1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen

Ich habe mit fünf, sechs Jahren angefangen Fußball zu spielen, dann habe ich mit 14 angefangen Handball zu spielen. Weil mich mein jetziger Trainer auf einer Konfirmation angesprochen hat. Seit drei Jahren spiele ich Handball. Dann bin ich zur Niedersachsenauswahl gekommen und beim Länderpokal habe ich dann ganz gut gespielt. So bin ich zum DHB gekommen.

Nachfrage: Was sind Deine größten Erfolge?

In den DHB zu kommen. Und wir sind Niedersachsenmeister geworden.

- 2.** Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?

Die Familie unterstützt mich schon sehr gut. Meine Mutter tut auch alles was sie kann. Mein Vater tut auch sehr viel. Er fährt jetzt auch von Hannover hier her.

- 3.** Wie verbindest Du Schule und Leistungssport?

Dieses Jahr habe ich das mit der Schule ein bisschen vernachlässigt, weil ich zu viel Handball gemacht habe. So waren meine schulischen Leistungen nicht sehr gut. Ich habe es also nicht unter einen Hut bekommen mit dem Leistungssport. Ich wiederhole jetzt die 10. weil es ein Scheißjahr war. Man bekommt es schon hin, man muss nur das ganze Jahr voll durchziehen. Ich hatte dieses Jahr auch einfach weniger Lust auf Schule.

**4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertreten Sie?**

Alfred Tiedel, Kwiaszewski (Landestrainer). Bei der Auswahl sollten wir eine offensive Abwehr spielen, da haben wir 3:2:1 gespielt. Unser Heimtrainer hat uns 6:0 spielen lassen. In der Auswahl haben wir viel mit Stoßen gearbeitet, der Heimtrainer legt großen Wert auf Spielzüge, also auch Kreuzungen und so was.

Nachfrage: Hast Du Probleme bei der Umstellung zwischen Heimatverein, Landesverband und DHB?

Ich finde das gut, weil man so neue Sachen lernt. Wenn ich im Verein 6:0 spiele und hier 3:2:1, dann ist das o.k. Da habe ich keine Probleme mich umzustellen. Ich stelle mich einfach darauf ein.

Nachfrage: Werden Videoanalysen im Verein oder Verband durchgeführt?

Nein, gar nichts. Finde ich auch ein bisschen schade, weil ich ja hier sehe, dass es was bringt.

**5. Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?**

a) Einfluss durch Schiedsrichter?

Das interessiert mich eigentlich gar nicht. Ich rege mich zwar schon auf, wenn er scheiße pfeift, aber ich spiele einfach weiter. Da habe ich beim nächsten Angriff vergessen.



b) Einfluss durch Zuschauer?

Ich finde beides total geil. Wenn alle gegen mich sind, finde ich das immer voll geil. Ich habe dann immer so ein Gefühl. Man will dann den anderen beweisen, dass man besser ist als die anderen.

c) Familie im Publikum

Das pusht mich schon. Mein Vater war letzte Saison bei fast jedem Heimspiel dabei gewesen. Das motiviert mich schon. Aber während des Spiels blende ich das aus. Ich schaue nur bei längeren Unterbrechungen zu ihm nach oben.

d) Gegnereinfluss

Wenn er kleiner und schwächer ist, dann stelle ich mich darauf ein, dass ich mehr mit den Beinen arbeiten muss. Wenn ein großer Klotz kommt, dann freue ich mich schon darauf, dass ich auch ein paar Kräfte messen kann.

**6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen? (Wie ist das Verhältnis zwischen den einzelnen?)**

Sehr gut eigentlich, weil unter den Spielern verstehen wir uns sehr gut, mit den Trainern auch und mit euch auch. Beruht ja auch auf Gegenseitigkeit. Ich finde es eine prima Stimmung im Team.

Nachfrage: Wo siehst Du eventuell Problemfelder?

Eigentlich nicht. Vielleicht die Konstanz. Aber das wird man dann sehen. Wenn wir uns gut vorbereiten, kann da eigentlich nichts passieren.

## II. Medium

1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein?

Eigentlich sehr hoch. Weil Pitti erzählt eben sehr viel, vor allem Details. Zum Beispiel gestern bei der 6:0 Abwehr, da hat er eben viele Details benannt. Das ist bei meinem Vereinstrainer nicht so. Der erzählt nur die Grundprinzipien, geht aber nicht ins Detail. Da merkt man schon, dass Pitti mehr Ahnung hat. Bei Chris sehe ich das genauso. Ich finde, die ergänzen sich auch gut.

2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein? (z. B. variabel genug, Sind alle Aussagen der Trainer verständlich?)

Finde ich sehr gut bei Pitti, weil er seine Stimme gut einsetzt. Man weiß, wann es wichtig wird, woran man arbeiten muss. Die Verständlichkeit ist gegeben. Nur bei Chris manchmal nicht, wegen des Dialekts.

Nachfrage: Sprichst Du danach noch mit anderen Spielern über die Inhalte?

Wenn ich Fragen habe, dann gehe ich zu Pitti oder Chris. Auch im Training. Sonst frage ich Jochen, weil der immer alles weiß. Letztes Mal in Biberach hatte ich alle Spielzüge vergessen. Da habe ich dann Jochen gefragt. Er hat mir das erst erzählt und dann auch aufgemalt.

Nachfrage: Konntest Du sie dann auch umsetzen? Ja, ich kannte sie ja schon. Mit euch haben wir sie dann auch noch mal wiederholt.

3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben? (, Verhältnis zwischen Technik, Kondition, Taktik? Wird z.B. zuviel über den Rückraum oder ähnliches gesprochen?)

Ich freue mich auf Taktikbesprechungen. Ich will ja auch besser spielen. Bei den anderen: Na ja die drei Torhüter. Einer muss ja aussetzen. Ich glaube nicht, dass die dann Bock haben auf die Taktikbesprechung. Überhaupt Spieler, die aussetzen müssen. Könnte ich mir vorstellen.

Nachfrage: Was bedeutet allgemein Taktik für Dich?

Ein Konzept, mit dem man den Gegner ausschalten kann. Wenn man zum Beispiel 6:0 spielt. Offensiv oder defensiv? Wie man den Block ausrichtet? Angriffe, Spielzüge.

Nachfrage: Wie würdest Du das Verhältnis zwischen den Komponenten der sportlichen Leistungsfähigkeit Technik, Kondition und Taktik gewichten?

Mit der Kondition hat man die Grundlage, die Taktik ist eine Erweiterung, damit das Spiel abwechslungsreich wird. Die Technik kommt dann noch dazu.

### *III. Aussagen*

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen?

Das ganze Spiel ansehen, halte ich für Schwachsinn, weil das viel zu viel wird und man das gar nicht aufnehmen kann. Wenn man jetzt auf bestimmte Spielzüge eingeht und die schwerpunktmäßig behandelt, finde ich das besser. Weil man sich dann darauf viel besser konzentrieren kann.

Nachfrage: Wie lange kannst Du Dich denn konzentrieren?

20 bis 30 Minuten. Das reicht dann auch. Danach wird es dann zu viel.

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen?

Ich würde mir Schwerpunkte setzen. Wie Sperren oder die Spielzüge und dazu was raus suchen. Ich würde so zwischen acht und zehn Szenen für Angriff und Abwehr machen.

3. Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser?

Ich würde das abwechselnd machen. Erst mal zwei schlechte und davon eine mit Zeitlupe. Danach eine gute, zwei schlechte, zwei gute. Damit man ein Beispiel hat, was schlecht und was gut war. Wie man es machen könnte und wie man es nicht machen sollte.

Nachfrage: Was ist mit Standbildern?

In der Abwehr sieht man zum Beispiel das Dreieck, das wir einhalten sollen sehr gut. Oder wenn man gerade in der Sperre steht, wo man eigentlich stehen sollte.

4. An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern?

Da geht schon was verloren. Aber ich versuche daran zu denken.

Nachfrage: Wieso vergisst Du einiges?

Weil ich zu sehr auf das Spiel fixiert bin. Nach der Analyse versuche ich noch daran zu denken. Aber im Spiel vergesse ich es manchmal. Ich schalte dann irgendetwas aus.

Nachfrage: Verändert sich das in den Kleingruppen- und Einzelanalysen?

Bei der Einzelanalyse geht man mehr auf den Spieler ein. Da merken wir uns glaube ich auch mehr. In der Mannschaftsanalyse erzählt er mal was zum Außen und mal was zum Kreis.

5. Kannst Du Dich an Informationen aus den Spielanalysen im Spiel erinnern/ bestimmte Dinge wieder erkennen? (Erläuterung Timing, Abstände, Stellungsspiel, Handlungsketten, Beschreib das mal!)

Hatte ich auch schon mal. Bei meinem Trainer im Verein. Der hat gesagt, ich gehe immer gegen die Hand, also immer mit Übersteiger am Abwehrspieler vorbei. Er hat dann gesagt, ich soll auch mal zur Hand gehen. Da habe ich das dann im Spiel gemerkt, dass ich zur Hand gegangen bin, weil der das gesagt hat. Ist mir dann nach einem Tor aufgefallen: Ach so geht es auch. Hier bei den Videoanalysen: Timing ist hier entscheidend. Bei den Kreuzungen zum Beispiel. Früher bin ich dann losgelaufen, wenn der andere auch losgelaufen ist, was aber zu früh ist. Durch diese Videoanalysen sieht man das eben besser, weil man auch den anderen Spieler sieht, wann der losläuft und kann so zum richtigen Zeitpunkt loslaufen. Es ist dann im Spiel ein Gefühl, wann ich loslaufen muss. Bei diesem Gefühl könntet ihr mir ein bisschen helfen.

6. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen?

Dass es alle konsequent umsetzen. Zum Beispiel was er gestern gesagt hat, das konsequente Raus- und Reintreten, dass zwei benachbarte Positionen nie gleichzeitig offensiv sein dürfen. Daran hapert es dann. Mein Heimtrainer sagt das auch immer, da ist dann einfach zu wenig Absprache. Wir sprechen uns auf dem Feld zu wenig ab.

Nachfrage: Ist es auch vom Gegner abhängig?

Ja, schon. Der weiß ja auch, was er dagegen machen kann. Wenn einer einläuft oder so. Oder Wenn keiner raus tritt in der Abwehr, dann haben sie wieder die Entscheidungsmöglichkeit. Das kann auch zur Nichtumsetzung der Strategie führen. Außerdem ist man so auf das Spiel fixiert. Jeder will seine beste Leistung bringen. Zumindest in der Nationalmannschaft. Da will sich auch jeder präsentieren, damit er wieder eingeladen wird. Ich denke, dass man dann abschaltet und Einzelaktionen startet. Vielleicht ein oder zwei Mal. Oder bei Spielzügen. Da nehme ich mir schon mal vorher vor, dass ich jetzt werfe. Dann passt es eben, wenn keiner raus kommt.

#### *IV. Interne Faktoren*

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Meine Motivation ist höher als beim Verein, obwohl sie da auch schon hoch ist. Hier steigert sich das eben noch. Weil man für Deutschland spielt, die Hymne hört. Ist einfach ein geiles Gefühl.

2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?

Bei Kondition zwischen oben und Mittelmaß, bei der Technik Mittelmaß, da sind eher die kleinen Spieler gut. Bei Strategie und Taktik oberes Drittel.

3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann? (Weitere Elemente: 3:2:1-Abwehr, Auslösehandlungen: SWE, DEN, FRA, Vesprem, Alt und Neu, Sperren, Verlagern links und rechts)

Zur Hand stehen, keinen Zweikampf verlieren, viel reden, schnell auf den Beinen sein. Mannschaftsdienlich spielen, zusammen arbeiten.

Nachfrage: Wenn wir auf die 5:1 eingehen. Welche Position nimmst Du ein?

In Biberach habe ich meistens zentral gespielt. Weil Jochen hat halbrechts gespielt und ich hatte dann den Mittelspieler.

Nachfrage: Welche Aufgaben hattest Du dann speziell?

Den Mittelmann umkloppen, wenn er zum 9er kam. Dazu auf den Kreis aufpassen, dass der Jochen nicht überläuft, Jochen das ansagen und mit einschieben.

Nachfrage: Wie würdest Du Deine Leistung einschätzen?

Nicht schlecht, aber auch nicht überragend. War eher Mittelmaß. In Dormagen habe ich deutlich schlechter gedeckt.

Nachfrage: In Dormagen wurde ja eine 3:2:1 gespielt. Welche Aufgabe hattest Du da und was ist Dir schwer gefallen?

In der 3:2:1 ist es wichtig, jedenfalls auf der mich betreffenden Halbposition, dass man schnell auf den Beinen ist. Und das war bei mir nicht der Fall. Deshalb hat mich der Norweger auch ausgetanzt.

Nachfrage: Kann man daran arbeiten?

Klar, Schnelligkeit kann man trainieren.

Nachfrage: Gehen wir zum Angriff über. Welche Spielzüge wurden in den letzten Maßnahmen angesagt und gespielt?

Alt links und rechts. Das ist, wenn der Außen einläuft beim Gegenstoß, der Halbe bekommt einen Rückpass vom Mittelfeldmann und versucht dann mit dem Kreis 2:2 zu spielen. Bei Neu ist es das Gleiche, nur dass der Mittelfeldmann den Halben holt zum Kreuzen. Dann sehen, ob man schießen kann, Kreis anspielen oder weiter spielen.

Dann gibt es Stützpunkt. Da spiele ich den Ball zum Kreisläufer, der zum Außen, der macht Druck auf die Nahtstelle und dann weiter spielt. Dann Norwegen. Der Außen läuft hoch ein und stellt sich auf die Halbposition, so dass man dann dort eine Überzahlsituation hat. Dann Durchspielen bis zur Lücke. Dann noch Frankreich. Weiß ich nicht mehr genau. Ist das nicht ein Kreuz Mittelfeldmann mit Halblinks? Ach nein, der Mittelfeldmann löst auf. Ich darf nicht mehr so breit stehen, ein bisschen mehr zur Mitte, dann Druck auf die Abwehr, mit Kreis spielen oder selbst werfen. Schweden gibt es noch, aber da weiß ich nicht wie das geht. Dann gibt es noch Kolding. Das ist mit dem leeren Kreuz. Zuerst: Mittelfeldmann verlagert das Spiel, dann kommt das leere Kreuz. Yugo-Kreuzen: Ist das nicht das Selbe wie Kolding? Halb-Halb-Kreuzen? Ja, das sagt Jochen an. René für Tom oder anders herum. Meine Aufgaben dabei: Zum richtigen Zeitpunkt loslaufen, von Tom Ball bekommen, dann weiter entscheiden: weiterspielen, rauf shooten, oder weiter spielen.



Nachfrage: Kennst Du Veszprem?

Ich spiele zum Außen, der Mittelfeldmann kommt dann vorne rum und ich dann hinten rum auf die Mitte.

Nachfrage: Kommst Du mit diesen Positionswechseln klar?

Ja, mache ich sogar sehr gerne, weil ich auch meinen Heimtrainer damit nerve, dass ich mal auf der Mitte spielen will.

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern?

Es hat mir schon was gebracht, zu sehen, wie wir das dann gemacht haben, was der Trainer vorher gesagt hat. Was man schlecht gemacht hat, was man verbessern muss. Ich weiß meistens auch gleich, wenn ich einen Fehler gemacht habe.

Nachfrage: Bringt es Dir auch etwas, wenn Du starke Szenen von Dir siehst?

Klar, dann weiß man wie man es machen kann. Wie ein Spielzug funktioniert oder wann man wirft.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?

Erreichen tun mich manche. Da waren auch schon komische dabei. Das In Dormagen zum Beispiel mit den Ninja-Turtles. Das war gut. Weil einen das noch mal aufgebaut hat. Ich fand das gut, mit den guten Aktionen von uns.

Nachfrage: Würden Dich Bilder aus der ersten Halbzeit in der Pause erreichen?

In der Halbzeit finde ich es wichtiger, dass der Trainer was sagt. Ich finde es vor dem Spiel am besten.

Nachfrage: Glaubst Du, dass die Halbzeitansprache vom Trainer durch Videobilder aus der ersten Halbzeit unterstützt werden kann?

Glaube ich auf jeden Fall. Ob das von Euch beiden so schnell machbar ist, weiß ich nicht. Dann wüsste ich zum Beispiel, was der Halblinke für Bewegungen macht.

**Wir sind durch. Danke.**

Cool.

# Qualitatives Interview mit den Spielern der A-Jugendnationalmannschaft

## **Wirksamkeit & Vermittlungsstrategien sportwissenschaftlicher Intervention**

Datum: 06.07.-13.07. 2007

Ort: Ringsheim bei Offenburg/Freiburg in Baden-Württemberg

Zeit: 08.00 Uhr

Räumlichkeit: Hotelzimmer

Atmosphäre: ruhig und entspannt

Interviewer: Karsten Görsdorf/Christoph Dreckmann

Interviewter: S6

### **Vorbemerkungen zum Interviewverlauf:**

- Warum dieses Interview, wer wird daneben noch interviewt?
- Begründung der Tonbandaufnahme (präzise Auswertung, Aufmerksamkeit für Gespräch voll widmen)
- Was passiert mit dem Interviewmaterial? (Anonymität)
- Gesprächsdauer?
- War erwartet man eventuell von der interviewten Person?
- Wie geht man im Interview vor, worum geht es (Kurzerläuterung der Fragetechnik)

### **Frageblöcke:**

1. externe Faktoren
2. Aussagen
3. Medium
4. interne Faktoren

## I. Externe Faktoren

### **1. Eingangsfrage:** Über welche Stationen/Wege/Umwege bist Du zum Handball gekommen

Bei den Minis habe ich Fußball gespielt. Bis zur C-Jugend. Dann hat sich meine Mannschaft aufgelöst und die Mannschaften um uns herum haben mir nicht gefallen. Mein Vater hat beinahe 30 Jahre Handball gespielt und hat gesagt, dann kannst Du ja mal mit Handball spielen. Er war dann auch der Trainer der C-Jugend. Ich bin dann ein, zweimal hingegangen und fand das Training sowie die Kollegen gut. So bin ich dann geblieben. Mein Vater war bisher zu 98 Prozent mein Trainer. Die anderen waren Willy Obermayer mein Auswahltrainer und Pitti.

Nachfrage: Was waren Deine bisherigen Erfolge?

Zwei mal Regionalligameister, zwei Mal Süddeutscher Meister, Länderpokal- sprich Deutscher Meister und Nationalmannschaft.

### **2. Inwieweit unterstützt Dich Deine Familie im Leistungssport?**

Ziemlich arg. Mein Vater fährt zu jedem Nationalmannschaftsspiel, das ich habe. Und er fährt mich auch zum Training nach Kronau, liest 90 Minuten was und fährt mich dann wieder zurück. Er opfert jeden Tag seine Freizeit für den Handball und für mich. Meine Mutter hat es nicht so leicht. Aber die sagt nichts dagegen, weil sie weiß, dass der Handball das Leben ist. Natürlich hätte sie gerne, dass mein Vater da ist, aber wenn ein Spiel ist, dann ist ein Spiel. Dann hat nichts Vorrang. Ich habe noch eine kleine Schwester. Die macht Hip Hop, Ballett, Tennis.

### 3. Wie verbindest Du Schule und Leistungssport?

Leicht ist es nicht. Wenn andere lernen, bin ich im Training. Mein Vorteil ist, dass ich schlau genug bin, um ohne viel zu lernen, trotzdem durchkomme. Ich bin über all mindestens auf 3+. Außer in Englisch. Das ist mein Problemfach, da stehe ich auf 4+. Ich mache ja Abi und da haben wir schon bis um 5 Schule. Aber Hausaufgabenbetreuung bekommen wir nicht. Stress ist es schon. Wenn man frei hat, muss man sich überwinden. Meistens schaffe ich das. Immer das Nötigste.

### 4. Wie heißt Dein Landestrainer/Heimtrainer und welche Abwehr- und Angriffsphilosophien vertreten sie?

Clemens Hofmann, Willy Obermayer und dann Gaubatz.

Im Verein in Worms haben wir eine offensive 3:2:1 gespielt, weil wir eine konterstarke Mannschaft waren. In Kronau haben wir defensiver gespielt, defensive 3:2:1 oder 6:0. Im Angriff haben wir in Worms und Kronau viele fast identische Auslösehandlungen gespielt. Im Landesverband hatten wir wenige Auslösehandlungen, vielleicht drei oder vier. In der Abwehr 3:2:1, ganz normal.

Nachfrage: Arbeitet ihr im Landesverband oder im Verein mit Videoanalysen?

In Kronau haben wir bei der Deutschen Meisterschaft generell mit Videoanalysen gearbeitet. Wir haben uns immer die Gegner angeguckt, deren Spielzüge und was man dagegen machen kann. Meine Erfahrung war, dass man sich ein Bild von der Mannschaft macht und das stimmt dann mit der Realität nicht überein. Wir sind dann in ein Spiel rein und haben uns gedacht, ja das werden wir schon schaffen. Und dann hat die Mannschaft anders gespielt als wir gedacht haben und dann wurde es doch nicht so leicht. Man geht dann mit der falschen Einstellung ran, man unterschätzt die Gegner.

**5.** Inwieweit beeinflussen Dich bei einem Spiel a) Schiedsrichter, b) Zuschauer, c) Gegner d) Familie/Freunde?

**a)** Wenn es zu arg wird, hat er einen Einfluss. Weil irgendwann geht das Selbstvertrauen flöten. Wenn man zu oft solche Entscheidungen bekommt, dann wird es irgendwann kritisch. Tom hat gestern zum Beispiel mit drei fraglichen Aktionen begonnen, danach ging gar nichts mehr.

**b)** Ich höre das gar nicht. Es beeinflusst mich eher, wenn bestimmte Personen da sind. Wenn Pitti da oben sitzt oder wie es am Sonntag war, dass 30 Leute von mir da sitzen, das beeinflusst mich. Ich strengte mich auch so an, aber das gibt noch mal so einen Kick. Ich muss noch mehr machen, weil ich es denen zeigen will. Aber die volle Halle höre ich dann in dem Spiel gar nicht. Ich habe dann so einen Tunnelblick. Wenn ich spiele, sind mir die Zuschauer egal. Bloß eben vorher, wenn ich weiß die hocken da oben, dann strengte ich mich an. Ich bin froh, wenn ich die Trainer höre im Spiel.

Auch bei den Gegnerzuschauern. Ich höre die nicht, weil ich mich nur auf das Spiel konzentriere. Ich vergesse das Publikum vollkommen. Ich höre nur, wenn der Jochen mir was sagt oder so.

Jeder hat so eine Art von Wichtigkeit. Pitti ist am wichtigsten. Dann kommt mein Vater. Weil wenn der nach dem Spiel schlechte Laune hat, weil ich schlecht gespielt habe, dann ist der Tag gelaufen. Und dann Freunde oder Freundin oder so was. In der Halbzeit sehe ich mal zu meinem Vater. Dann sehe ich, ob er gut gelaunt ist, dann war es o.k., wenn nicht, muss ich mich mehr anstrengen.

**c)** Es kommt immer auf das Mannschaftskollektiv an. Ich versuche mir immer zu sagen, gegen jeden Gegner kannst Du verlieren. Man muss sich anstrengen, man darf nicht alles auf die leichte Schulter nehmen. Das finde ich besser, als wenn man weiß, der Gegner ist nicht so gut. Mit Kronau bin ich damit zwei Mal nicht auf die Schnauze gefallen, aber es wurde eng. Deshalb finde ich es wichtig, dass man weiß, dass der Gegner gut ist, dann spielt man auch normal.

6. Wie würdest Du Dein Verhältnis zu Mannschaft, Trainern und Spielbeobachtern einschätzen?

Unter den Spielern ist null Problem. Ich verstehe mich mit vielen sehr gut, und mit einigen am aller besten. Ich habe natürlich auch ein paar, wo ich lieber hingehge als zu anderen. Ansonsten kommen wir gut aus. Natürlich, wenn man eine Woche zusammen ist, dann wird es auch mal anstrengend. Ich glaube, dass morgen schon der richtige Tag ist, dass alle wieder nach Hause gehen.

Mit den Trainern und euch gibt es auch kein Problem. Wo sollte es auch Probleme geben? Außerdem würde man sich mit Pitti auch nie stressen, weil er die Respektsperson schlechthin ist. Na ja, es ist eben strenger. Wir müssen Regeln einhalten, wo mein Verein sich nicht erlauben würde. Wer hier ist, muss eben auch ein gewisses Regelwerk beachten, wenn er bei der Nationalmannschaft bleiben will. Im Verein ist es eben nicht so streng gehandhabt.

Ihr seid mehr so kumpelmäßig. Es ist locker, man kann mit euch ganz normal reden. Beim Trainer hat man immer ein bisschen mehr Angst. Mit euch habe ich überhaupt keine Hemmungen zu reden. Ich kann euch nicht mit Pitti auf eine Stufe stellen, aber ich finde gut, wie ihr euch hier bewegt und wie ihr uns mit der Sportwissenschaft, besonders mit den Videoanalysen weiterbringt. Ihr seid schon Trainer, aber eben nicht wie der Pitti.

## II. Medium

1. Wie schätzt Du die Trainer im Hinblick auf ihr taktisches Verständnis/Wissen ein?

Ungemein viel. Pitti alleine durch seine 30 Jahre Handball. Wenn ich manche Mannschaften sehe, da würde ich mir selber zutrauen, die zu trainieren, weil ich einfach mehr Wissen habe durch Trainer wie Pitti oder meinen Vater. Man bekommt einfach Wissen, wenn man nur Handball spielt. Man bekommt ja auch jahrelang was erzählt. Das geht ja ins Langzeitgedächtnis. Allein davon kann man ja trainieren. Pitti hat eine gute Trainerausbildung, auch in Kiel. Da sehe ich überhaupt kein Problem.

Bei Chris genauso. Chris hat auch Bundesliga gespielt, ist jetzt Jugendkoordinator bei Kronau. Wenn er solche Titel hat, dann gehe ich davon aus, dass er Ahnung hat. Das merke ich im Training und im Spiel. Ich kann als Spieler schon einschätzen, ob die Einwände qualifiziert sind oder nicht. Die beiden wissen viel, klar, sonst wären sie keine Bundestrainer.

## 2. Wie schätzt Du während der Spielanalysen den Spracheinsatz der Trainer ein?

Sie versuchen ja, den Spielern was einzeln verständlich zu machen. Dabei versuchen sie zu verdeutlichen, gegen das und das musst dies und jenes tun. Bis jetzt habe ich das immer verstanden. Wenn er sagt, dort kommt die Sperre, dann musst du dich dorthin zurückziehen. Sie reden deutlich und mit dir in dem Moment, dann gehen sie zum nächsten. Wenn es zu viel wird, kann es sein, dass Du es ein wenig verdrehst.

Ich gehe für mich kurz vor dem Schlafen gehen noch mal alles durch, was er gesagt hat. Im Training spreche ich dann noch mal Dinge an, die ich nicht verstanden habe oder wo ich denke, dass die Mannschaft noch was verbessern muss. Aber prinzipiell verarbeitet das jeder für sich. Wenn Du es verstanden hast, dann musst du es nur behalten im Kopf. Im Langzeitgedächtnis bleibt es, wenn man etwas länger und öfter wiederholt. Im Training übt man es und danach gehe ich es für mich noch mal durch. So viel ist es ja nicht. Ich muss ja nur meine Position und links und rechts neben mir beachten.

Nachfrage: Hast Du Probleme, dich von deinem Heimtrainer oder Landestrainer zu den DHB-Trainern umzustellen?

Ich habe kein Problem mit der Umstellung. Ich sehe den Pitti und dann weiß ich, dass ich das und das machen muss. Ich habe mit Kronau, Worms und der Nationalmannschaft an die 100 Spielzüge im Kopf. Ich weiß genau bei denen muss ich das spielen, bei denen das. Ich könnte in einem Jahr immer noch bei Kronau spielen, wenn sie die Spielzüge nicht verändern würden.



### 3. Glaubst Du, dass alle Spieler Lust auf Taktikbesprechungen haben?

Auf so einem Lehrgang beklagt man sich nicht, wenn man mal ein bisschen Taktik macht. Taktik ist nie mit Anstrengung verbunden. Hin und wieder macht man das gern. Wenn es aber jedes Training wäre, dann wäre es zu viel. Ein Handballer braucht ein Ball in der Hand.

Nachfrage: Was ist für dich Taktik?

Taktik auf den Gegner bezogen, dass man klug und cleverer handelt als der Gegner. Taktik ist, dass man sich was gegen den Gegner überlegt, um ihn zu besiegen. Taktik ist für mich überlegen, was man tut.

Nachfrage: Wie würdest du die drei Komponenten der Leistungsfähigkeit Kondition, Technik und Taktik gewichten?

Ein Nationalspieler braucht alle diese Dinge, da muss alles da sein. In Vereinsmannschaften gibt es das schon, dass jemand keine Kondition hat. Aber dort kann das eine Mannschaft kompensieren. Aber ein Nationalspieler sollte aus meiner Sicht alles haben, sonst ist es kein Nationalspieler.

### III. Aussagen

1. Bewerte mal folgende Herangehensweisen an eine Spielanalyse: Das Spiel komplett ansehen oder bestimmte Szenen heraus schneiden und diese besprechen?

Zum Beispiel um Zeit zu sparen, würde ich Szenen zeigen, denn in einem Spiel ist auch viel unnötiger Kram, den man nicht sehen muss. Die Handlungen, die entscheidend sind für eine Mannschaft oder für einen Spieler, die sollte man zeigen. Was gut war sollte man zeigen, damit die Mannschaft weiß, das kann sie, das kann sie wiederholen. Was schlecht war, muss verbessert werden. So wie ihr das macht. Gestern zum Beispiel. Vor dem Spiel nur mal die guten Szenen, motivieren und danach auch die negativen Szenen, wo man drüber sprechen muss. Wenn man die Möglichkeit dazu hat, dann ist es das Beste was es gibt.

2. Wie viele Szenen zu Abwehr und Angriff würdest Du nach einem Spiel zeigen?

Ich will mich da nicht auf eine Zahl festlegen, das müsst ihr und die Trainer entscheiden. Wenn es zu viel wird, geht es einfach nicht mehr in den Kopf rein. Irgendwann guckt an nur noch hin, aber man tut nur noch so. Wenn ihr oder die Trainer die wichtigen Szenen rauspickt, dann langt das. Kleinigkeiten auch zeigen für individuelle Sachen. In der Nationalmannschaft versuche ich nicht abzuschalten. Aber im Verein. Wenn ich da 20 Minuten pure Informationen bekomme, dann hätte ich keine Lust mehr.

3. Reichen Dir die Echtzeitbilder oder findest Du eine Zeitlupe besser?

Die Echtzeitszene, damit man ein Gefühl bekommt, und die Zeitlupe damit der Trainer was sagen kann und damit man es auch noch mal besser sieht. In der Echtzeit kannst Du ja nicht alles sehen. Wenn der Trainer was erklären will bei einer

Sperre oder so, so schnell kannst Du ja gar nicht gucken. In der Zeitlupe kann er noch mal sagen, Du musst da hin und da dort hin. Eine Zeitlupe würde reichen. Die Standbilder geben die auch die Zeit noch mal drüber nachzudenken. Wenn dann schon gleich das nächste kommt, dann kannst du es gar nicht richtig verarbeiten.

**4. An wie viele Aspekte einer Spielanalyse kannst Du Dich im Anschluss erinnern?**

Es ist nicht so, dass ich noch mal alles durchgehe. Ich glaube, dass man auch viel automatisch macht. Wenn man dann im Spiel ist, in bestimmten Situationen, dann fällt es einem auch wieder ein, was er gesagt hat. Mir geht das jedenfalls so. Mir fallen dann im Spiel genau die Situationen wieder ein. Ich könnte aber nicht 10 Minuten nach der Analyse sagen was er zu dem oder dem gesagt hat. Aber wenn es meine Aktion oder meine Handlung betrifft, weiß ich was er dazu gesagt hat.

Bei der Sperre absetzen zum Beispiel. Ich kann es par tout nicht ausstehen, wenn man hinter dem Kreisläufer steht und wenn ich im Spiel merke, oh shit der steht vor mir, dann höre ich den Pitti im Hinterkopf: Kai, geh vor ihn. Um das zu verhindern, dass er mich anschreit, gehe ich vor ihn. Die Videoanalyse zeigt dir das Beispiel und der Pitti sagt meistens was dazu. Mit der Videoanalyse hole ich mir die Situation in den Kopf und Pitti kommt mit der Stimme dazu. Das Bild zu merken fällt mir schwerer, als was der Pitti dazu gesagt hat. Das Bild holt dir nur die Situation hervor, der Pitti sagt das, was man verbessern sollte. Im Angriff auch. Pitti kann es nicht leiden, wenn man nicht breit steht. Er sagt immer, es sind 20 Meter bezahlt und nicht nur 10. Wenn ich im Spiel merke ich bin beim dritten und nicht beim zweiten, dann höre ich nur den Spruch im Kopf und gehe dann wieder nach außen. Bis jetzt schaffe ich es noch nicht es immer einzuhalten, aber irgendwann einmal.

**5. Worin besteht Deiner Meinung nach die Schwierigkeit, die strategischen Vorgaben des Trainers im Spiel umzusetzen?**

Es liegt dann an der gesamten Mannschaft. Wenn es nicht rund läuft. Gestern zum Beispiel. Dann kann man sich auf den Kopf stellen, aber es funktioniert nicht.

Eigentlich geht es ja auch von alleine, wir können fangen, werfen, schießen, Druck machen. Wenn aber einer was vergisst, zum Beispiel nicht richtig Druck macht, dann ist alles für den Arsch, weil sich dann die gegnerische Mannschaft drauf einstellt. Wenn jeder Einzelne das perfekt umsetzt, dann klappt auch das, was der Pitti sagt. Wenn einer nicht gut drauf ist, dann wird es ein wenig schwerer. Dann müssen die anderen das rausholen.

#### IV. Interne Faktoren

1. Versuch mal Deine Einstellung (Motivation) zu beschreiben, wenn Du bei der Nationalmannschaft bist – im Vergleich zur Landesauswahl/Heimmannschaft!

Ich freue mich immer wieder. Ich war bisher immer dabei. Aber es kann auch mal passieren, dass Du nicht drin bist. Ich habe ja den Jahresplan und hoffe immer wieder eingeladen zu werden. Einen Monat vorher hoffe ich immer, dass der Zettel kommt. Bis jetzt ist er immer gekommen. Ich finde der Konkurrenzkampf ist nicht so groß. Ich weiß, dass es im Moment den René und mich auf halbbrechts gibt. Der eine spielt ein bisschen mehr, der andere ein bisschen weniger. Es wird immer zwei in einer Mannschaft geben. Dann versucht man Freundschaft zu schließen. Und ich versuche abzugucken, was er so kann, man versucht zu lernen in einem solchen Lehrgang. Ich habe kein Problem mit dem Konkurrenzkampf. Nur wenn ich nicht anfangen, wenn ich nicht spiele. Dann drehe ich durch. Aber wenn ich weiß, ich spiele 15 Minuten, dann komme ich auf die Bank, dann spiele ich noch mal 20 Minuten, dann habe ich kein Problem, weil ich mir die Spielzeit teile. Wenn ich gar nicht spiele, werde ich nervös.

2. Wie würdest Du Dich im Leistungsniveau der Mannschaft einordnen (bezüglich Technik, Taktik, Kondition/Kraft)?

Kondition bin ich ziemlich weit vorne. Nicht der beste, weil der Jochen ist auch noch da. Der hat auch eine Lunge wie ein Gaul. Bei Taktik. Da gibt es bestimmt noch bessere. Aber ich bin jetzt schon ein Jahr dabei. Ich weiß einfach mehr als andere,

was der Pitti sehen will. Bei der Technik bin ich im Mittelfeld. Von Rechtsaußen kann ich noch was lernen. Leger kann ich ganz gut, aber der Philipp ist beim Dreher besser. Da bin ich gerade beim Abgucken, wenn ich daheim bin, übe ich das bis ich es kann.

3. Zum taktischen Verständnis: Bsp: Spielt ihr 5:1, welche Aufgaben im LV und beim DHB hast Du dann? (Weitere Elemente: 3:2:1-Abwehr, Auslösehandlungen: SWE, DEN, FRA, Vespem, Alt und Neu, Sperren, Verlagern links und rechts)

Es ist davon abhängig, wo ich spiele. Wenn ich auf halb rechts verteidige muss ich ballferne Seite immer verschieben, das ist bei jeder Abwehr so. Bei der 5:1 – wenn der Kreisläufer bei mir ist, muss ich immer mit dem links von mir meinen Gegenspieler doppeln, wenn er nach außen geht nehme ich ihn und er nimmt den Kreis, wenn er nach innen geht, nehme ich den Kreis. Ich muss vor den Kreis kommen. Bei der 3:2:1 muss ich an 9m attackieren, ballferne Seite einrücken, immer ein Dreieck bilden, nicht mit dem Rücken zum Ball stehen, wenn der Außen den Ball hat, schaue ich dort hin, eventuell helfen, wenn er zur Mitte geht. Auf Außen kann ich es mir leicht machen. Ich kann ihn wegnehmen, dann habe ich nichts zu tun. Ich gehe optisch in die Nähe und dann spielt der Halbe nicht, weil er Angst hat. Ich muss natürlich auch wieder ballferne Seite einrücken und antizipativ auf den Parallelpass warten. Wenn er sehr weit außen steht, muss ich 1:1 stehen, weil keiner mehr helfen kann.

Frankreich: Ich spiele Sperre absetzen oder ich schieße. Das klappt meistens, weil der Mittelman verlagert hat. Kreisel rechts: muss ich den Außen holen, der läuft ein, kommt zurück, ich krieg den Ball, spiele Sperre absetzen oder schieße oder Parallelpass. Bei Alt rechts krieg ich einen Rückpass nachdem der Außen eingelaufen ist, da bekomme ich dann meistens einen Schirm vom Kreisläufer und kann dann schießen. Neu rechts: Anstatt Parallelstoß und Schießen werde ich hinten rum geholt zum Kreuz, dann ist meistens Platz, wenn nicht, kann ich Parallelpass spielen. Norwegen: Da muss ich einfach Druck machen auf die Abwehr, die Männer auf mich ziehen und dann ist Überzahl. Schweden: Da werde ich vom Jochen geholt, dann ist entweder der Kreisläufer frei oder Parallelpass machen. Kolding mache ich

entweder Sperre absetzen oder ich komme über die Mitte im Bogen und schieße. Dänemark: Da kann ich den Außen holen und komme hinten rum, kann in der Diagonalen spielen.

4. Ist es aus Deiner Sicht gelungen, deine taktischen Kenntnisse mit Hilfe der Spielanalysen zu verbessern?

Natürlich habe ich mich da verbessert. Man lernt nie aus. Die Tore passieren aus individuellen oder taktischen Fehlern. Man lernt immer was dazu.

5. Können Dich Videobilder vor einem Spiel motivieren oder stören sie eher?  
z.B.:

Konnten Dich die gezeigten Videos vor den Spielen in Biberach motivieren?

Wenn ich tolle Sachen sehe, vor allem von mir, dann würde ich das schon gerne noch mal machen.

Nachfrage: Würdest Du Bilder in der Halbzeit für sinnvoll halten?

Kommt drauf an. Viele Spieler sind mit sich beschäftigt. Man hört den Trainer zwar. Aber im Hintergrund geht man seine Sachen durch. Welche Fehler man gemacht hat. Ich würde zwar gucken, aber ich würde meine Sachen noch mal durchgehen, die ich besser machen muss. Wenn das Spiel gut war, würde ich eher hinsehen.

**Wir danken Dir für dieses Gespräch.**