

Videoanalyse - was ist das, wie geht das?

In diesem Kapitel bringen wir Dir die Grundlagen der Präsentationsvorbereitung und -aufbereitung näher. Am Ende des Kapitels weißt Du, wie Du Spielszenen auswählst und wem Du sie präsentierst. Gleichzeitig kennst Du auch die Präsentationszeitpunkte für die unterschiedlichen Analyseformen.

Wie bereite ich meine Präsentation vor?

Wenn Du das Kategorisieren abgeschlossen hast, beginnt die Vorbereitung der Präsentation. Für das Erstellen der Präsentation gibt es einige Leitfragen, die zu beachten sind:

- Welche Spielszenen willst Du zeigen?
- Hat die Präsentation ein besonderes Thema?
- Wann hältst Du die Präsentation? Vor oder nach einem Spiel oder Training?

Unabhängig davon musst Du die Szenen, die Du präsentieren willst, noch vor- und aufbereiten. Den Rahmen dafür hast Du bereits mit der Länge Deiner Videosequenz gesetzt. Für Dein Team bzw. den Teil, den Du ansprechen willst, ist es wichtig zu wissen, was sie zu sehen bekommen. Daher sollten sie von Dir in geeigneter Form auf die Spielszene vorbereitet werden. In der Präsentation der Szene dauert es im Schnitt zwei bis drei Sekunden, bis Deine Zuschauenden die Orientierung in der Spielsequenz gefunden haben. Die Videosequenz sollte mit dem Beginn einer neuen Spielsituation enden, damit die Haupthandlung in der Videosequenz in sich geschlossen bleibt. Passe den Start- und Endzeitpunkt Deiner Spielszenen dementsprechend an.

Für die Beantwortung der ersten Leitfrage ist wichtig, dass jede gezeigte Spielszene bei Deinem Team einen Mehrwert generieren soll. Diesen Mehrwert kannst Du in Form eines Kommentars oder als Notiz für Deine Präsentation festhalten. Dein Team sollte diese Notizen während der Präsentation nicht sehen, damit es sich voll auf die Videosequenz konzentrieren kann.

Hast Du die Szene mit Kontext und Notizen vorbereitet, beginnt die Aufbereitung mit visuellen Ergänzungen. Eine Überfrachtung des Videos solltest Du vermeiden. Reduziere die zusätzlichen Hilfsmittel auf das nötigste Minimum. Zeichnungen innerhalb einer Spielszene sollen Deine Spielszene in den Schlüsselmomenten unterstützen und nicht einen ablenkenden Charakter haben.

Studien haben gezeigt, dass man Feedback besser aufnehmen kann, sobald man sich in einer gewohnten Situation befindet. Das bedeutet, dass ihr mit jeder durchgeführten Videoanalyse an Erfahrung gewinnt und für die nächste Sitzung Vorkenntnisse aufbaut. Somit wird das Aufnehmen von neuen Informationen jedes mal ein bisschen besser. Mit der Zeit werden Du und Dein Team einen Erfahrungsschatz aufbauen, der Eure gemeinsamen Analysen noch effektiver machen wird.

Wem zeige ich eine Videosequenz?

Wem Du eine Videosequenz zeigst, ist vor allem von zwei Dingen abhängig. Der Inhalt der Videosequenz ist von zentraler Bedeutung. Dadurch kann sich Deine Präsentation an unterschiedliche Gruppen von Zuschauenden richten. Der zweite Aspekt ist die zeitliche Komponente. Das kann dazu führen, dass Du abwägen musst, ob Du eine Präsentation für Dein gesamtes Team oder nur Teile davon hältst. Anhand der folgenden Beispiele wollen wir Dir die Gedankengänge hierzu illustrieren und verdeutlichen. Daraus kannst Du für Dich passende Szenarien der Analysesitzung ableiten und weißt was Du wem präsentieren solltest.

Szenario 1: Schwerpunkt Defensivverhalten während des gegnerischen Aufbaus

In dieser Thematik ist Dein gesamtes Team gefordert. Entsprechend sollten Informationen, Hinweise und Handlungsanweisungen mit allen geteilt werden.

Szenario 2: Schwerpunkt Abseitsfalle der Verteidigung bei Ballbesitz des Gegners

Hier liegt der Schwerpunkt ganz klar auf Deinen Abwehrspielern. Neben Stammspielern sollten auch Ergänzungsspieler diese Informationen erhalten, damit sie bei Einsätzen über dieselben Informationen verfügen. Ob die Inhalte auf einen speziellen Gegner vorbereiten hängt von Deiner gewählten Analyseform ab.

Szenario 3: Elfmetersituation

Die Information welcher Schütze des Gegners wohin schießt, hat ausschließlich Relevanz für Deine Torhüter. Rechne damit, dass sie bestimmte Sequenzen wiederholt betrachten wollen.

Szenario 4: Schwerpunkt gegnerische Einzelspieler

In einer Einzelspieleranalyse des Gegners ist es hilfreich, die direkten Gegenspieler und die dazugehörigen Ergänzungsspieler einzeln oder in kleinen Gruppen mit Informationen zu versorgen.

Es ist nicht immer notwendig, die Analysesitzungen zusammen durchzuführen. In Szenario 3 würde es bereits reichen, wenn Du den Spielern die Spielszenen mit den wichtigsten Notizen zur Verfügung stellst, damit sie sich diese wiederholt und in Ruhe anschauen können. Ähnliche Formen der Analyse sind bereits im Spitzensport etabliert, um charakteristische Verhaltensweisen von einzelnen Spielern zu analysieren und so einen Vorteil zu erlangen.

Wann zeige ich eine Videosequenz?

Wann der ideale Zeitpunkt für eine Videoanalytisesitzung ist, hängt stark vom Ziel und von den Themen ab. Ist das Ziel die eigene mannschaftstaktische Leistung zu analysieren, so solltest Du die Analyse zeitnah, nicht aber direkt nach Spielende durchführen. Gib Deinen Spielern Zeit, die Situationen zu verarbeiten, insbesondere wenn das Ergebnis nicht positiv ausgefallen ist. Willst Du eine spezifische Vorbereitung auf den Gegner durchführen, so solltest Du die Analyse zeitnah zum entsprechenden Spiel ansetzen, damit die Eindrücke der Videos frisch in den Köpfen Deiner Spieler sind, aber nicht zu dicht, sodass sie die Videosequenzen verarbeiten können. Als Richtwert für diese beiden Formen der Analysesitzung hat sich etwa ein Tag nach dem Wettkampf bzw. ein Tag vor dem Wettkampf als effektiv erwiesen.

Willst Du eine spezifische Vorbereitung auf einzelne Gegenspieler oder mannschaftstaktische Elemente durchführen, kannst Du die Videosequenzen vor Deinen Trainingsübungen einbauen, sodass im Training schnell “Wenn-Dann”-Verknüpfungen angelegt werden.

Die Technikanalyse ist ein in diesem Zusammenhang ein Spezialfall. Studien haben gezeigt, dass Feedback kurz nach der Bewegungsausführung zu den höchsten Lernerfolgen führt. Dafür solltest Du Deinem Spieler nach Bewegungsausführungen ein wenig Zeit geben, um die eigene Bewegungserfahrung aufzubauen, bevor Dein Feedback kommt. Wird die Zeit bis zum Feedback aber zu lang, bzw. erhält der Lernende in der Zwischenzeit zu viele andere Eindrücke, wird Dein Feedback nicht mehr den gewünschten Effekt haben. Für den Lernprozess im Techniktraining solltest Du zu Beginn häufig Feedback geben, um die richtige Bewegungsausführung zu erzielen. Mit der Zeit solltest Du Dein Feedback jedoch reduzieren, damit Deine Spieler ihre eigenen Bewegungserfahrungen sammeln können und nicht mehr von Deinem Feedback abhängig sind.


Welchen Zweck soll die Videosequenz erfüllen?

Wie Du bereits gemerkt hast erfüllt, die Videoanalyse eine ganze Reihe von Zwecken. Wenn Du sie teamzentriert betrachtest, dient sie als Mittel der Erweiterung eurer taktischen Fähigkeiten. Wendest Du sie für einzelne Spieler an, kannst Du ihre technische Weiterentwicklung fördern. Stellst Du den Gegner in den Fokus erleichtert sie euch das Erkennen von Schlüsselementen, die den Erfolg wahrscheinlicher machen. Ein bisher unterschlagener Aspekt ist die Motivation: Mit einem Zusammenschnitt von erfolgreichen Sequenzen kannst Du einen Highlightclip zusammenstellen, der kurz vor einem wichtigen Spiel nochmal die Motivation von allen Beteiligten steigern kann.

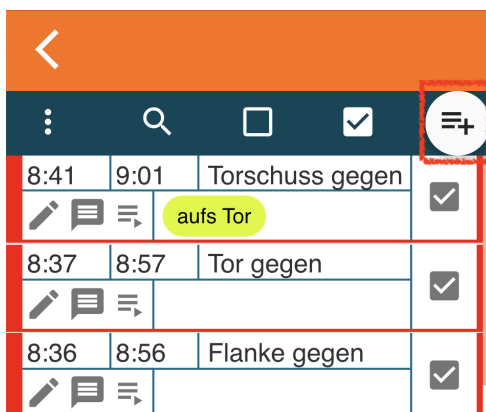
Schlussendlich lässt sich sagen, dass Dich der richtige Einsatz von Videoanalyse zum richtigen Zeitpunkt dem Erfolg einen Schritt näher bringt.

Wie bereite ich eine Präsentation vor?

Die Präsentation vor und mit dem Team ist das Herzstück einer Analyse. Damit das auch in ATHLYZERcoach richtig gut funktioniert, haben wir viele kleine Bausteine für Dich zusammengestellt. Diese findest Du in der Analyse in den Bereichen “Präsentation vorbereiten” und “Präsentation veredeln”.

Die beiden Bereiche sind in der Grundstruktur sehr ähnlich: Auf der linken Seite findest Du Deine Szenen, rechts davon das Video. Wenn Du bei einer Szene auf “Bearbeiten”  klickst, wird das entsprechende Menü über der Szenenliste geöffnet. Im Bereich “Präsentation vorbereiten” kannst Du die Länge einer Szene noch einmal anpassen oder ihr einen Kommentar hinzufügen. Du erhältst eine Auflistung über alle Label der Szene und kannst diese gegebenenfalls noch einmal ändern.

Wenn Du eine Szene fertig angepasst hast, kannst Du diese nun mit der Checkbox auswählen und in eine Playlist schieben. Du erhältst am unteren Bildschirmrand eine Meldung, dass die Szenen nun auf der Playlist sind. Dies wiederholst Du mit allen Szenen, die Du zeigen willst.



Im Bild links siehst Du am rechten Rand den Button für das Erstellen bzw. Auswählen einer Playlist (rot umrandet). Links daneben befinden sich die Möglichkeiten alle sichtbaren Szenen aus- oder abzuwählen.

Die weitere Bearbeitung findet im Bereich “Präsentation veredeln” statt. Um Deine Analyseergebnisse zu verdeutlichen, kannst Du hier mit unserem Zeichenmodul zum Beispiel Räume, Positionen oder Laufwege in einer Spielszene kenntlich machen. Wie das genau funktioniert werden wir Dir im Praxisteil näher bringen.

Tipp aus der Praxis: Um den Überblick zu behalten ist es leichter, alle Szenen für eine bestimmte Playlist nacheinander zu bearbeiten und mit Häkchen zu versehen, um alle Szenen auf einmal auf eine Playlist zu verschieben.