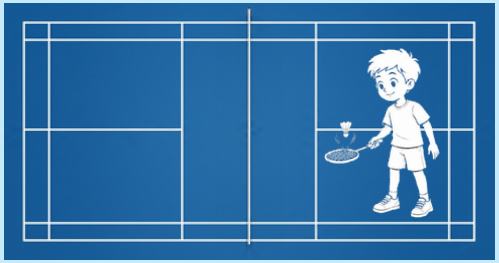
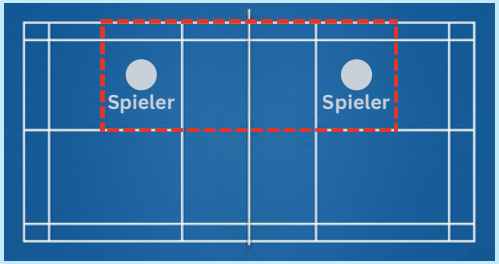
Meine erste Badminton-Stunde

Sportentwicklungsausschuss | Bayerischer Badminton Verband

BAYERISCHER BADMINTON-VERBAND E.V.

Dauer	Übung	Organisation / Skizze	Variation	Material
5 Min.	**Begrüßung & Vorstellung** Das Vorwissen der SuS wird abgefragt. Kennen sie Badminton? Haben sie es selbst schon mal gespielt? Falls eine zweite LK mit dabei ist, ist eine Demonstration möglich (z.B. Wechselsmash) für den Wow-Effekt	Die SuS sollen sich im Mittelkreis der Halle hinsetzen. Die LK kann hier viel mit Schülerantworten arbeiten und gezielt auf das Thema hinführen.	 	ggf. Schläger & Shuttles
15 Min.	**Ballon-Tap I** Die SuS bekommen jeweils einen Luftballon und von der LK gestellte Aufgaben: Ziel ist es die Hallenbreite zu überwinden. Die Aufgaben sind z.B. Ballon nur mit Vorhand schlagen, nur mit Rückhand schlagen, so schnell wie möglich die Distanz überwinden, ...	Die SuS starten auf der einen Hallenseite und überwinden die Distanz zur anderen Hallenseite. (Platz zu anderen SuS gewährleisten !)	Die Übung als Wettkampf durchführen. Die Übung statisch durchführen.	Luftballons
15 Min.	**Ballon-Tap II** Die SuS bekommen zu ihrem Ballon noch zusätzlich einen Badmintonschläger (idealerweise einen Kinderschläger) und bekommen dieselben Aufgaben, wie bereits in **Ballon-Tap I**. Zusätzliche Aufgaben: In der Luft halten des Ballons mit der Vorhand, Rückhand, beides im Wechsel, ...	Die SuS starten auf der einen Hallenseite und überwinden die Distanz zur anderen Hallenseite. Bei den statischen Übungen auf ausreichend Platz achten !	Die Übung als Wettkampf durchführen. 	Luftballons, Schläger

Dauer	Übung	Organisation / Skizze	Variation	Material
10 Min.	**Shuttle hochhalten** Die SuS bekommen statt dem Luftballon nun einen echten Badmintonball (Feder oder Plastik) und bekommen die Aufgabe, denn Shuttle hoch-zuspielen, erst mit der Vorhand, dann mit der Rückhand, dann im Wechsel, … , um ein Gefühl für den Badmintonball zu entwickeln.		Festgelegte Position in der Halle für die SuS. Nochmals zu Ballons wechseln.	Schläger, Shuttle
25 Min.	**Spielphase** Die SuS gehen nun in Paare oder zu dritt am Netz zusammen und beginnen den Shuttle über das Netz zu spielen. Die LK gibt dabei verschiedene Impulse, z.B. nur Vorhand, nur Rückhand, Treffpunkt so hoch oder tief wie möglich, … und ermöglicht viele kleine Übungen (je ca. 5 Min.)		Schnur über Netzkante spannen; Ziel: darunter bleiben Netze fürs Erste noch weglassen.	Schläger, Shuttle, ggf. tiefes Netz
5 Min.	**Abschlussreflexion** Beschreibung	Die SuS sollen sich im Mittelkreis der Halle hinsetzen. Die LK leitet eine Reflexionsrunde an, bei der sich alle SuS beteiligen müssen.		ggf. Sprech-kissen

Diese geplante Sport - Doppelstunde richtet sich explizit an die Grundschule bzw. Grundschülerinnen und Grundschüler. Sie soll als Einstieg in die Sportart Badminton dienen und erste Erfahrungen für die Schülerinnen und Schüler bieten.

In diesem Verlaufsplan sind ca. 10 Minuten am Anfang der Stunde für ankommen, umziehen, etc. und 5 Minuten am Ende der Stunde für umziehen, etc. eingeplant.

Unterstützend finden Lehrkräfte Material auf der Schulsportseite des Bayerischen Badminton Verbandes, z.B. Stationskarten für den Unterricht.



Sportentwicklungsausschuss
Bayerischer Badminton Verband