

AirBadminton
The New Outdoor Game

Airbadminton

Badminton Vlaanderen

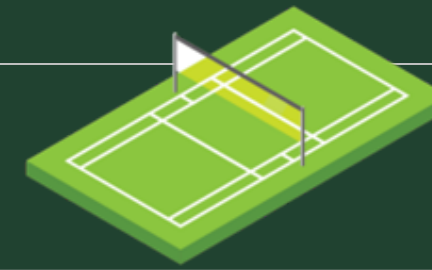
Inhoud

- **A voor Airbadminton**
- **B voor Basiskennis**
- **C voor Concreet lesmateriaal**
- **D voor Do's and Dont's**

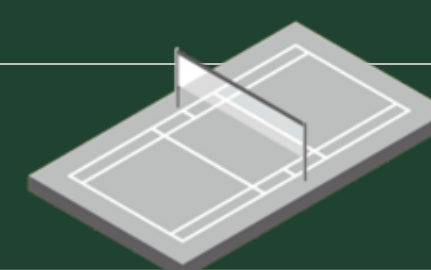


- Een toegankelijke, buiten-speelbare sportvariant die laagdrempelig is voor iedereen.
- Een middel om beweging, plezier en samenwerking naar buiten te brengen, én om nieuwe spelers en groepen aan te spreken.
- Een strategische kans om badminton breder onder de aandacht te brengen, buiten de klassieke zaalsetting, en om clubs/scholen in beweging te krijgen.

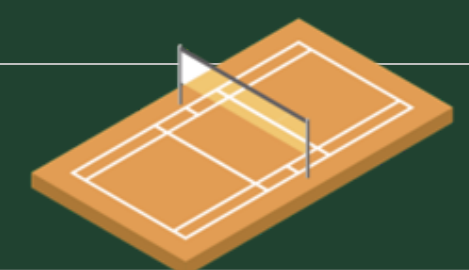
A voor Airbadminton



Grasondergrond



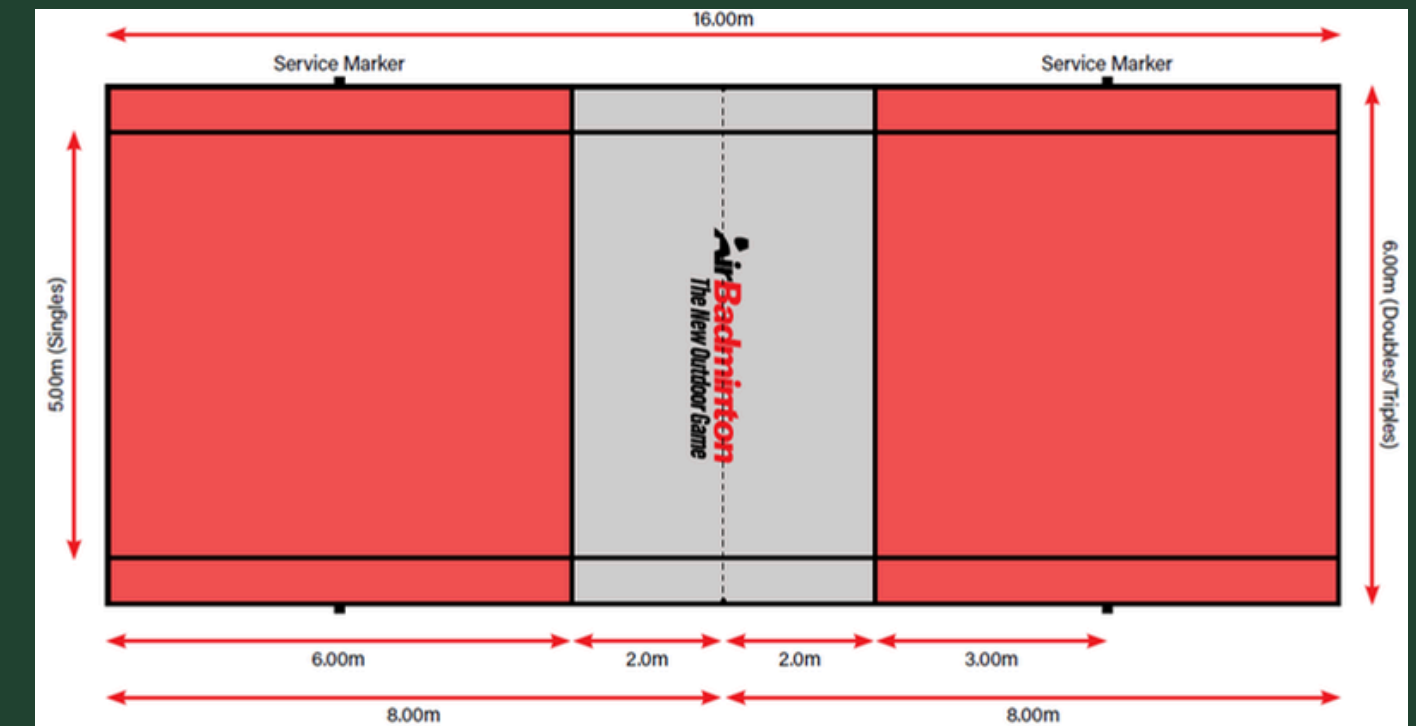
Hardcourt



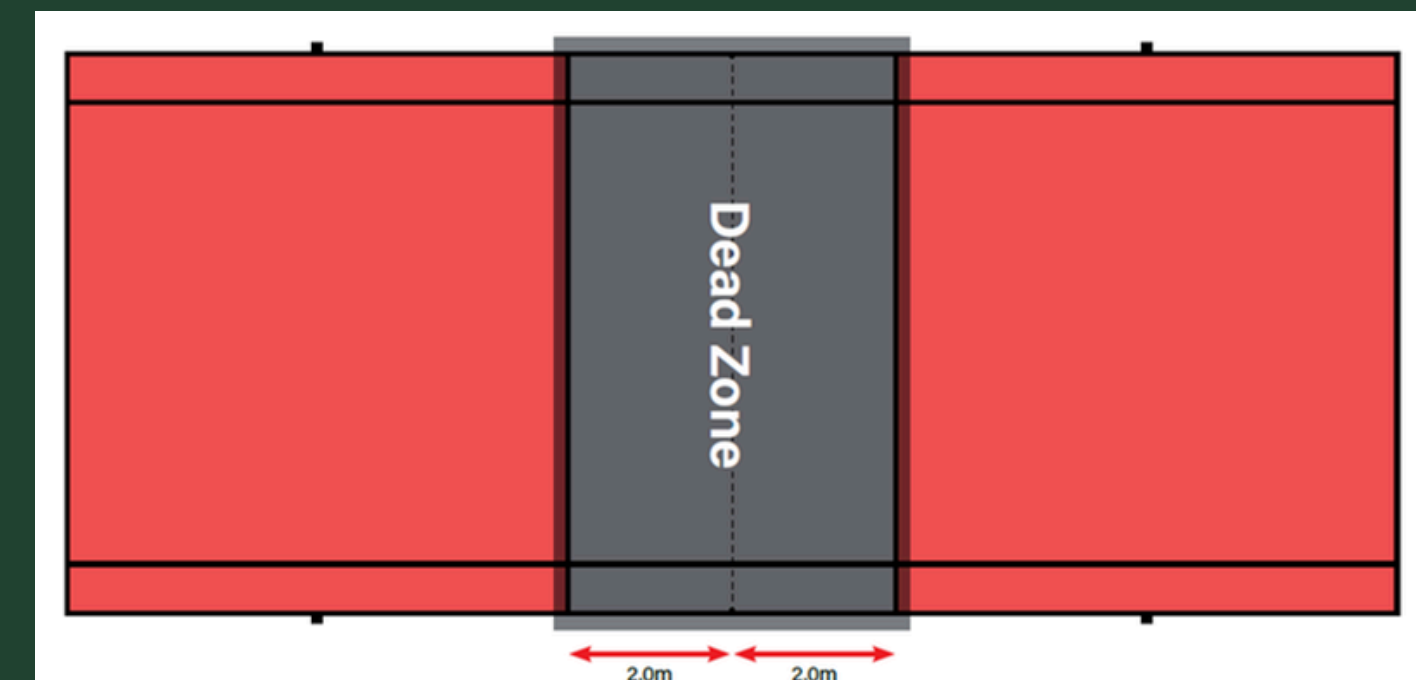
Zandondergrond

Het veld

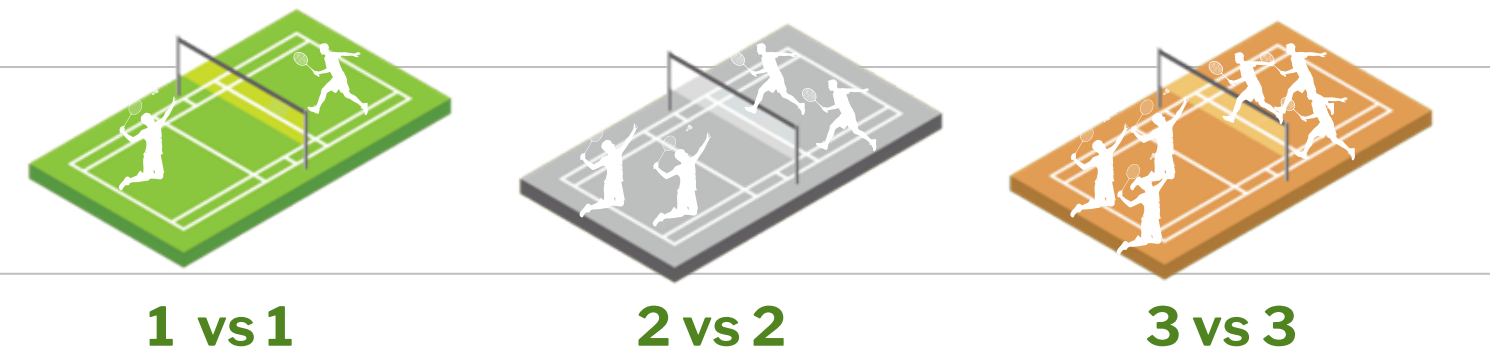
Het terrein waarop gespeeld wordt is iets groter dan een normaal badmintonveld: 16m x 6m tegenover 13,4m x 6,1m. Uniek aan een Airbadminton terrein is dat er een 2m deadzone is aan beide kanten van het net.



Een shuttle die in deze zone valt telt als buiten. Een speler mag ook niet in deze zone staan om een shuttle terug te spelen. Na je slag mag je wel uitlopen in de deadzone. Airbadminton kan op verschillende ondergronden gespeeld worden: gras, zand en harde ondergronden.



A voor Airbadminton



Spelregels

Het doel van Airbadminton is om punten te scoren door:

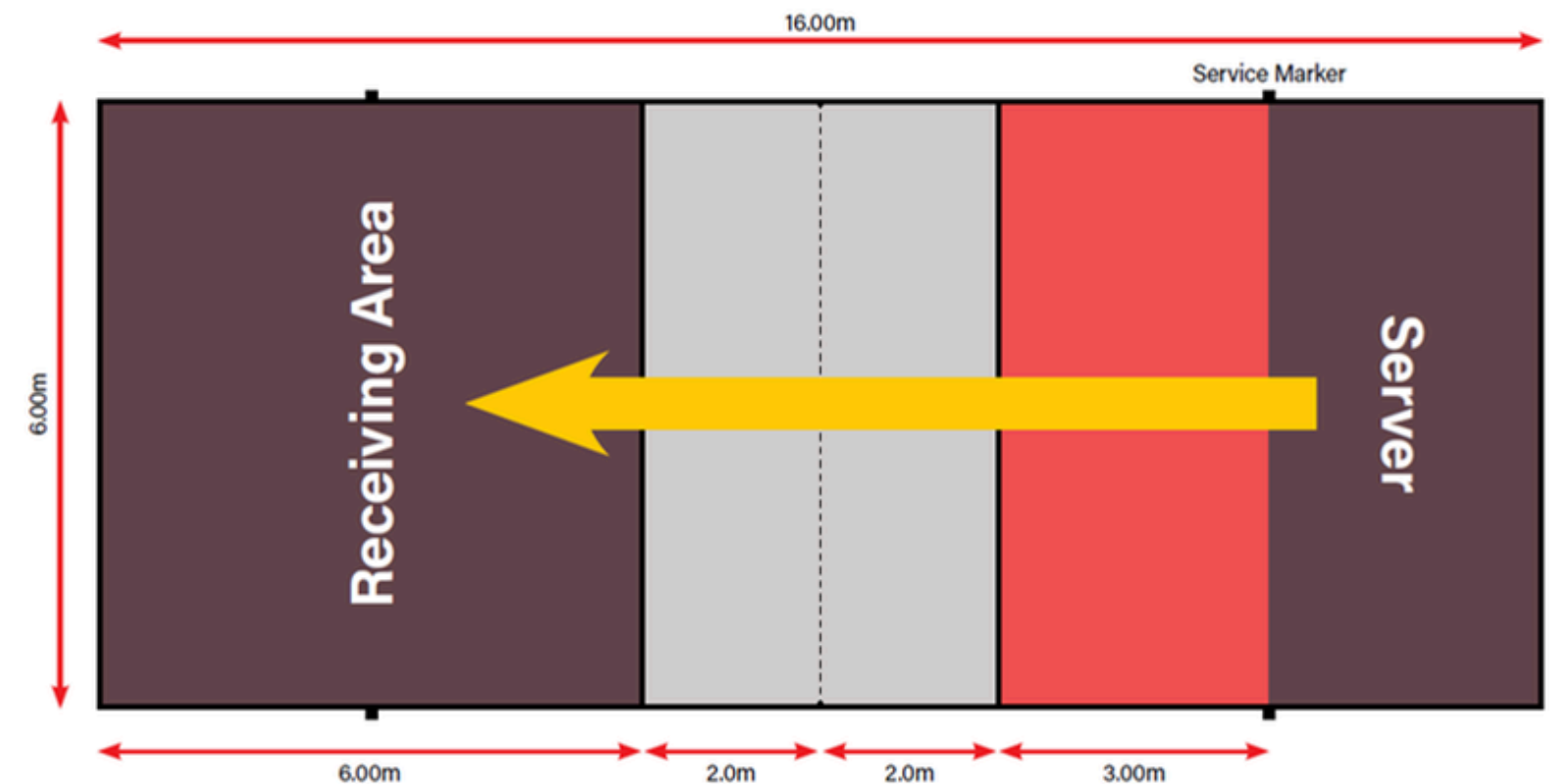
- De shuttle op de grond te spelen in het terrein van de tegenstander
- De tegenstander de shuttle buiten, in de deadzone of in het net te laten spelen
- De shuttle tegen het lichaam van de tegenstander te spelen

wedstrijdvormen

Rally scoring & puntentelling

Een wedstrijd verloopt volgens volgend puntensysteem:

- Bij opeenvolgende punten blijft zelfde serveerder aan opslag, in dubbel wisselt de serveerder dus mee van kant
- Best of 5 sets
- Set tot 11 punten, tenzij bij 10-10 twee punten verschil
- Set duurt max. tot 13
- Wissel van kant bij 6 punten (bv. 2-6)



A voor Airbadminton

What's new

Nieuwe spelvorm: 3 vs 3

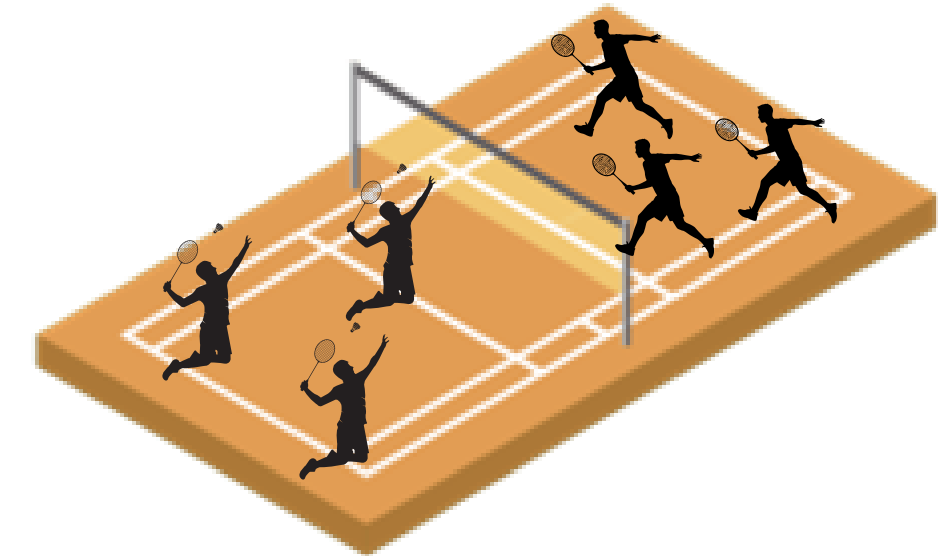
- Speler mag tijdens de rally de shuttle geen twee keer na elkaar raken
- Bevordert samenspel
- Verhoogd tactisch nadenken

Toevoeging deadzone

- Shuttles die landen in de deadzone zijn buiten. Door de voorste zone van het veld weg te halen uit het spel bevordert je lange rally's en vergroot je het tactisch inzicht bij spelers

Voordelen Airbadminton

- Groter veld - meer leerlingen actief aan het werk zetten
- Buiten - niet afhankelijk van beschikbaarheid zaal
- Makkelijk - vlot transporteerbaar en snel opgezet



Airshuttle

Een specifiek ontworpen shuttle die beter tegen de wind kan. Deze roze shuttle is iets zwaarder en zal dus ook sneller vliegen.

B voor Basiskennis Badminton

Het doel

Het doel is in beide varianten identiek: de shuttle zo spelen dat de tegenstander hem niet correct kan terugbrengen (in het veld laten vallen, uit spelen, in het net).

Spelregels

De basis spelregels wijzigen niet:

- Je moet de shuttle in één tijd overspelen
- Eens de shuttle de grond raakt, is het punt gedaan
- Je lichaam is geen onderdeel van het spel, raakt het de shuttle of het net tijdens het punt dan verlies je de rally
- De opslag gebeurt onderhands met raakpunt lager dan je onderste rib



B voor Basiskennis Badminton

Techniek	Badminton	Airbadminton
Slagen	Precisie & controle	Krachtiger & robuuster
Grepen	Licht & polsgericht	Steviger & krachtiger
Footwork	Grote passen & stabiel	Explosief & gecontroleerd

Didactische principes

Van badminton naar Airbadminton:

- Bouw op van eenvoudig naar complex, van 1 vs 1 naar 3 vs 3
- Differentieer met materialen en leerstof
- Oefen zoveel mogelijk in de juiste context



C voor Concreet lesmateriaal

Binnen elke kern kunnen we 4 fasen vinden

- Vangen en werpen
- Slaan
- Rally
- Triple

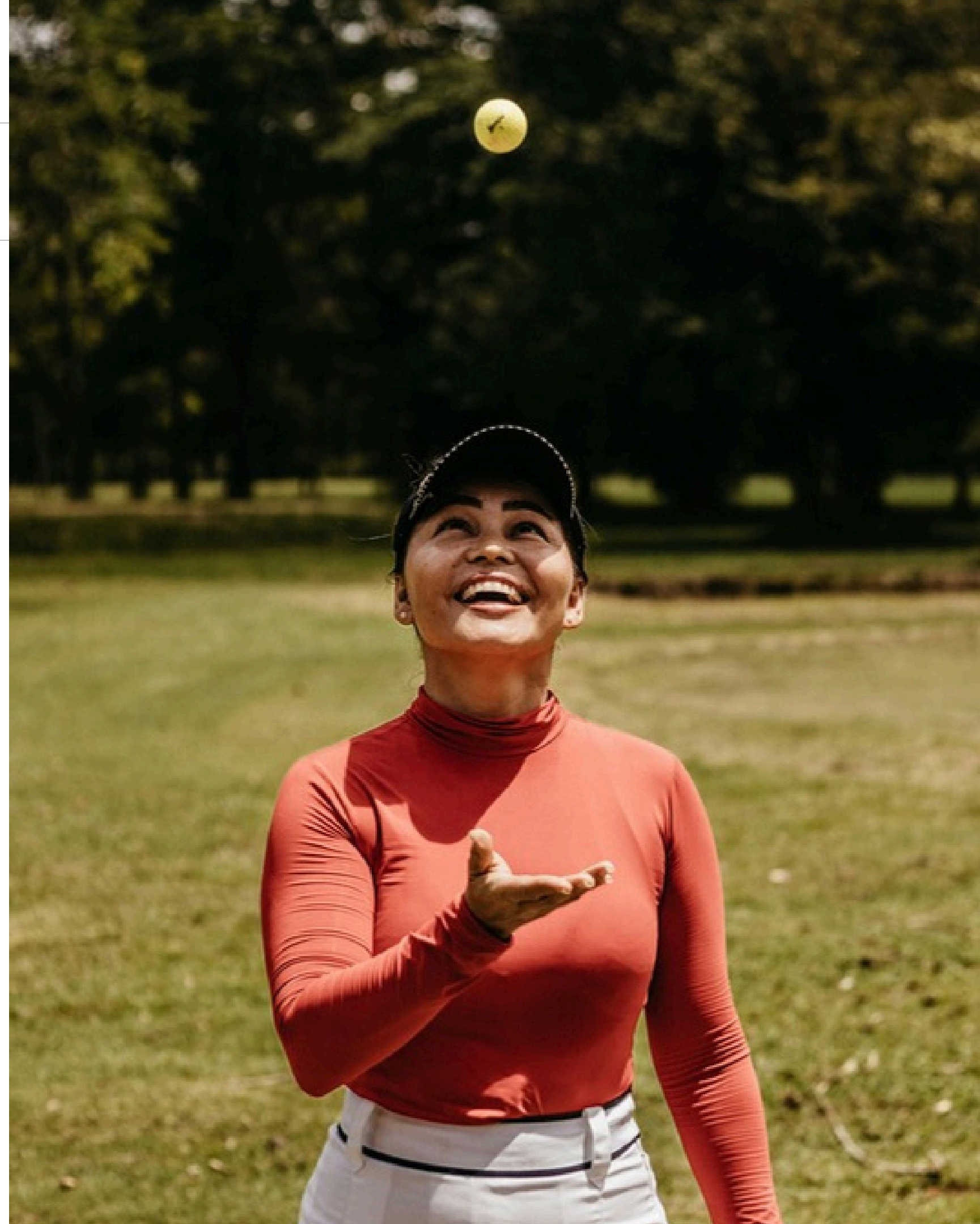
Voor elke fase zullen wij enkele oefeningen overlopen en differentiatievormen meegeven.



Fase 1: vangen en werpen

Techniek

- Collection
- Tienbal
- Erehaag
- Actie-reactie
- Shuttle oorlog



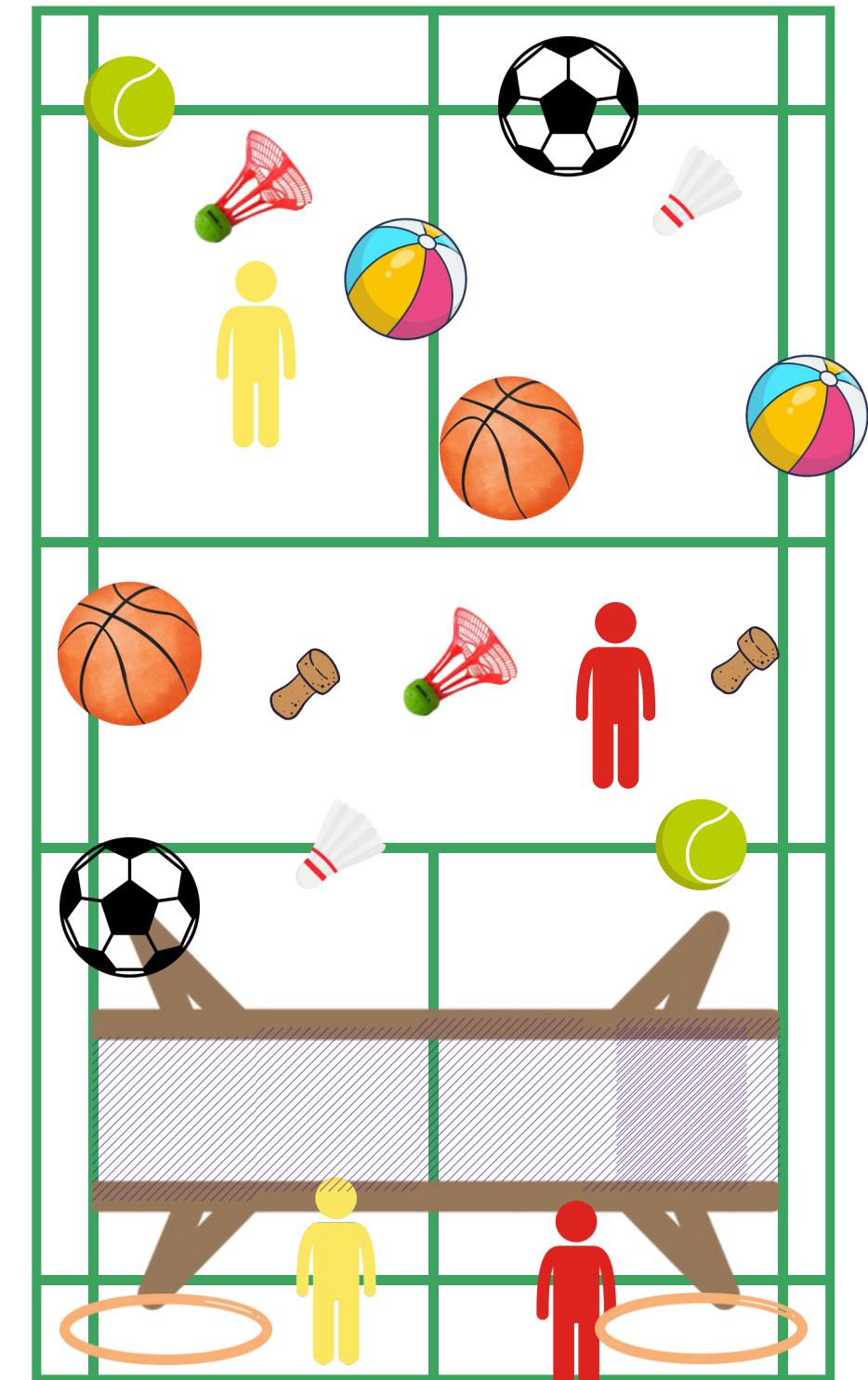
Fase 1: Collection

Techniek

We verdelen de leerlingen in duo's. In de afgebakende zone, in het paars aangeduid, tussen de banken mag niemand komen. Achter deze zone staat 1 leerling. De andere leerling staat in de zaal. Overheen de rest van de zaal liggen er verschillende voorwerpen verspreid. Het team dat als eerste van alle voorwerpen eentje in de hoepel kan leggen achter de afgebakende zone die wint. Je mag niet in de afgebakende zone komen dus de leerlingen zullen de voorwerpen naar elkaar moeten gooien.

Didactische variaties

- Aantal/keuze voorwerpen
- Elk team heeft een specifiek voorwerp i.p.v. 1 van elk
- Badminton specifieke techniek toepassen
 - verplicht bovenhands gooien
 - enkel via schuifpassen bewegen
- Werken met shuttles en ze nummeren
 - I.p.v. overgooien doen ze een korte opslag



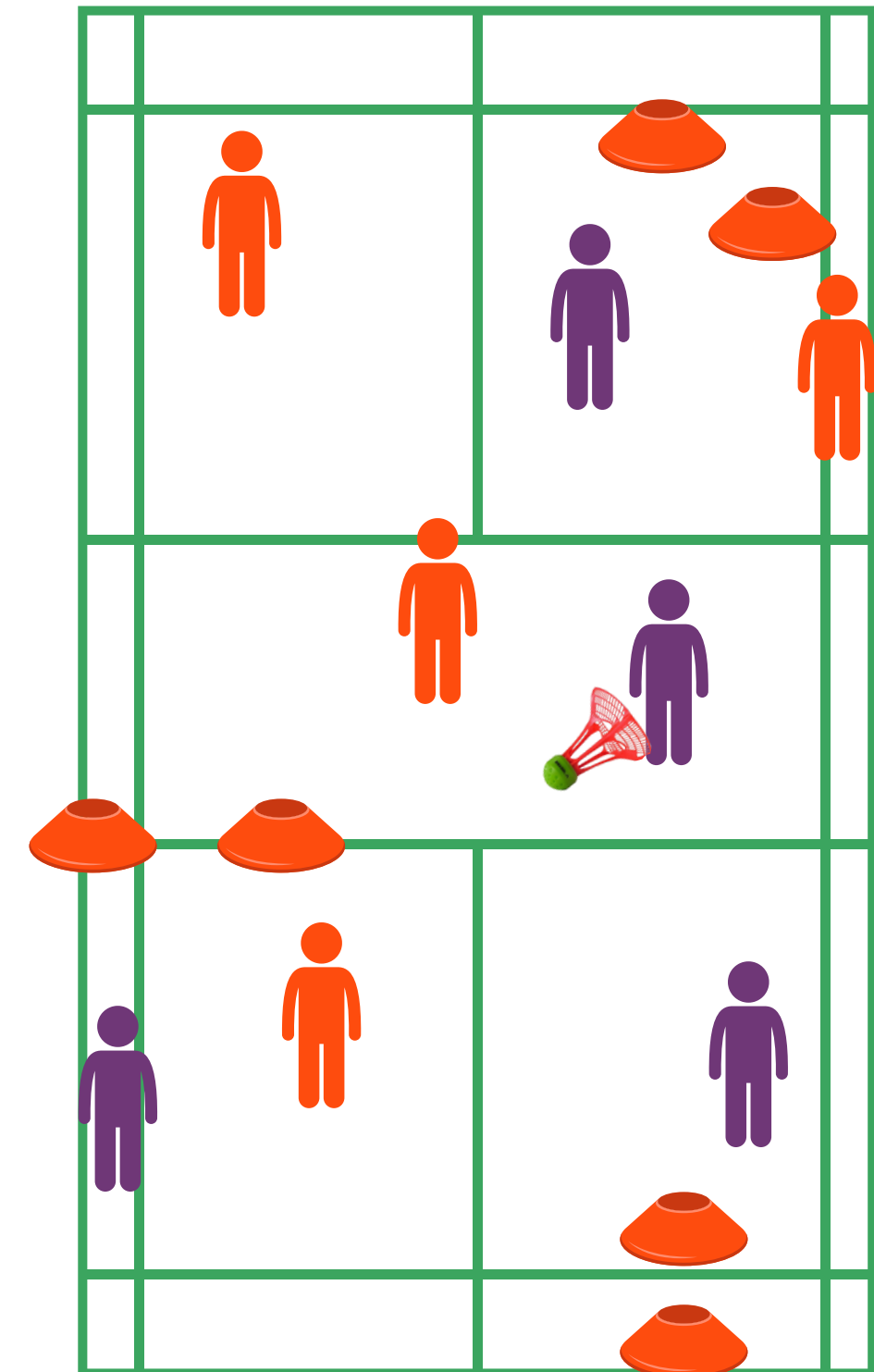
Fase 1: Tienbal

Techniek

Twee teams van 4-6 leerlingen proberen zo snel mogelijk 10 keer de shuttle te gooien en te vangen zonder rond te lopen. Het ontvangende team houdt minstens één armlengte afstand en mag de werper niet afschermen; valt de shuttle op de grond of buiten de lijnen, dan krijgt het andere team het punt. Contact tussen spelers is verboden, en onderscheppen in de lucht is de enige geldige manier om de shuttle over te nemen.

Didactische variaties

- Meer of minder passen toevoegen
- Hoepel of poortje toevoegen waardoor ze moeten gooien
- Badminton specifieke techniek toepassen
 - verplicht bovenhands gooien
 - enkel via schuifpassen bewegen
 - team verdelen op het veld en overheen het net gooien



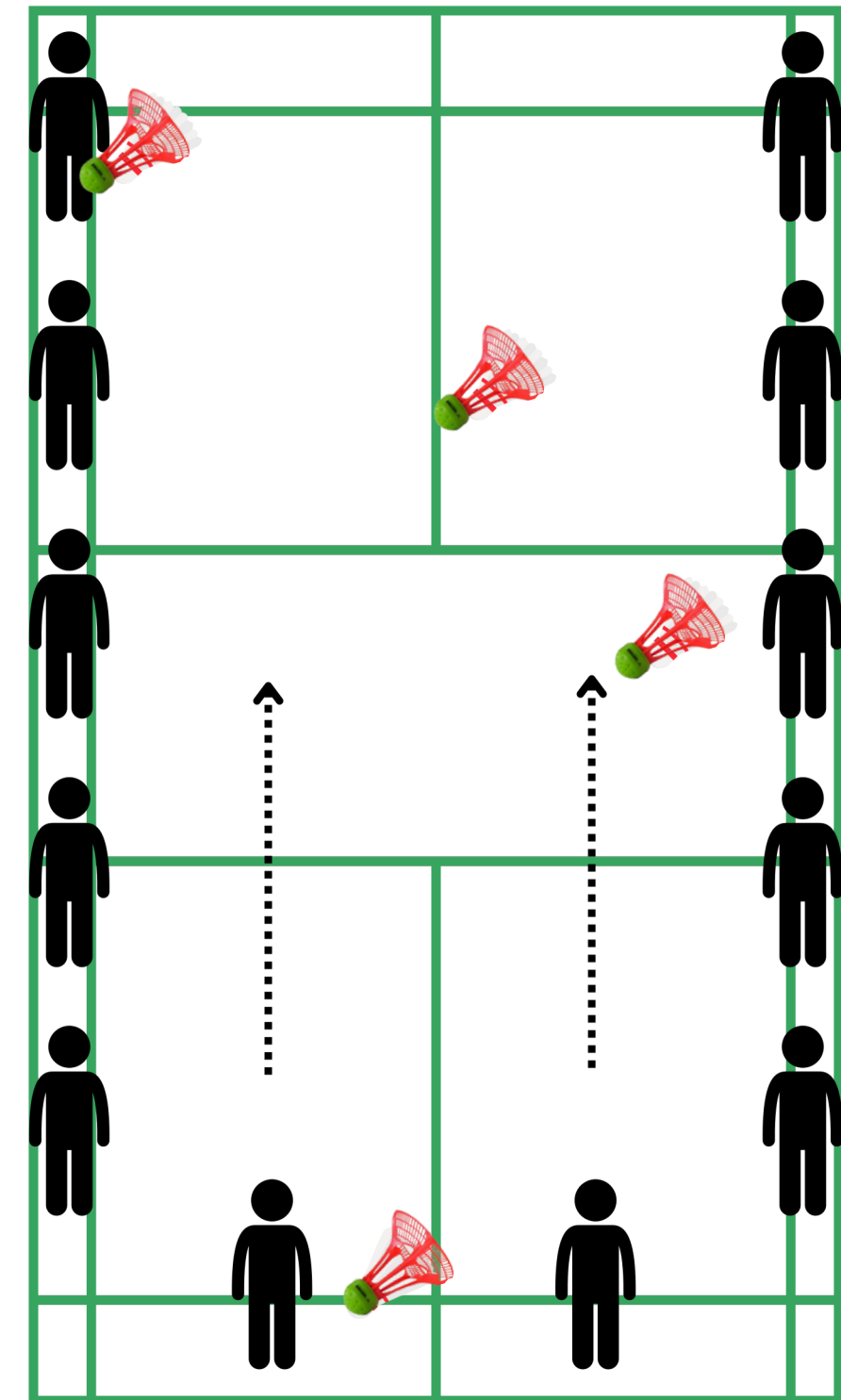
Fase 1: Erehaag

Techniek

De leerlingen staan op de tramlijn tegenover elkaar. Zij gooien constant de shuttle naar elkaar in een grote boog. De eerste leerlingen in de rij zetten beide en stap dichters en bewegen nu door schuifpassen te zetten naar de andere kant. Zij blijven de shuttle tussen hen in gooien terwijl ze opzij bewegen. Als zij vertrokken zijn doet het volgende koppel hetzelfde enzoverder. Achteraan sluiten ze terug aan in de rij op de tramlijn en gooien ze terug van verder.

Didactische variaties

- Afstand vergroten/verkleinen
- Ander voorwerp



Fase 1: Actie-reactie

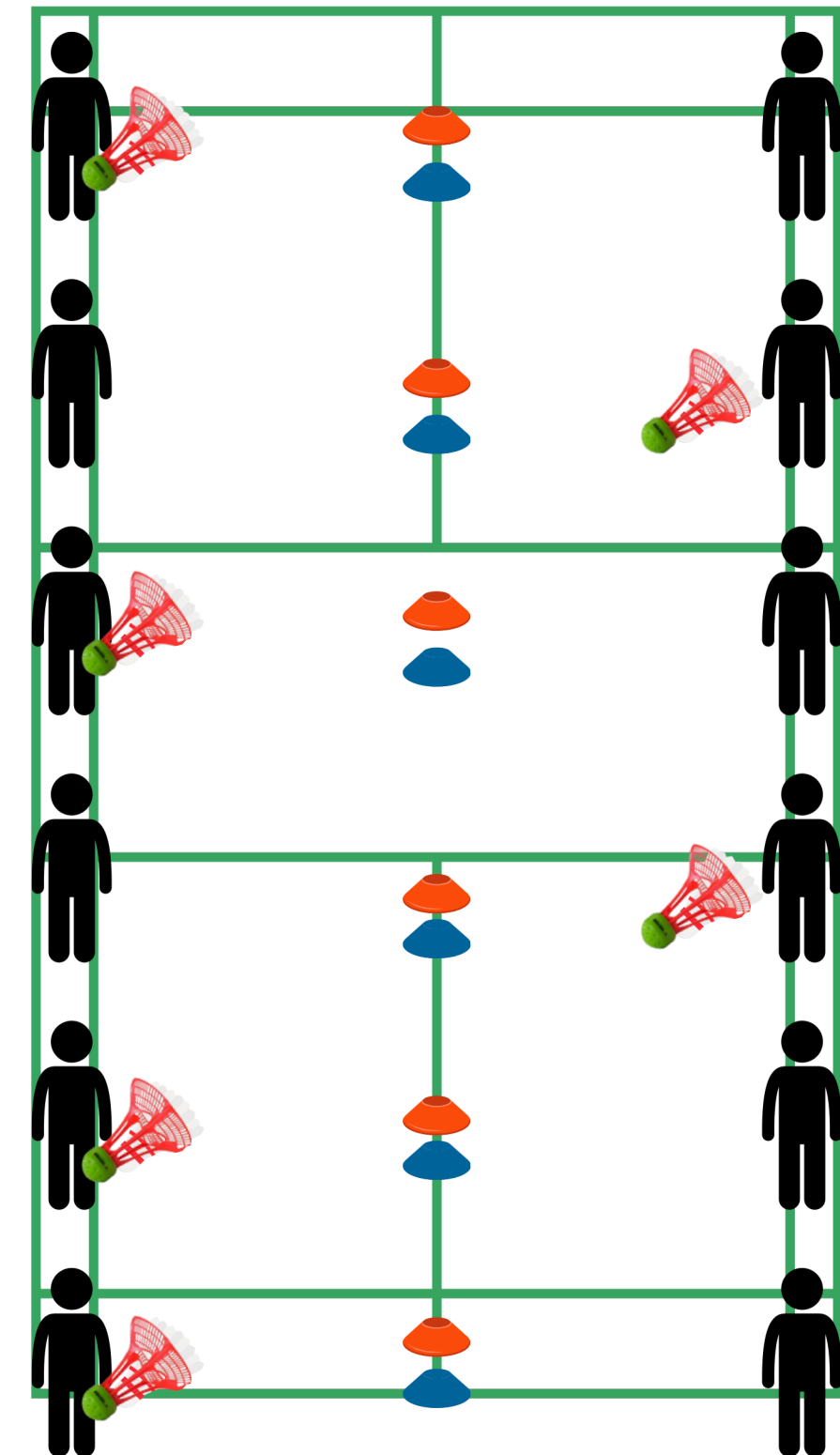
Techniek

De leerlingen staan in 2 rijen tegenover elkaar. Tussen hen in staan 2 gekleurde potjes en 1 leerling heeft een shuttle vast. De leerlingen luisteren naar de signalen van de leerkracht en reageren steeds zo snel mogelijk.

- Shuttle: gooien naar medeleerling, shuttle laten vallen is bv. 1 burpee
- Kleur: zo snel mogelijk juiste potje nemen, winnaar schuift op
- Lichaamsdeel: handen naar lichaamsdeel brengen

Didactische variaties

- Afstand vergroten
- Keuze voorwerpen aanpassen
- Badminton specifieke techniek toepassen
 - verplicht bovenhands gooien
 - eerst beweging achterveld toevoegen voor te gooien
- Met fluitsignalen werken bv. 1 keer fluiten is shuttle
- Verplicht 1 hand vangen



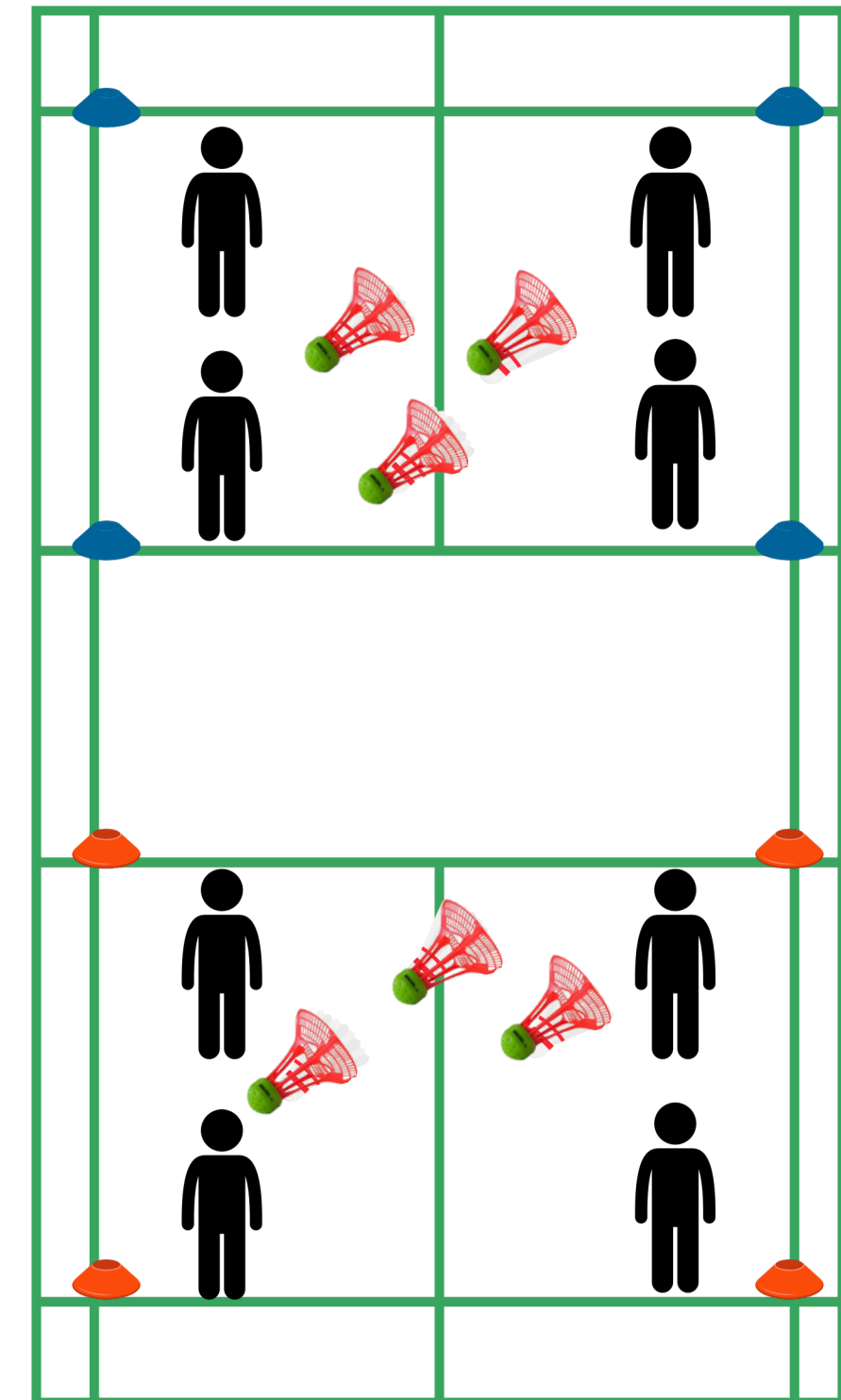
Fase 1: Shuttle oorlog

Techniek

De leerlingen staan in teams van 4 of 5 tegenover elkaar op het veld. Elk team krijgt 10 shuttles. De leerkracht geeft op voorhand een bepaalde tijdsduur aan waarin de leerlingen na het signaal van de leerkracht zoveel mogelijk shuttles bovenhands naar de overkant moeten gooien binnen de afgebakende zone van de tegenstander. Na het eindsignaal van de leerkracht wordt er geteld wie er het meeste shuttles in de zone van de tegenstander heeft kunnen werpen.

Didactische variaties

- Zone groter of kleiner maken
- Onderhands werpen
- Werpen met de niet-dominante hand
- Enkel met bijtrekpassen bewegen binnen het speelveld
- Tijdsduur van het spel niet communiceren op voorhand (kan lang of kort zijn)



Fase 2: slaan

Techniek

- Shuttle hoog houden
- Estafette
- Golf
- Chinese muur
- Keeper



Fase 2: Shuttle hoog houden

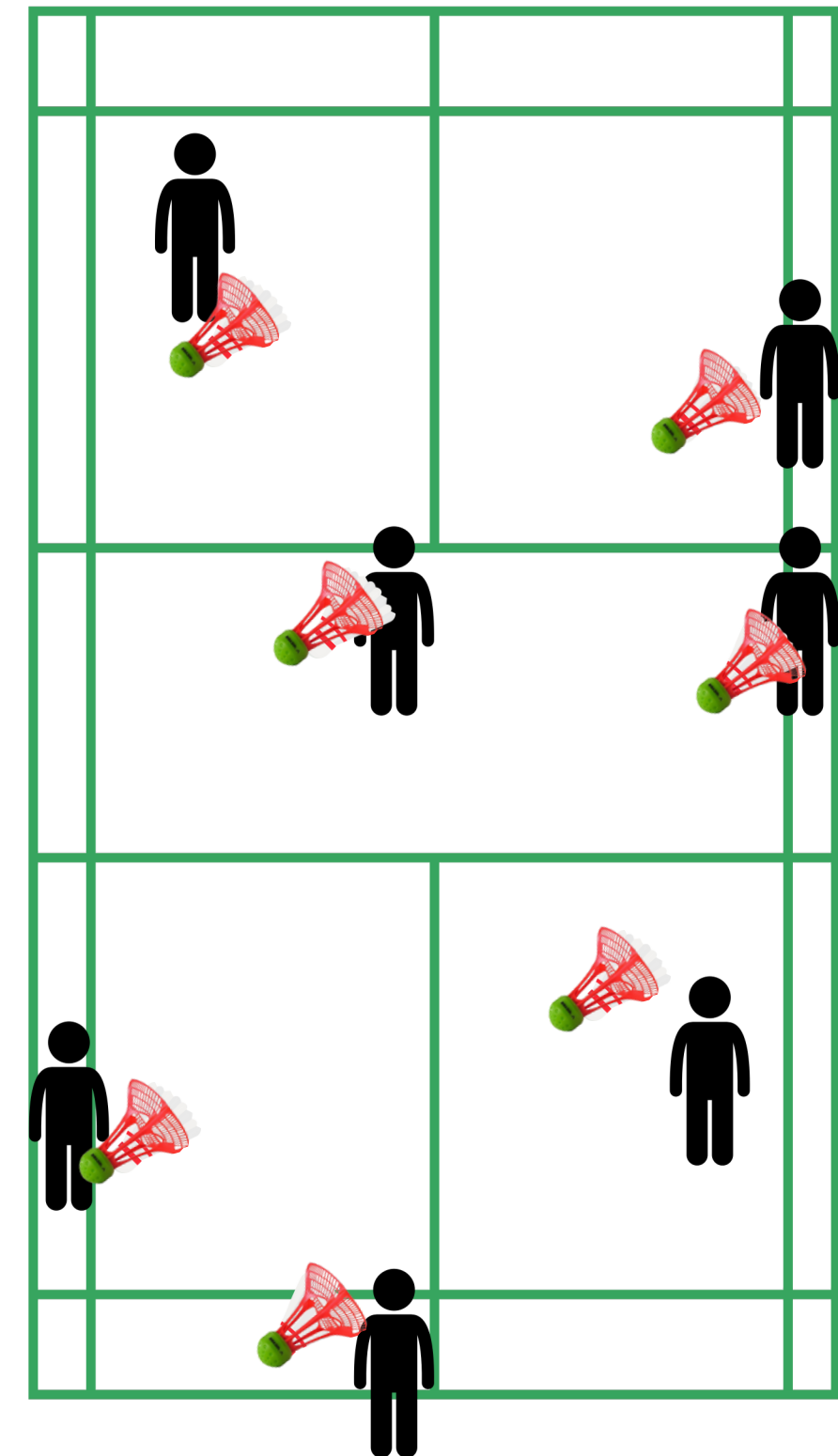
Techniek

De leerlingen staan verspreid doorheen de zaal. Individueel houden ze de shuttle hoog. De leerkracht geeft hierbij enkele opdrachten die ze zo goed mogelijk moeten uitvoeren.

- Zo hoog/laag mogelijk blijven slagen
- Zo ver mogelijk slaan
- Tussen de benen/achter de rug nemen
- Omhoog slaan en opvangen in de lucht op de racket
- Slaan combineren met een lichaamsdeel: slaan-koppen-slaan-voet-...

Didactische variaties

- Andere keuze materiaal bv. ballonnen
- Doelen toevoegen waarnaar ze moeten mikken



Fase 2: Estafette

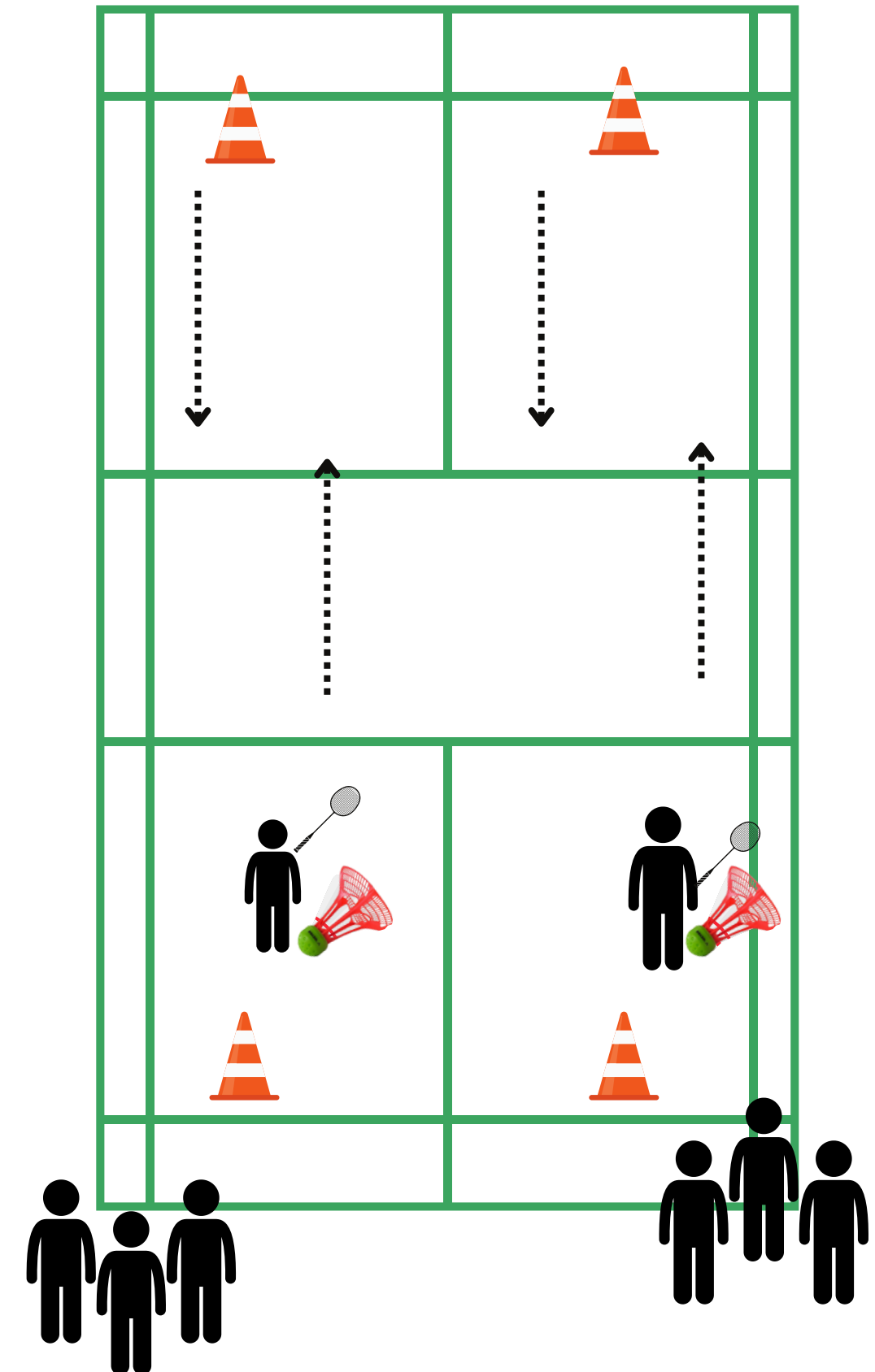
Techniek

De leerlingen zijn verdeeld in groepen van 4. De leerlingen lopen om de beurt naar de overkant en komen zo snel mogelijk terug. Het team waarbij als eerste de 4 leerlingen terug zijn die wint. Mogelijke opdrachten kunnen zijn:

- Overlopen en shuttle hoog houden
- Overlopen en op het in een doel mikken - om ter eerst 10
- Per 2 naar elkaar spelen en zo naar de overkant

Didactische variaties

- Andere keuze materiaal
- Afstand vergroten/verkleinen
- Doel groter/kleiner maken



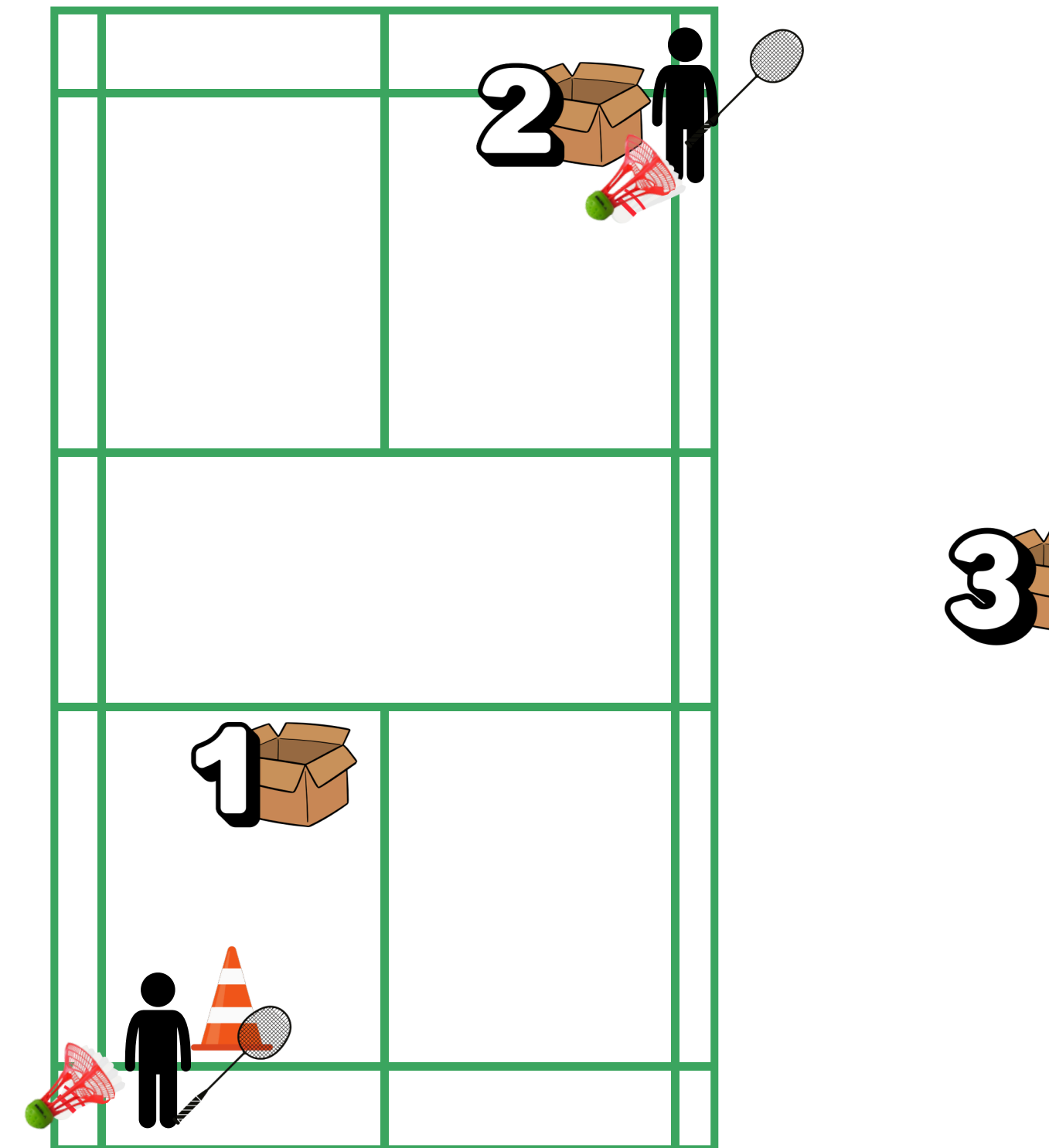
Fase 2: Golf

Techniek

Doorheen de ruimte staan er verschillende 'holes' opgesteld. De leerlingen proberen steeds in zo weinig mogelijk slagen de volgende hole te bereiken. De leerlingen mogen niet lopen met de shuttle en moeten dus steeds gebruik maken van een onderhandse opslag om de shuttle te spelen.

Didactische variaties

- Afstand tot doelwitten vergroten/verkleinen
- Obstakels toevoegen
- In teams werken



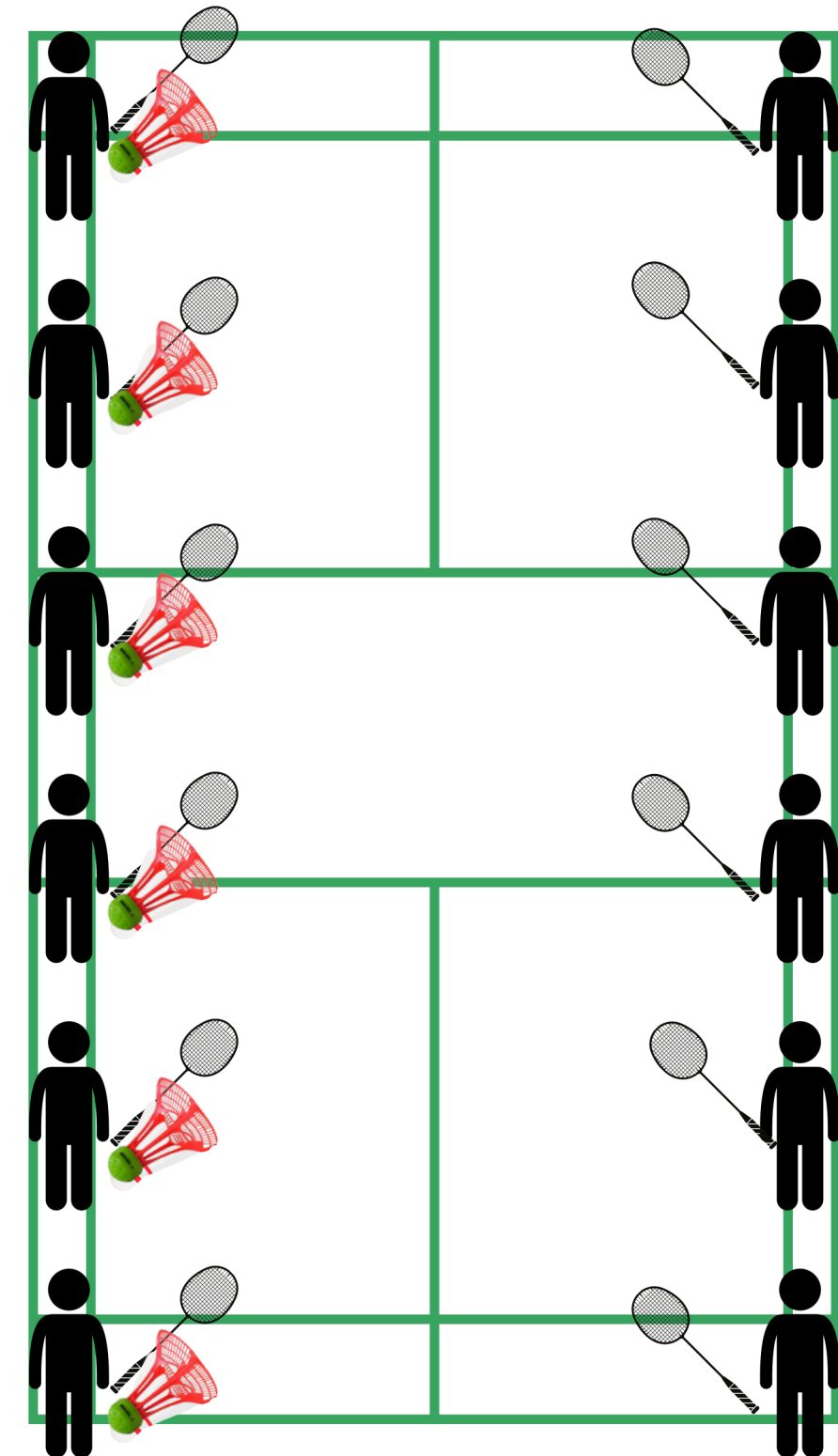
Fase 2: Chinese muur

Techniek

De leerlingen staan per 2 tegenover elkaar tussen de tramlijnen. Zorg wel voor voldoende ruimte tussen de spelers zodat deze niet tegen elkaar slaan. Na het signaal van de leerkracht spelen de leerlingen rustig en gecontroleerd en onderhands/bovenhands naar elkaar.

Didactische principes

- Tempo verhogen
- Werken met twee shuttles



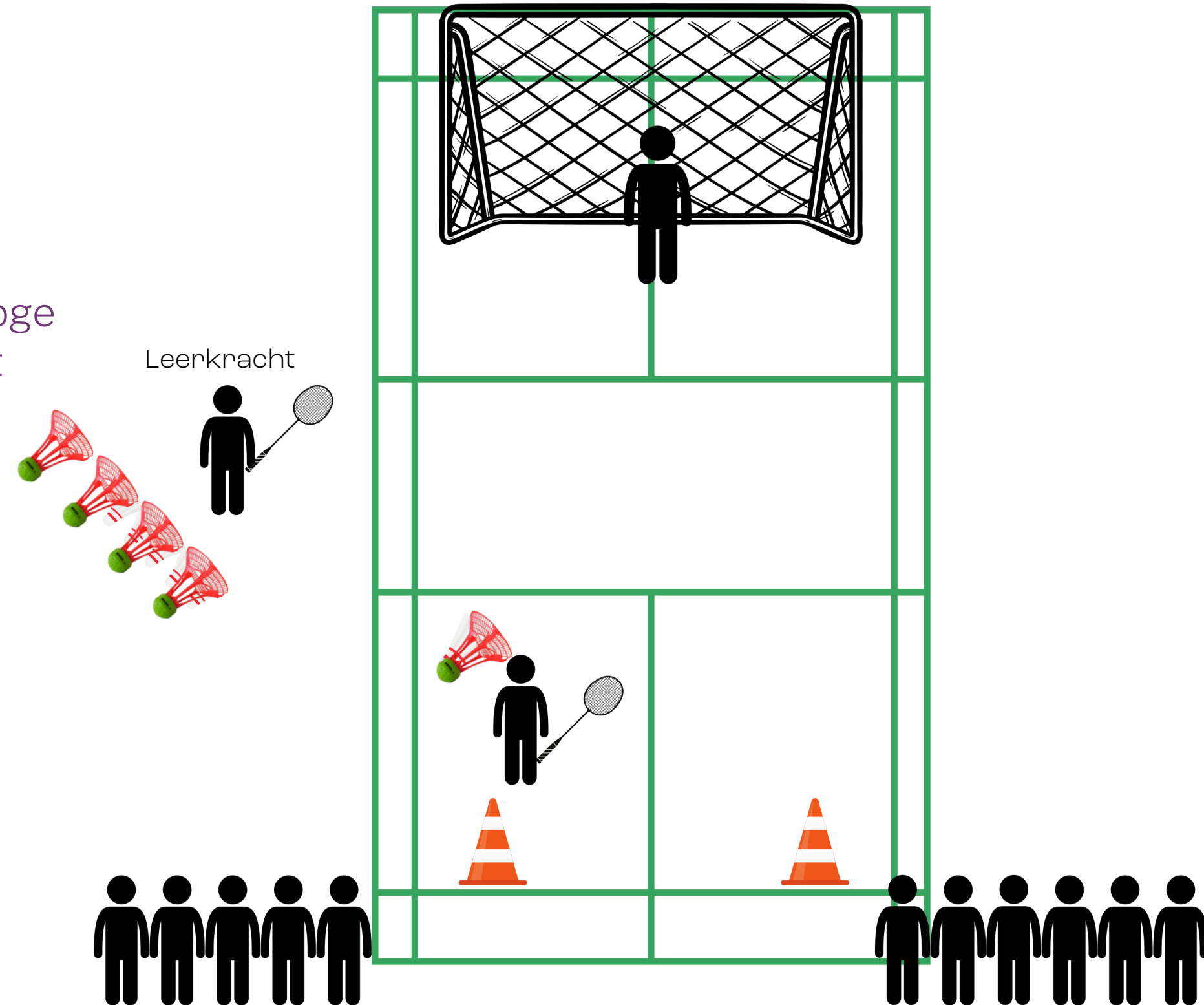
Fase 2: Keeper

Techniek

De leerlingen staan verdeeld in 2 rijen achter het veld. Aan de overkant van het net staat een leerling ervoor als 'keeper'. De leerkracht geeft alternerend naar de 2 rijen een hoge shuttle aan. De leerlingen proberen op dit shot te scoren in het doel aan de overkant. Gelukt om te scoren? Dan wordt die de nieuwe keeper!

Didactische variaties

- Goal groter/kleiner maken
- Aangeven moeilijker/makkelijker maken



Fase 3: rally's

Techniek

- Teamchallenge
- Molentje
- Patroon
- Volley / tennis
- Wedstrijd



Fase 3: Teamchallenge

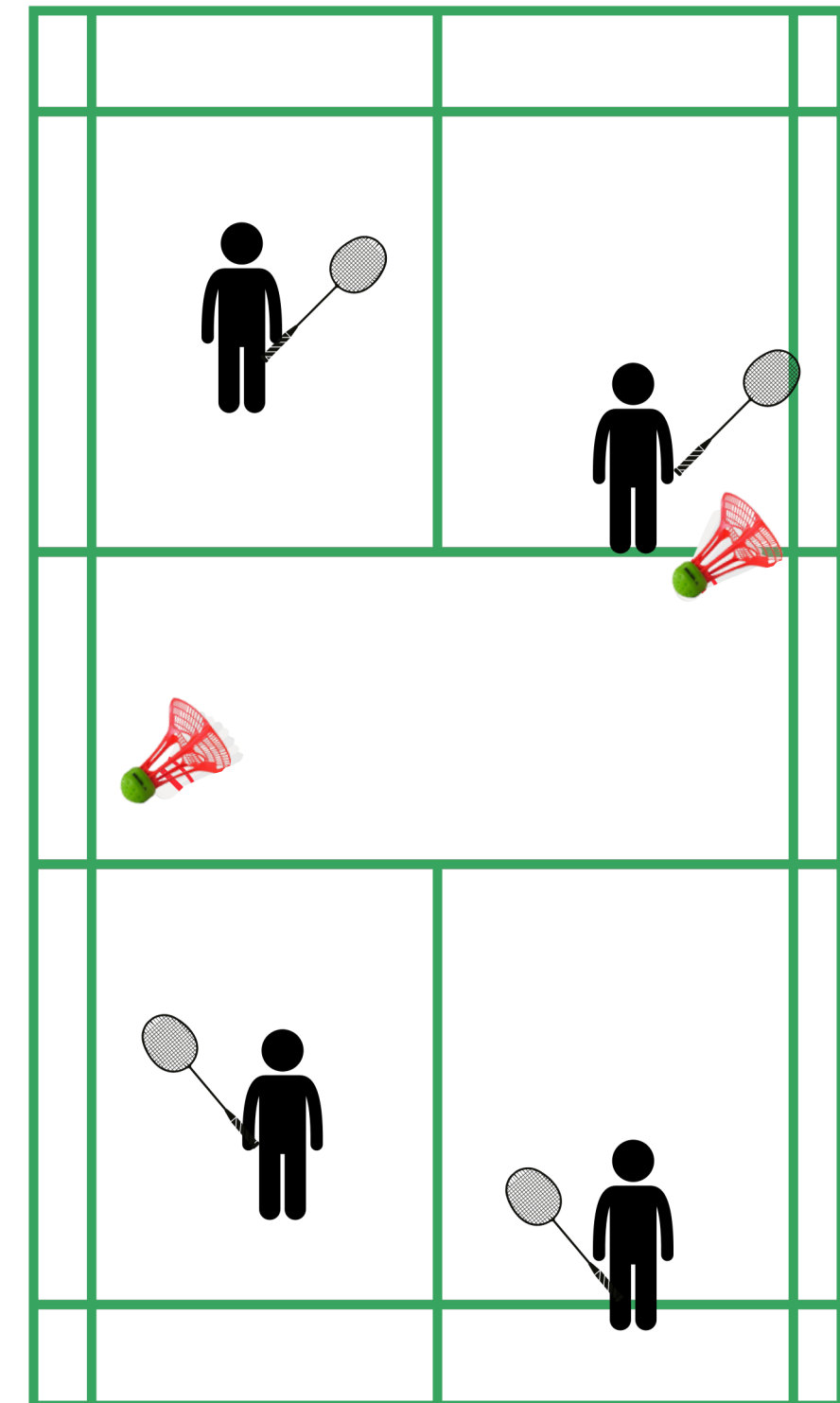
Techniek

De leerlingen staan steeds per 2 tegenover elkaar op het veld. Aan de hand van kleine opdrachtjes proberen ze steeds zo goed mogelijk naar elkaar te spelen.

- Zoveel mogelijk binnen een minuut
- Zoveel mogelijk naar elkaar zonder fout
- Per 4 en om de beurt slaan

Didactische variaties

- Ander materiaal
- Veld vergroten/verkleinen



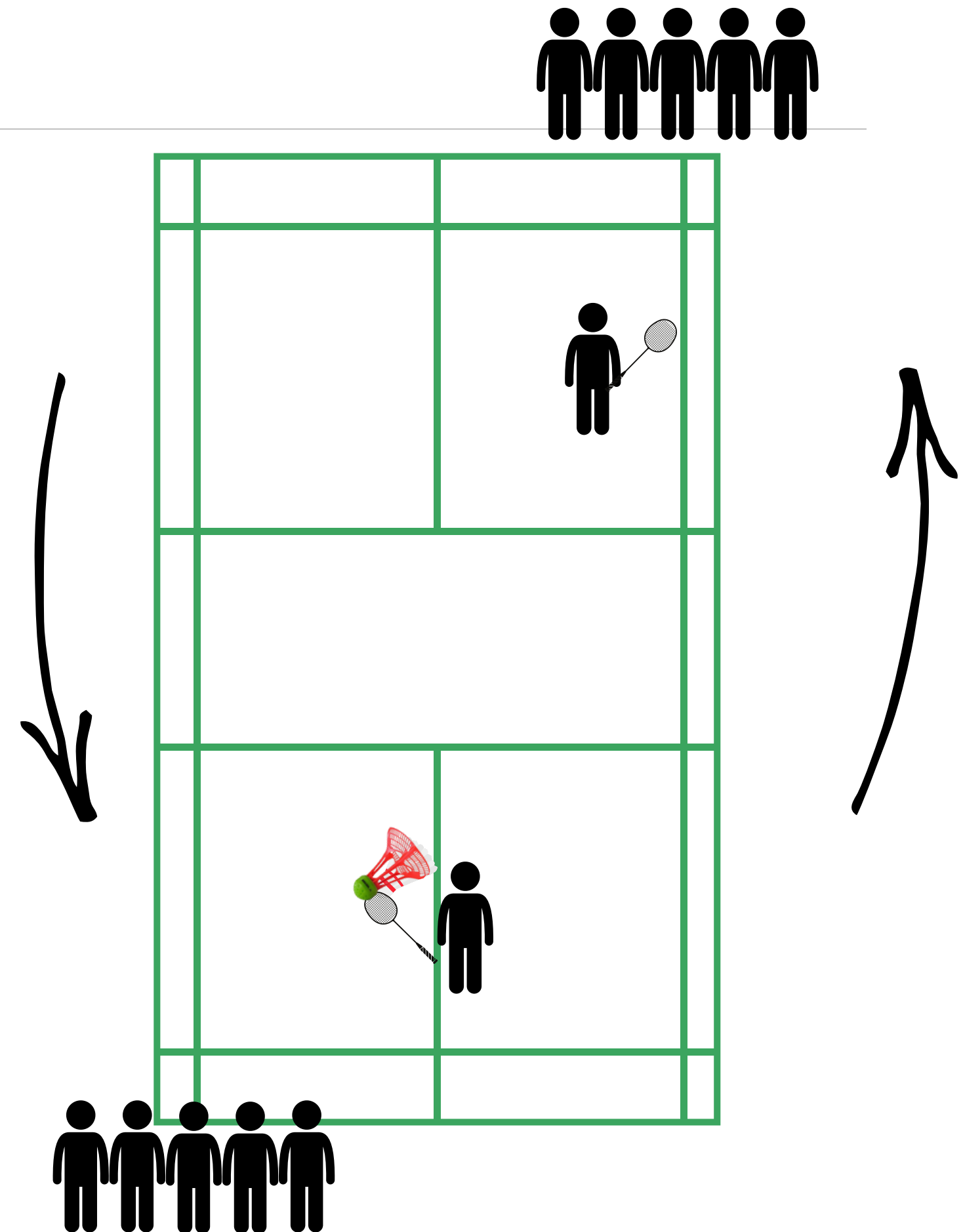
Fase 3: Molentje

Techniek

De leerlingen zijn verdeeld langs de beide kanten van het veld. 1 leerling start de rally door de shuttle op te slagen, na deze opslag loopt de leerling direct door naar de andere kant en schuift deze hier aan. De leerling aan de overkant die de opslag ontvangt slaagt 1 keer terug en loopt ook door naar de rij aan de overkant. De leerlingen blijven zo telkens 1 slagen en doorlopen naar de overkant. Elke leerling heeft 5 levens. Bij het maken van een fout of als de tegenstander kan scoren verlies je een leven. Zijn je levens op dan ga je aan de kant.

Didactische variaties

- Veld groter/kleiner maken
- Aantal levens verhogen/verlagen
- Het net afdekken met kranten (reactiviteit bevorderen)



Fase 3: Patroon

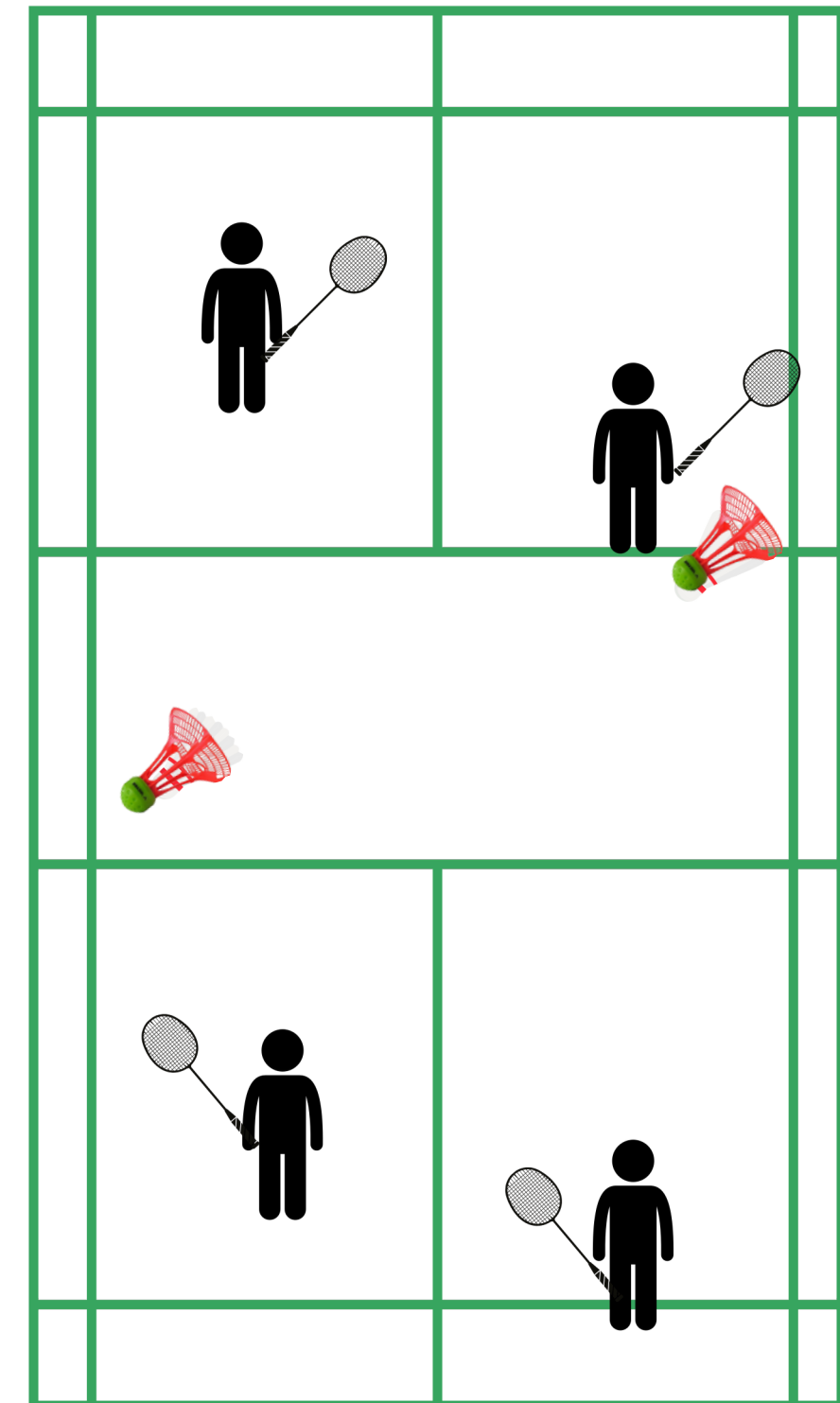
Techniek

De leerlingen staan per 2 of 4 op een (half) veld. Bij de start van de oefening krijgen zij een vast patroon dat ze moeten blijven aanspelen. De leerlingen kunnen dus anticiperen op het shot dat komt en werken samen om het patroon te blijven bespelen.

- Hoge opslag - clear - drop - netdrop - lob - clear - ...
- Hoge opslag - smash - verdediging kort - lob - smash - ...
- korte opslag - netdrop - lob - drop - netdrop - lob - ...

Didactische variaties

- Aantal slagen verhogen/verminderen
- Tempo verhogen/verlagen
- Veld verkleinen/vergroten



Fase 3: Volley / tennis

Techniek

De leerlingen staan per 4 op het veld. In het badmintonspel implementeren we enkele andere sporten.

Volleybal:

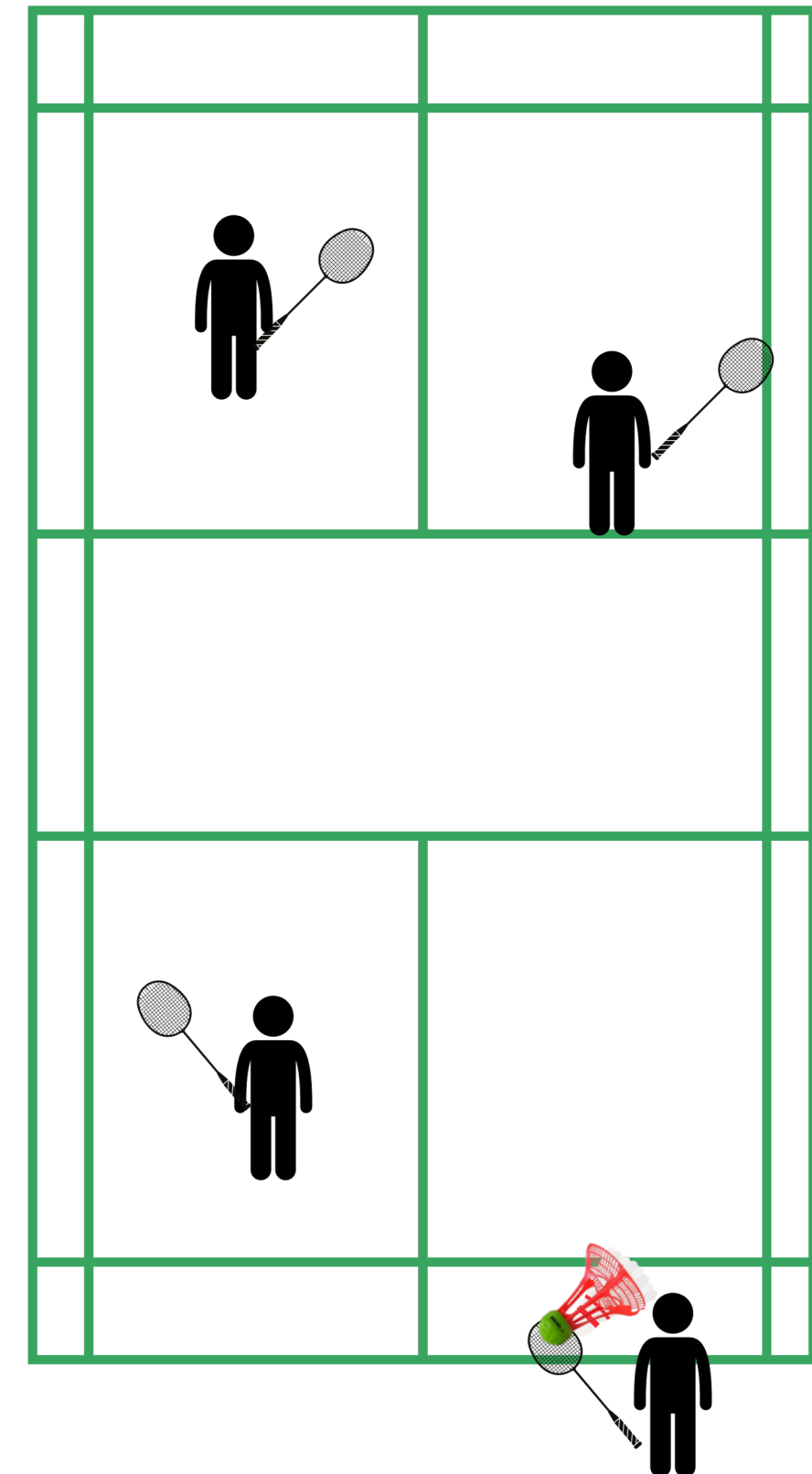
- Opslag van achter het veld
- Spelers mogen max. 2 passen geven naar elkaar vooraleer naar de overkant te spelen
- Je mag enkel smashen vanaf het achterveld

Tennis:

- Opslag van achter het veld
- De shuttle mag eenmaal botsen
- 2-handige backhand

Didactische variaties

- Veld vergroten/verkleinen
- Wedstrijdvorm aanpassen: 1vs1 - 2vs2 - 3vs3
- Andere sport



Fase 3: Wedstrijd

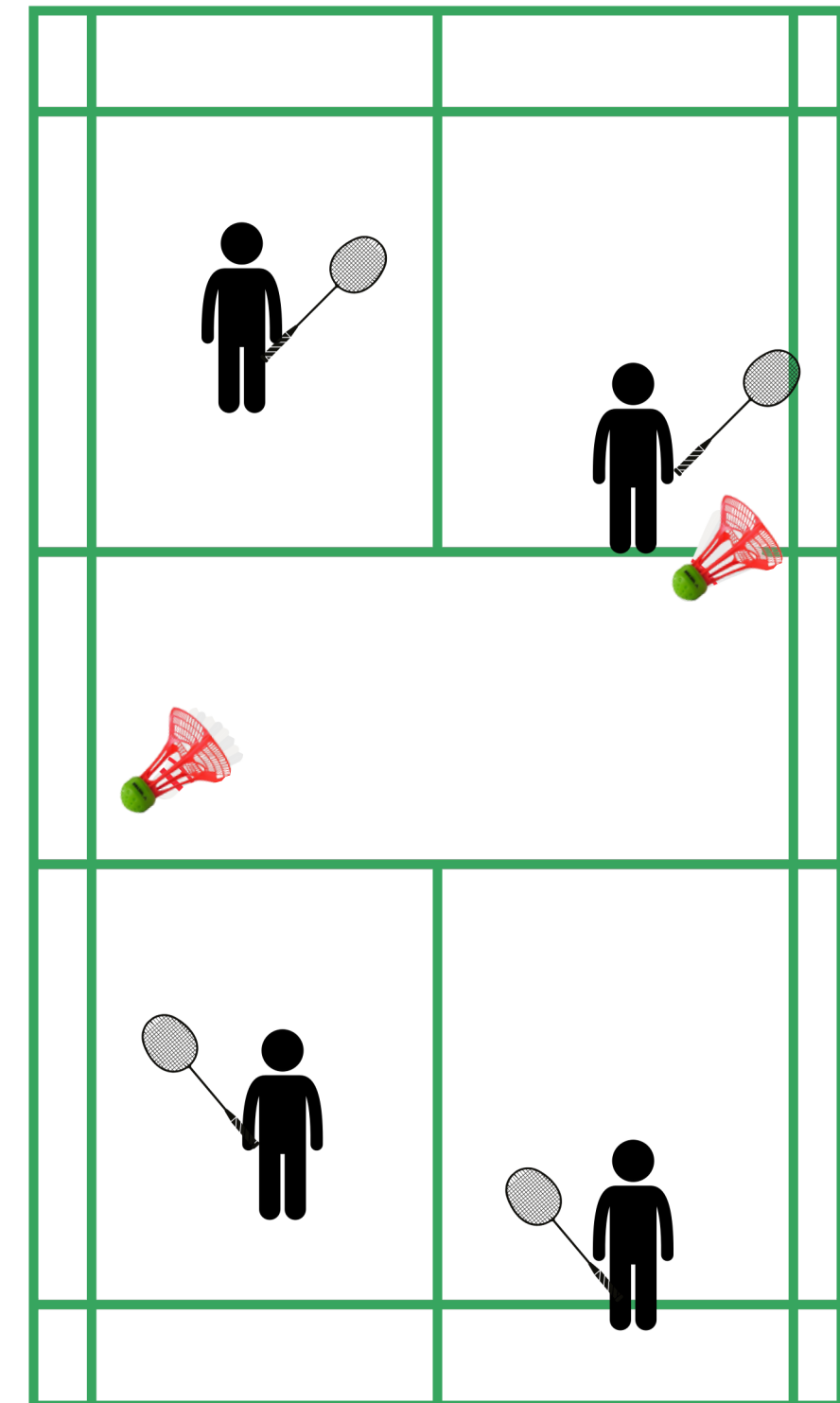
Techniek

Natuurlijk kan een 'standaard' wedstrijd niet ontbreken. Met enkele verschillende formats kan dit interessant blijven.

- Keizertornooi Teamtornooi Opdrachten
- toevoegen bv. slechte hand spelen
- Speelkaarten toevoegen bv. zoek de koning
- Per 2 op half veld, is 1 rally klaar dan de andere rally verder spelen met 4 op een volledig veld

Didactische variaties

- Veld vergroten/verkleinen
- Verplichtingen/regels toevoegen



Fase 4: triple

Techniek

- Granaat
- Tik 'em aan
- 2 rackets left
- ...
- Game time

Dit is een opbouwende oefenrij voor de wedstrijdvorm triple in Airbadminton.



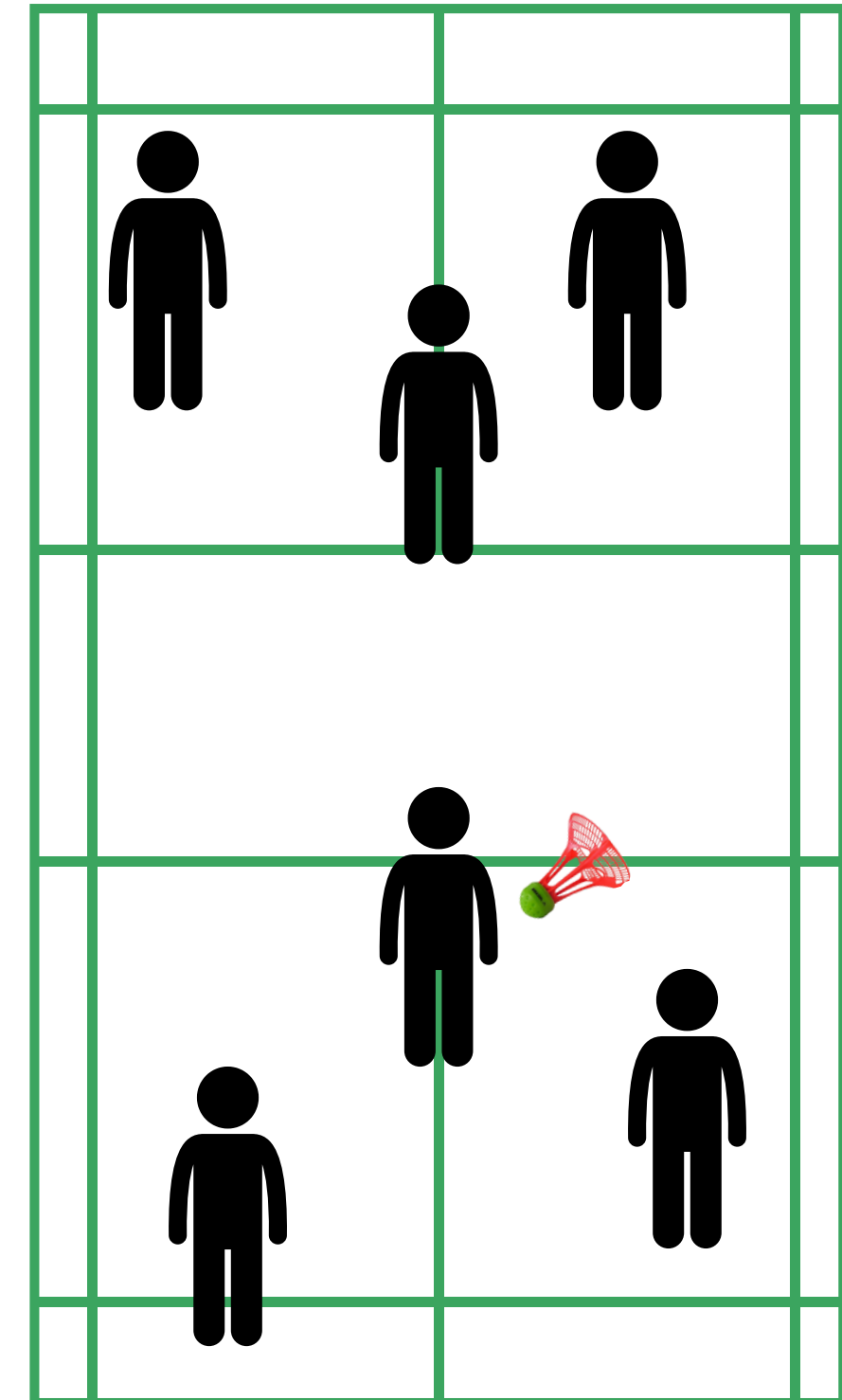
Fase 4: Granaat

Techniek

De leerlingen staan steeds in teams van 3 aan hun kant van het veld. Zij kunnen een punt scoren door de shuttle op de grond te kunnen gooien bij de tegenstander. Binnen het team worden geen passen gegeven en wordt er dus onmiddellijk terug naar de overkant gegooid. Heel belangrijk, een leerling mag nooit 2x na elkaar de shuttle vangen. Indien dit zo is dan is dit een fout en punt aan de tegenstander. Er mag niet gelopen worden met de shuttle.

Didactische variaties

- Andere voorwerpen bv. tennisbal, indiacab, voetbal, ...
- Speelveld verkleinen/vergroten



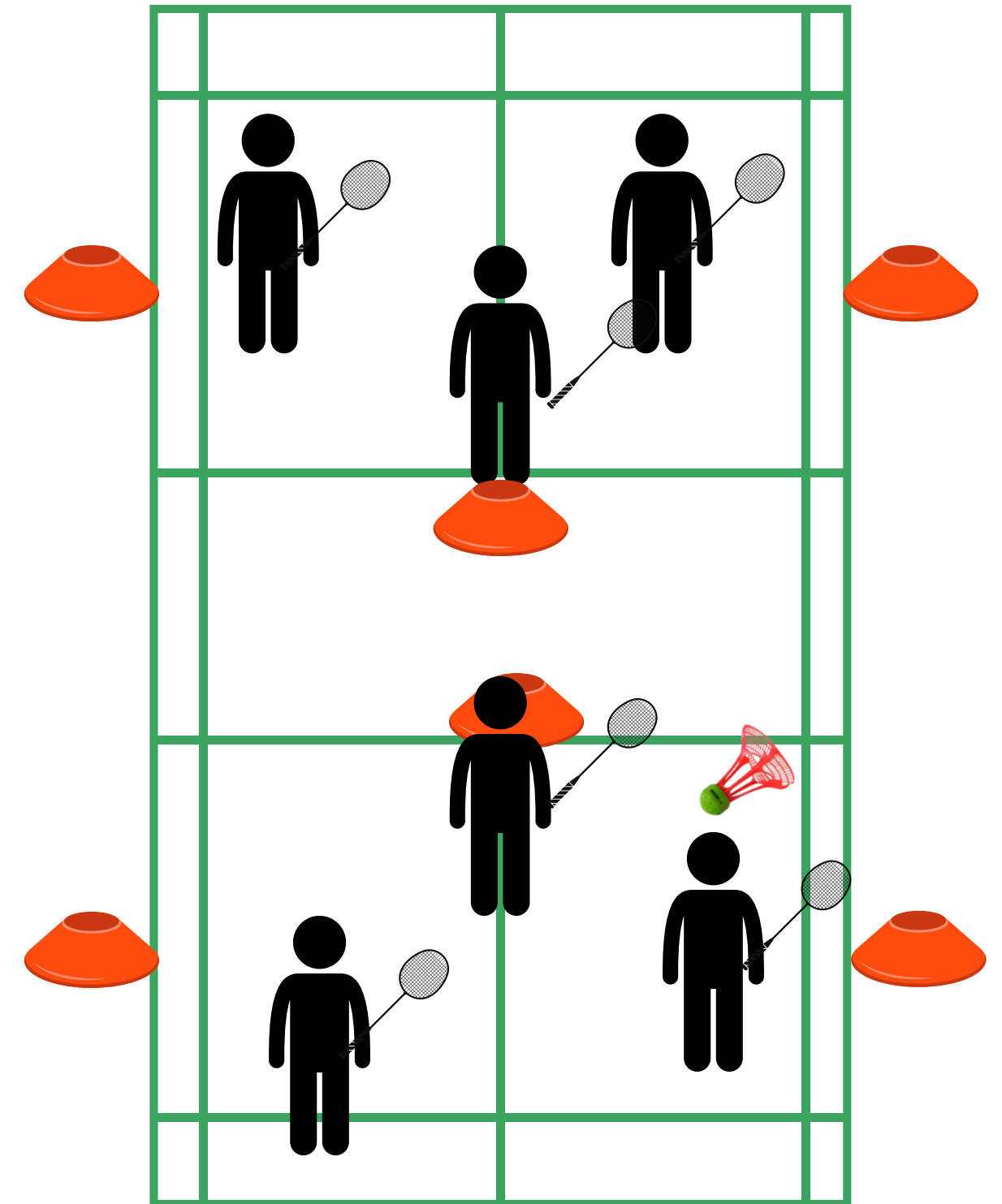
Fase 4: Tik 'em aan

Techniek

De leerlingen blijven in groepjes van 3. We starten een rally met een onderhandse opslag van achter de zijpotjes. De shuttle wordt steeds direct teruggeslagen en hij mag geen 2x na elkaar geraakt worden door dezelfde persoon. Om dit duidelijk te maken moet degene die de shuttle raakte eerst een potje aantikken vooraleer terug het veld in te komen. Valt de shuttle op de grond of maakt er iemand een fout dan begint de rally opnieuw.

Didactische variaties

- Speelveld verkleinen



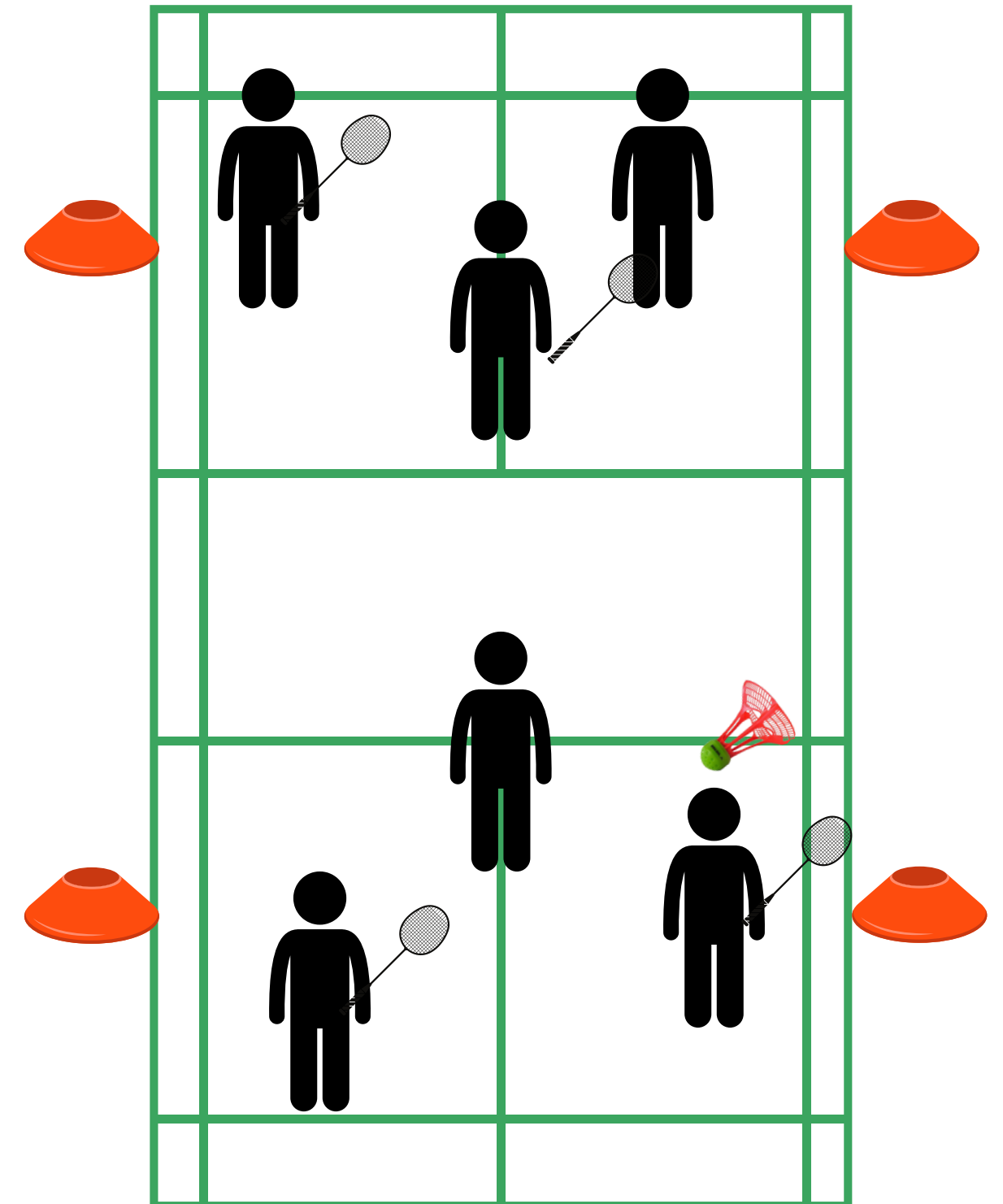
Fase 4: 2 rackets left

Techniek

We blijven 3 vs 3 spelen. We spelen een 'gewone' wedstrijd, maar elk team heeft slechts 2 rackets beschikbaar in plaats van 3. Belangrijk hier is dus snel te wisselen en slim na te denken van waar te spelen.

Didactische variaties

- Speelveld verkleinen



Fase 4: driestrijd

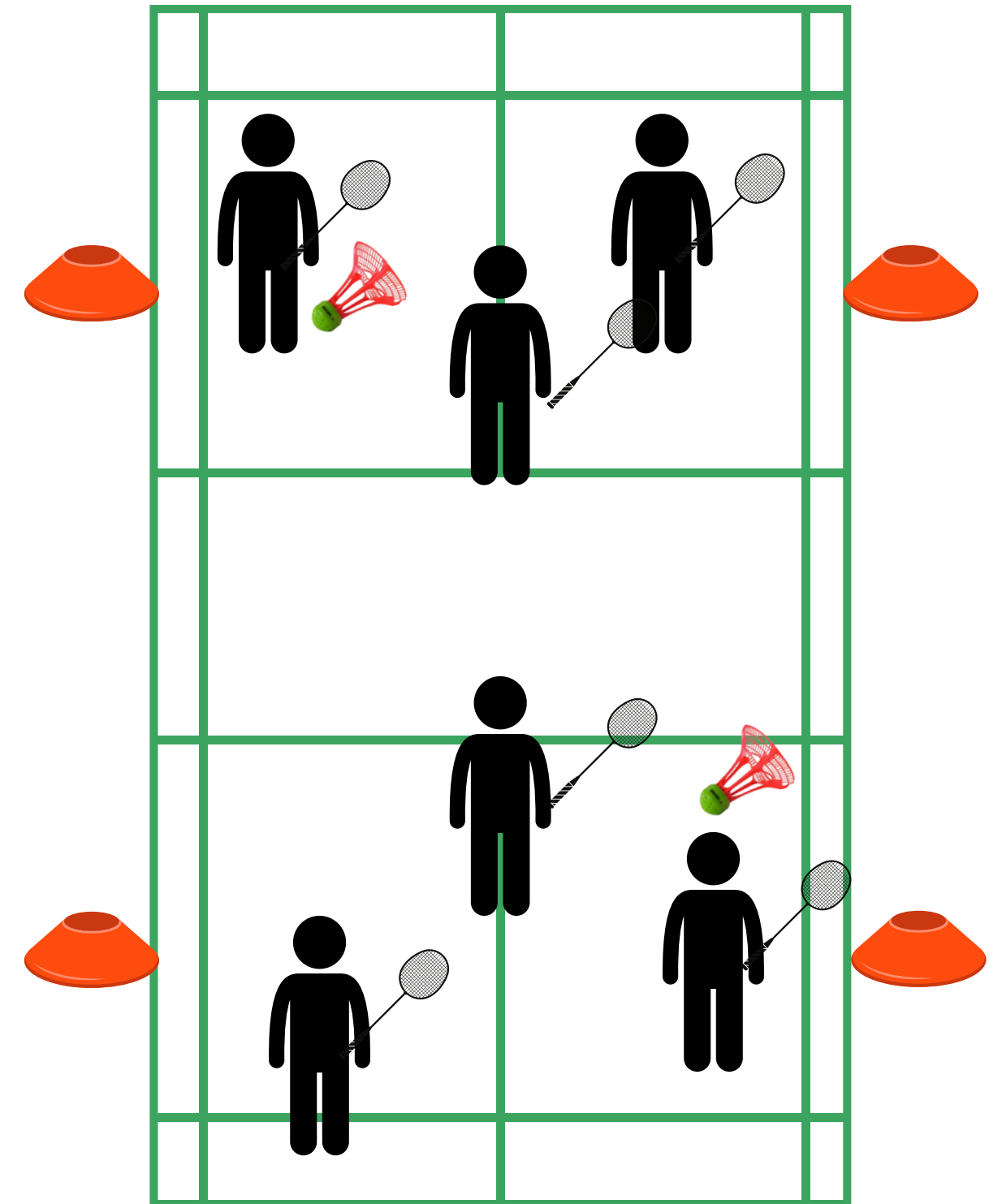
Techniek

De leerlingen spelen 3 tegen 3. De beide teams hebben elk een shuttle waarmee ze de rally tegelijk starten. Er zijn dus 2 shuttles tegelijk aan het vliegen. Als een speler de shuttle buiten slaagt of in het net, dan moet die speler de shuttle gaan halen.

Ondertussen spelen we de rally verder met de andere shuttle, min de persoon die de buitengeslagen shuttle gaat halen. Je kan pas een punt scoren als beide shuttles op de grond liggen aan de zelfde kant in het veld. Hierna start je de rally opnieuw.

Didactische variaties

- Veld vergroten/verkleinen
- Elk team heeft 2 reserve shuttles die men kan inzetten



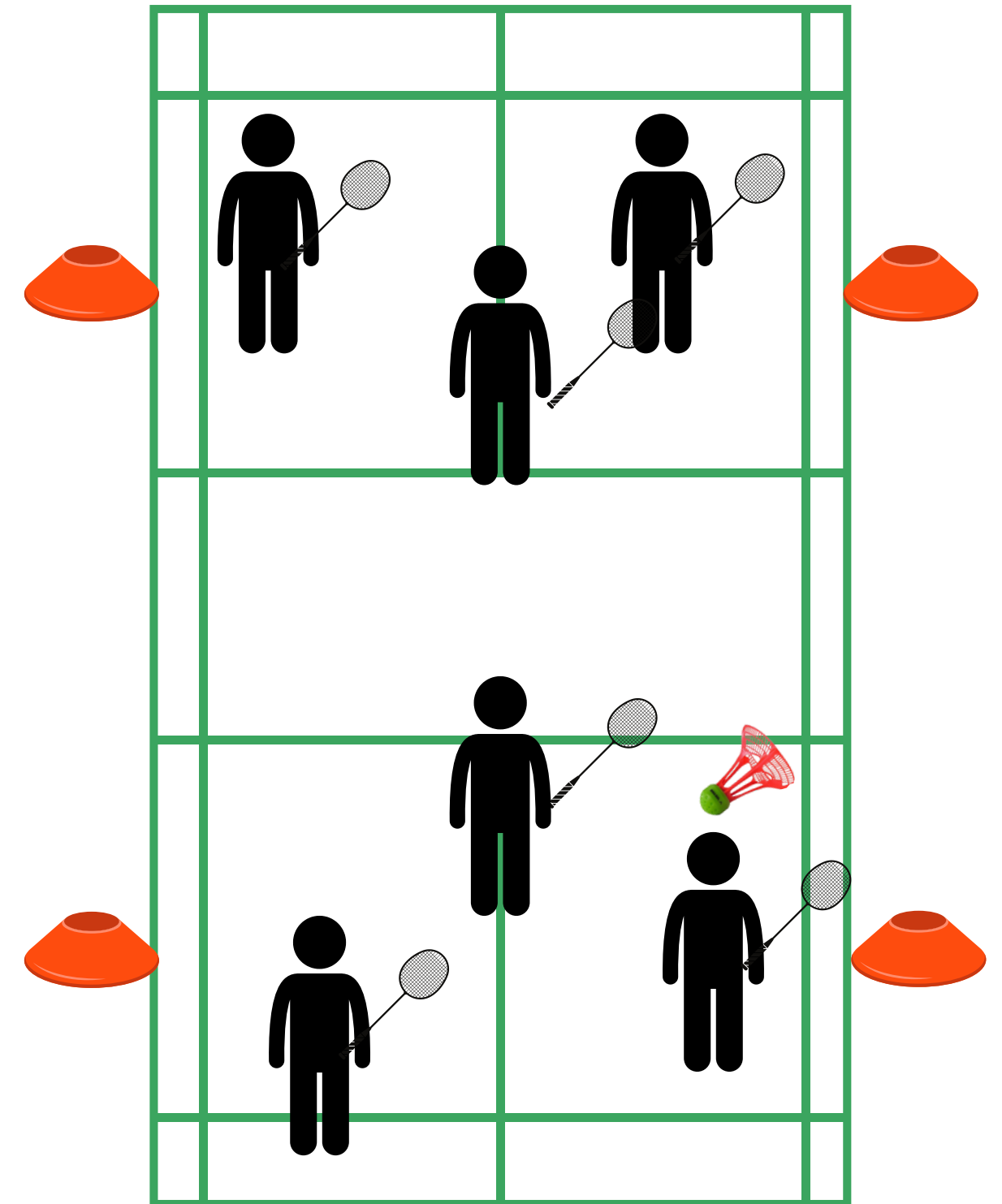
Fase 4: wedstrijd

Techniek

We spelen een wedstrijd.

Didactische variaties

- Speelveld verkleinen
- Tactische principes toevoegen



D voor Do's and Dont's

Badminton is een dynamische en toegankelijke sport voor alle leeftijden: met een racket en shuttle kunnen leerlingen snel in beweging komen, samenwerken en plezier hebben. Het biedt niet alleen fysieke activiteit, maar ook kansen om reflexen, timing en sociale vaardigheden te ontwikkelen — en dat in een veilige en actieve setting.

Wat volgt zijn enkele do's and dont's bij het geven van een badminton les

Do's



Materialen

Hand-oog coördinatie is niet simpel. Maak gebruik van ballonnen of balletjes om het tempo te vertragen. Maak oefeningen interessanter door verschillende materialen toe te voegen.



Teamwork

Sport is zoveel leuker in team. Pas je oefeningen zo aan dat leerlingen moeten samenwerken en er dus niemand alleen komt te staan. Vanuit een groep kunnen leerlingen elkaar helpen en ondersteunen.



Demo's

Visuele voorbeelden helpen leerlingen het meest vooruit. Je kan met kijkwijzers werken om leerlingen individueel op elk zijn/haar niveau te laten werken door bij elke oefening keuzes te voorzien in moeilijkheidsgraad

Dont's



1 size fits all

Op een shuttle slaan is niet voor elke leerling zomaar weggelegd. Hou de succesbeleving voor iedereen hoog door te differentiëren bij oefeningen.



Enkel naar elkaar slaan

(Air)Badminton is zoveel meer dan enkel naar elkaar spelen. Pas bestaande gekende spelletjes aan en voeg badmintonelementen toe.



Geen aandacht voor techniek

Badminton is een technische sport, besteed toch voldoende aandacht aan techniek zodat leerlingen geen blessures oplopen.

Materiaal

- 1 Airbadminton kit
- 2 Airbadminton kokers
- €70

- 2 Airbadminton kits
- 5 Airbadminton kokers
- 20 badminton rackets
- €360 (20% korting)

- Airbadminton kit
- Airbadminton koker
- €54
- €8

Airbadminton kit = net + belijning
Airbadminton koker = 3 shuttles

- 1 Airbadminton kit
- 2 Airbadminton kokers
- 10 badminton rackets
- €200 (10% korting)



Info & contact



Info

badmintonvlaanderen.com



Contact

ine@badmintonvlaanderen.be
Info@badmintonvlaanderen.be