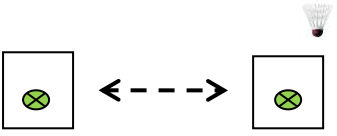


Badminton spielerisch erlernen

Aufbau	Spiele	Material
	Abwurf mit Federbällen Jeder gegen Jeden; <u>Ziel:</u> Abwurf möglichst vieler Spieler mit dem eigenen Federball; <u>Regel:</u> Bei Treffer muss der abgeworfene Spieler in die Strafrunde und Zusatzaufgaben erledigen (Purzelbaum, Ausfallschritte)	⇒ 6x Hütchen ⇒ 1x Matte ⇒ Je Spieler ein Federball
	Staffel: Federballtransport 4 Teams gegeneinander; <u>Ziel:</u> möglichst schneller Transport des eigenen Federballs auf dem Schläger; <u>Regel:</u> Wer fertig ist schlägt den Mitspieler an der Schulter ab; Gewonnen hat die Mannschaft, die zuerst 20x den Parcours absolviert hat.	⇒ 20 x Hütchen ⇒ Je Team ein Federball + Schläger
	Staffel: Federballstaffel <u>Ziel:</u> möglichst den eigenen Federball mit Schläger bis zum letzten Hütchen spielen und auf der anderen Seite zurück; <u>Regel:</u> Wer den Ball verliert macht auf der Stelle 2x Liegestützen	
	Erklärung: Unterhand Clear	
	Schlägerballgewöhnung: Ball hochspielen <u>Ziel:</u> wer schafft in einer vorgegebenen Zeit möglichst viele Ballwiederholungen am Stück? (Vh/Rh in 2 Minuten) /Ball aufheben/...	⇒ 20 x Hütchen ⇒ je Spieler ein Federball + Schläger
	Badminton-Biathlon: Aufschlag üben 4 Teams gegeneinander; <u>Ziel:</u> möglichst viele der Bälle in den eigenen Kästen schießen und Strafrunden vermeiden <u>Regel:</u> 4x Schießdurchgänge; Pro Schießeinlage müssen alle 5x Bälle einmal auf den Kasten gespielt werden; Pro nicht getroffenem Ball gibt es eine Strafrunde für das Team; Nach den absolvierten Strafrunden müssen die Bälle wieder an die gelbe Startmarkierung gelegt werden und es geht weiter, wenn alle Spieler an der Markierung angekommen sind.	⇒ 4x Hütchen ⇒ 4x Kästen ⇒ 20x Bälle ⇒ 4x Markierung-en ⇒ 4x Schläger ⇒ Laufrichtung
	„1 mit 1“ <u>Ziel:</u> sich möglichst häufig den Ball zuspielen, ohne dass der Ball runterfällt oder ein Spieler seinen Reifen verlässt ➔ Abstand verändern ➔ Nur Vorhand ➔ Nur Rückhand	⇒ Je Spieler ein Fahrradmantel + Schläger ⇒ Pro Spielpaar ein Federball

	➔ gemischt	
		⇒
	Speedminton: 1 vs. 1 <u>Ziel:</u> wer schafft es den Ball im Gegnerischen Feld zu platzieren oder den Gegner so unter Druck zu setzen, dass dieser den Ball nicht mehr regelkonform zurückspielen kann. ➔ Abstand verändern	⇒ Pro Spielpaar ein Federball + Schläger ⇒ Jeder Spieler hat ein kleines Feld 
Netzaufbau		
	„1 vs. 1“ <u>Ziel:</u> Versucht den Ball hoch und weit/kurz zu spielen, sodass euer Gegner den Ball nicht mehr zurückspielen kann;	⇒ Pro Spielpaar ein Federball + Schläger ⇒ Mit Feldlinien vor Ort arbeiten
	Badminton spielen in Sektoren ➔ 1 vs. 1 (in der Aufschlagzone) ➔ 1 vs. 1 auf das halbe Feld ➔ Doppelregeln	
	Doppel: - 2 vs. 2 (2x Ballberührungen Pflicht) - 2 vs. 2	