

1. Station: Jonglieren

Aufgabe:

1. Schaue dir die Videos an und probiere sie selber aus.

1.1. Jongliere mit einem Luftballon 

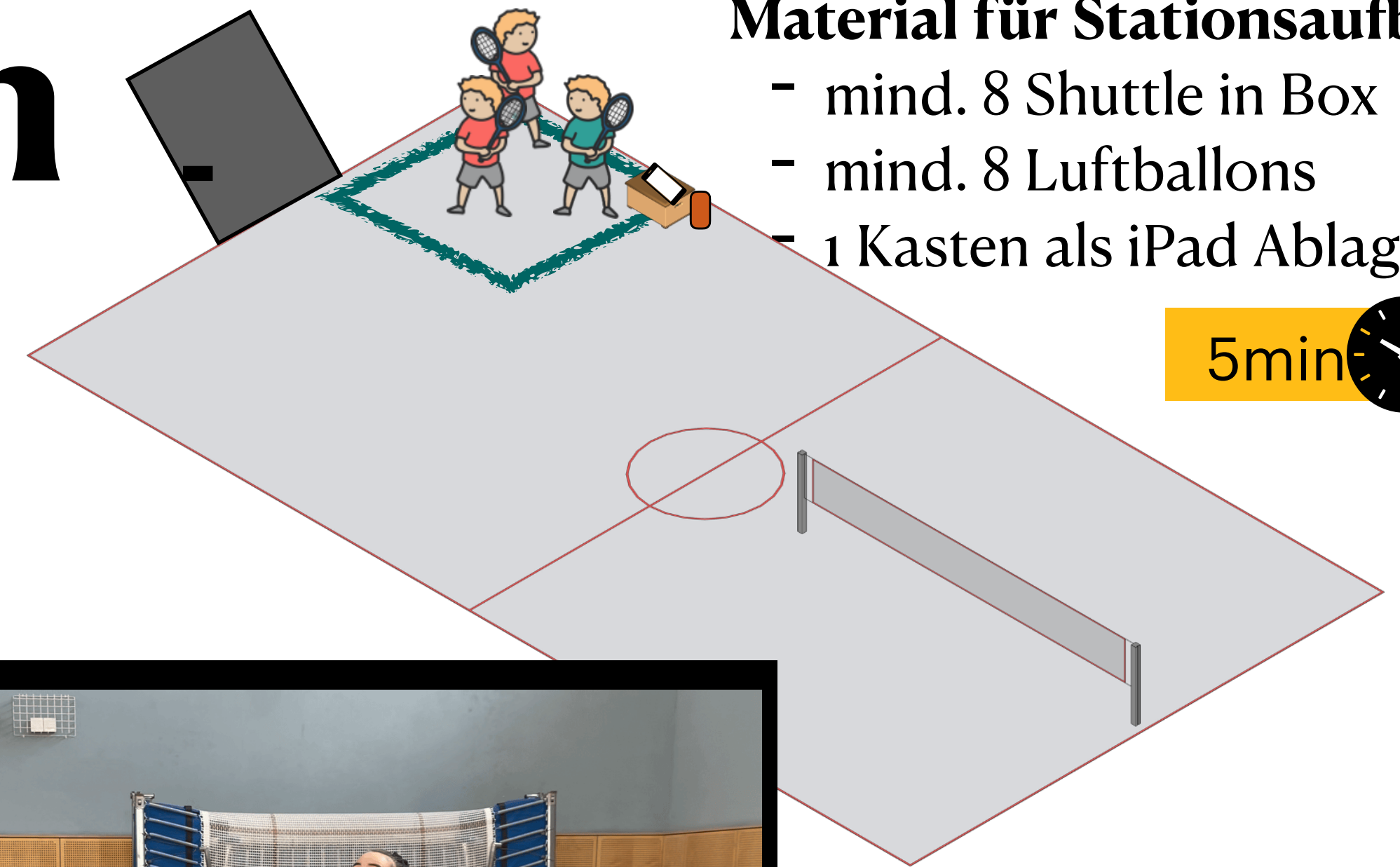
1.2. Jongliere mit einem Shuttle



Material für Stationsaufbau:

- mind. 8 Shuttle in Box
- mind. 8 Luftballons
- 1 Kasten als iPad Ablage

5min



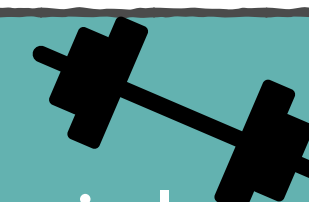
Swipen für weitere Varianten >>>

2. Überlege dir selber eine Variante, wie du den Shuttle in der Luft spielen kannst

3. Versuche verschiedenen Varianten aneinander gereiht zu spielen - wie eine Choreografie

Extra Schwierigkeit:

- Versuche die Varianten mit deiner "schwachen" Hand zu spielen



1. Station: Jonglieren

Aufgabe:

Schaue dir die Videos an und probiere es selbst aus.



Rückhand - Vorhand



Zwei Shuttle

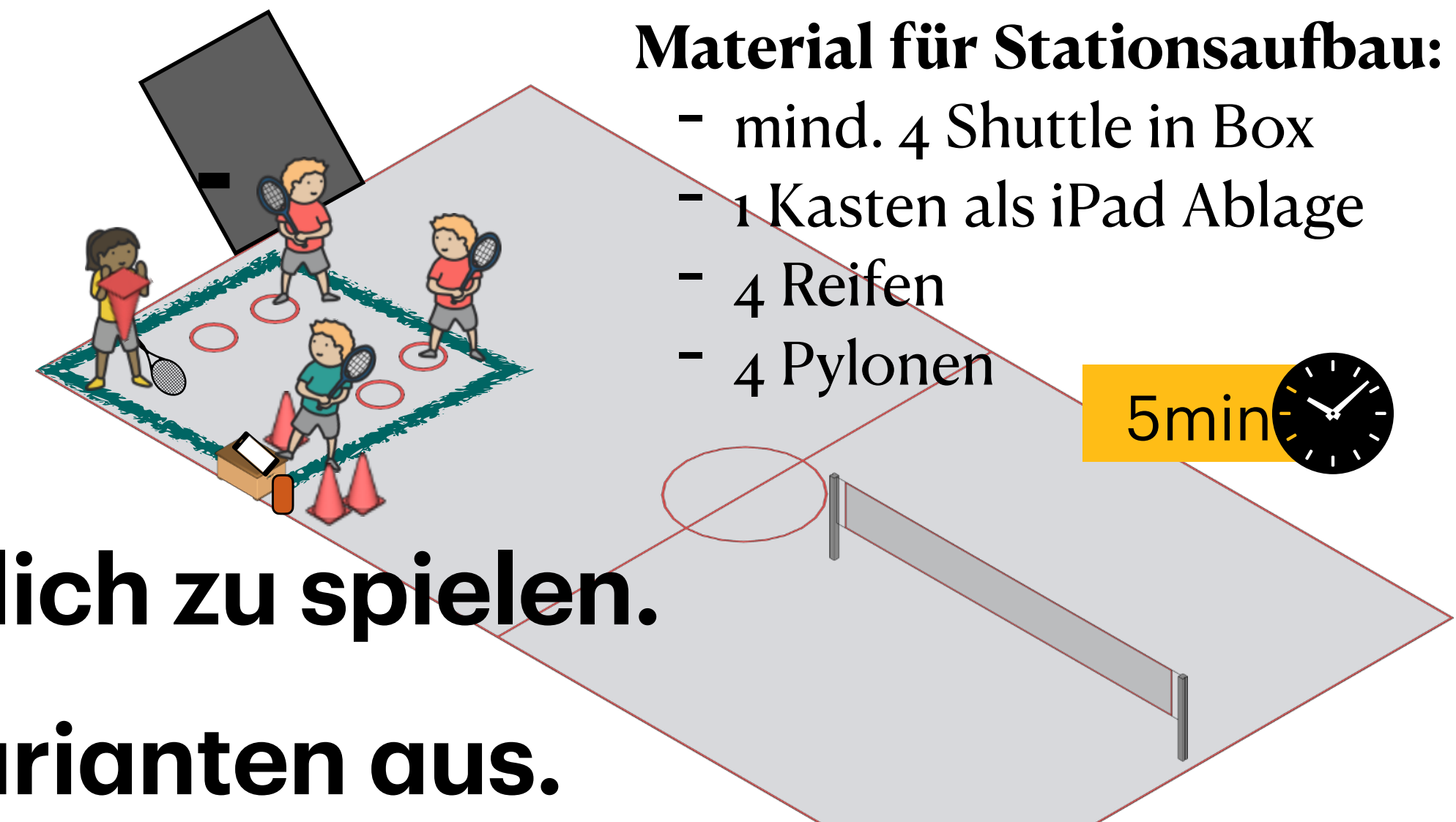
← Zurückswipen für Basisaufgabe

2. Station: Rekord

Aufgabe:

Versucht zu zweit so viele Ballwechsel wie möglich zu spielen.

Schaut euch die Videos an und probiert die Varianten aus.



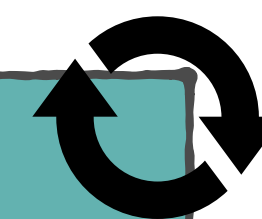
Spielen & Fangen



Freies Spiel

Hinweis:

- Versucht mit drei oder mehr Spieler*innen im Rotationssystem zu spielen (läuft dem Shuttle hinterher nachdem ihr ihn gespielt habt)
- Versuche mit deiner "schwachen" Hand zu spielen



Swipen für weitere Varianten →

2. Station: Rekord

Aufgabe:

4. Schaut euch die drei Videos an und probiert es selbst aus.



Ein Fuß im Reifen



**Zusatzaufgaben
(Drehen, Hinlegen, etc.)**

← Swipen für Basisaufgabe

3. Station: Haltet das Feld frei

Aufgabe:

Auf jeder Seite des Netzes sind gleichviel Shuttles & Bälle und mind. ein/e Schüler*in.

Spielt die Shuttles über die Bank auf die andere Seite und haltet euer Feld frei.

Startet das Spiel indem ihr auf "Play" drückt.

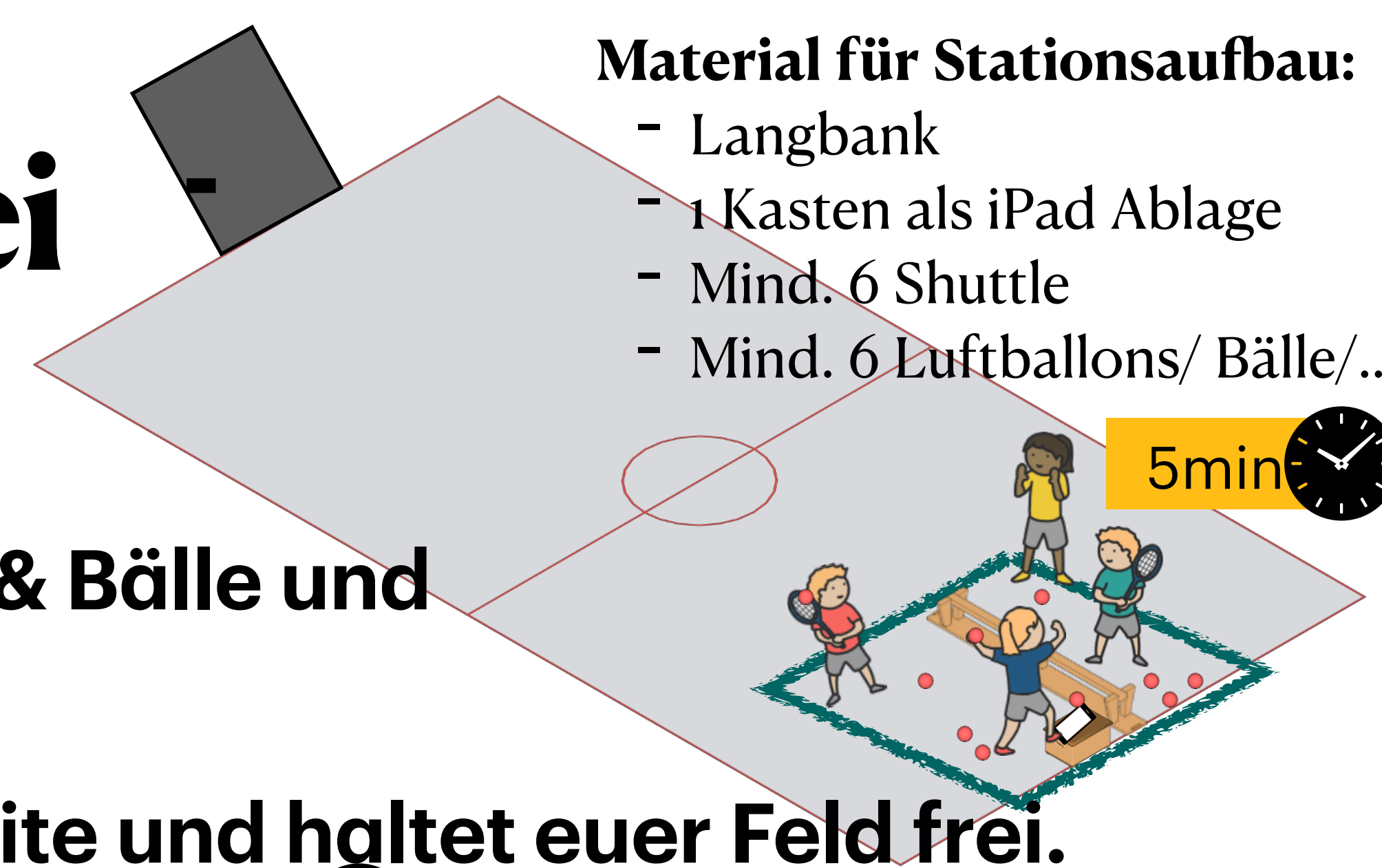
Das Spiel endet nach dem Signalton.



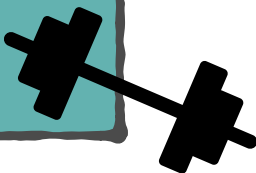
Zählt die Shuttles in eurem Feld. Das Team mit den wenigsten Shuttles hat gewonnen.

Spielt 3 - 4 Runden. Klickt "Restart" und dann "Play" → **Restart**

Material für Stationsaufbau:

- Langbank
- 1 Kasten als iPad Ablage
- Mind. 6 Shuttle
- Mind. 6 Luftballons/ Bälle/...



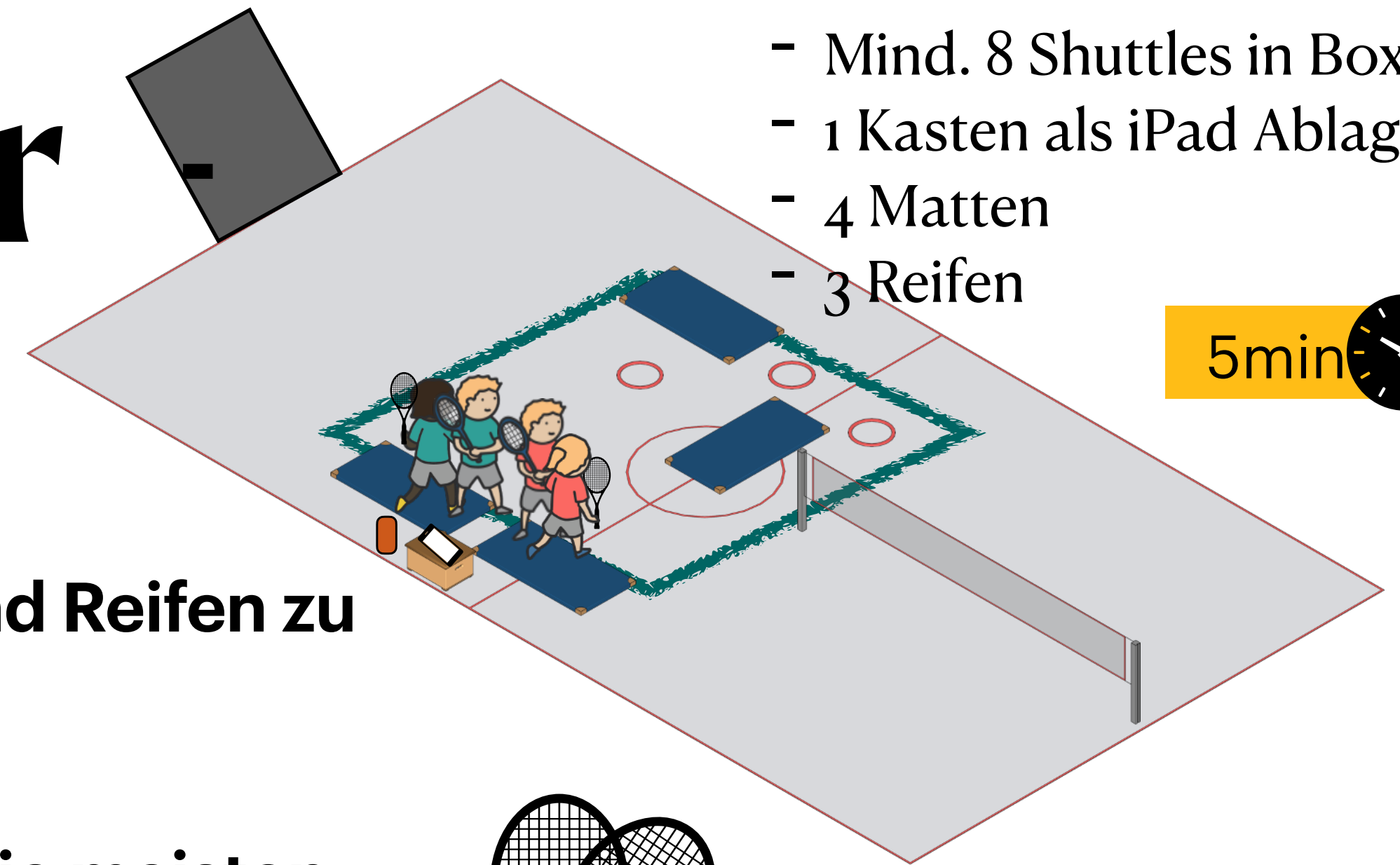
1. Runde: Mit der Hand werfen 
2. Runde: Shuttles & Bälle mit dem Schläger spielen 
3. Runde: Schläger mit der "schwachen" Hand spielen 

4. Station: Zielsicher

Material für Stationsaufbau:

- Mind. 8 Shuttles in Box
- 1 Kasten als iPad Ablage
- 4 Matten
- 3 Reifen

5min

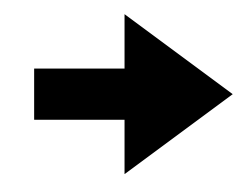
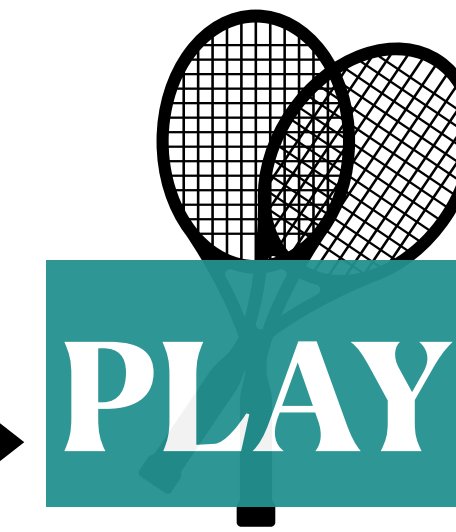
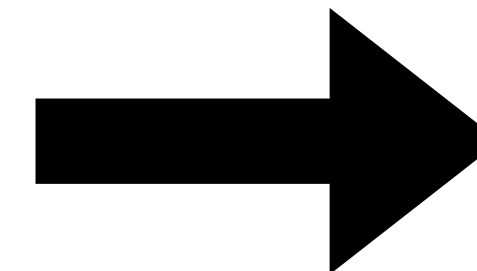


Aufgabe:

1. Stellt euch auf die Startmatte und versucht die Matten und Reifen zu treffen. Pro Team mind. 4 Shuttles

2. Spielt in 2 Teams gegeneinander: Welches Team schafft die meisten Punkte? Drückt auf "Play", um das Spiel zu starten. Der Signalton beendet das Spiel.

- Matte: 1 Punkt
- Reifen: 2 Punkte



Restart



3. Drückt "Restart" und dann "Play" um das Spiel zu wiederholen

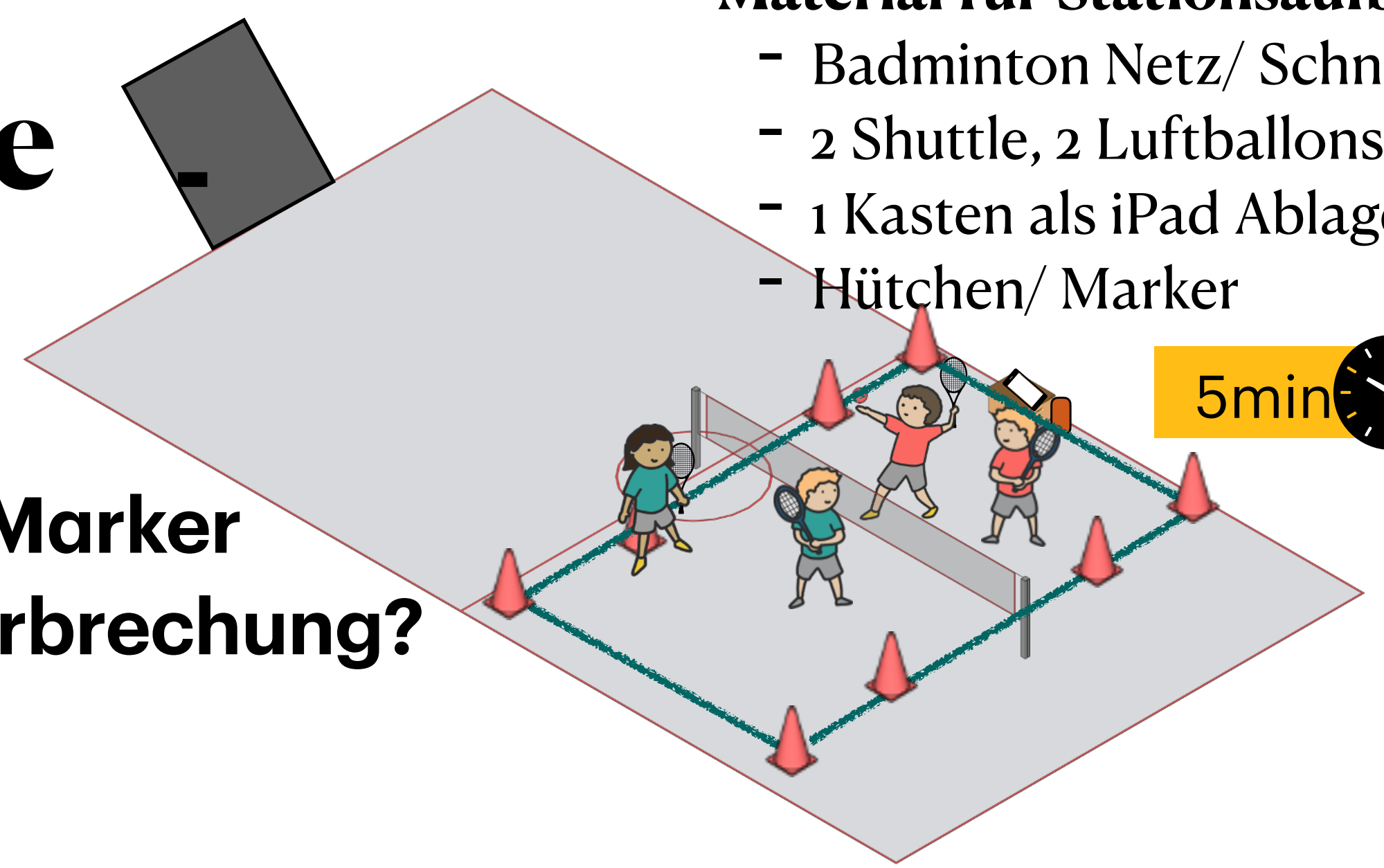
Hinweis:

- Nur von der Startmatte aus dürfen Punkte erzielt werden
- Sammelt die Shuttles während des Spiels ein und spielt weiter, bis der Signalton kommt.
- Extra Schwierigkeit: Versuche mit deiner "schwachen" Hand zu spielen

5. Station: Über's Netz Tik-Tac-Toe

Material für Stationsaufbau:

- Badminton Netz/ Schnur
- 2 Shuttle, 2 Luftballons
- 1 Kasten als iPad Ablage
- Hütchen/ Marker



Aufgabe:

Spielt miteinander über das Netz. Das Feld ist durch Marker begrenzt. Wieviele Ballwechsel schafft ihr ohne Unterbrechung?
Sucht euch drei der folgenden Varianten aus:

	Vorne am Netz	Hinten im Feld	Im Sitzen
Mit Luftballon			
Mit Shuttle			
Mit "schwachen" Hand			



