



KONINKLIJKE NEDERLANDSE HOCKEY BOND



## Coachen : Wedstrijdanalyse

Versie april 2004

Bron: KNHB / N.Nederhof / B. Bams

### Waarom willen we een wedstrijdanalyse maken?

De eerste reden dat we een wedstrijdanalyse maken is dat we meer te weten willen komen over de beginsituatie / de stand van zaken / de ontwikkeling van het eigen team op zowel technisch als tactisch en fysiek vlak. Hiernaast is vaak de mentale component ook goed te observeren.

Een tweede reden is om meer te weten te komen over deze aspecten bij de tegenstander.

De derde reden is het positieve gevolg van veel analyseren, namelijk: het steeds beter kunnen observeren.

Als ik een wedstrijd bekijk waar ik niet zelf coach, dan neem ik altijd een notitieblok mee en geef mezelf opdrachten ter observatie om vervolgens te zoeken naar een strategie om deze teams te bespelen. Uit iedere wedstrijd is ook weer trainingsstof te halen.

Het willen maken van een analyse kan dus meerdere redenen hebben.

- Als oriëntatie bij een nieuw team.
- Als observatie van het eigen team.
- Als observatie van een (komende) tegenstander.
- Om beter te leren observeren.

### Wat is het doel van een wedstrijdanalyse?

Het uiteindelijke doel is om de verkregen informatie te integreren:

- In de (seizoens)planning.
- In de training, de teambespreking, en de wedstrijd.

### Wanneer vindt een wedstrijdanalyse plaats?

#### 1. Voor de wedstrijd via informatie uit:

##### Vorige ontmoetingen

Het is belangrijk tijdens een wedstrijd informatie te verzamelen over de tegenstander.

Wat is bijvoorbeeld hun opstelling, hun spelsysteem en spelconcept? Welke zijn de belangrijke spelers en hoe worden ze in het spel betrokken? Hoe is de organisatie van onder andere de straf- en lange corner en de vrije slagen? Hoe ziet hun verdedigend systeem er uit? Deze informatie kan bij een volgende ontmoeting gebruikt worden.

##### Dagbladen

Er staat in landelijke en/of regionale bladen vaak zeer bruikbare informatie over onder andere opstelling, spelverloop en doelpuntenmakers.

##### Hockey Magazine

Er wordt dit seizoen voor het eerst ook een topscorerslijst van andere dan de hoofdklasse bijgehouden. Ook uitspraken van collegae kunnen soms informatie bevatten die veelzeggend is.

**Van collega trainer-coaches en/of andere spelers**

Veel trainer/ coaches houden contact met elkaar over andere teams. Bijvoorbeeld teams uit de andere poules waar in oefenwedstrijden tegen gespeeld worden, maar vaak ook teams uit de eigen poule.

**Televisie**

Elk weekend zijn er wedstrijden te zien op Studio Sport. Even de videorecorder aanzetten en de samenvatting een paar keer terugspoelen kan een stroom aan informatie geven, al blijft deze wel beperkt tot de hoofdklasse.

**Video-opnames**

Vele coaches hanteren videobeelden als ondersteuning van het beleid in de breedste zin van het woord. Zorg ervoor dat als je wedstrijd wordt opgenomen door de NOS of een lokale zender, dat je de videoband bij die maatschappij bestelt. Deze zijn beschikbaar, vaak zelfs voor een zacht prijsje.

Wat kun je met video-opnames doen?

- *Technische en tactische analyse.*
- *Technische en tactische gegevens verzamelen.*
- *Fysieke en mentale aspecten analyseren.*

Het continu op een hoog niveau blijven uitvoeren van minimaal de basistaken vereist een grote mate van fysieke fitheid en mentaal-motivationale kracht. Heel duidelijk wordt een tekortkoming in fysiek-mentale fitheid geïllustreerd door bijvoorbeeld het geven van teveel ruimte in verdedigend opzicht, het verzuimen van tijdig de verdedigende organisatie opzetten of ondersteuning geven van een balbezitter. Het niet meer aansluiten van linies of zones is een ander duidelijk voorbeeld.

**Trainingsanalyse**

Gebruik video niet alleen voor de wedstrijd, maar ook voor training. Met een hoge sluitertijd vanaf 1/2000e en een goede slowmotion op je videorecorder (je recorder moet dan minimaal 3 koppen hebben, daarom zijn de geïntegreerde televisies -met ingebouwde videorecorder- vooralsnog niet geschikt) kun je perfecte bewegingsanalyses maken. Gebruik video voor bijvoorbeeld de strafcornertraining, of een opname van jezelf (zelfanalyse / lichaamstaal!).

**Statistische analyse**

Dit is het verzamelen van cijfermateriaal uit een wedstrijd.

## 2. Tijdens de wedstrijd

**Observeren**

De basis van het coachen. Op basis van deze observatie kan men aanwijzingen geven. Observatie van wedstrijden is zeer leerzaam, maar het rendement ten opzichte van video is vaak laag omdat momenten niet meer kunnen worden teruggehaald en je eenvoudigweg niet de hele wedstrijd kunt opslaan op je eigen harde schijf.

Een enorm voordeel ten opzichte van video is dat het hele veld overzien kan worden.

Observeren kan ook betekenen: scouten. Het observeren en analyseren van een wedstrijd van, bijvoorbeeld, de komende tegenstander.

**Maak aantekeningen!!**

Je kunt niet alles onthouden. Schrijf op wat je ziet en maak een zorgvuldige selectie van deze gegevens voor de rustbespreking. Deze aantekeningen geven je cruciale informatie voor onder andere de trainingsitems van de komende week of de stand van zaken in je seizoensplanning. Gebruik elke wedstrijd weer een standaard formulier voor het bijhouden van de wedstrijdgegevens.

**Laat één of meerdere wedstrijdanalyses maken door een assistent of een collega**

Alle extra informatie over bijvoorbeeld de eerste helft is welkom. Je kunt bijvoorbeeld het percentage balverlies van de laatste man (of van de spitsen) meenemen in je rustbespreking.

**Video**

Gebruik indien mogelijk zo veel mogelijk video. In eerste instantie gebruik je de informatie voor jezelf. Nadeel van video is vaak dat slechts een gedeelte van het veld kan worden overzien.

**3. Na de wedstrijd****Analyseren en evalueren**

Hoe is op basis van je observatie (in overleg met enkele spelers) je eerste analyse? Schrijf je evaluatie op de achterkant van je wedstrijdformulier.

**Evaluatie met spelers**

Spelers staan in het veld en beleven de wedstrijd dus heel anders dan de coach die, zijn emoties onderdrukkend, langs de kant staat. Geef spelers die verantwoordelijkheid.

**Videoanalyse**

Het gebruik van video is tijdrovend en het maken van een opname vereist enige routine. Videobesprekingen met het team dienen als ondersteuning van de teambespreking. Veel coaches laten een dergelijke bespreking ontaarden in een urenlange sessie die hierdoor het doel voorbij schiet. Videosessies kunnen ook per linie of individueel gedaan worden. Hou daarbij in de gaten dat video-opnames van jezelf zien voor sommigen confronterend kan zijn. Vergelijk het met de eerste keer dat je je eigen stem hoort.

Enkele voordelen van video-analyse:

- Videobeelden zijn objectief. Ze leggen onomstotelijk vast wat de spelers doen en kunnen daarom veel discussie voorkomen.
- Ze kunnen zeer motiverend en teamvormend werken.
- Men kan situaties terughalen en bestuderen, eventueel met spelers erbij.
- Men kan er statistische gegevens uit halen: bijv. het percentage balbezit/balverlies per speler/team, rendement balbezit in de cirkel, het aantal keren balbezit in het aanvallend 23m- gebied en het rendement/het aantal aanvallende/verdedigende duels en het rendement etc.

Overigens moet men hierbij duidelijk een onderscheid maken tussen de beschrijvende en de verklarende statistiek en zeer terughoudend zijn met conclusies op basis van statistische gegevens.

Je kunt een vlo trainen om op het bevel "spring" te springen. Als je vervolgens z'n poten verwijderd en hij dus niet meer op bevel springt, dan betekent het niet dat je moet concluderen dat de vlo doof is geworden.

## Waar 'kijken' tijdens het observeren van eigen spel en tegenstander?

### Tactisch handelen

- De uitvoering van de trainingsthema's/thema's waar op dat moment op wordt getraind.
- De uitvoering van het spelconcept, dat gedurende een of meerdere seizoenen wordt opgebouwd en/of het concept dat tegen de tegenstander van die dag wordt uitgevoerd.
- Individueel zoals bijvoorbeeld: positioneel verdedigen/ het spelen op balbezit/ positiespel zonder bal. Spelbepalende spelers/ zwakke spelers.
- Collectief zoals bijvoorbeeld: het uitverdedigen/ middenveldspel/ aanvallend spel.
- Looplijnen/ passlijnen.
- Spelhervattingen: strafcorner/ lange corner/ vrije slagen.



**Technisch handelen**

- De uitvoering van de trainingstechnische thema's.
- Algemeen technisch handelen.
- Specialisten, bijvoorbeeld: actie 1:1 /hoge bal /lange pass /strafcorner /strafbal.
- Keeper.

**Fysieke conditie**

- Dit gebeurt voornamelijk op de training door middel van tests.
- Hoe verhoudt zich de fysieke conditie van het eigen team ten opzichte van die van de tegenstander. Geven we in de laatste 10 minuten meer ruimte weg dan normaal?

**Mentale conditie**

- Body language. Hoe is het gedrag in het veld, ten aanzien van tegenstander, scheidsrechter, eigen team etc? Hoe gaan we om met gemiste kansen, met balverlies, met publiek etc?
- Hoe gaan de spelers om met de afspraken die op dit vlak zijn gemaakt

**Hoe verwerken we ( grafische) informatie?**

In de diverse KNHB cursusklassers staan voorbedrukte veldjes om bijvoorbeeld passlijnen te tekenen. Het is echter niet al te moeilijk om zelf met behulp van de pc formulieren te vervaardigen die aansluiten op de eigen situatie.

**Enkele voorbeelden:****Zes hele velden op een A4 voor bijvoorbeeld:**

- Het volgen van looplijnen van één of meerdere spelers. Deze vorm is bedoeld voor het in beeld brengen van de actieradius van een speler. Gebruik elke 6 minuten een ander veldje, anders kan men uit de kluwen lijnen weinig meer opmaken.
- Het in beeld brengen van passlijnen van één of meerdere spelers.

**Twaalf halve veldjes op een A4 voor bijvoorbeeld:**

- Aanvalspatronen. Gerekend vanaf de middenlijn of vanaf de 23-mtr lijn.
- Uitverdedigen tot de middenlijn.

**23-mtr gebied voor bijvoorbeeld:**

- Spelhervattingen als vrije slagen en lange corners.
- Cirkelpenetraties: plaatsen waar een team of een speler meestal de cirkel in komt.
- Strafcornorganisatie aanvallend en verdedigend.
- Balbezitformulier waarop wordt aangegeven hoe vaak een speler in balbezit is geweest en wat hij met dit balbezit heeft gedaan.

Neem dit soort formulieren ook altijd mee naar een groot toernooi of een interland, waar je op de tribune zittend een goed overzicht hebt over het hele speelveld en jezelf prima een of meerdere opdrachten kunt geven ter observatie/ analyse.

Wedstrijdformulier waar gegevens tijdens een wedstrijd op kunnen worden genoteerd. Ik gebruik een dergelijk formulier al een jaar of 15 en het is nog steeds een goede ondersteuning. Op dit formulier vul je achtereenvolgens in:

1. of het een oefen- of competitiewedstrijd betreft.
2. de namen van de teams.
3. de uitslag van de wedstrijd en de ruststand.
4. de datum.
5. opstelling eerste helft.
6. opstelling tweede helft.
7. de spelersgroep met informatie over presentie, blessure en interchange.
8. de doelpunten en of doelmogelijkheden, welke minuut, de situatie en van wie de assist kwam.
9. de strafcorner organisatie aanvallend en verdedigend.
10. strafcorners voor en tegen, welke minuut, de assist en het resultaat.
11. een heel veld voor het aangeven van tactische informatie zoals passlijnen, spelconcept of vorm van press.
12. aanvullende informatie over de eerste helft voor de rustbespreking en informatie over de tweede helft.

Op de achterkant schrijf je de voorbespreking op en na de wedstrijd de evaluatie met eventuele trainingsaccenten.



(zie ook [www.hcnuth.nl](http://www.hcnuth.nl) / Hockey / Vakblad Hockey >> Coachen >> Wedstrijd Analyse Formulier)

