

Methodiek sportspelen 4

Methodiek, organisatie, technische vaardigheden en de beoordeling voor het vo. Voorbeelden van badminton.

In deze serie artikelen komen sportspelen aan de orde die veelvuldig in het vo gespeeld worden. In het eerste artikel (LO magazine 5, 2023) is de visie op bewegingsonderwijs en opvattingen en keuzes besproken die ten grondslag liggen aan deze methodiek. Verder werd in deel 1 voetbal besproken en in deel 2 volleybal, daarna in deel 3 basketbal. Nu komt in deel 4 badminton aan de orde. | Guus Klein Lankhorst

Badminton

Methodiek van samenspelend hooghouden, naar sparren en daarna wedstrijdspelen. En van spelen met hoog net (2 m) naar wedstrijdhoogte (1.55 m). Veldindeling; zie afbeelding 1.

a 1-1 (spel in stand houdend, net-hoogte 1.55 m)

b 1-1 (sparren, nethoogte 1.55 m)

c 1-1 (wedstrijd, nethoogte 1.55 m)

d 2-2 (nethoogte 2 m)

e 2-2 (nethoogte 1.55 m)

Spelregels

- Onderhands serveren vanachter de servicelijn en over de servicelijn aan de andere kant.
- Eerste service fout, dan mag je nog een keer.
- Shuttle via de netrand is goed, shuttle op de lijn is in.
- Elke shuttle is een punt (bij een wedstrijd) als je scoort mag je nogmaals serveren.
- Bij dubbel: elk team krijgt twee

servicebeurten, een beurt is afgelopen als je een fout hebt gemaakt (dus A1, dan A2, dan B1, B2 en dan weer A1 et cetera. Altijd rechts beginnen).

- Bij dubbel: diagonaal serveren.

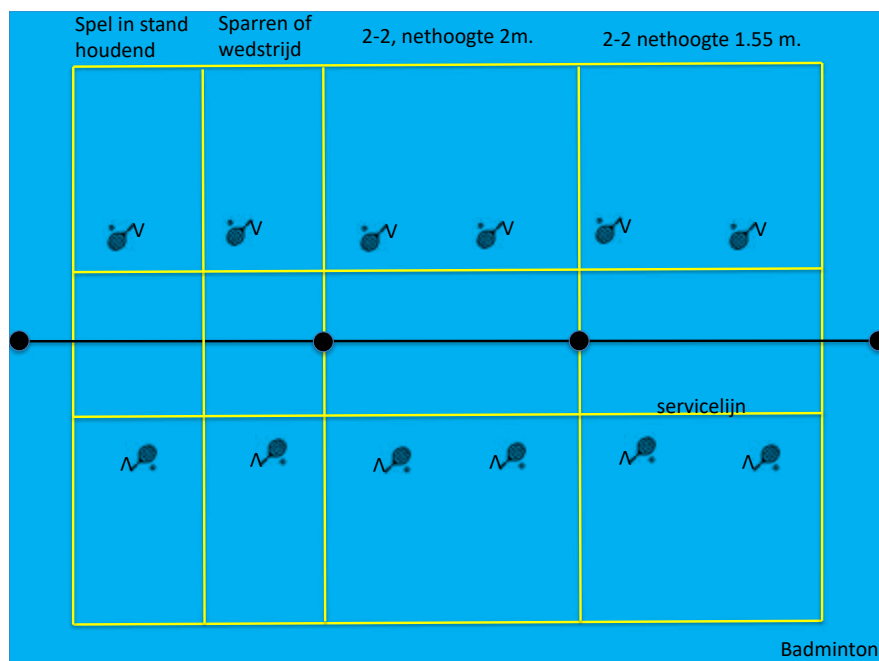
Niveau

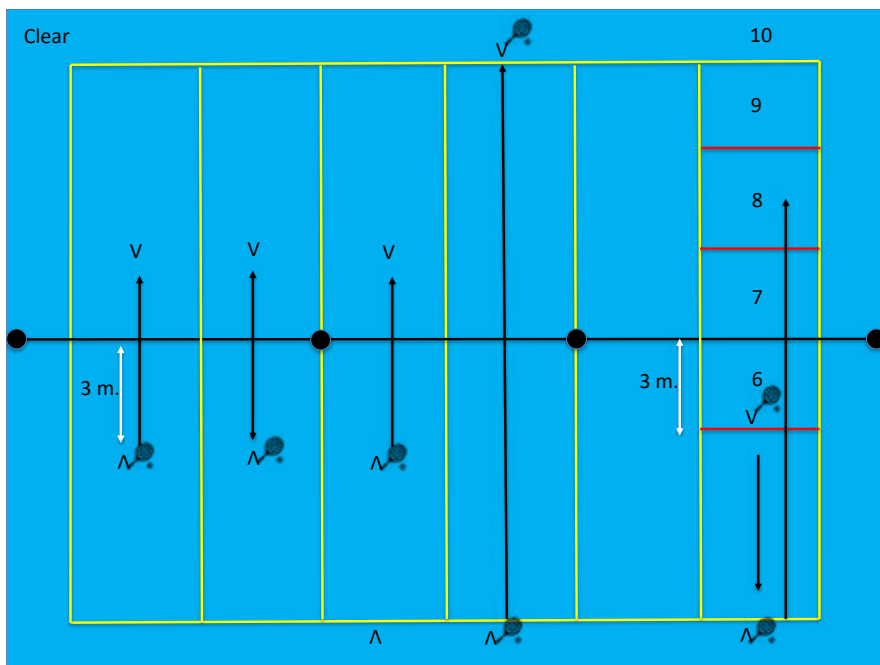
- Kan niet over het net serveren, raakt alleen eenvoudig gespeelde shuttles.
- De service is ongeplaatst, speelt shuttles ongericht terug.
- De service is geplaatst, speelt shuttles met zowel fore- als backhand geplaatst terug.
- Kan zowel een lob- als een drop-service, kort, diep, links en rechts spelen en smashes.
- Scoort veel door gerichte 'kill'-smashes en kan ook smashes met de backhand.

Ondersteunende technieken

1 Clear

- Oefen een 'droge' (lucht)slag zonder shuttle, bepaal aan de hand van een basketbalnetje de individuele reikwijdte door een oefenslag tegen het net. Gooi een shuttle bovenhands over het net. Leg nu de shuttle (met de punt naar voren) op het racket die je horizontaal achter je schouder vasthoudt, zwiep de shuttle weg.
- De medespeler gooit (met de hand) de shuttle hoog aan, de ander retourneert de shuttle met de clear. Raak de shuttle boven je hoofd en zwaai je racket door. Voetenstand is als bij een klok: 5 over 3. Daarna heen en weer spelen.
- Maak een tennisopslag; pak het racket in de shakehand-grip, gooi





- 6 = 6-9 m
- 7 = 9-12 m
- 8 = 12-15 m
- 9 = 15-18 m
- 10 = > 18 m

2 Service forehand of backhand

a Pak je racket in de 'shakehand-grip', houd de racket hoog met je nagels boven, met je knokkels boven, afwisselend (nagels, knokkels), tussen je benen door, et cetera. Dit kan ook met verschillende materialen: korter badmintonracket, beachball plankje, paddle tennis bats, beachtennis rackets, et cetera.

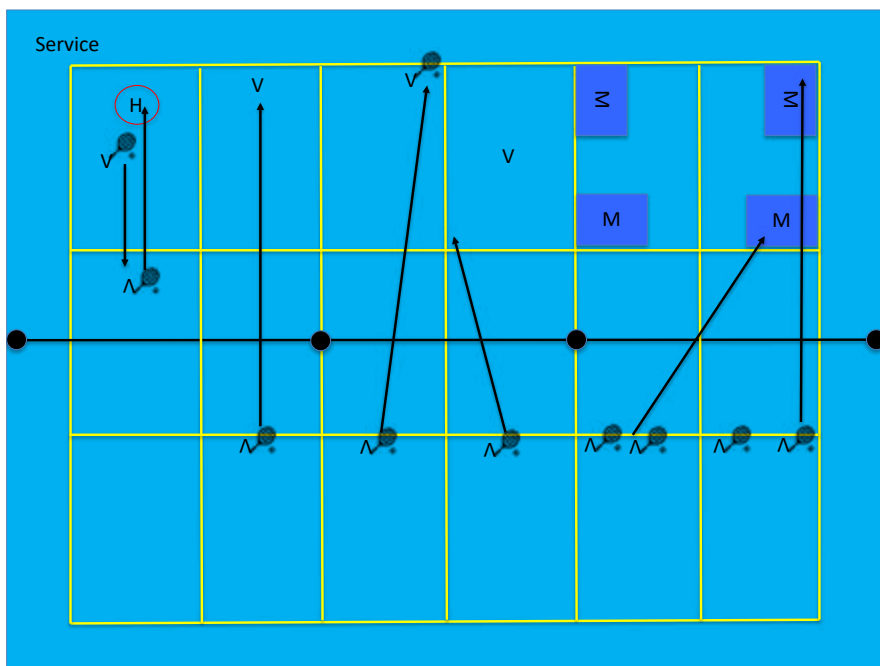
b Gericht mikken zonder net met de onderhandse slag, de medeleerling slaat de shuttle aan. Speel in de handen van de medeleerling, in een korf, in een hoepel, in een bepaald vak van het wandrek, over een medeleerling, of op een vak getekend op een muur. Als het lukt, probeer dan uit eigen hand te slaan.

c Hoge/diepe service onderhands vanuit je eigen hand over het net in het veld.

d Hoge/diepe service gericht.

e Zowel hoge/diepe service als lage/korte service gericht in het veld kunnen neerleggen.

Scan of klik op de QR-code naar service



Prestatie beoordelen

Probeer de shuttle op de mat te serveren. De matten liggen in de hoeken vlak bij het net in het servicevak en diep achterin. Je serveert achter de servicelijn. Je hebt tien pogingen.

- 6 = 1-2 raak
- 7 = 3-4 raak
- 8 = 5-6 raak
- 9 = 7-8 raak
- 10 = 9-10 raak

3 Lob en drop onderhands, forehand en backhand

a Een aangeslagen shuttle onderhands kunnen retourneren over het net.

de shuttle voor jezelf hoog op en 'serveer' met een clear de shuttle over het net. De schouder wijst naar het net. Of speel verschillende keren tegen de muur (hard slaan) met een clear (eenvoudiger als partner de shuttle aangooit). Speel niet met de 'mattekloppers-greep'.

d De medespeler slaat op en de ander geeft een return met de clear. Houd daarna de shuttle in het spel met de clear van baseline naar baseline (verre hoge slagen).

e Speel de shuttle met een clear gericht in een zone (achter de zijlijn

van het volleybalveld als je in de breedte van de zaal speelt).

Scan of klik op de QR-code naar clear



Prestatie beoordelen

Speel een aangespeelde shuttle van iemand die op jouw helft staat zover mogelijk naar voren in een vak.

- b Een aangeslagen shuttle onderhands over een korf of iemand heen kunnen slaan.
- c Idem maar nu zowel forehand als backhand diep achterin (zonder korf).
- d Idem maar nu ook een korte shuttle, kort over het net kunnen terugslaan, pak de shuttle op nethoogte vlak bij het net.
- e Idem maar nu gericht cross kunnen wegleggen (naar de zijlijnen toe).

Scan of klik op de QR-code naar forehand en backhand lob



Prestatie beoordelen

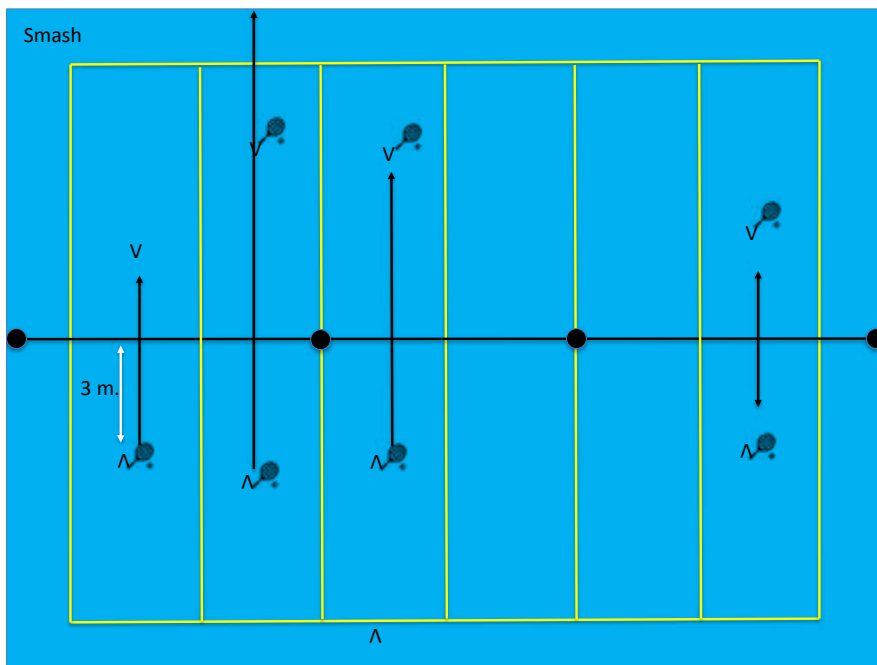
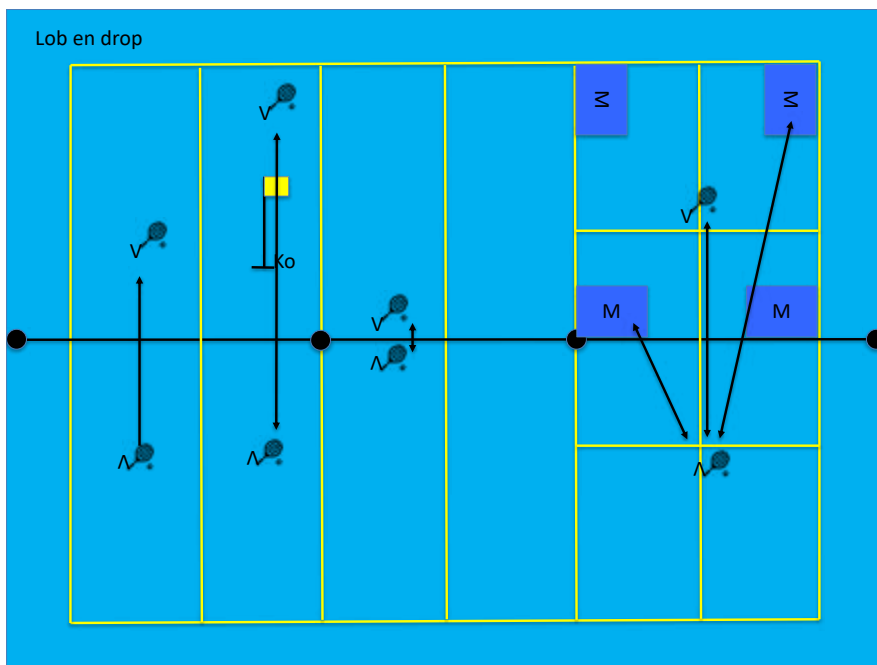
Probeer een aangespeelde shuttle op de mat te retourneren via een lob of een drop. De matten liggen in de hoeken vlak bij het net en diep achterin. Je hebt tien pogingen.

- 6 = 1-2 raak
- 7 = 3-4 raak
- 8 = 5-6 raak
- 9 = 7-8 raak
- 10 = 9-10 raak

4 Smash

- a Een aangespeelde hoge shuttle kunnen raken met de shakehand-grip, zwaai het racket door van achter je rug naar schuin voor.
- b Idem, hard de achtermuur kunnen raken, voetenstand is in een klokstand: '5 over 3' (schouder wijst naar het net).
- c Idem, hard naar de grond kunnen slaan, raakpunt is schuin voor je.
- d Idem, gericht hard naar de grond kunnen slaan, zowel links als rechts.
- e Ook met sprong kunnen smashes.

Scan of klik op de QR-code naar smash



Prestatie beoordelen

- Probeer een hoog aangespeelde shuttle terug te smashes
- 6 = shuttle kunnen raken
- 7 = shuttle hard raken, tegen de achtermuur kunnen slaan
- 8 = shuttle hard over het net in het veld kunnen slaan (nethoogte 1.55 m)
- 9 = shuttle hard gericht over het net in het veld kunnen slaan
- 10 = idem maar dan met de backhand smashes ●



Bronnen

Scan of klik op de QR-code naar de bronnen



Contact

guuskleinlankhorst@gmail.com

Kernwoorden

methodiek spel, badminton