

SCHLAGTECHNIKEN IM BADMINTON



Übersicht

- **Einleitung**
- **Idee**
- **Arbeitsmaterial**
 - Clear (1)
 - Drop (2)
 - Smash (3)
 - Smash Abwehr (4)
- **Videos**
 - Clear (1)
 - Drop (2)
 - Smash (3)
 - Smash Abwehr (4)
- **Quellenverzeichnis**

Einleitung

Badminton ist ein Sportspiel, das in den letzten Jahren zu einer sehr beliebten Sportart in der Schule herangewachsen ist. Viele Sportfachbereiche verfügen mittlerweile über ein ausreichendes Repertoire an Materialien, weshalb die Durchführung einer Unterrichtsreihe häufig möglich ist. Zudem wird Badminton den Bildungs- und Lehraufgaben des Faches Bewegung und Sport voll gerecht.

Badminton ist ein sehr komplexes Spiel, daher müssen die drei Spielkomponenten Taktik, Kondition und Technik parallel entwickelt werden. Um Technik üben zu können, braucht ein Spieler konditionelle Voraussetzungen. Darüber hinaus sollte immer ein Spielzug (Taktik) in Verbindung mit den genannten Punkten hergestellt und geübt werden.

In diesem Beitrag zu den Schlagtechniken im Badminton liegt der Fokus auf dem Erarbeiten der wichtigsten Merkmale des Clear, Drop und Smash, damit diese im weiteren Verlauf der Unterrichtsreihe im Spiel richtig eingesetzt und ausgeführt werden können.

Idee

Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten mit Hilfe der Arbeitsmaterialien und Videos die Merkmale und Unterschiede der verschiedenen Schläge im Badminton:




- Clear
- Drop
- Smash
- Smash Abwehr



1

Clear

Der Clear wird beim Badminton als Befreiungsschlag eingesetzt, wenn der gegnerische Schlag nicht offensiv geschlagen werden kann. Durch den weiten Schlag an die Grundlinie wird der Gegner nach hinten gedrängt und der Spieler kann durch Zeitgewinn in eine bessere Ausgangsposition gelangen. ▶  1



1 Ausgangsposition, Erwartungshaltung

2 Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurückgedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe

3 Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung


4 Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, vollkommen gestreckter Arm, der Ellbogen wird schnell gestreckt, explosive Pronation, Schläger wird stark beschleunigt, Ball wird über dem Kopf getroffen

5-6 Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne gemacht, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus



2

Drop

Der Drop ist ein Offensivschlag, um den Gegner unter Druck zu setzen und ihn so aus der zentralen Position zu zwingen. Dabei wird der Drop kurz hinter das Netz gespielt und besitzt eine mäßig gewölbte Flugkurve. ▶  2



1 Ausgangsposition, Erwartungshaltung

2 Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurückgedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe

3 Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung


4 Abbremsung der Schlagbewegung, Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, weiche Pronation, der Ellbogen wird gestreckt, Schläger wird leicht beschleunigt, Ball wird vor dem Kopf getroffen, Ball wird nach unten geschlagen

5-6 Kurze Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne gemacht, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus.



3

Smash

Der Smash wird als Angriffsschlag eingesetzt, um so den Gegner in die Verteidigung zu zwingen. Beim Smash ist die Flugbahn des Balls nach Möglichkeit eine Gerade. Er wird knapp über das Netz auf die Gegenseite geschlagen. ▶  3




- 1 Ausgangsposition, Erwartungshaltung
- 2 Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurückgedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe
- 3 Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung
- 4 Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, der Ellbogen wird gestreckt, Schläger wird bis auf ein Maximum beschleunigt, explosive Pronation, Ball wird deutlich vor dem Kopf getroffen, Ball wird nach unten geschlagen

- 5-6 Kurze Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne gemacht, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus



4

Smash Abwehr

Die Smash Abwehr wird meist als Rückhandschlag ausgeführt und dient allein dazu, den Smash des Gegners abzuwehren. ▶  4



1 Ausgangsposition und Erwartungshaltung

2 Schritt zum Ball, Unterarm parallel zum Boden, Schläger zeigt nach oben zum Ball

3 Ausführung des Abweherschlags, schnellkräftige Bewegung

4 Kurze Ausschwingphase

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Fabig,R., Oliski,K., Sklorz,M.	Richtig Badminton	München	2003	BLV

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Alle Bilder	Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer

Video

Nummer	Urheber
Alle Videos	Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer / Lehramtsstudierende	Dr. Dennis Perchthaler	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz