

DBV-Newsletter 01/2018

Aktuelles aus Lehre, Ausbildung & Wissenschaft

Deutscher Badminton-Verband e.V.

Hannes Käsbauer
Bundestrainer Wissenschaft/Bildung
Referatsleiter Lehre & Ausbildung



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



BARMER



DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



Herzlich Willkommen

Herzlich Willkommen zu unserem DBV-Newsletter für alle Badmintontrainer/-innen, Übungsleiter/-innen und alle an Badmintontraining Interessierte!

Mit diesem Format des Newsletters möchten wir in Badmintondeutschland auf aktuelle Neuigkeiten, Tendenzen und gemachte Erfahrungen hinweisen und eingehen. Wir verfolgen mit diesem Wissenstransport folgende Zielstellungen:

- **Schnelle Weitergabe von Wissen und Informationen in Badmintondeutschland**
- **Eingehen auf Schwerpunktsetzungen in der Ausbildung von Spieler/-innen und Trainer/-innen**
- **Vermitteln aktueller Leitbilder aus der Weltstandsanalyse**

Anmerkungen, Fragestellungen und auch Ansätze für Themen und Umsetzungsmöglichkeiten nehmen wir im DBV-Trainerteam gerne entgegen. Weitere Informationen und Schwerpunkte 2017/18 sind in den Newslettern 01-04/2017 zu finden, siehe unter:

<http://www.badminton.de/der-dbv/lehreausbildung/>

Themen/News Wissenschaft: <http://www.badminton.de/der-dbv/wissenschaft/>

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



Schwerpunkte 2017/18 – Trainer/-in im Fokus

Wir wollen fortlaufend bestimmte Werte und Überthemen mit einbringen:

- **Wir wollen als Trainer/-in in der Halle für unseren Sport Badminton begeistern!**
- **Wir wollen die Spieler/-innen in ihrer sportlichen und persönlichen Entwicklung unterstützen! Wir wollen sie mit positivem Enthusiasmus begleiten!**
- **Wir wollen die wesentlichen Elemente unserer Sportart so gut es geht und so viel wie möglich in alle Trainingsmethoden einbauen!**
- **Wir wollen in allen Bereichen einfach und effektiv arbeiten!**

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



1. Handlungs-/Reaktionsschnelligkeit

- Weitere Übungsbeispiele zur (badmintonspezifischen) Schulung verschiedener Schnelligkeitsformen
 - **Spielerisches Aufwärmen (aus dem BLV Niedersachsen) mit Speed und Wahrnehmung/Kognition:**
https://www.youtube.com/watch?v=A3MshIS_Cfw
 - **Handlungs-/Reaktionstraining in spielerischer Form – (richtige) Entscheidungen treffen (1):**
<https://youtu.be/RRTo-emytuU>
 - **Handlungs-/Reaktionstraining in spielerischer Form – (richtige) Entscheidungen treffen (2) plus seitliche Beinarbeit:** <https://youtu.be/9OutIHXFdIE>
 - **Übungsbeispiele für (doppel-)spezifische Übungsformen mit höchstem Tempo:**
<https://youtu.be/PChyhxH2kO0>
- **Tipps:**
 - **Reize setzen! Es darf nie „langweilig“ werden!**
 - Mit äußeren Einflüssen umgehen können (z. B. Wind, Licht, Regelentscheidungen)
 - Spielaufgaben/-regeln beeinflussen (Feldbegrenzung, Schlagverbote etc.)

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



2. Prinzipien & Leitbilder im Technik-/Taktikbereich

Start einer neuen Themenreihe für Vermittlungswege in der Spieler/-innen- und Trainer/-innen-Ausbildung

- Prinzipien sind überdauernd und nur in extremen Details unterscheidbar (schon 80%-Gültigkeiten sind hilfreich für unsere komplexe Sportart)
- Leitbilder können verschiedene, erfolgreiche Wege im Rahmen eines Prinzips sein (aktuelle, individuelle Weiterentwicklungen)

vgl. Hasse & Poste (2005). Bild vom Badminton

(→ Weiterentwicklungen für nachfolgende Ausbildungsmaterialien bis heute)

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



2. Prinzipien & Leitbilder: erste Beispiele

Start – Auswahl

- Prinzip der Auftaktbewegung
 - Der Start erfolgt nach Erkennen des Schlages des/der Gegners/-in
 - Die Auftaktbewegung beginnt je nach Spielsituation bereits früher, ungefähr mit/ unmittelbar vor dem Balltreffen des Gegners
- Entscheidend ist der Laufrhythmus (also auch die Vor- & Nachbereitung des Schlages)
- Beispielerklärungen: <https://youtu.be/irio0XE1iUQ>
- Leitbilder: verschiedene Auftaktdefinitionen (je nach Spielsituation), z. B.
 - Tiefentlastung
 - Auftaktssprung
 - Split-Step
- Videobeispiel: <https://youtu.be/KbploSrABbo>

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



2. Prinzipien & Leitbilder: erste Beispiele

Spiel am Netz – Auswahl

- Prinzip „Hand vor Fuß“:
Nach der Reaktion auf den Schlag des/r Gegners/-in folgt der Start zum Ball – mit dem Bewegen des Schlägers in die Nullstellung des jeweiligen Schlages
- Prinzip „im Schlagtreffpunkt festes Handgelenk“:
- Leitbild: verschiedene Nullstellungen
(mit lockerem oder festem Handgelenk)
 - Je nach Schlag
 - Je nach Tempo
- Videobeispiele:
 - <https://youtu.be/gDQEXJtJqDg>
 - https://youtu.be/-xQpY_z1c7s

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



2. Prinzipien & Leitbilder: erste Beispiele

Schlag-/Laufrythmus (je nach Spielsituation)

- Prinzip „Schlagtreffpunkt = Landung“:
Ist in den meisten Spielsituation sinnvoll und insbesondere unter Druck hilft dieses Prinzip, um in Balance und unter Kontrolle zu bleiben.
Eignet sich bei der Vermittlung auch deshalb als Einstiegsprinzip, weil der Rhythmus „Schlag (Ball treffen) gleichzeitig mit der Landung des Fußes“ einfach zu erlernen ist.
- Videobeispiel: https://youtu.be/4XNWI0nWJ_4
- Wichtig: Nicht alle Schläge folgen diesem Rhythmus. Ausnahmen sind z. B.
 - Sprünge (erst Schlagen dann Landen)
 - bewusst erst Landen dann Schlagen (Täuschung provozieren)
 - Situationen, in denen man dem Gegner „Zeit klauen“ kann

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



3. Aufwärmen/Koordination/Athletik

Von den Bundesstützpunkten

- Aufwärmprogramm der Dameneinzel-Gruppe am BSP Mülheim (ungeschnitten 30min) <https://youtu.be/1WD7vbZUn4M>
- Vorstellung erster Übungen zum Athletik-/Mobilisationstraining am BSP Mülheim: <https://youtu.be/JkcPXJFzd-4> (weitere Videos werden folgen)

Aus den Badminton-Landesverbänden:

- Niedersachsen:
 - <https://www.youtube.com/watch?v=QBj2J0R2CbM>
 - https://www.youtube.com/watch?v=17uPpe_qL6Q
- NRW: <https://www.youtube.com/watch?v=bdeHeQFY2bc>

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



4. Interessante Links

- Youtube-Kanal des DBV
https://www.youtube.com/channel/UC6faGYOwqa-aaZpq_G_j5Fg
- Informationen zu Kopfverletzungen/-schmerzen
https://www.bisp-sht.de/SHT/DE/Home/home_node.html
- Aktuelles von der KINGS-Studie (siehe DBV-Newsletter 4/2017):
<https://medium.com/@kingsstudy/die-unausgewogene-anpassung-von-muskel-und-sehne-als-risikofaktor-f%C3%BCr-sehnenerkrankungen-bei-fed14a6a5049>
- Beispiele für sportartübergreifende Übungen & Meinungen zum Thema „Speed“:
 - seitliche Schnelligkeit/Start:
https://athletesacceleration.com/thank-you-st?inf_contact_key=c2ee80b701358d1fe2243a510f78447fac9f7fb102f1686f254cc1262b6e896a
 - <https://athletesacceleration.com/6-amazing-exercises-improve-athletic-speed/>

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



5. Aktuelles in Kürze

1. A- Trainerausbildung 2017/18 erfolgreich mit zwei Lehrgängen gestartet

<http://www.badminton.de/news/badminton/a-trainerausbildung-gestartet>

<http://www.badminton.de/news/badminton/a-trainerausbildung-2-lehrgang/>

2. B-Trainerausbildung 2017/18 mit dem BLV NRW erfolgreich gestartet

<http://www.badminton.de/news/badminton/startschuss-fuer-die-b-trainer-ausbildung-in-nrw>

3. Einführung „DBV-Nachwuchstrainer/-in des Jahres 2017“

<http://www.badminton.de/news/badminton/nachwuchstrainerin-des-jahres-2017-gesucht/>

4. Aktuelle Fortbildungen im DBV (für A- und B-Trainer/-innen)

<http://www.badminton.de/der-dbv/lehreausbildung/>

- 27./28.01.2018 Trainerfortbildung in Ruit bei Stuttgart/Baden Württemberg (BLV Baden-Württemberg/DBV)
- 24./25.02.2018 Trainerfortbildung in Hannover (parallel zum TTD-Lehrgang) (BLV Niedersachsen/DBV)
- 08. – 10.06.2018 2. DBV-Girls Camp in Mülheim (mit Fortbildungsangebot für Trainerinnen)
- 16./17.06.2018 NRW-Leistungssportworkshop in Mülheim an der Ruhr (BLV Nordrhein-Westfalen)

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



5. Aktuelles in Kürze

5. Offene Stelle am IAT Leipzig – Fachbereich Badminton (Institut für Angewandte Trainingswissenschaft - <http://www.iat.uni-leipzig.de>)

Wer hat Interesse an wissenschaftlicher Arbeit für unsere Sportart Badminton, insbesondere im Bereich der Spielanalyse?

Das IAT Leipzig hat eine (halbe) Stelle für den Fachbereich Badminton zu vergeben. Die Stellenausschreibung ist [hier](#) zu finden.

Bei Interesse stehen in fachlichen Fragen sowohl Dr. David Fischer-Eisentraut (IAT) als auch Hannes Käsbauer (DBV) zur Verfügung.

Dr. David Fischer-Eisentraut: david.fischer@iat.uni-leipzig.de

Hannes Käsbauer: hannes.kaesbauer@badminton.de

DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung



Wir wünschen viel Spaß beim Schauen und Ausprobieren!!!

Hannes Käsbauer
Bundestrainer Wissenschaft/Bildung
Referatsleiter Lehre & Ausbildung

c/o Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland
Hermann Neuberger Sportschule 2
66123 Saarbrücken

E-Mail: hannes.kaesbauer@badminton.de

Deutscher Badminton-Verband e.V.
Südstraße 25
45470 Mülheim an der Ruhr
Email: office@badminton.de



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



BARMER



DBV-Newsletter 01/2018 Wissenschaft, Lehre & Ausbildung

