

Praxisbeilage 14: Badminton

Was früher ein gemütliches Miteinander war, hat sich zu einem rasanten Gegeneinander entwickelt. Badminton eignet sich für Gross und Klein, Mädchen und Knaben und hält für den Sportunterricht und das Vereinstraining viele attraktive Spielformen bereit.

Weltklassenspieler beschleunigen den Shuttle bei einem Smash auf eine Anfangsgeschwindigkeit von über 300 Kilometern pro Stunde. Zu Recht gilt Badminton deshalb als das schnellste Rückschlagspiel der Welt. Das ist aber nicht der einzige Grund, warum im Sportunterricht das Badmintonnetz gespannt werden sollte.



Ein Spiel für Mann und Frau

Im Gegensatz zum Tennis ist der Umgang mit «Ball» und Schläger einiges einfacher und der Unterricht im Klassenverband möglich. Schülerinnen und Schüler machen schnell Fortschritte. Selbst koeduzierter Unterricht ist kein Hindernis mehr: Mädchen und Knaben können problemlos neben-, aber auch miteinander spielen. Im Vergleich zum Tischtennis braucht es keine teuren Anschaffungen oder spezielle Einrichtungen wie beim Squash. Alle diese Faktoren machen Badminton zum idealen Einstieg für das Erlernen verschiedenster Rückschlagspiele.

Von A wie Aufschlag bis Z wie Zählweise

Die Praxisbeilage beginnt mit sportartübergreifenden Spiel- und Übungsformen, um vielfältige Erfahrungen in der Schlag- und Wurfbewegung machen zu können. Hier sind alternative Ausführungen (z. B. mit Gobaschlägern, Indiacas etc.) möglich. Der Shuttle – so wird der Ball im Badminton genannt – weist eine ihm eigene Flugbahn auf.

Diese und auch die Feldebegrenzungen können spielerisch entdeckt werden. Ab Seite sechs sind die Spielformen spezifisch auf das Badmintonspiel ausgelegt. Den Einstieg machen die Spieleröffnung mit Übungen zum Service und attraktive Wettkampfformen. Um den Gegner, die Gegnerin ausspielen zu können, sind präzise, variierte und druckvolle Schläge nötig.

Geübt werden sie am besten mit den Formen auf den Seiten 8 bis 13. Ergänzt werden sie mit Testformen für Lernkontrollen und Bewertungen. Den Schluss machen Spielvarianten und Erklärungen zum Doppelspiel.

[Praxisbeilage 14: Badminton](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO