

J+S-Kids: Einführung Badminton - Lektion 2

Einen Ball ins Spiel bringen

Autor

Thomas Richard, J+S-Fachleiter Badminton

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	90 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	5 - 10 Jährige, je nach Fähigkeiten und Fertigkeiten
Gruppengrösse	8 Kinder und mehr (Grossgruppe)
Kursumgebung	Halle mit Badmintonfeldern/-netzen, diverse Geräte
Sicherheitsaspekte	Während der Einleitung (Skicross) auf Einhaltung der Regeln achten Im Hauptteil auf optimale Platzierung der Kinder achten
Voraussetzungen	keine

Zielsetzungen/Lernziele

Vielfältige, herausfordernde und lustige Formen der Spieleröffnung erleben und üben
Aufschlagregeln im Badminton kennen lernen und anwenden.

Hinweise

Genügend Zeit für die Vorbereitung (Geräteaufbau) einplanen.

Die wichtigsten Aufschlagregeln im Badminton sind (siehe auch "Grundlagen"):

- Treffpunkt muss unterhalb der Taille sein (unterste Rippe)
- Schlägerschaft zeigt abwärts im Moment des Treffpunkts
- Beide Füsse sind am Boden während des Aufschlags (Schlagbewegung bis Treffpunkt)
- Täuschungen sind nicht erlaubt (nur eine Vorwärtsbewegung des Rackets)
- Aufschlag erfolgt bei gerader eigener Punktezahl von rechts diagonal ins gegnerische Aufschlagfeld
- Aufschlag erfolgt bei ungerader eigener Punktezahl von links diagonal ins gegnerische Aufschlagfeld
- Netzberührung des Shuttles ist kein Fehler und keine Wiederholung

Der Aufschlag kann sowohl mit der Vorhand- als auch mit der Rückhandseite erfolgen. Die Griffhaltung ist entsprechend anzupassen (siehe "Grundlagen"). Während der Vorhandservice vorwiegend für lange Aufschläge verwendet wird (v.a. Einzel), wird der Rückhandservice mehrheitlich für kurze Aufschläge (v.a. Doppel) eingesetzt. Selbstverständlich können und sollen aber beide Varianten auch umgekehrt eingesetzt werden.



Vorhandaufschlag



Rückhandaufschlag

Fotos © BASPO

Anregungen zur Fehlerkorrektur

Der kurze Rückhandaufschlag ist für Anfänger/-innen relativ einfach zu erlernen und eignet sich daher für einen schnellen Einstieg ins Spiel. Es empfiehlt sich aber, bald auch den Vorhandaufschlag einzuführen und so mehr Varianten zur Verfügung zu haben.

Anfänger/-innen haben oft Mühe, den Shuttle beim Vorhandaufschlag optimal zu treffen. Meist liegt es daran, dass der Shuttle zu nah am Körper und zu spät fallengelassen wird.

- Shuttle leicht vor den Körper (statt seitlich) und mit Kork voran werfen
- Racket etwas verkürzt halten (Distanz zwischen Hand und Racketkopf verkleinern)

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2'	Begrüssung Lektionsthema und Ziele bekannt geben.	Besammlung im Kreis	Geräteparcours bereits aufgestellt
3'	Halle erkunden Geräteparcours kennen lernen	Kinder erkunden selbstständig die Halle mit den aufgestellten Geräten. Leiter/-in überwacht.	
15'	Skicross Rennen 3-4 Kinder absolvieren im Rennen gleichzeitig einen Parcours (über vers. Hindernisse) so schnell wie möglich Regeln: Alle Tore müssen passiert werden. Halten, stossen, schlagen etc. sind nicht erlaubt. Mehrere Läufe, verschiedene Gegner/-innen und Startpositionen. Verschiedene akustische und visuelle Startsignale verwenden.		Malstäbe und Hütchen als Tore, Hochsprungmatte, kleine Matten, Schwedenkasten-elemente, Reifen als Startbox.

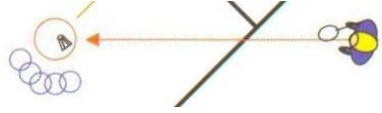
HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
30'	Im Folgenden werden verschiedene Formen von Spieleröffnungen geübt. Es gilt dabei, die Balance zu finden zwischen ausreichender Übungsdauer (hohe Wiederholungszahl) und genügend Abwechslung (Konzentration).	Im Klassenverband	
	Golf: Abschlag Mit dem Racket den Softball direkt von einem Hütchen wegschlagen, Rackethaltung wie beim Golf. Wer schafft es am weitesten?	 Golf Foto © Wikipedia	Softball, Racket und Hütchen
	Tennis: Aufschlag Softball in die Höhe werfen und mit dem Racket über dem Kopf schlagen. Wer schafft es am weitesten?	 Tennis Foto © www.vtennis.co.uk	Softbälle und Rackets
	Beachvolleyball: (Jump)serve Softball in die Höhe werfen und (aus dem Sprung) mit der flachen Hand über dem Kopf schlagen. Wer schafft es am weitesten?	 Beachvolleyball Foto © www.flickr.com	Softbälle
	Fussball: Freistoss Softball direkt mit dem Fuss in ein Ziel schiessen. Wer schafft es, den Ball in den Schwedenkasten (auf die Hochsprungmatte) zu treffen?		Softbälle und offener Schwedenkasten (evtl. Hochsprungmatte)

		 <p>Freistoss Foto © www.schalke04.de</p>	
	<p>Tischtennis: Aufschlag Softball mit Bodenaufsetzer über ein Hindernis und/oder mit Über-/Unterschnitt aufschlagen. Wer schafft es, dem Softball eine besonders originelle Flugbahn (z.B. Schnitt) zu geben?</p>	 <p>Tischtennis Foto © Reuters</p>	<p>Softbälle, Rackets und z.B. liegende Malstäbe</p>
	<p>Baseball: Batter Zuwurf durch jemand anderen; Softball direkt aus der Luft mit dem Racket wegschlagen. Wer schafft es am weitesten? Wer schafft es, mit Racketgriff statt Racketkopf zu schlagen?</p>	 <p>Baseball Foto © Wikipedia</p>	<p>Softbälle und Rackets</p>
	<p>Badminton: Aufschlag Softball unterhalb der Taille mit dem Racket schlagen Wer schafft es am weitesten? (Vorhand) Wer schafft es am nächsten an eine Linie? (Rückhand) In die Aufschlagregeln einführen</p>	<p>siehe Hinweise</p>	<p>Softbälle und Rackets</p>

20'	Badminton Spielformen Stationenbetrieb: Einzelspiel (Badmintonzähl-weise) mit verschiedenen Aufschlagvarianten <ul style="list-style-type: none"> – Baseball: A wirft Ball vom Aufschlagsektor frei ins gegnerische Feld → B spielt frei zurück → freier Ballwechsel. – Tennis: Aufschlag erfolgt hinter der hinteren Doppelaufschlaglinie von oben ("über Kopf") frei ins Feld. – Verdeckte Sicht: Hochsprungmatte als Netz. Vor dem Aufschlag müssen A und B mit "ready" ihre Bereitschaft bestätigen. Aufschlag kann frei ins Feld erfolgen. – Badmintonaufschlag 1: Nur Rückhandaufschläge sind erlaubt. – Badmintonaufschlag 2: Nur Vorhandaufschläge sind erlaubt. – Badmintonspielaufschlag 3: Bei Aufschlag- oder Abnahmefehler erhält Gegner/in direkt 3 Punkte. 	Stationenbetrieb auf dem Badminton Halbfeld Spiel mit wechselnden Partnern und Aufgaben	Shuttles und Rackets
-----	---	--	----------------------

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
12'	Badminton Golf Wer absolviert den 9-Loch-Golfparcours mit der geringsten Anzahl Schläge (= Aufschlag Vor- oder Rückhand)? Abschlag → Weitere Schläge vom Ort, wo Shuttle liegen geblieben ist, bis Shuttle im Loch (= Reifen) liegt Lange Distanzen mit Vorhandaufschlag, kurze mit Rückhandaufschlag meistern.	 <p>Parcoursbeispiel siehe Skizze im Anhang Erleichterung: Statt Aufschläge Shuttle direkt vom Boden spielen Erschwerung: Zusätzliche Hindernisse (Wasser, Sandbunker, Wald) aufstellen</p>	Shuttles und Rackets Material aus dem Skicross-Rennen als Hindernisse verwenden
5'	Regelquiz Wer kennt eine Aufschlagregel im Badminton? <ul style="list-style-type: none"> – Treffpunkt unterhalb der Taille* – Racketschaft abwärts beim Treffpunkt* – Beide Füße am Boden während des Aufschlags* – Täuschungen nicht erlaubt* – Aufschlag von rechts diagonal bei gerader eigener Punktezahl – Aufschlag von links bei ungerader eigener Punktezahl – Netzberührung des Shuttles ist kein Fehler und führt nicht zu einer Wiederholung 	Im Kreis Wenn eine der vier mit * markierten Regel genannt wird, wird die korrekte Bewegung ohne Shuttle mit Leiter/in zusammen ausgeführt.	
3'	Verabschieden Rückblick und Ausblick aufs nächste Training Material verräumen	Besammlung im Kreis	

Anhang

Badminton Golf (9-Loch)

Quelle: Badminton England: Bisi Activity Cards - Pack C. <http://www.badmintonengland.co.uk>

Anordnung und Form der Hindernisse an das in der Lektion verwendete Material (z.B. Matten anstelle von Reifen) anpassen

